

Юлия Пересильд:

«Когда я с детьми, я не просто отключаю телефон – я забываю о его существовании»

Российская актриса театра и кино, ведущая актриса Московского драматического театра на Малой Бронной Юлия Пересильд, как и большинство москвичей, сидит дома и общается с поклонниками и родными по виртуальной связи.

ДОСЬЕ

РОДИЛАСЬ

» 5 сентября 1984 г. в Пскове.

КАРЬЕРА

» Дебют в киносериале «Участок» – 2003 г.

» Актриса Театра наций – с 2007 г.

» Лауреат российской театральной премии «Хрустальная Турандот» в номинации «Лучшая женская роль» – 2010 г.

» Лауреат российской кинопремии «Золотой орел» – 2011 г., 2016 г.

» Премия Правительства РФ в области культуры – 2017 г.

» Заслуженная артистка РФ – 2018 г.

ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ

» Алексей Учитель – гражданский муж, кинорежиссер.

» Анча Пересильд – дочь (2009 г.)

» Мария Пересильд – дочь (2012 г.)

– К сожалению, не все соблюдают режим самоизоляции, Юлия что надумаете по этому поводу?

– Да, это действительно так, и я всех прошу оставаться, пожалуйста, дома. Побереги себя, своих родных, бабушек, дедушек, мам, пап и самих себя! Те из вас, кто вынужден ходить на работу, не стесняйтесь надевать профилактические мас-

– Создававшая паника – нормальная и естественная реакция людей на введенные ограничения. Сама я хожу в маске, постоянно мою руки, мажу нос разными мазями, пью много воды. Так как лекарства от коронавируса пока нет, важно соблюдать все меры гигиены.

– На экраны выходит сериал «Зулейха открывает глаза», где играете одну из ведущих ролей. Кинопроцесс не останавливается?

Я не мечтаю о ролях, мне больше хочется встретить режиссера, который будет в меня влюблен и скажет, что только я могу сыграть главную роль в его фильме»

ки, в том числе сделанные самостоятельно, если не можете их приобрести на данный момент. Мойте руки, надевайте перчатки! В этом нет ничего стыдного, глупого и некрутого. Я уверена, что мы с вами все это переживем. Врачам – отдельный поклон за то, что они сейчас находятся в самых горячих точках.

– Исполняете их рекомендации?..

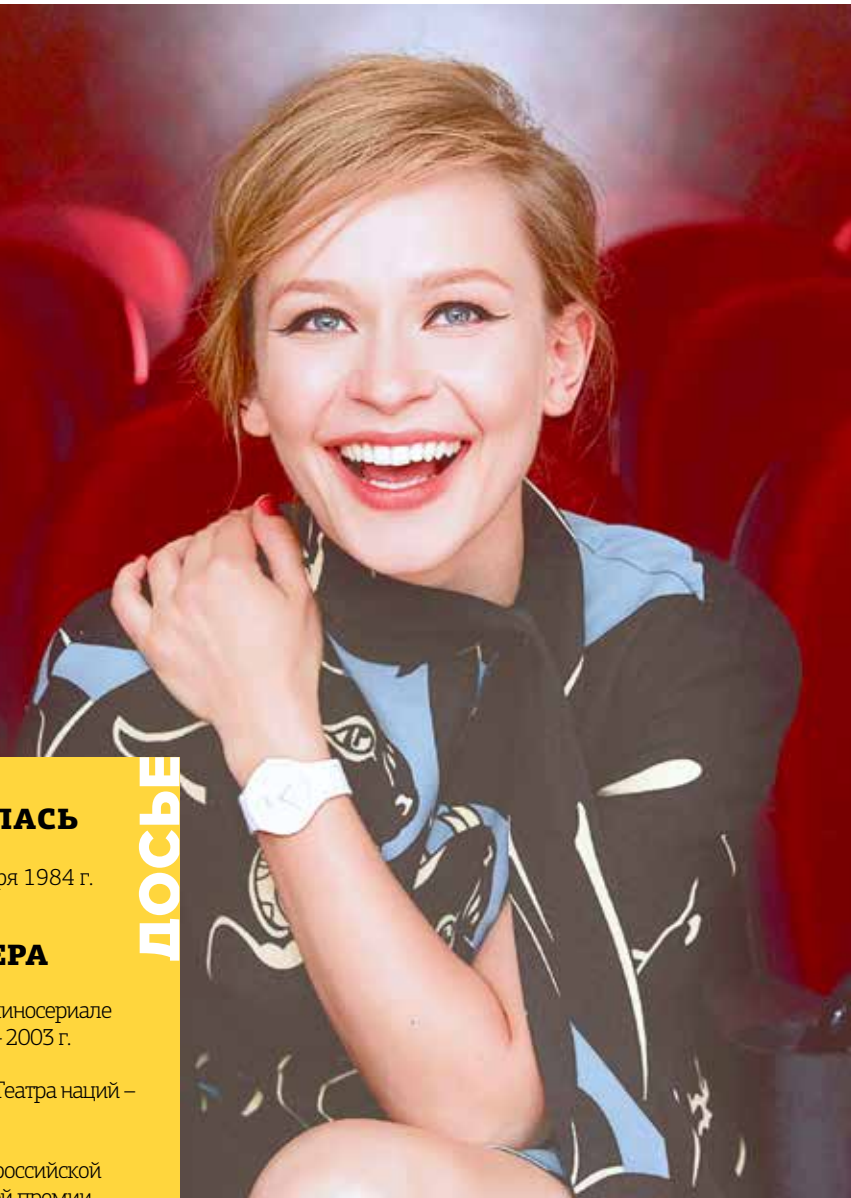
– Как только у детей школа закрылась на карантин, а у меня отменились гастроли в Прибалтике со спектаклем «Солнечная линия», мы в тот же день с семьей собрались и уехали за 150 километров от Москвы, в Калужскую область, в деревню, где у нас есть дом.

– В деревне соблюдаете меры предосторожности от коронавируса?

– Нет, кино продолжают снимать, группы пока работают. Больше скажу, у меня самой запланированы два проекта, которые с апреля должны запуститься. Я об этом много думаю сейчас, мне предстоит сложный выбор. С одной стороны, я готовилась к этим проектам год. Не могу себе представить такую ситуацию, что прихожу и говорю этим людям: «Нет, ребята, я сниматься не буду, потому что коронавирус...» С другой стороны, понимаю: а если, не дай Бог, что-нибудь там случится... Вдруг на твоих глазах произойдет какая-то трагедия, даже не по твоей вине, но ты тоже будешь причастен к этому. Не знаю, как поступлю. Время подумать еще есть...

– Успели запастись продуктами?..

– Гречку я, как и все, купила. Но немного, шесть



– Как дочки Аня и Маша переносят домашний режим?

– За эти дни я освоила еще одну профессию. Теперь я умею составлять квесты, придумывать челленджи. Пытаюсь так отвлечь детей, чтобы они не сидели подолгу в телефонах. В Москве с этим было попроще – там столько уроков и дополнительных занятий, что на телефоны просто не хватает времени. А здесь-то этих нагрузок нет. Приходится мне что-то выдумывать, предлагать активности. Сегодня, например, крутили хулахуп, занимались гимнастикой.

– Кем по профессии видите своих дочерей?

– Я не буду делать выбор за детей. Может быть, я сто раз не права, но считаю, что это ущемляет их права и свободу. Может быть, потом об этом сто раз пожалею, но ничего не выбираю за них. Ни друзей, ни кружки, ни занятия, ни желания. Мне повезло с родителями – несмотря на дисциплину, они без высокопарных слов всегда давали мне полную свободу. Мне кажется, и я не имею права забирать ее у своих детей.

– Эта родительская свобода позволяет Вам играть на сцене с переломами костей, не беречь себя на съемочной площадке?

