

Мы создаём комфортные условия для нашей жизни!



ОБЩЕСТВЕННЫЙ СОВЕТ

Кто, если не мы?

стр. 2



ЗДОРОВЬЕ

Даёшь витамины!

стр. 3



ЗНАКОМЫЕ НЕЗНАКОМЦЫ

На свободную тему

стр. 4

Жить в единении

Уважаемые жители Развилки!

В этот знаменательный для всего нашего государства день, хотелось бы, чтобы никто из нас не забывал, что лишь в единстве и согласии наш народ – великая сила, что лишь все вместе мы сможем достичь процветания и благополучия нашей страны. Давайте поздравим друг друга, пожелаем больше счастья, добра, любви, меньше невзгод и побольше единства. С праздником!!!



Управляющая компания

ЭСТЕТ



А вы знаете - сколько разных национальностей проживает в посёлке Развилка? Наверное, никто и не пытался это подсчитать. Да и не надо! Главное, сколько бы нас ни было, мы живём одной большой семьёй. Бывает всякое - и дружба, и любовь, и ссоры и споры. Но причиной тому не различие в нациях.

И это главное. И ещё есть одно общее у нас всех - мы любим свой посёлок. За то, что живём здесь, за добрые воспоминания, за тёплые отношения, за то, что здесь растут наши дети. Так давайте сохраним это чувство единения на долгие годы!

НОВОСТИ



Больше успеть!

Больше успеть старались сотрудники Управляющей компании «Эстет», пользуясь погожими деньками, которые подарил нам октябрь. Работа, может, и не глобальных масштабов, но важная и нужная. Тот же ямочный ремонт асфальта около дома № 45. Ямы залатали и теперь нет опасения, что какой-то прохожий или житель дома подвернёт ногу. Частичный ремонт асфальтового покрытия провели и у дома № 43.

В ряде домов прошёл ремонт. Так, в доме № 36 привели в порядок чёрный вход. Отремонтировали ступени и перила. А в доме № 35 комплексный ремонт охватил зоны лифта и почтовых ящиков. Установили дверь, ведущую на чёрную лестницу.

В доме № 43 также решили отремонтировать входную группу пятого подъезда. Выполнены штукатурные работы. Если он доставил жителям неудобства, то это только временно. А ведь каждый, наверное, отметил - стало уютнее!



ОТЗЫВЫ

ПОБЛАГОДАРИЛИ

В адрес управляющей компании поступила благодарность от жительницы дома № 43 посёлка Развилка Татьяна:

«Очень благодарна Вашей компании за быстрое реагирование на проблемы проживающих в доме 43, особенно благодарна Шиловой Валентине Константиновне за ответственный подход к своему делу - быстрое решение и выполнение поставленных задач, а также за доброе и приветливое отношение к людям.»



ОБЩЕСТВО

ЕСЛИ НЕ МЫ, ТО КТО?

Второй год в Развилке работает Общественный совет при местной администрации. 15 неравнодушных и любящих свой посёлок человек объединились, чтобы вместе решать, пусть не глобальные, но очень важные вопросы жизнедеятельности Развилки. Татьяна Ивановна Бондаренко – председатель Общественного совета. Она поделилась успехами и планами - и тех и других хватает.



- Самая большая наша победа – Сквер детства, который вскоре возродится в Развилке. Думаю, этому будут рады и дети и их родители. Это место, безусловно, станет любимым для прогулок, - вот так, с главного, начала Татьяна Бондаренко, - сквер находится в одной из самых оживлённых частей посёлка, в рядом стоящих домах в общей сложности порядка 1400 квартир! А сколько это детей?

О проблемах и просьбах члены совета узнают от жителей, которые в первый понедельник месяца могут прийти в здание администрации на приём и задать свой вопрос или озвучить свою проблему. Кроме того, общественники постоянные участники всех мероприятий, на которых также общаются с народом, выслушивают, по возможности общаются помочь.

- Одно из больших дел, которым мы сейчас заняты, - продолжает Татьяна Ивановна, - очистка Бесединского пруда. Мы подключили экологов, Общественную палату Ленинского округа, ТПП. Силами прихожан, совета депутатов привели в порядок территорию вокруг пруда, сделали обрезку кустарников. Но работы ещё много, и хочется привести водоём в порядок, ведь в следующем году селу Беседы исполнится 640 лет. Хочется, чтобы пруд стал таким же уютным, как и много лет назад, каким его наверняка помнят старожилы.

Каждый из членов общественного совета человек работающий, Татьяна Ивановна, к примеру, директор местной школы, и, кстати, живёт не в Развилке, а в Видном. Но ведь все её ученики и их семьи живут здесь!

- Хочется не что-то глобально поменять, а решать, пусть и маленькие, но важные вопросы. И тогда жить всем будет лучше! – Говорит Татьяна Бондаренко. – Ведь, если не мы, то кто же?

Татьяна КУЗНЕЦОВА

ВОПРОСЫ ВОСПИТАНИЯ

О доброте

В ноябре отмечается один из тех праздников, о которых знают далеко не все, не в каждом календаре он указан, и вообще не серьёзный какой-то.... День доброты. Доброта, добрый - слова, которые появляются в лексиконе человека одними из первых, характеризуют огромное количество положительных качеств кого-либо. Добрый дядя, добрая собака, добрый герой. Добро побеждает зло. Это мы тоже знаем. И в каждом из нас родители, а после и мы сами в своих детях пытаемся воспитывать добрые качества, но, при этом, взрослые, конечно же, намного расширяют это понятие. Так давайте поговорим о доброте, какой она должна быть, и можно ли быть одновременно добрым и жестоким?

Моя соседка Серафима Петровна, одинокая старушка, с характером, и я, например, увидев её подходящей к подъезду, стараюсь немного обождать, чтобы не столкнуться. Ведь знаю из личного опыта: ничего хорошего это не сулит. Обязательно найдётся, за что упрекнуть меня (за то, что из почтового ящика не вовремя вынимаю корреспонденцию), моего мужа (за то, что на днях не поздоровался, когда она шла метро за сто, а он опаздывая, сел в машину и уехал), детей (за то, что роняют ключ, прежде чем тот попадёт в замочную скважину, тем самым тревожа её послеобеденный сон), кошку (за просто так). Хотя кошку, скорее всего, оставит в покое. Ведь Серафима Петровна очень добрая женщина! Все мест-



ные кошки, обитающие в нашем подвале, знают её, с пустыми руками старушка никогда не выходит из дома. Для мурлык у неё обязательно найдётся угощение и ласковое слово. Однажды я попыталась задеть эти струнки её души и наладить отношения, но, увы, соседка быстро перевела разговор в то, русло, которое ей было привычнее. Ворчала она на всех, и мы даже привыкли к этому, как вдруг однажды я поняла: Серафимы Петровны не видно и не слышно! Решила порасспрашивать соседей - никто не обратил внимания! Звонки в дверь ничего не дали, но ведь женщина одинокая, а вдруг что случилось? Вызвала участкового. Открыли дверь. Она была в квартире, лежала на полу у своей кровати. Дальше скорая, больница. Позже стало известно: инсульт. После этого случая я часто думала о том, насколько мы погружены в себя, в свои заботы и не видим, что происходит вокруг. Да, мало кто из соседей сказал добрые слова о Серафиме Петровне, но сами-то? Разве мы оказались добры? Внимательны? Отзывчивы? Человечны? Я не считаю, что в тот момент сделала что-то героическое - это НОРМАЛЬНО. Но большинство соседей даже слегка упрекнули, мол, так ей,

склочнице, и надо! Как она к людям, так и они к ней! Но ведь это уже жестоко! Правда, тот случай мало что изменил в отношениях нашей соседки к людям. Она вернулась из больницы, и первое что я услышала на моё приветствие: «с выздоровлением вас!» - «снова твои дети на мой коврик наступают!»