– Честно скажу, мне трудно пообещать, что все изменится. Это такая профессия, когда все время находишься в каком-то загнанном состоянии. А съемочная площадка – вообще рассадник. Там все кашляют всю жизнь, даже без эпидемий. Потому что там холодно, потому что рабочий день по 12 часов на улице, потому что не высыпаются нормально, не едят вовремя... Все свои простуды до этого я тоже почти всегда переносила на ногах, в работе. Помню, несколько лет назад мы закрывали Театр Наций перед большим ремонтом и делали финальный концерт. Я выходила на сцену с температурой сорок. Женя Миронов меня прямо из театра отправил в больницу. Меня посмотрели, сказали, что уже неделю я хожу с пиелонефритом и нужно ложиться в стационар на две недели. Что? Это невозможно! Какой пиелонефрит, когда у меня столько дел! «О кей!» – сказали мне, – тогда пишите заявление, что вы отказываетесь от госпитализации, но в случае летального исхода ни вы, ни ваши родные не будут иметь претензий». Я переспросила про летальный исход, и только это убедило меня тогда лечь в больницу. Оказалось, что все возможно, когда речь идет о здоровье.



Мне кажется, я не имею права забирать свободу у своих детей

АЛТАЙСКИЙ ЧУДО-КИСЕЛЬ

СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО, АБСОЛЮТНО ВСЕМ ЖЕЛАЮЩИМ!!!

Алтайский производитель - "Здоровая Семья Сибирь" - первый и пока единственный производитель, который восстановил старорусские рецепты и готовит по ним более 20 видов полезного чудо-киселя, торговой марки "Фабрика ягод".

В составе ЧУДО КИСЕЛЯ - только натуральные соки, перемолотые сушеные ягоды и целебные травы. Все собрано вручную в предгорьях и горах Алтая, где особое солнце, воздух и вода. Именно поэтому ЧУДО-КИСЕЛИ обладают особыми свойствами и оказывают такой мощный эффект.

Вы удивитесь, насколько улучшится ваше самочувствие и настроение, всего лишь от пары кружек необыкновенно ароматного, вкусного и насыщенного напитка. Ежедневный прием ЧУДО-КИСЕЛЯ, укрепляет иммунитет и помогает бороться с вирусами.

Алтайский Чудо-Кисель – укрепляйте здоровье каждый день!

Звоните, выбирайте, заказывайте и ПОЛУЧАЙТЕ БЕСПЛАТНО!!!

Заявки принимаются по бесплатному номеру: 8-800-500-64-91
Есть **бесконтактная доставка** по Москве и МО. (без выходных)

ИП Кулакова Елена Владимировна. ИНН: 643201810877. ОГРНИП: 319645100051779.
Регистрационный номер декларации о соответствии ЕАЭС N RU Д-РУ.НA88.В.04896/19 от 12.04.2019 РЕКЛАМА

Узнайте, как оформить подписку и выиграть путевку на Алтай, в санаторий Белокуриха.

БЕСПЛАТНАЯ социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

• Содействие в улучшении жилищных условий
• 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 19746014938

ВЫКУП ВСЕХ МАРОК АВТО

• БИТЫЕ • ГОРЕЛЫЕ • ГНИЛЫЕ • БЕЗ ДОКУМЕНТОВ
• КРЕДИТНЫЕ • ЗАЛОГОВЫЕ

Выезд, оценка, оформление и эвакуация БЕСПЛАТНО. Выкуп б/у автозапчастей.

+7-495-506-48-68
+7-968-974-59-99

Раздаем всем желающим Алтайские ЧУДО-КИСЕЛИ

каждая 5-я упаковка СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО за ваш отзыв о продукте

Приблизительно год назад посетил ярмарку в Сокольниках. Там мне дали попробовать кисель Вашего производства. С тех пор стараюсь покупать регулярно, т.к. он мне очень понравился и моим родственникам. Покупаю также масла. Натуральные продукты нам очень нужны. Огромное Вам спасибо за всё и удачи.

Михаил, г. Москва

Добрый день! Однажды, будучи в гостях у подруги, попробовала Алтайский Чудо-Кисель. Была приятно удивлена. Вкус фантастический, воздействие на пищеварение замечательное. Я всю жизнь мучилась от изжоги. Теперь кисель со вкусом «Тыква – Апельсин», для меня просто палочка-выручалочка. Рекомендую всем. Хочется попробовать ещё больше необычных вкусов.

Так же хочу поблагодарить весь коллектив завода «Здоровая Семья – Сибирь», от лица всех пожилых бабушек, за возможность радовать своих внуков оладушками с киселем и мороженым, собственного приготвления.

Марина, г. Одинцово

Добрый день! Первый раз попробовал вашу продукцию – алтайский чудо-кисель ежевики с ягодами годжи и саган-дали – осенью 2019 года на ярмарке в г. Ижевске. Купил для пробы всего 0,5 кг (как всегда покупают новый товар) и пожалел... почему взял так мало!? Но ярмарка закрылась и я с нетерпением ожидал Новогоднюю ярмарку. Дождался, наконец! Сегодня, 05.01.2020, я уже приобрел 2 кг разных киселей! И не пожалел. Ходили на ярмарку всей семьей – с женой, сыном, невесткой и тещей. Все (!) приобрели кисель по своему вкусу (клюквенный, алтайские травы, облепиховый с корицей и имбирем). И уже вечером теща позвонила и сказала, что жалеет о том, что не знала об этой вкусноте ранее. Тоже самое я услышал и от семьи сына.

Большое спасибо вам за качественные продукты! Удачи вам и процветания!

Сергей Гребенюк г. Ижевск

После того, как стал употреблять Алтайский чудо – кисель почувствовал необыкновенный прилив бодрости и энергии, а главное – существенно укрепил основу своего здоровья – иммунитет, что очень важно, на фоне последних событий в мире.

Употребляя кисель постоянно, заметил, что снизилась усталость, повысилась работоспособность, начал лучше работать мозг, в теле появилась необыкновенная легкость. Хорошее пищеварение, сытость надолго, отсутствие нагрузки на поджелудочную железу выгодно отличают Алтайский чудо-кисель от других. Пью с удовольствием и всем рекомендую – будете бодрее, здоровы и благополучны.

С уважением, Кривенцев Александр Анатольевич

ВАЖНО

МОСКВА
ВВОДИТ
ЭЛЕКТРОННЫЕ
ПРОПУСКА

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Начать оформление цифровых пропусков можно будет с понедельника, 13 апреля. При этом со среды, 15 апреля, их наличие станет обязательным. Мэр Москвы подчеркнул, что пока можно ходить пешком без пропусков, но при этом строго соблюдая установленные правила и ограничения.

КОМУ НУЖЕН ПРОПУСК И КАК ЕГО ПОЛУЧИТЬ

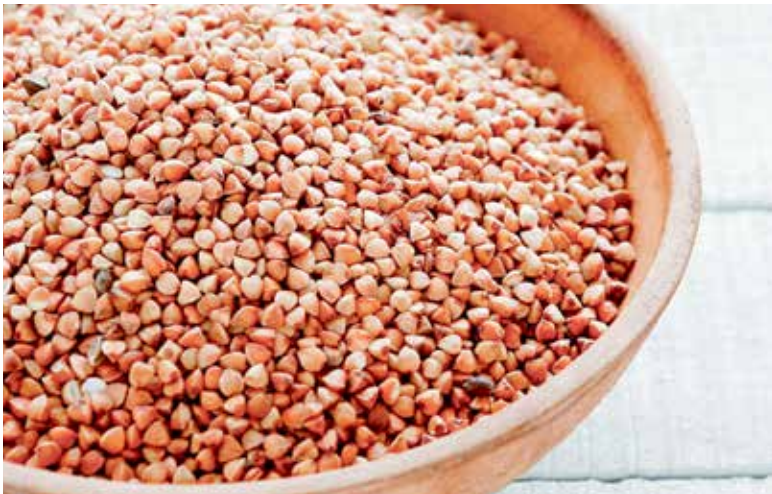
Глава города пояснил, что пропуск будет необходим для поездок на любом виде личного и общественного транспорта — мотоцикле, автомобиле, такси, метро, МЦК,

МЦД, пригородном железнодорожном и наземном общественном транспорте.

Стоит отметить, что цифровые пропуска не нужны гражданам младше 14 лет, а также военнослужащим, правоохранителям, судьям и иным служащим с удостоверениями установленного государством образца для поездок в служебных целях.