Как заставить нас быть добрее? И поче-

му соседские отношения, некогда бывшие чуть ли не родственными, в последние десятилетия настолько изменились? Лично я грущу по тем временам, когда двери не закрывались, когда к маме на минутку забегала соседка тётя Тамара за стаканом муки, слово за слово, тут уже и дочка её Женька: «мам, ты скоро?», а сама, между тем, ко мне поиграть, а следом и муж её, дядя Фёдор, вроде бы и за своими, а глядишь: уже с моим отцом сидит на диване - оба прилипли к телевизору и во всю глотку болеют за «Динамо-Москва». И потом уходя, тётя Тамара пытается вспомнить: а чего это она вообще заходила-то? Так и жили. Где это всё теперь? Нет времени. Да, признаюсь, и у меня тоже. Но просто поздороваться, встречаясь в подъезде, иногда по пути в магазин заглянуть к старикам-соседям: «может вам что купить?» или помочь молодой маме с коляской дверь придержать... Добро делать не сложно. Главное, чтобы желание было.

P.S.: В этом эссе, возможно, кто-то увидит себя. И, возможно, даже в образе Серафимы Петровны. Попробуйте подумать - а вы - добры?

Татьяна КУЗНЕЦОВА

ЭКОНОМИКА

В России изменят порядок проверки счётчиков

Недавно Галина Николаевна Б. в почтовом ящике среди прочей корреспонденции обнаружила уведомление, которое насторожило пенсионерку. В нём было сказано, что необходимо провести проверку счётчиков на расход воды, указывался телефон, по которому нужно было позвонить и пригласить для данной процедуры специалистов. Галина Николаевна решила провести небольшое расследование, дабы убедиться в действительной необходимости этого. Она обратилась в местную организацию водоканала, которая некогда и устанавливала приборы учёта, где ей сказали: делать ничего не надо, возможно, это мошенники. Это пример и одновременно предыстория.

Недавно стало известно, что порядок оформления проверки счётчиков изменится: юридическое значение будет иметь только запись в специальной базе данных Росстандарта. Бумажные свидетельства станут необязательными, их будут выдавать лишь

по желанию владельца прибора учёта. Это подорвёт бизнес мошенников, которые манипулируют сроками поверок, навязывают их и массово продают гражданам фальшивые свидетельства. Законопроект об электронной фиксации результатов поверок правительство внесло в Госдуму.

«После того, как специалист сделает поверку прибора учёта, он в присутствии владельца должен будет занести её результаты в наш реестр через портал госуслуг, - рассказал руководитель Росстандарта Алексей Абрамов. - Эта запись будет выступать единственным подтверждением поверки прибора учёта и информировать владельца о дате следующей поверки».

Росстандарт работает над тем, чтобы услуга предоставлялась в режиме онлайн, и результаты поверок, и вообще всех метрологических работ, имели юридическую силу не в бумажном варианте, а в виде электронной записи в реестре. В этом случае владелец прибора учёта будет всегда в



курсе, поверен его прибор или нет, и самое главное, он будет защищён от звонков, объявлений и извещений, о срочной и «неминуемой» поверке или замене прибора учёта. Мошенникам не только будет сложнее навязывать свои услуги, но и нам будет проще бороться с ними.

Наталья АКУЛОВА

ЗДОРОВЬЕ

Даёшь витамины!

Если быть внимательным к самому себе, то можно избежать многих недугов. Есть проявления нездоровья, которые выражаются различными симптомами. Например, авитаминоз. Заподозрить его несложно, и любой врач скажет, какого витамина не хватает вашему организму, если, к примеру, кожа становится сухой или наоборот - жирной, шероховатой или на ней появляются небольшие кровоизлияния. Врача-терапевта Ирину Богданову в холодный период года часто посещают пациенты, которым кроме лечения основного заболевания, она назначает ещё и комплекс витаминов. Каждому свой.

- Авитаминоз лучше предупреждать и начинать принимать витамины при первых же симптомах нехватки витаминов, - рассказывает Ирина Александровна, - В наших широтах характерен сезонный дефицит витамина С, а также В1 и В6. Но не стоит всегда принимать синтетические витамины. Последние два можно восполнить, употребляя в пищу обычный чёрный хлеб. Вообще же нехватка, к примеру, витамина С характеризуется конкретными признаками:

- выраженные сухость и шелушение кожи;
- боли в нижних конечностях;
- сильная раздражительность;
- кровоточивость дёсен;
- повышение частоты респираторных заболеваний.

Профилактика - лучший способ не довести организм до авитаминоза. Регулярный приём продуктов, насыщенных различными витаминами и микроэлементами, а в осенне-зимний период ещё и дополнительное употребление витамина С помогут избежать проблем.

- Кроме полноценного питания важны ещё и другие моменты, - продолжает Ирина Богданова, - первое - это закаливание и регулярные прогулки на свежем воздухе. Ведь, чем выше иммунитет, тем больше сопротивляемость организма. Как правило, люди, которые много времени гуляют - болеют меньше.

Большую роль играет приём витаминных напитков. Это и свежевыжатые соки, и смузи, и даже компоты из ягод. Чтобы последние были больше



насыщены витаминами, их не стоит долго варить - закипел и - готово!

Детский авитаминоз чреват различными последствиями. Это и дерматозы, и задержка роста и развития, общая слабость ребёнка. Частые простуды - тоже результат авитаминоза. Удивительно, но, не смотря на то, что у большинства людей сегодня есть возможность полноценно питаться, страдающих авитаминозами не уменьшается. Фастфуд, замена хорошего обеда перекусом - вот то, что угрожает нашему организму. И, если детей мы ещё как-то можем уберечь от этого, следя за их правильным питанием, то следить за собой получается, к сожалению, не у всех.

Татьяна КУЗНЕЦОВА

ДОМАШНЯЯ КУХНЯ

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ЗАРЯД

Осенью созревают самые полезные, богатые витаминами и минеральными веществами овощи, фрукты и ягоды. Даже искусственные кулинары не могут перечислить всех рецептов блюд из овощей и фруктов — супы, салаты, рагу и соте, запеканки, карпаччо, лёгкие закуски, пироги, морсы, варенье и низкокалорийные десерты. Поделимся малой толикой того, что можно приготовить к осеннему столу.

Яблоки запеченные в микроволновке

Печёные яблоки - отличный старт с утра, а те, кто ест их на завтрак, в течение дня чувствуют себя полным энергии, они более устойчивы к стрессам, которые окружают современного человека практически повсюду. Да и времени на готовку уходит минимум - это утром тоже важно.

Итак, вам понадобится: 3 крупных яблока, 3 ст л изюма, 6 очищенных грецких орехов, 3 ст л коньяка, 3 ч л сахарной пудры, 3 ч л сахара, листики базилика - 6 шт.

1. Заливаем изюм коньяком 2. Вырезаем у яблока серединку и наполняем его размельченными грецкими орехами и изюмом. 3. Насыпаем сахар 4. Яблоки прокалываем в нескольких местах зубочисткой (чтобы не лопнули) 5. Ставим яблоки в специальную посуду для микроволновой печи, наливаем 2-3 ст л воды. 6. Накрываем крышкой и ставим на 4 минуты в печь (мощность 900 Вт). 7. Готовые яблоки посыпаем сахарной пудрой и украшаем листиками базилика. Приятного аппетита!

Витаминный салат

На самом деле витаминных салатов существует великое множество. Можно самостоятельно придумывать новые оригинальные рецепты. Главное помнить: чтобы салат действительно был полезным, заправлять его нужно растительным маслом, и ни в коем случае не майонезом! Загляните в холодильник, наверняка у вас найдутся:

огурец - 1 шт, помидор - 1 шт, сладкий перец - 1 шт, морковь - 1 шт, сладкий лук - 1 шт, зелень по вкусу, бальзамический уксус - 0.5 ч л, растительное масло - 3 ст л.

1. Огурцы, сладкий перец и лук нарезать соломкой, помидоры дольками, морковь потереть на крупной тёрке. 2. Всё соединить, перемешать. 3. Бальзамический уксус смешать с оливковым или другим растительным маслом, полить салат. 3. Зелень нарвать и присыпать сверху. 4. Дать постоять минут 7-10. 5. Ешьте на здоровье!

ЮБИЛЕЙ

НИКУДА БЕЗ ЧУВСТВА ЮМОРА И ИРОНИИ!



Возраст - это только цифры. Михаилу Трофимовичу Юдину в октябре исполнилось 95 лет. Персональное поздравление президента России ему вручила начальник Ленинского управления социальной защиты населения Елена Гусева. Руководство администрации сельского поселения Развилковское также побывали в гостях у юбиляра.