Получить цифровой пропуск можно тремя способами: на портале MOS.RU в перечне услуг, отправив СМС на короткий номер 7377, или по телефону +7 (495) 777-77-77.

ЗАПАСОВ ГРЕЧКИ В РОССИИ ХВАТИТ
ДО СЛЕДУЮЩЕГО УРОЖАЯ



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Спрос на гречку в нашей стране останется стабильным. Если говорить о некоторых запасах, которые делают жители нашей страны в силу произошедшего, то наше видение — эти запасы уже состоялись, — отметил замглавы Минсельхоза Хатуов Д. Х.

■ **Россиянам не стоит переживать, хватит ли гречки в магазинах и на складах. Запасов достаточно, их хватит до урожая следующего года.**

Как рассказал заместитель министра сельского хозяйства Джамбулат Хатуов, сейчас у аграриев — не меньше 300 тысяч тонн остатков урожая гречихи с прошлого года. Поэтому можно сделать вывод, что запасов хватит на продолжительное время.

КОРОТКО

СТАЛО ИЗВЕСТНО, КАКИЕ ПРОДУКТЫ ПОДОРОЖАЮТ ЧЕРЕЗ ДВЕ НЕДЕЛИ

Через две недели в России ожидается подорожание некоторых продуктов.

Как выяснилось, в первую очередь это коснется ряда простых, доступных продуктов. Например, подорожают яйца и мясо птицы. Также подорожают чай, кофе, какао. Цены этих продуктов в основном привязаны к курсу валют, поэтому с падением рубля ценники будут увеличиваться. Вырастет и цена консервов. В последние недели в России люди в панике начали скупать консервы. Количество скупленной продукции превзошло все старые нормы. Цена российских макарон почти не изменится, подорожают только импортные.

В ДОРОЖНО-СТРОИТЕЛЬНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ
для работы в г. Москва

ТРЕБУЮТСЯ

Жилье и питание предоставляется. Отпуск и выходные по графику.

■ **МАШИНИСТ КАТКА**
Оплата от 55 000 рублей + премия. С опытом работы. График работы сменный.
8-985-767-84-69, 8-985-767-85-64

■ **МАШИНИСТ ПОЛНОПОВОРОТНОГО КОЛЕСНОГО ЭКСКАВАТОРА**
Оплата от 60 000 рублей + премия. С опытом работы на импортной технике.
8-985-410-95-30

■ **ВОДИТЕЛЬ НА САМОСВАЛ КАМАЗ**
Оплата от 60 000 рублей + премия. С опытом работы на импортной технике. Права кат. «Е», «С» - обязательно! Знание Москвы.
8-985-960-05-48

■ **МАШИНИСТ-ОПЕРАТОР НА АСФАЛЬТОУКЛАДЧИК**
Оплата от 70 000 руб. + премия. С опытом работы на импортной технике. График работы сменный. Права кат. «D».
8-910-458-55-11

■ **ВОДИТЕЛЬ категории В,С**
Оплата от 55 000 руб. + премия. С опытом работы на импортной технике. Права Кат. "В", "С".
8-985-760-18-82

■ **ДОРОЖНЫЕ РАБОЧИЕ**
Оплата от 45 000 рублей + премия. Ненормированный рабочий день.
8-915-256-57-73, 8-985-760-18-82

■ **БРИГАДИР, ДОРОЖНЫЙ МАСТЕР**
Оплата от 65 000 рублей + премия. Опыт работы СТРОГО на объектах дорожного строительства (асфальт, подготовка, фрезерование, благоустройство).
8-915-256-57-73

■ **ТОКАРЬ**
Оплата от 45 000 рублей + премия. В дорожно-строительную организацию. График: 6/1. Отпуск и выходные по графику. Жилье и питание предоставляется.
8-915-256-57-73

■ **ОБЩИЕ СТРОИТЕЛЬНЫЕ СПЕЦИАЛЬНОСТИ:**

- **МАСТЕРА МОНТАЖНЫХ И СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ,**
- **ШТУКАТУРЫ-МАЛЯРЫ,**
- **ЭЛЕКТРОСВАРЩИКИ, ОБЛИЦОВЩИКИ ДЛЯ НАРУЖНЫХ И ВНУТРЕННИХ РАБОТ**

Оплата от 45 000 рублей + премия. Ненормированный рабочий день.
8-915-256-57-73

■ **АВТОЭЛЕКТРИК**
Оплата от 45 000 рублей + премия. График: 6/1. Требуемый опыт: не менее 1 года. Опыт работы автоэлектриком спецтехники или грузовых машин желателен.
8-915-256-57-73

■ **ЭЛЕКТРИК**
Оплата от 45 000 рублей + премия.
8-915-256-57-73

■ **ИНЖЕНЕР ПТО**
Оплата от 55 000 рублей + премия. **Обязательно:** опыт работы в системе AutoCad, водительские права категории В. График работы 5/2 с 08.00 до 17.00 час.
8-985-410-85-90

■ **ИНЖЕНЕР-СМЕТЧИК**
Оплата от 55 000 рублей + премия. **Обязательно:** опыт работы в системе AutoCad, Смета.Ру. Опыт работы от 0,5 года. График работы 5/2 с 08.00 до 18.00 час.
8-985-410-85-90

■ **ГЕОДЕЗИСТ**
Оплата от 55 000 рублей + премия. **Обязательно:** Опыт работы в системе AutoCad; с тахеометром, GPS. Опыт работы от 1 года. График работы 5/2 с 08.00 до 18.00 час.
8-985-410-85-90

■ **ОХРАННИК объекта, ОХРАННИК КПП**
Оплата от 35 000 рублей. График: 60/15 с 18.00 до 09.00 час. Предоставляется: жилье, питание, спец.одежда.
8-915-256-57-73

ПОРА ПОМОЧЬ СВОЕМУ СЕРДЦУ!

Замучила одышка?
Реагируете на погоду?
Вегетососудистая дистония?

Медицинский научно-производственный комплекс

БИОТИКИ

Элтацин®

Регистрационное удостоверение ЛС-000499
Глицин+Глутаминовая кислота+Цистин
таблетки подъязычные 70 мг+70 мг+70 мг
30 таблеток

Применяется при синдроме вегетативной дисфункции

Увеличивает физическую работоспособность

Повышает сократительную способность миокарда

позволяет

- Снизить метеочувствительность
- Устранить одышку
- Увеличить выносливость организма при физических нагрузках

Применяется в комплексной терапии при хронической сердечной недостаточности

Элтацин при вегетососудистой дистонии

Метеочувствительность и учащенное сердцебиение, а также головокружение, апатия и повышенная утомляемость — самые распространенные симптомы вегетососудистой дистонии или ВСД. Элтацин помогает не только снимать отдельные симптомы ВСД, но и действовать на саму причину - дисбаланс систем организма.

Регистрационное удостоверение ЛС-000499

реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КАК ХОДИТЬ В МАГАЗИН В УСЛОВИЯХ ЭПИДЕМИИ

По мнению врачей, риск заразиться в супермаркетах довольно высок. Прежде всего, от других людей. Посетители трогают и переключают продукты, некоторые могут чихать или кашлять. Практически все касаются конвейерной ленты у кассы или прилавка.

КОРОНАВИРУС И СУПЕРМАРКЕТЫ:

КАК СЕБЯ ОБЕЗОПАСИТЬ

Одна из главных проблем карантина — покупка продуктов. В нашей стране не запрещено выходить из дома, чтобы отправиться в магазин, но многие боятся это делать, чтобы не заразиться от кого-нибудь. Другой вариант — онлайн-покупка товаров и их доставка. Здесь тоже есть опасения. Вдруг вирус «приедет» вместе с курьером? А если он в самом заказе? Разберемся, чего на самом деле можно бояться, а чего не стоит, и как сделать покупки максимально безопасными.

Могут ли продукты вас заразить

Многие боятся что-то покупать из-за опасности заразиться через продукты питания. Ведь в магазинах люди могут трогать и переключать их.

В службе доставки их трогает неизвестное количество людей во время сбора заказа.

К тому же, вирус боится высоких температур. Даже если он где-то и будет, в процессе приготовления пищи он погибнет.

Что касается товаров, которым нужна заморозка, здесь все неоднозначно. Известные медицине коронавирусы (не COVID-19) способны долго существовать в условиях низких температур. Но доказательств заражения коронавирусом через продукты питания нет.

Фрукты, пластиковые или стеклянные упаковки рекомендуется тщательно мыть.

Товар лучше выбирать в перчатках

СТОЯТЬ В ОЧЕРЕДИ НА РАССТОЯНИИ НЕ МЕНЬШЕ 1-1,5 МЕТРОВ

Во многих магазинах расчерчена разметка.

ПРИ ОПЛАТЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КАРТОЙ, А НЕ КУПЮРАМИ

Вирус может оставаться на деньгах около суток.



Как сделать безопасной доставку на дом

1 ДОГОВОРИТЬСЯ С КУРЬЕРОМ О ТОМ, ЧТОБЫ ОСУЩЕСТВИТЬ БЕСКОНТАКТНУЮ ДОСТАВКУ ДО ДВЕРИ.

Или написать на двери табличку об этом.

2 ЖЕЛАТЕЛЬНО ОПЛАТИТЬ ЗАКАЗ КАРТОЙ.

В крайнем случае принимайте курьера в перчатках и маске. На нем также должна быть маска.

3 СРАЗУ ПОСЛЕ ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАБОТАЙТЕ ПАКЕТ АНТИСЕПТИКОМ, ЗАТЕМ СНИМИТЕ И ВЫБРОСИТЕ ЕГО.

Все упаковки лучше выбросить.

4 ПОСЛЕ ПОЛУЧЕНИЯ ЗАКАЗА И РАССОРТИРОВКИ ПОМОЙТЕ РУКИ.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ!



01 МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ

в течение 20 секунд до похода в магазин и после него.



02 НЕ ПРИКАСАТЬСЯ К ЛИЦУ



03 СТОЯТЬ В ОЧЕРЕДИ НА РАССТОЯНИИ НЕ МЕНЬШЕ 1-1,5 МЕТРОВ

Во многих магазинах расчерчена разметка.



04 ПРИ ОПЛАТЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КАРТОЙ, А НЕ КУПЮРАМИ

Вирус может оставаться на деньгах около суток.

ВОПРОС — ОТВЕТ

ЭКСПЕРТ

Врач – инфекционист

Елена БОДРОВА

Есть ли риск заразиться через продукты из супермаркета?

— Не надо думать, что вирус сейчас везде! И даже если он где-то есть, вы не заболеете немедленно, просто потрогае пакет молока. В теории он там может быть, но не в тех количествах, чтобы представлять опасность. Для спокойствия и надежности можно протирать все пакеты и бутылки, которые вы принесли из магазина домой, тряпкой или бумажным полотенцем, смоченными в хлорсодержащем растворе (по данным российских врачей, подходит раствор самого простого хлорсодержащего отбеливателя «Белизна» — 60 мл на 1 л воды). И после вымыть руки.

Если я получаю продукты через службу доставки, принесли посылку или письмо — может ли там быть вирус?

— Наша кожа — очень эффективный и надежный барьер для вирусов, в том числе коронавируса. Через здоровую кожу, на которой нет ранок и других повреждений, он не может проникнуть в организм. Почему везде советуют не трогать лицо руками? Чтобы вирус не попал на слизистые — в нос, в рот, в глаза, так действительно можно заразиться. А руки достаточно просто хорошо вымыть с мылом. В том числе доставив пакет из доставки или письмо.

СОЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ МОСКВЫ

от компании ЗАО «Ритуал»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ КОМПЕНСАЦИЯ НА РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

5 000
рублей

Ежедневно, круглосуточно
www.msk-ritual.ru

Похоронное предприятие
«Ритуал» 8 (495) 642-28-83
8 (495) 642-28-84
8 (495) 748-82-01

Организатор торгов ООО ПФК «Зардон-групп» (ИНН/ОГРН 1840094084/1201800000126, г.Ижевск, ул.Бумажническая, 7А, пом.5), действующий на основании договора возмездного оказания услуг по проведению торгов от 14.08.19 г., сообщает, что повторные торги по продаже имущества ООО «ДЕКОР-РЕНЕССАНС» (ИНН/ОГРН 7728224802/1027739512657, г.Москва, ул.Рокотова, д.10, к.2) признаны несостоявшимися ввиду отсутствия заявок. На торги в форме публичного предложения выставляется Лот№1: нежилое помещение, кадастровый №77:09:0005003:6075, этаж подвал, адрес: г. Москва, ул. Песчаная 3-я, д.5, корп.3, S=289,6 м 2, № гос. регистрации права 77:09:0005003:6075-77/009/2017-2 от 30.08.2017г. (ипотека №77:09:0005003:6075-77/009/2017-8 от 30.08.2017г.), начальная стоимость 18 082 500,30 рублей. Снижение на торгах происходит следующим образом: начальная цена на торгах в форме публичного предложения действует 5 рабочих дней, далее снижение каждые 5 рабочих дней на 5% от начальной цены, установленной на торгах в форме публичного предложения, окончательная цена продажи имущества устанавливается в размере не менее 75% от начальной цены продажи имущества посредством публичного предложения. Снижение продолжается до поступления первой заявки. Лот открыт для ознакомления по указанному адресу по предварительному согласованию с представителем по тел. 89250784955. Документы, необходимые для подачи заявки, условия договоров о задатке и купли-продажи, порядок оплаты и заключения договоров, реквизиты, указаны в объявлении № 4897650 от 09.04.20 г., опубликованном в ЕФРСБ на сайте по адресу: www.bankrot.fedresurs.ru. Заявки на участие в торгах в форме публичного предложения принимаются на электронной площадке ЭТП «Профит» по адресу: www.etp-profit.ru с 06.05.2020 г. и по 15.00 ч. (время московское) 19.06.2020г. Протокол допуска участников торгов публикуется в течение 1 рабочего дня. Время подведения итогов торгов назначено на 22.06.2020 г. в 16.00 ч. (время московское). Итоги электронных торгов подводит площадка ЭТП «Профит» после окончания процедуры торгов, организатор торгов публикует итоговый протокол в день подведения итогов торгов. Ознакомление с Положением о порядке и условиях продажи имущества ООО «ДЕКОР-РЕНЕССАНС», документами лота, а также получение любой доп. информации проводится по адресу: г.Москва, ул.Знаменка, д.13, стр.3, оф.412, тел. 89250784955, в будни с 11.00 до 17.00, e-mail: sewa67@mail.ru.

По вопросам размещения рекламы

в газете "ЦЕНТР+"

Звоните

8 (495) 374-74-87



ЦЕНТР УСЛУГ
г. Одинцово,
ЖК. Гусарская Баллада,
ул. Гвардейская д.9

УСЛУГИ, ТОВАРЫ
Кафе, пицца, различные напитки,
детские товары, игрушки,
маникюр, педикюр,
бутик женской одежды
www.home9.ru

АРЕНДА НЕДВИЖИМОСТИ:
12-107м², 1 эт. жилого дома,
потолки 3.7м., вход отдельный
22кВА
применение
МАГАЗИН, УСЛУГИ, ОФИС

+7 (926) 704-4182 www.b4b.moscow

ОТВЕЧАЕТ НЕВРОЛОГ: ПОЧЕМУ ДЕРГАЕТСЯ ГЛАЗ, БОЛИТ ГОЛОВА ИЛИ НАРУШАЕТСЯ ПАМЯТЬ?

Об этом, а также
восстановлении
после инсульта,
болях в спине
и других
проблемах
нашим читателям
рассказала
невролог
Ирина Воронина



ЭКСПЕРТ
Ирина Воронина
Невролог,
терапевт,
врач первой
категории, к.м.н.

– У меня периодически подергивается нижнее веко. В чем причина? Нужно принимать лекарства или можно обойтись успокаивающими чаями?

– Если это сильно мешает, делают блокаду — вводят небольшую дозу ботулотоксина, и все проходит. Но лучше найти первопричину. Возможно, вы переутомились, долгое время находитесь в стрессовой ситуации, не высыпаетесь. Постарайтесь соблюдать правильный режим дня.

– Несколько месяцев подряд в конце рабочего дня дрожат руки, появляется тяжесть в запястьях. Почему это происходит? Делаю гимнастику, но не помогает.

– Это может быть связано с профессиональной деятельностью и быть одним из признаков туннельного синдрома: в области запястья сухожилие пережимает нерв, отсюда и дискомфорт. Но если дрожь одинакова с двух сторон, стоит исключить

эссенциальный тремор. Заболевание достаточно распространенное, может проявиться после 30 лет, если у родителей есть такой симптом.

– Я диабетик, перенесла инсульт, а через некоторое время нарушилась координация. Почти не бываю на улице: боюсь упасть. Как восстановиться после инсульта?

– Если сразу после инсульта проблем с движением не было, дело, скорее всего, в сахарном диабете. После 5–10 лет болезни развиваются признаки полиневропатии: чувствительные или двигательные нарушения, слабость. Чаше всего поражаются ноги. Волшебной таблетки не существует, но облегчить ситуацию можно. Необходимо следить за уровнем сахара, соблюдать диету. Важно двигаться, иначе не миновать гиподинамии и набора веса. Чтобы преодолеть страх перед падением, выполняйте гимнастику на координацию, сидя на стуле: делайте наклоны в стороны и вперед, махи руками. Выходите на небольшие прогулки с кем-то из близких.



– Мучают постоянные головные боли. Мне 70 лет, есть атеросклероз сосудов мозга, гипертония, остеохондроз и избыточный вес?

– Для улучшения самочувствия часто пьют сосудистые препараты, улучшающие кровоснабжение головного мозга. Но при остеохон-

дрозе, наоборот, нужно стимулировать отток крови, потому что уменьшена подвижность шеи. Венозный отток затруднен, потому что голова все время как будто наклонена вперед. Чтобы его улучшить, нужно делать гимнастику на разгибание шеи — осторожные наклоны назад. Обычно этого достаточно, но в некоторых случаях, например если есть глаукома, лечащий врач может прописать таблетки.

Читайте продолжение в следующем номере газеты ЦЕНТР+ ➔

«ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» ПОМОГИТЕ ОРГАНИЗМУ ОКРЕПНУТЬ

У православных христиан идет заключительная, Страстная неделя Великого поста. Хотя католики и приверженцы армянской апостольской церкви уже отпраздновали Пасху. Но все же для того, чтобы разогреться скоромными блюдами, а потом еще долго не страдать от их употребления организм желательнее подготовить.

За века народы научились приготавливать специальные блюда для выхода из Великого поста, например, творожную пасху, бездрожжевые куличи... Однако очень много москвичей для самоизоляции выехали на загородные участки и уже по современной традиции, праздную Пасху, жарят шашлыки и едят их под крепкие алкогольные напитки или под вино. А это уже не так уж и полезно для организма.

Помочь ему быстрее освоиться с таким обновленным режимом питания может «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА»

Этот препарат, универсальный природный сорбент, рекомендуют своим пациентам многие медики.

«ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» фактически является полуфабрикатом. Для того, чтобы он оказывал эффективное целебное действие, его необходимо развести горячей водой до состояния жидкого киселя и выпить. При этом пить его приятно, потому что полученный кисель имеет кисловатый яблочный вкус.

Поэтому «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» с удовольствием пьют дети всех возрастов. А им он не только очищает организм от метаболической и токсической грязи, слизи, шлаков, токсинов, патогенов, но и укрепляет благодаря этому их иммунитет. Впрочем, такое воздействие порошок оказывает и на взрослых всех возрастов, особенно — на пожилых.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

Основа «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» — особый пектин, имеющий пышную «крону», очень сложную разветвленную молекулярную структуру из множества ячеек и цепочек разной длины, расположенных между основными «стволками» и их «ветвями». Такое строение молекулы «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» и позволяет нейтрализовать метаболиты и токсическую грязь, слизи, шлаки, токсины, патогены и выводить их из организма.



КСТАТИ!

«ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» фактически является «стертой» в порошок морской травой *Zostera marina*, которая растет в экологически чистых акваториях Японского моря. В Приморье ее добывают из морских глубин, подготавливают для транспортировки в Санкт-Петербург, где по специально разработанной российской технологии с применением ультразвука, но без использования химических средств доводят до порошкообразного состояния и расфасовывают по пакетикам.

Ценность порошка морской травы *Zostera marina* в том, что четверть его макромолекулы приходится на апиогалактуронан, то есть в его состав входит уникальный сахар — апиоза. Он защищает пектин и все другие компоненты «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» от разрушения ферментами желудочно-кишечного тракта, пищеварительного фермента пепсина. Поэтому пектин порошка с содержанием 60% низкомолекулярных фракций проникает в кровь и очищает ее от ядов, продуктовых бактерий, микробов и вирусов. Ни один другой сорбент на такое не способен.

Молекулы препарата «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА 60 %» дают больший эффект при пищевой и алкогольной интоксикациях. Еще результативнее порошок действует, если наряду с ним больше пить компотов, воды.

Более чем 20-летние испытания препарата «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» не выявили никаких осложнений при его применении, а потому он почти не имеет противопоказаний. А официальные испытания проходили на таких предприятиях с вредными условиями труда, как завод подьемно-транспортного оборудования им. Кирова, на Адмиралтейских верфях, на картонно-полиграфическом комбинате, на специализированном комбинате «Радон», в медико-санитарных частях двух российских атомных электростанций.

БЫЛО ДОКАЗАНО, что компоненты препарата «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» способствуют выведению из организма метаболитов и токсической грязи, слизи, шлаков, онкогенов, патогенов, аллергенов, то есть веществ, которые снижают иммунитет. Поэтому, применение «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» не только способствует очищению организма от вирусов и прочих микробов, а также продуктов их жизнедеятельности, но и активизирует иммунные реакции организма на любые вмешательства в него антигенов. Поэтому препарат хорошо помогает организму быстрее приспособиться к скоромной пище, освоиться с обновленным режимом питания после Великого поста. Сейчас «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» несложно заказать в интернет-аптеках с доставкой на дом либо в ближайшую работающую аптеку, куда можно быстро дойти пешком, никого не встретив по дороге.

Аквачистка ковров

с удалением пятен и запахов!

ДО

ПОСЛЕ

ДО

ПОСЛЕ

✓ 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

Наш адрес:

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

Время работы:

пн-пт 9:00-19:00

суббота 9:00-17:00

kover777.ru

АЛЛЕРГИЯ

Симптомы: затрудненное дыхание, отек, слезы и красные глаза, покраснение кожи, сыпь, зуд, крапивница.

ЗЛОСТЕРИН-УЛЬТРА СОРБЕНТ

- Способствует снятию отека.
- Облегчает дыхание.
- Снимает зуд.
- Облегчает заживление расчесов и ссадин.
- Выводит аллергены естественным путем, не вызывает сонливости (можно водить автомобиль)

Будьте здоровы!

Способ применения ПРИ ПИЩЕВЫХ АЛЛЕРГИЯХ:

Рекомендуем Зостерин-Ультра 30% 2 раза в день в течение 5 дней по 1 г.

Затем Зостерин-Ультра 60% 2 раза в день по 0.5 г. 5 дней.

ПРИ НЕПИЩЕВЫХ АЛЛЕРГИЯХ:

Рекомендуем Зостерин-Ультра 60% 2 раза в день в течение 10 дней по 0,5 г.

Зостерин-Ультра принимать утром - за полчаса до еды, вечером - за полчаса до ужина или через 1,5-2 часа после еды.

Для детей дозировка уменьшается в 2 раза, схема приема не меняется.

Увеличить питьевой режим.

8 (812) 495-68-22

8 (911) 925-67-47

Санкт-Петербург

www.zosterin-ultra.ru

vk.com/zosterin.ultra ok.ru/zosterin.ultra

Спрашивайте в аптеках города!

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ.

ОСЛАБЛЕНИЕ РУБЛЯ и прочие неожиданности на рынке жилья

(Продолжение. Начало см. в публикациях за 2018, 2019 и 2020 гг. на сайте в архиве газеты www.gazetacp.ru)

Ольга Саукитенс, «Московское агентство недвижимости»: Сегодня интернет ошеломляет количеством предложений. Однако резкий обвал рубля может спровоцировать в марте-апреле резкий рост спроса на недвижимость. Люди могут кинуться вкладывать в квартиры, чтобы не потерять обесценивающиеся деньги. Обоснованно и ожидание роста ипотечных ставок. Вслед за этим недвижимость подорожает, однако цены вскоре опять качнутся в сторону удешевления: спрос на квадратные метры ограничен покупательной способностью наших граждан. Единственный совет сейчас, если в ваших намерениях есть ипотечный кредит: поспешите зафиксировать сниженную процентную ставку на сегодняшний день, пока не поднялась ключевая ставка. В нашем агентстве огромный выбор предложений по ипотеке от ведущих банков. Есть льготные предложения. Звоните, приходите. Мы поможем и в любых других ситуациях с жильем. Ведь опытный риелтор знает буквально каждый дом в Москве! Когда, из чего построен, какие перекрытия, история дома, его ремонтов, района, геология местности, экология, какие перспективы, и тп. Сотрудник – ветеран агентства дорожит своей репутацией, поэтому всегда будет отстаивать ваши интересы и перед банком, и перед второй стороной договора, привлечет своих юристов, коллег, банки. Например, в наше агентство уже приходят дети

наших первых клиентов, то есть, с нами люди идут по жизни, многие становятся по-настоящему друзьями. Полина Власова, компания «Московские огни»: Для того, чтобы дорого и безопасно продать свою квартиру, лучше привлечь опытного специалиста по работе с недвижимостью. Если хотите получить за квартиру максимальную цену – обратитесь в риелторскую компанию с большим стажем работы. Ехать в офис не обязательно! По телефону вы получите конфиденциальную информацию по стоимости, перспективам продажи, вариантам покупки нового жилья, возможности ипотеки и т.п. Дальше решать вам: продавать ли самому? Обратитесь к агентству? Заключите ли только сопровождение или поручите специалистам собрать полный пакет документов? Сегодня сделки через нотариуса или через банк, заключенные без риелтора, не гарантируют 100% надежности. И хотя нотариат и банк делают запросы об отсутствии обременений, запретов, банкротств, дееспособности, они не запрашивают архив! Они работают с **сегодняшними** документами! А в истории квартиры могут содержаться нюансы, которые в дальнейшем повлекут расторжение сделки. Только опытный риелтор знает, что может повлечь наличие или, наоборот, отсутствие какой-нибудь «бумажки». В агентстве каждая сделка проходит несколько проверок, прежде чем договор

МОСКОВСКИЕ АГЕНТСТВА НЕДВИЖИМОСТИ

Члены Московской Ассоциации Риелторов. Профессиональные риелторские компании. Добросовестность сделок обеспечивают третейский суд, комитет защиты прав потребителя.

ПРОДАЖА ПОКУПКА ОБМЕНИ СОПРОВОЖДЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

www.moscow-realty.ru

МОСКОВСКОЕ АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ

основано в 1991

компания www.ogni.ru

МОСКОВСКИЕ ОГНИ

основана в 1993

ПОКУПКА, ПРОДАЖА ПРЯМЫЕ ОБМЕНИ

(495) 925-11-59 м. "Китай-город" 1 мин.п.

БОЛЕЕ 28 ЛЕТ КОМПЕТЕНТНОГО РЕШЕНИЯ ЖИЛИЩНЫХ ПРОБЛЕМ

ВЫРЕЗАЙТЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ - ПОЛУЧАЙТЕ СКИДКУ В АГЕНТСТВЕ!

НОВОСТРОЙКИ от ЗАСТРОЙЩИКА: Федеральная Система бронирования

ПРОДАЖА, ПОКУПКА, ОБМЕН профессиональная база объектов (495) 797-20-50

ВСЕ ипотечные программы с предпочтениями от ведущих банков

Офис на Арбате: Плотников пер., д.20/21, м. «Смоленская» (синяя)

В режиме самоизоляции работаем по телефону и on-line.

Оценка, продажа, подбор вариантов для покупки, консультации.

основано в 1991

компания www.ogni.ru

МОСКОВСКИЕ ОГНИ

основана в 1993

ПОКУПКА, ПРОДАЖА ПРЯМЫЕ ОБМЕНИ

(495) 925-11-59 м. "Китай-город" 1 мин.п.

БОЛЕЕ 28 ЛЕТ КОМПЕТЕНТНОГО РЕШЕНИЯ ЖИЛИЩНЫХ ПРОБЛЕМ

В режиме самоизоляции действует собственный метод работы. Звоните.

ООО «ДачСтройГрупп»

Дома брусковые, каркасные с утепленной мансардой, бани брусковые, веранды, террасы, бытовки. Отделка: сайдинг, блокхаус, имитация бруса, вагонка. Профилировка бруса под заказ. Продажа профилированного бруса.

Высокое качество за меньшие деньги!!!

Рассрочка*

www.построитьдачу.рф

8 (499) 165-6133 • 8 (926) 675-6750

ПРИ ЗАКЛЮЧЕНИИ ДОГОВОРА ЦЕНА ФИКСИРУЕТСЯ

* Рассрочку предоставляет ООО «ДачСтройГрупп». Подробности по телефону 8 (499) 165-61-33

БРУСОВЫЕ ДОМА УТЕПЛЕННОЙ МАНСАРДОЙ	
Размер:	Цена:
5х4	312 000 руб.
6х4	340 000 руб.
6х5	367 000 руб.
6х6	423 000 руб.
6х8	545 000 руб.
6х9	618 000 руб.

БАНИ БРУСОВЫЕ	
Размер:	Цена:
4х3	228 000 руб.
4х4	268 000 руб.
5х3	246 000 руб.
5х4	295 000 руб.
6х3	268 000 руб.
6х4	332 000 руб.

Реклама

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

495 374-74-87

info@gazetacp.ru

gazetacp.ru

По вопросам размещения рекламы в спецпроекте «Недвижимость» звоните по телефону

495 374-74-87

info@gazetacp.ru

gazetacp.ru

Организатор торгов – конкурсный управляющий Пудлина Елена Ивановна (ИНН 732604853892, СНИЛС 075-667-893-28), член Союза АУ «СЕМТЭК» (ИНН 7703363900, ОГРН 107703026130), действующая на основании Решения Арбитражного суда г. Москвы от 06.08.18 г. по делу А40-132502/17-129-164 Б сообщает о результатах торгов, сообщение о которых было в Газете «ЦЕНТР» от 30.09.2019 года:

Торги признаны состоявшимися по Лоту 3 и Лоту 1. Заключены следующие договора купли-продажи:

Лот 3: КТП (КТПАС-М-В/К-400/6/0,4-0,3-У), 2010 год	№ РАД - 184313	31.10.2019	57 001,00
Лот 1: Гравиметр CG-5 Autograg, 2013 год	№ РАД - 184311	24.01.2020	1 217 701,00

По остальным лотам торги признаны несостоявшимися в виду отсутствия заявок.

Одновременно конкурсный управляющий сообщает о проведении торгов имущества должника ЗАО «Картгеобиро» (ИНН 7728563121, ОГРН 1057148944339) посредством 3 публичного предложения в электронной форме на Торговом портале АО Российский аукционный дом (ОГРН 109784723351, ИНН 7838430413, сайт: www:/lot-online.ru).

Предмет торгов:

Лот1. Земельный участок 2023 кв.м, кад. № 67/20-051010172, расположенный по адресу: Смоленская область, р-н Темкинский, тер. сельское поселение Павловское, д Кордюково. Назначение объекта недвижимости: для ведения

личного подсобного хозяйства; Вид разрешенного использования: земли населенных пунктов. Вид права – собственность (Свидетельства 67-АБ 810015 от 02.04.12 номер ГР 67-67-02/065/2012-294 от 28.03.2012), коммуникаций нет- 32 400,00 руб. (минимальная цена – 8 100,00)

Величина снижения начальной цены продажи имущества должника – 5% от начальной цены.

Размер задатка – 10% от начальной цены, перечисляется на р/счет ЗАО «Картгеобиро» (ИНН/К/П 7728563121/772801001) № 40702810 538000238671, доп. офис 9038/01697 Сбербанк (ПАО) в г. Москве, к/с 30101610400000000225, БИК 044525225. Документом, подтверждающим поступление задатка является выписка со счета должника.

Срок, по истечении которого последовательно снижается указанная начальная цена – 7 рабочих дней.

Победителем торгов признается участник, который представил в установленный срок заявку на участие в торгах, содержащую предложение о цене имущества должника, которая не ниже начальной цены продажи имущества должника, установленной для определенного периода проведения торгов, при отсутствии предложений других участников торгов.

В случае, если несколько участников торгов представили в установленный срок заявки, содержащие различные предложения о цене имущества должника, но не ниже начальной цены продажи имущества должника, установленной для определенного периода проведения торгов, право приобретения имущества должника принадлежит участнику торгов, предложившему максимальную цену за это имущество.

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

АН «Кутузовский проспект» ОГРН 1047796209636 РЕКЛАМА

В случае, если несколько участников торгов представили в установленный срок заявки, содержащие равные предложения о цене имущества должника, но не ниже начальной цены продажи имущества должника, установленной для определенного периода проведения торгов, право приобретения имущества должника принадлежит участнику торгов, который первым представил в установленный срок заявку на участие в торгах.

По итогам проведения торгов оформляется протокол о результатах проведения торгов, который направляется участникам торгов на адрес электронной почты, указанный в заявке на участие в торгах. В течение 5 дней заключается договор купли-продажи. Оплата - в течение 5 дней после заключения договора купли-продажи.

Подача заявок на участие в торгах, ознакомление с условиями проведения торгов, характеристиками лотов, проектом договора купли-продажи осуществляется с 13.04.2020 г. до момента определения победителя торгов на Торговом портале АО «Российский аукционный дом» (ОГРН 109784723351, ИНН 7838430413, сайт: www:/lot-online.ru.) с 10-00 до 23-59.

Почтовый адрес организатора торгов: 108851, г. Москва г. Щербинка, ул. 1-я Барышевская, 5-4, тел. 89672325306, e-mail: elir_1973@mail.ru.

Ознакомление с имуществом (гравиметр) возможно с 13.04.2020 г. до момента определения победителя торгов (принятия торгов несостоявшимися) предварительно созвонившись по телефону: +7(903) 779-35-32, либо предварительно направив запрос по электронной почте: elir_1973@mail.ru в будние дни с 10-00 до 16-00

НЕДВИЖИМОСТЬ

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

■ **СДАМ** вашу квартиру/комнату, дом быстро и надежно. Опыт 27 лет. 8 (499) 450-64-04

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

■ **ЦИКЛЕВКА** паркета ТРИО без пыли. Лак Все виды работ. Качеством. Недорого. Без посредников. Москвичи. Пенсионерам скидки!!! 8 (495) 162-03-81

■ **МАЛЯРНЫЕ** работы. Выравнивание стен, потолков и шпатель. Покраска. Обои. Ламинат. Электрика. 8-905-745-72-90

МЕБЕЛЬ

■ **РЕМОНТ** и перетяжка мягкой мебели. Вызов мастера бесплатно. www.obivkameb.ru 8 (495) 410-19-77

■ **ЛЮБОЙ** ремонт мебели. 8-925-504-54-71

АВТО

■ **ГРУЗОВЫЕ** и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Сборка и разборка мебели. Индивидуальный подход каждому клиенту. Утилизация мусора. 8 (495)744-78-52

АНТИКВАРИАТ

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

ЯНТАРЬ куплю ДОРОГО: Статуэтки, Подстаканники, Портсигары, Значки, Самиовары, Серебро, Иконы, Монеты, Игрушки, Палех, Будды. Выезд. 8 (495) 643-72-12

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

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

ПОКУПАЕМ книги, полки, техническую литературу, библиотеки, архивы, фарфор, статуэтки, самовар, бронзу, значки, картины, иудаику и любой антиквариат. 8 (495)585-40-56

КУПЛЮ: 8 (495) 508-53-59

- ▶ Модели Авто
- ▶ Железная дорога
- ▶ Старые фото
- ▶ Военную форму
- ▶ Генеральские вещи
- ▶ Военную атрибутику
- ▶ Фарфор
- ▶ Хрусталь
- ▶ Подстаканники
- ▶ Самовар
- ▶ Монеты
- ▶ Книги
- ▶ Иконы
- ▶ Янтарь
- ▶ Статуэтки
- ▶ Патефон
- ▶ Фотоаппараты
- ▶ Хранометр
- ▶ Игрушки и духи СССР
- ▶ Касли
- ▶ Солдатики
- ▶ Куклы
- ▶ Часы
- ▶ Марки
- ▶ Открытки
- ▶ Документы
- ▶ Знаки
- ▶ Этикетки
- ▶ Радио-аппаратуру

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ

ДВЕРИ межкомнатные и входные

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

СКИДКИ до 30% ВЕТЕРАНАМ, НОВОСЕЛАМ, СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ И ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ДЕЙСТВУЕТ СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА «НАРОДНЫЕ ДВЕРИ»

БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ ОТ ПРОСТЫХ ДО ЭЛИТНЫХ

8 (495) 208-03-88

ОТДЕЛ ЗАКАЗОВ 8-00 - 21-00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

1 ЧАС И МАСТЕР У ВАС

ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА

Московская служба Ritual.ru предоставляет дополнительную социальную компенсацию людям, столкнувшимся со сложностями при организации погребения. Получить ее можно при организации похорон через городскую специализированную службу Ritual.ru

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ КОМПЕНСАЦИЯ 5000 Р при предъявлении данного объявления сотруднику специализированной службы

Предложение действует до 30.04.2020 г. Информация об организаторе и подробности на сайте RITUAL.RU

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 009-00-49 или на сайте службы www.ritual.ru

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 Номер свидетельства государственной регистрации 024.266. ЗАО "Ритуал-Сервис" ОГРН 1027739098661 Реклама 18+

Бесплатная Ежедневная рекламная газета «Центр-Город», (№15 Москва) Удиритель 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.

КУПЛЮ книги, фотографии, архивы, журналы, газеты, открытки, плакаты, афиши до 1940 года Т. 8-985-275-43-33

■ **ПОКУПАЮ** антиквариат: монеты, значки, иконы, фарфор. Тел. 8-915-195-24-32

ВАКАНСИИ

ОХРАННИКИ НА ВАХТУ 3/п 50 000 руб. Москва и область. График работы: сменный, вахта. Дневные смены (12 часов) 20/10 - 3/п 1300 руб/день. Вахта 15/15, 30/15 - 3/п от 1300 - 1700 руб/день. Суточный-1/1, 1/2, 1/3-3/п 2200-2500р. Бесплатное питание и проживание. Опыт работы не имеет значения. Наличие лицензии приветствуется. 8-999-811-87-97, 8-977-419-61-78

ОХРАННИКИ С ЛИЦЕНЗИЕЙ 3/п 40 000-60 000 РУБ. Москва и область. Прямой работодатель. График работы: вахтовый метод, 15/15,30/15 дневные и ночные смены. Опыт работы не имеет значения. Бесплатное питание и проживание. 3/п 1300-2000р/ смена. Оплата сразу после вахты. Охранник с личным авто-билем 2500 руб/ночь. 8-926-688-02-30, 8-929-604-72-07, 8-925-662-96-36

ТОБЫ ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ В РАЗДЕЛЕ "КЛАССИФИКАЦИЯ" ЗВОНИТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (495) 374-74-87

РАЗНОЕ

■ **КУПЛЮ** или приму в дар старую радио-аудио аппаратуру, грамфон, магнитофон, магнитола, проигрыватель, колонки исправные или нет. 8-916-774-00-05, Дмитрий

СЕМЕЙНАЯ ПАРА 3/п 80 000 РУБ. Требуется в частное сельское хозяйство. Мытищинский р-н. От МКАД 3 км. Мелкий ремонт по хозяйству. Уход за сельскохозяйственными, в т.ч. свиньями и лошадьми. Навыки дойки коров и коз бязательны, навыки верховой езды и ухода за лошадью приветствуются. Проживание бесплатно в отдельном доме. График работы: полный рабочий день 6/1. 8-926-265-46-83, строго с 10 до 20, Ирина Владимировна

ТРЕБУЮТСЯ ЛИЦЕНЗИРОВАННЫЕ ОХРАННИКИ

ГРАФИК РАБОТЫ: СМЕННЫЙ

ОПЛАТА ВЫСОКАЯ И СВОЕВРЕМЕННАЯ

Логистический центр г. Пушкино (рядом с ГМ Глобус) Гипермаркет «Глобус» п. Коммунарка, г. Балашиха

2600 РУБ/СУТ. 15 ЧАСОВ - 1700 РУБ.

8-916-722-18-90 работа в г. Пушкино

8-916-313-30-08 работа в п. Коммунарка

8-964-785-62-63 работа в г. Балашиха

Звонить пн-пт с 9.00 до 18.00

КУПИМ АНТИКВАРИАТ

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

8-910-409-07-68

8-916-694-48-39

ЗАВОД-ИЗГОТОВИТЕЛЬ • БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 5-10%

завдвижка в ПОДАРОК!

3500 р. до элитных

ВЕСЕННИЕ СКИДКИ

ЛАМИНАТ

МДФ

ШПОН

ПОРШКОВОЕ НАПЫЛЕНИЕ

ВИНИЛСКОЖА

ФОТОПАНЕЛЬ

3D ПАНЕЛЬ

8(495) 648-49-13

www.мос-двери.рф

БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (www.ritual.ru), информирует об участвовавших случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Рекомендованный порядок действий

Если горе случилось дома:

1. Вызовите по круглосуточному номеру 8 (495) 009-00-49 сотрудника городской ритуальной службы, запишите его Ф.И.О. и табельный номер.
2. Обязательно проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего сотрудника, чтобы убедиться, что он не "черный агент", получивший данные о вашем горе от неизвестных информаторов.
3. Вместе с сотрудником вызовите скорую помощь и полицию.
4. Приготовьте паспорт и мед. полис покойного, а также удостоверения личности всех, кто находится рядом.

Если горе случилось в больнице:

1. Позвоните в городскую специализированную службу по номеру 8 (495) 009-00-49 и вызовите сотрудника ритуальной службы прямо в больницу.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

Отпечатано в АО «Красная Звезда» Адрес: 125284, г. Москва, Хорошевское ш., 38 Время подписания по графику: 21:00 Время подписания фактически: 13.04.2020, 21:00 Дата выхода: 14.04.2020

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Тираж данного выпуска: 1 400 000 экз. № заказа 0000-2020

Маска гигиеническая Фабричная

- Уникальная технология с максимальной защитой
- Блокирует крупные капли исходящие при чихании и кашле
- Плотно облегает нос, рот и подбородок

Одноразовые | Многоразовые | Дизайнерские маски



Спрей для тела органический

«A-Flumon»

Предназначен для наружного применения для профилактики инфекционных процессов, передающихся бытовым, воздушно-капельным путем.

Не содержит токсинов, консервантов, лекарственных, генномодифицированных веществ, не вызывает привыкания, гипоаллергенен

Способствует увлажнению кожи, устранению дерматозов различного происхождения, гематом и сосудистых сеточек

ВОЗМОЖНА ДОСТАВКА НА ДОМ В ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ

8 (495) 208-48-79

Мы есть во всех
популярных
мессенджерах



8-916-964-91-33

8-964-700-08-18

8-926-467-31-15

Розница ✦ Мелкий и КРУПНЫЙ опт ✦ Наличный и безналичный расчет

Регистрационный номер декларации о соответствии ЕАЭС N RU Д-РУ.ПХ01.В.09718/20 от 20.03.2020. РЕКЛАМА

ОШИБКИ, КОТОРЫЕ ЧАСТО СОВЕРШАЮТ ХУДЕЮЩИЕ

Считаю очень важным предостеречь худеющих от часто совершаемых ими ошибок.

ВОТ ПЕРВАЯ ОШИБКА – использование в целях похудения большого количества слабительных средств. Надо ясно понимать, что реально похудеть с помощью слабительных средств нельзя, ибо жировые клетки, в которых накапливается жир, в просвет кишечника попасть никак не могут и, следовательно, не могут быть удалены из организма с каловыми массами.

– Возможна ли **потеря веса** с помощью слабительных средств?

– Да, **потеря веса** возможна: интенсивное использование слабительных нарушает нормальное пищеварение и организм, оказавшись на голодном пайке, начинает расходовать для покрытия своих энергетических нужд жир, отложенный про запас в жировых клетках. Да, с помощью слабительных можно на некоторое время несколько уменьшить свой вес за счет истощения жировых клеток, но ожирение-то останется при Вас, ибо количество самих жировых клеток остается неизменным; и

ожирение может даже прогрессировать... В общем, практически похудеть с помощью слабительных все-рьез и надолго — невозможно.

ВОТ ЕЩЕ ОДНА РАСПРОСТРАНЕННАЯ ОШИБКА — упование на мочегонные средства, на сауну, на массаж...

Надо ясно сознавать, что ни мочегонные средства, ни сауна, ни массаж сами по себе не приводят к похудению. Помните! – Жир не выделяется в больших количествах кожей.

Часто возражают, что, мол, есть знакомые, которые так худели на 4–7 килограммов. На это я уверенно отвечаю, что эти знакомые, скорее всего, не худели, а просто обезвоживались, то есть теряли вес за счет жидкости. Подкожная жировая клетчатка – это рыхло организованная ткань, а потому является депо жидкости. Вспомните, например, верблюда — его горбы состоят из жировой ткани и являются своеобразным хранилищем воды для «корабля пустыни»... У тучного человека в подкожной жировой клетчатке тоже содержится много жидкости; и с этой-то жидкостью можно на время расстаться...

Мочегонные — сильное медицинское средство, поэтому пользоваться ими можно только по назначению врача, и уж никак не для похудения.

К сауне и к массажу следует просто правильно относиться: выпарить

жир нельзя, изгнать его из себя с помощью массажа тоже нельзя; в то же время в структуре курса похудения целесообразно предусмотреть и регулярное посещение сауны (парилки), и массаж.

Я НАСТОЯТЕЛЬНО РЕКОМЕНДУЮ ВСЕМ, кто сбрасывает вес, посещать сауну (парилку) раз в неделю или даже чуть чаще. При похудении образуются разнообразные продукты полураспада жира — этакая «копоть», «шлаки». На весь период похудения организм человека «зашлакован» более обычного и более обычного нуждается в очищении; так вот, парилка (сауна) — прекрасное средство стимуляции выделительной функции кожи.

МАССАЖ тоже целесообразен в структуре курса похудения, и вот почему: во-первых, массаж, уплотняя подкожную жировую клетчатку, действует мочегонно и таким образом препятствует задержке жидкости в организме (а у худеющих есть тенденция к такой задержке); во-вторых, массаж улучшает кровообращение и обмен веществ в коже, так что она успевает уменьшаться вслед за потерей общего веса и жировой ткани; наконец, с помощью массажа можно избирательно осуществлять мобилизацию жира, то есть худеть чуть быстрее в той или иной части тела. А это имеет косметическое значение.

Проводятся консультации специалистов

«ВИТА» Центр Психологии из СПб.

Достаточно всего одного сеанса, чтобы переключить организм в **режим естественного похудения**, похудеть до нужного Вам веса и сохранять достигнутый результат. И это без изнуряющих тренировок и голодовок; напротив, при регулярном питании и соблюдении несложных правил здорового образа жизни! Автор концепции — известный петербургский врач Сергей Петрович СЕМЁНОВ.

- **ЛИШНИЙ ВЕС**
- **Пристрастие к СПИРТНОМУ**
- **КУРЕНИЕ**
- **Программа «АНТИСТРЕСС»**
- **Программа «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»**

В условиях карантина сеансы будут проводиться лично С.П.Семёновым ОНЛАЙН.



Гибкая
система
скидок

30-летний опыт
успешной работы

vita-ap.ru mcvita.ru

(495) 211-40-66



Сеансы проводит С.П.Семёнов