Десяти лет прошли с тех пор, как в одном из домов Развилки поселилась семья Юдиных. И сегодня здесь праздник - глава семейства Михаил Трофимович отмечает 95-летний юбилей. Судьба Михаила Трофимовича тесно переплелась с Видновским краем. Уроженец деревни Ащерино практически всю жизнь живёт на родной земле. Исключение - годы Великой Отечественной войны, которые наш герой провёл в тылу на севере. Потом Михаил Юдин трудился на Молоковской фабрике упаковочных изделий, Московском газоперерабатывающем заводе, во ВНИИГАЗе. Раскрывая секрет долголетия, юбиляр говорит, что главное это оптимизм и любовь к жизни. А ещё никуда без чувства юмора и иронии. Семья - особая гордость Михаила Юдина. Почти полвека он прожил с красавицей-женой, вместе они воспитали сына и дочь. И, кстати, юбиляр - однолюбов во всём. Даже свою страсть к чтению он пронёс через всю жизнь, и сейчас ни один его день не обходится без чтения газет.

Редакция газеты «Наши соседи +» от всей души поздравляет Михаила Трофимовича с замечательной датой в жизни, желает ему долгих лет здоровья и оптимизма!

Екатерина ОДЕССКАЯ

Философия здоровья

О своем здоровье мы чаще всего начинаем задумываться лишь тогда, когда «прижмёт». Не правильно питаясь, не соблюдая режим работы и отдыха, ведя малоподвижный образ жизни. В Развилковской библиотеке провели лекцию о здоровом образе жизни и раскрыли секреты долголетия. А кандидат технических наук Георгий Меланифиди рассказал о своей книге под названием «Моя философия здоровья». Поделится Георгий Фёдорович своими принципами здорового образа жизни и с нашей газетой.

Всю свою жизнь Георгий Меланифиди интересуется медициной и, будучи математиком, рассматривает человека, как «большую систему». Работа над книгой «Моя философия здоровья» заняла у него немало времени. В ней описан бесценный опыт самого автора.

- Любое средство, которое ты хочешь употребить, для того чтобы быть здоровым, нужно, чтобы оно было любимым. Это должно стать образом жизни. Но, в то же время, это нельзя превращать в культ. Культ деградирует психику человека, - рассказывает Георгий Фёдорович.

Среди пришедших на лекцию оказались и те, кто тоже имеет свою философию здоровья и пользуются ею уже многие годы: обливаются холодной водой, много плавают, испытывают систему голодания или, как Вера Масцеева, на протяжении всей своей жизни постоянно открывает для себя что-то новое.

- Современные условия меняют возможности оздоровливать себя. Мне уже 80 лет, я занимаюсь дыхательной гимнастикой. А не так давно я начала обучать и других людей этой гимнастике, рассказала женщина, которую невозможно назвать пожилой - настолько она молода и душой и внешне.



В наше время огромное количество информации, позволяющей на себе испытывать разные методики оздоровления. И всё же, опытные люди не рекомендуют идти на поводу модных диет, а больше прислушиваться к своему организму. И в этом случае у каждого из нас есть возможность жить долгие годы счастливо и чувствовать себя хорошо.

Анастасия ГРАЧЁВА

ЗНАКОМЫЕ НЕЗНАКОМЦЫ

На свободную тему

Художник... Поэт... Музыкант... Всегда ли это профессия? Вовсе нет! Очень часто это – состояние души механика, инженера, юриста, экономиста, плотника и так далее. Елена Смирнова – бухгалтер и всю жизнь посвятила именно этой профессии. Рисование – её увлечение, без которого, как без воздуха, жить у неё не получается.

С Еленой Смирновой мы познакомились в Развилковской библиотеке. В течение месяца её картины можно было увидеть на организованной здесь выставке, а в один из дней художница встретилась с местными жителями, рассказала о себе, о своём творчестве. Экспозиция художника-любителя носит название «На свободную тему». Елена – человек впечатлительный, и идеи рисунков приходят как-то вдруг...

– У меня не было каких-то душевных терзаний, исканий. А просто в понедельник, допустим, мне захотелось нарисовать что-то, во вторник я сходила купила краски, а в среду начала рисовать, – рассказывает Елена Смирнова.

А началось всё с появления у нашей героини свободного времени после выхода на пенсию. Это было три года назад. Первой работой стало изображение игрушки внучки. Елене так понравился сам процесс и то, что получилось в итоге, что она начала рисовать каждый день. С

тех пор художница занимается живописью, пробует себя в разных жанрах, направлениях и техниках. Больше всего нравится рисовать портреты.

– Меня очень привлекают негритянские мотивы, образы, особенно женские. Нравится этот контраст, – улыбается Елена, – Начинала с акварели, хотя сразу поняла, что это намного сложнее, чем масло. Ведь исправить ничего в акварели нельзя. Но я очень нетерпеливая, а ведь нужно время, пока масло подсохнет. поэтому я всё же больше пишу акварелью.

Свои картины Елена уже выставляла в местной ДШИ и в Московском доме культуры «Авангард». На этой выставке, третьей по счёту, представлено 50 работ. Художница поделилась с присутствующими своими творческими планами.

– Хочу нарисовать работу, которая будет называться «Человек – солнечная система». Моё желание – рисовать абстракции, но у меня так мало фантазии. Я, мне кажется очень приземлённая, – призналась художница.

Кстати, не смотря на отсутствие профессионализма, Елене не раз поступали предложения продать картины. Но пока она ни одной не продала. И даже не подарила. Говорит: пока не готова расстаться ни с одной из них. Но, если вдруг снова пригласят поучаствовать в выставке – она обязательно согласится!

Наталья АКУЛОВА



ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЦА

Природы живые холсты

Каждая строчка проникнута запахом осенней листвы, что шуршит под ногами, непривычной тишиной, какая стоит после отлёта птиц, яркими красками и особым желанием продлить тёплые деньки. Это стихи об осени. Наверное, если спросить людей, думающих стихами, почему они пишут об этом времени года, они ответят самыми проникновенными строками. Например, такими:

Юлия ГРАЧЁВА

ОСЕНЬ

Мы осень заметим по ранним закатам,
По огненно-пышной листве,
По выбритым папиным, цветущим когда-то,
По жухлой усталой траве.

Мы осень услышим по яблочным нотам,
По спелым, душистым плодам,
По ярким цветам, урожайным щедротам,
По бабушкиным пирогам.

Мы осень узнаем по шелесту платья
По мокрым седым волосам.
Нам осень раскроет сырые объятия,
Дав волю небесным слезам.

Ольга БУЛАВИНА

ЛЕС ПРОЗРАЧЕН

Лес прозрачен в конце октября,
Потемнело ковра многоцветье,
Неуемным пожаром горят
На закате кленовые ветви.

Нет печали. Светло на душе
И не хочется думать, поверьте,
Мне о том, что таятся уже
И готово прийти на рассвете

В мой последний приют – в этот дом,
Где царит ностальгия о лете,
О счастливом, последнем, о том,
Где стихи ещё не жили эти...

Тамара СЕЛЕМЕНЕВА

ОСЕНЬ

Октябрь. И осень в разгаре.
Пурпур, разноцветье листвы,
Пылают, без дыма и гари
Природы живые холсты.

Как пламя, вздымаются краски,
Цветных языков перелив.
Ты к ним прикоснись без опаски.
Не жжёт огневой их мотив.

Там золотом блещут берёзы,
Здесь клён красно-рыжий шумит.
Осенних пожаров курьёзы...
А сердце – о лете щемит.



НАШИ СОСЕДИ+

Газета «Наши соседи+». Средство массовой информации, зарегистрировано 21.12.2016 г. Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-68093.

Материалы под рубриками «На правах рекламы», «Удачные объявления», «Хорошие новости», «Популярная тема», «Тусовка», «Переворот», «Внезапно» размещаются на правах рекламы.

Учредитель: Общество с ограниченной ответственностью «Гранат»
И.О. редактора: Татьяна Кузнецова
Номер 10. Время подписания по графику – 17.00
Время подписания фактическое – 17.00
Дата выхода: 10.2019 г.

Тираж: 5 000 экз. Распространяется бесплатно
Адреса редакции: 142100, Россия, Московская область, г. Подольск, ул. Карла Маркса, д. 29, офис 26.
Адрес издателя: 141100, Россия, Московская область, Щёлковский район, г. Щёлково, ул. Советская, д.16, стр.2.
Типография ООО «Эни»: 125993, Москва, Ленинградское шоссе, 5а.
Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов.