



СОБЫТИЕ

На юбилее Луганского землячества

Представители района Кунцево во главе с главой муниципального округа Кунцево Дмитрием Васильевичем Лещенко посетили торжественный вечер, посвященный 25-летию Региональной общественной организации «Луганское землячество». Мероприятие состоялось в Фольклорном центре «Москва».

представитель от Народного Совета Луганской Народной Республики О.Е. Бас и депутат Московской городской думы Е.А. Раззакова. Были переданы слова приветствия от В.И. Матвиенко и А.В. Шапошникова соответственно. Особого внимания удостоились выступления потомков героев-молодогвардейцев: племянника С.Г. Тюленина – Ю.Л. Галкина, племянника братьев Левашовых – А.С. Левашова и внуки руководителя города Краснодона С. Г. Яковлева – Е.В. Павликовой.



В числе гостей от района Кунцево были:

- председатель местного отделения Всероссийского общества инвалидов района Кунцево, зам-председатель Кунцевского Совета ОС О.А. Алексеева;
- члены правления ВОИ района Кунцево А.А. Обухов и Н.Д. Семенова;
- представители Совета ветеранов и общественные советники района Ю.П. Лызлов и Р.И. Георгиева;
- заведующая детским отделом библиотеки №200 «Истоки» Е.Ф. Кудинова;
- общественный советник, помощник главы муниципального округа Кунцево А.С. Василенок.

Луганское землячество было основано в Москве в 2001 году. На протяжении четверти века его активисты проводят мероприятия, направленные на популяризацию истории, сохранение памяти о героях Луганской земли и поддержку жителей Донбасса.

Перед началом праздничного концерта гости осмотрели выставку «Русский Донбасс» и пообщались с президентом РОО «Луганское землячество» С.Ю. Пантелеевым и другими участниками вечера.

В церемонии открытия приняли участие и обратились к собравшимся сенатор Российской Федерации,

Ю.Л. Галкин со сцены отметил Кунцевский район и Дмитрия Васильевича Лещенко лично. В 2023 году на улице Молодогвардейская в Кунцево был установлен памятник «Героям-молодогвардейцам». Тогда органами местного самоуправления муниципального округа Кунцево, управой района, местным отделением Всероссийского общества инвалидов, ветеранской организацией, молодежной палатой, общественными советниками, потомками героев и всеми общественно-патриотическими организациями района Кунцево была проделана большая работа по увековечению памяти героев.

Выступавшие и активисты землячества были награждены грамотами и книгами А.А. Фадеева «Молодая гвардия». Завершился вечер праздничным концертом с участием Веры Берадзе, Романа Разума (Луганск), Центра культуры «ХОРОШЕВСКИЙ», Романа Рыкалова и рок-группы «ЕЩЕ», театра-студии «ПРОтеатр», после чего гости продолжили общение в неформальной обстановке.

Гости из района Кунцево выразили благодарность организаторам за приглашение и теплую атмосферу праздника.

Алексей Василенок

СОБЫТИЕ

«Парта Героя»

В школе №1293 состоялась трогательная церемония – открытие «Парты Героя», посвященной выпускнику школы Игорю Александровичу Коробову, погибшему 3 года назад и награжденному орденом Мужества посмертно. Это событие стало символом вечной памяти и безмерной благодарности за его подвиг.

Игорь Коробов учился в школе №1293 (в то время – №81) с 2003 по 2012 год. Товарищи знали его как доброго, отзывчивого и надежного человека. После школы Игорь проходил срочную службу в подмосковной Балашихе, был отличником боевой подготовки. Армия стала его осознанным выбором. Когда объявили мобилизацию, Игорь ждал повестку и просил родных не скрывать ее: «Меня там ждут».

24 сентября 2022 года он был мобилизован. 17 января 2023 года в ходе боя в районе села Кузюмовка (г. Сватово) был ранен командир его отделения. Игорь бросился на помощь, а во время новой атаки закрыл командира собой, приняв удар. Он погиб, до конца оставшись верным присяге, долгу и товарищам.

«Это высшее проявление героизма, – отметил на церемонии глава муниципального округа Кунцево, член управляющего совета школы Дмитрий Лещенко. – Его подвиг – вечный пример отваги и настоящей любви к Родине».

«Парта Героя» — это всероссийский образовательный проект, позво-



ляющий школьникам буквально прикоснуться к истории. Право сидеть за такой партией получают лучшие ученики. Это особая честь.

Дмитрий Лещенко передал слова поддержки и соболезнования семье героя от главы управы района Кунцево Д.В. Сапронова и Совета депутатов МО Кунцево. Также глава муниципального округа заверил родных Игоря Коробова, что двери Совета депутатов всегда для них открыты и они могут рассчитывать на необходимую помощь. «Уверен, эта парта станет для ребят настоящим нравственным ориентиром, – подчеркнул Дмитрий Васильевич. – Она будет напоминать о ценностях, которые делают человека сильным, а страну – непобедимой: о честности, мужестве, верности и патриотизме».

В мероприятии приняли участие директор школы, депутат Совета депутатов МО Кунцево И.Ю. Трус, исполнительный секретарь местного отделения Партии «Единая Россия» ЗАО Е.В. Квашнина, участник и ветеран специальной военной операции Олег Александрович Кунцов, исполнительный секретарь местного отделения партии «Единая Россия» района Кунцево А.Н. Смирнов.

Директору школы Ирине Юрьевне Трус были выражены особые слова благодарности за инициативу и организацию церемонии, а учителям – за сохранение памяти об их ученике.

Вечная память Герою. Низкий поклон родителям за сына. Его пример будет жить в сердцах новых поколений.

АКТУАЛЬНО

Будущее территории на Ярцевской улице

В управе района Кунцево прошла встреча, посвященная развитию участка, освободившегося после сноса дома №31, корпус 6 по улице Ярцевской.

В обсуждении приняли участие депутат Государственной Думы Е.Г. Попов, глава управы района Кунцево Д.В. Сапронов, глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко, заместители главы управы Г.Г. Кварцхава и Т.Н. Намазова, исполнительный секретарь местного отделения партии «Единая Россия» А.Н. Смирнов, депутат Совета депутатов О.А. Алексеенко, член Коллегии Министерства просвещения РФ, председатель ЦКБОО Д.М. Таран, общественные советники и жители района.

Главная новость для местных жителей: высотное строительство на этом участке не планируется. Несмотря на интерес со стороны застройщиков, принято решение о создании здесь временного общественного



пространства. Сейчас прорабатывается концепция благоустройства. Среди основных предложений:

- каток с искусственным льдом на месте старой спортивной площадки (в теплое время года он будет работать как универсальная спортивная площадка);
- раздвалка и зона ожидания на месте снесенного дома;
- корты для падел-тенниса, скейт-парк и дорожки для керлинга.

По предложению депутата Госдумы Е.Г. Попова жители договорились провести опросы в домовых и районных чатах, чтобы выяснить, какой вариант предпочитает большинство.

Совет депутатов муниципального округа Кунцево поддерживает проект комплексного развития территории. Участники встречи отметили важность продолжения диалога с жителями

ОФИЦИАЛЬНО

ГРАФИК ЛИЧНОГО ПРИЕМА ГРАЖДАН депутатами Совета депутатов внутригородского образования — муниципального округа Кунцево в городе Москве

(утверждено решением Совета депутатов внутригородского
муниципального образования – муниципального округа Кунцево
в городе Москве от 11 февраля 2026 года № 51/7. СД МОК/26)

Ф.И.О. депутата	День приема	Место приема	Телефон записи на прием
ОКРУГ № 1: ул. Бобруйская: 3; ул. Боженко; ул. Екатерины Будановой; ул. Ельнинская: 6;8;11 (к.2); 12 (к.1,2); 18 (к.1); ул. Ивана Франко; ул. Истринская; ул. Коцюбинского; ул. Кунцевская; ул. Леси Украинки; ул. Молдавская; ул. Молодогвардейская; ул. Маршала Сергеева, дом 3; ул. Партизанская: дд.9-15(нечет.), 18-24 (четн.); ул. Полоцкая; Рублевское ш.: д.д. 79- 91(к.4), нечетн.; ул. Ярцевская: д.д. 2-28 (четн.).			
Анохина Наталья Борисовна	1-й вторник каждого месяца 15:00 - 17:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов	8(499)141-29-16
Арсентьева Галина Владимировна	2-я пятница каждого месяца 17:00 - 19:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов	8(499)141-29-16
Когут Оксана Александровна	3-й понедельник каждого месяца 18:00 - 20:00	Молодогвардейская, д.20, стр.1, каб.421	(499)141-29-16
Моложаев Александр Валериевич	2-я пятница каждого месяца 10:00 - 12:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов	8(499)141-29-16
Плотникова Юлия Васильевна	3-я среда каждого месяца 17:00 - 19:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов	8(499)141-29-16
ОКРУГ № 2: Рублевское шоссе: 12–26 (четн.); 91 (к.2)-151 (нечетн.); ул. Ельнинская: д. 1-19 (нечетн.), 18(к.2)-22; ул. Ярцевская: дд. 1-27 (нечетн.); поселок Рублево; д.Мякинино; ул. Бобруйская: д.2-34 (нечетн.); ул. Партизанская: д.31-53 (нечетн.); 36, 40; ул. Академика Павлова; ул. Оршанская; ул. Маршала Тимошенко; ул.3-я Черепковская, вл. 15А.			
Алексеев Олег Александрович	2-я или 3-я среда каждого месяца 08:00 - 10:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов	8(499)141-29-16
Глушков Алексей Юрьевич	1-й понедельник каждого месяца 18:00 - 20:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов	8(499)141-29-16
Лещенко Дмитрий Васильевич	каждый четверг 14:00 - 17:00 каждый понедельник 15:00 - 18:00	Рублевское ш., 79, помещение Совета депутатов п. Рублево, ул. Советская, д. 11А, кабинет 5	8(499)141-29-16 8(926)602-44-70
Трус Ирина Юрьевна	1-я пятница каждого месяца 16:00 - 18:00	ул. Оршанская, д.10, корп.3, каб.408	8(499)141-24-05
Цветкова Елена Евгеньевна	1-й вторник каждого месяца 17:00 - 19:00	ул. Академика Павлова, д.15, стр.1	8(499)141-45-13

ЖИЗНЬ РАЙОНА



Старт проекта «Праздничные обеды»

С января 2026 года в Коворкинг-Центре на Рублевке по инициативе правления местного отделения Всероссийского общества инвалидов и благотворительного фонда «Дари Еду!» проходят ежемесячные встречи, получившие название «Праздничные обеды».

В феврале на такую встречу пригласили восемь человек, у которых дни рождения приходятся на этот месяц. Сами именинники, в свою очередь, пригласили за праздничный стол тех гостей, кого хотели бы видеть. Формат встреч оказался необычным и очень душевным. Это не просто обеды, которые любезно представляют именинникам из

благотворительного фонда. В первую очередь это вечера встречи друзей, которые сопровождаются конкурсами, викторинами, песнями, танцами и, разумеется, подарками.

«Праздничные обеды» уже полюбили членам местного отделения Всероссийского общества инвалидов, поэтому новую традицию решено продолжить.

ОФИЦИАЛЬНО

В Совете депутатов

В первом квартале 2026 года состоялись три очередных заседания Совета депутатов муниципального округа Кунцево. Депутаты заслушали отчеты руководителей профильных учреждений, утвердили ряд важных документов и определили планы на предстоящий период.

Первое в этом году заседание открылось докладом главного врача городской поликлиники № 195 С.И. Лазаревой об итогах работы учреждения в 2025 году. Далее в ходе заседания депутаты согласовали сводный районный календарный план по досуговой, социально-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работе с населением на первый квартал 2026 года.

На февральском заседании были заслушаны отчеты руководителей профильных учреждений об итогах работы в 2025 году. Перед депутатами выступили: начальник ОМВД по району Кунцево А.В. Сыроваткин, руководитель флагманского офиса «Мои документы» Э.А. Алиев и руководитель социальной службы по району Кунцево ГБУ «МСП» О.А. Головина. Важным вопросом повестки стало утверждение официальных символов муниципального округа – герба и флага. С информацией выступила



председатель Регламентной комиссии Е.Е. Цветкова. Также депутаты утвердили график личного приема граждан и перечень вопросов к главе управы.

На мартовском заседании основным вопросом повестки стал отчет главы управы района Кунцево Д.В. Сапронова о результатах деятельности в 2025 году. Была заслушана информация директора ГБУ «Жилищник района Кунцево» А.С. Губанова о работе учреждения. В ходе обсуждения жители обратились к руководителю с конкретными хозяйственными вопросами, которые были решены в кратчайшие сроки. Затем главный

врач детской городской поликлиники №130 В.Н. Елисов доложил об итогах работы учреждения. Рабочая группа депутатов представила результаты мониторинга работы ярмарки выходного дня в первом квартале 2026 года. Также был рассмотрен вопрос о создании комиссии по присвоению звания «Почетный житель муниципального округа Кунцево».

С принятыми решениями и видеозаписями заседаний можно ознакомиться на официальном сайте муниципального округа Кунцево www.kuntsevo.org.

ОФИЦИАЛЬНО

Обходы территории

В первом квартале 2026 года глава управы района Кунцево Д.В. Сапронов совместно с представителями Совета депутатов, ГБУ «Жилищник района Кунцево», общественными советниками, ребятами из Молодежной палаты и активными жителями продолжил практику регулярных обходов территории района.

В обходах принимают участие заместители главы управы Т.Н. Намазова и Г.Г. Кварцхава, глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко, депутат Совета депутатов муниципального округа Кунцево О.А. Алексеев, директор ГБУ «Жилищник района Кунцево» А.С. Губанов, председатель местного отделения Всероссийского общества инвалидов О.А. Алексеева, представители ГБУ «Жилищник», общественные советники, члены Молодежной палаты и жители района.



За три месяца маршруты обходов охватили десятки многоквартирных домов в разных частях Кунцево. Участники проверили текущее содержание придомовых территорий, обращая особое внимание на ключевые вопросы благоустройства и безопасности.

Перечень адресов, охваченных обходами в первом квартале 2026 года:

- дома №27 и №29, корпус 2 на улице Полоцкой;
- дома №26 и №28 на улице Академика Павлова;
- дома №2, №4 и №6, корпус 1 на улице Полоцкой;
- дома №1 и №3 на улице Екатерины Будановой;
- дома №7, №9 и №11, корпус 1 на улице Ельнинской;
- дома №20, корпус 1 на улице Екатерины Будановой и дом №10 на улице Коцюбинского;
- дома №37, №41 и №43 на улице Партизанской;
- дома №19, корпус 2 (ГБОУ школа №806), №21, корпус 1 и №27, корпус 1 на улице Молодогвардейской;
- дома №1, корпуса 1, 3, 5 на улице Молодогвардейской.

Управа района Кунцево приглашает всех граждан присоединяться к еженедельным обходам.

ИСТОРИЯ РАЙОНА

Советский архитектурный модернизм



О.В. ВОЛОГИНА,
руководитель
клуба «Кунцево». *Живая история»,*
экскурсовод, автор
книг по истории
Москвы.

Лицом к лицу
Лица не увидать.
Большое видится
на расстоянии.

Сергей Есенин

Проходя по улицам города, мы считываем ценность старинных зданий сразу: стены Кремля и дом Пашкова, здание Большого театра и высотка на Смоленской площади, выставочные павильоны ВДНХ и мозаики Дейнеки в плафонах станции метро «Маяковская» – все они несомненное культурное наследие и воплощение многоликого образа нашего города.

Одним из критериев, по которому мы считаем их архитектурным достоянием и культурной ценностью, является время. За прошедшие годы с момента постройки мы видим, что остается в памяти и является красотой, а что сносится.

В этом свойстве переосмысления настоящего скрывается большая опасность: осматривая здания гораздо более современные, мы не догадываемся об их историческом значении, потому что воспринимаем их как категорию «обычного настоящего». Привычного и повседневного. Иногда и сносим без жалости.

В этой опасной зоне сейчас находится главное направление в советской архитектуре с 1955 по 1991 год, получившее у специалистов название «советский модернизм».

После завершения Великой Отечественной войны Москва и ближнее Подмосковье развивались по Генеральному плану реконструкции 1935 года, но прежние методы стро-

ительства жилых домов не могли решить проблему расселения людей, которые приезжали в столицу. Советский архитектурный стиль сделал крутой поворот 4 ноября 1955 года, когда ЦК КПСС приняло постановление «Об устранении излишеств в проектировании и строительстве». Так называемый сталинский ампири остался в прошлом. От новых зданий ожидали практичности, экономичности при создании и высокой скорости возведения.

В 1961 году было принято решение о присоединении к Москве новых районов и рассмотрении городской территории в пределах МКАД, а не окружной железной дороги (совр. МЦК). Приезжающих становилось все больше и больше – и градостроители предложили перейти к массовому строительству типовых сборных домов из готовых заводских конструкций. В новых районах, совсем недавно бывших ближайшим Подмосковьем, построили несколько заводов железобетонных изделий, которые производили элементы сборных домов. Норма на одного человека в то время составляла 6 кв. м жилой площади. Для сравнения: в 2024 году – 18 кв. м.

Термин «советский архитектурный модернизм» был введен в начале 2010-х годов. Истоки стиля лежат в произведениях архитектора Ле Корбюзье, который к пятидесятым годам XX столетия переработал основы советского конструктивизма в новый, собственный архитектурный стиль.

Если описывать советский модернизм одним словом, то лучше всего подойдет «надежность». Новый



Узнать больше об истории Кунцево вы можете на краеведческих экскурсиях клуба «Кунцево. Живая история»
<https://vk.com/kraeved.kuntsevo>.

архитектурный стиль, пришедший на смену сталинскому ампиру, – это массивные формы, основательность, прочность, функциональность каждого элемента, отсутствие дорогостоящей отделки и декоративных элементов. Этот стиль подразумевает масштабность, массивность и подчеркнутую геометрию выверенных линий фасада или внутренней планировки колонн.

Кроме того, жилые объекты должны были демонстрировать экономическое равенство, за счет заложенных публичных пространств создавать связи между людьми и формировать крепкие сообщества.

В Кунцево можно увидеть несколько зданий, построенных в стиле советского модернизма.

Кинотеатры. В начале 1968 года рядом с недавно открывшейся станцией метро «Молодежная» распахнул свои двери новый кинотеатр «Брест». А на Можайском шоссе находится заброшенный кинотеатр «Минск», построенный в 1972 году. И, кстати, в городе Минске есть кинотеатр «Мо-

сква», побратим нашего. Оба кинотеатра имели следующие особенности: стеклянные стены фойе, подчеркнутую геометрию фасада. У «Бреста» – бетонный козырек, загибающийся вверх. Этот характерный прием, напоминающий об уходящей в небо ракете, будет много раз повторяться в их постройках того времени.

Кинотеатр «Кунцево» расположен в районе станции метро «Кунцевская» по адресу: ул. Ивана Франко, д. 14, с. 3. Построен в 1985 году по типовому проекту с характерной геометрией фасада, подчеркнутой простотой и функциональностью.

Метро. Станция метро «Молодежная» открыта летом 1965 года. У нее два наземных вестибюля, построенных по проекту архитектора

Р.И. Погребного (автор 18 станций Московского метро, построенных с 1957 по 1991 год). Наземная часть содержит все признаки стиля: много стекла, стальной открытый каркас, бетонный козырек. Спускаясь на платформу, вы видите настоящий гимн геометрии: уходящий вдаль ровный ряд квадратных колонн, оформляющих центральный пролет.

Наземная открытая станция «Кунцевская» также построена по проекту Р.И. Погребного.

НИИ. К советскому модернизму принадлежат также несколько промышленных и административных зданий, например Московский институт новых информационных технологий около станции метро «Молодежная». Лабораторный корпус Всесоюзного института легких сплавов (ВИЛС), построенный архитектором А. Жуниным и инженером А. Гращенковой в 1974–1975 годах, изобилует геометрическими формами на переднем фасаде.

Источники:

«Очакково-Матвеевское. 5000 лет истории», О. В. Вологина, 2019 г.; журнал «Советская архитектура», 1968–1984 гг.; журнал «Строительство и архитектура Москвы», 1973 г., вып. №12; журнал «Архитектура СССР», 1975 г., вып. № 8; сайт Музея Московского метрополитена; «Советская архитектура Москвы» – канал в Яндекс Дзен; фото: «Паствью».

ОБРАЗОВАНИЕ

Проект, нацеленный в будущее



В первом квартале 2026 года муниципальный округ Кунцево и Классический пансион МГУ имени М.В. Ломоносова провели серию совместных мероприятий в рамках подготовки школьников к X Всероссийскому конкурсу «История местного самоуправления моего края».

21 января состоялось первое в 2026 году заседание Совета депутатов муниципального округа Кунцево, которое запомнилось особенно теплой атмосферой. В гости к депутатам пришли юные исследователи – воспитанники Классического пансиона МГУ: ученики 3 «А» класса Маргарита Костина, Семен Родичев и Клим Дегтярев, а также ученик 6 «А» класса Владимир Костин. Сопровождала ребят педагог Н.Н. Новикова.

Пансионат был основан в 1779 году и возрожден в 1997-м при участии патриарха Алексия II и ректора МГУ В.А. Садовниченко. Его воспитанники стали участниками важного проекта, который помогает талантливым и неравнодушным детям глубже изучать историю своей малой родины и понимать, как устроена работа органов местного самоуправления.

После официальной части заседания глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко и депутаты И.Ю. Трус, Ю.В. Плотникова, О.А. Когут и Г.В. Арсентьева пообщались с гостями. Ребята задавали живые и серьезные вопросы о работе Совета, о том, как принимаются решения и что делается для развития района. Их искренний интерес и подготовленность были очевидны.

В начале февраля состоялся ответный визит представителей муниципального округа Кунцево в начальную школу отделения «Лобачевский» Классического пансиона МГУ. У входа гостей встретила заместитель дирек-

тора по учебно-воспитательной работе Ю.Ю. Иванова.

Делегацию района представляли начальник организационного отдела аппарата Совета депутатов Т.В. Савченко, юристконсульт Г.А. Буслова, помощник главы муниципального округа и общественный советник А.С. Василенок.

В начале встречи гости передали слова приветствия и наилучшие пожелания от главы муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко.

После просмотра видеосюжета об истории и современной жизни пансиона развернулась живая беседа. Ученики 3 «А» класса вместе с педагогом Н.Н. Новиковой задавали вопросы о практической деятельности Совета депутатов. Диалог вышел далеко за рамки официальных тем: школьники интересовались, на каких книгах выросли гости и какой совет они могут дать современному третьекласснику. Особое впечатление на гостей произвел проект, подготовленный учеником Семеном Родиче-

вым. Юный исследователь наглядно продемонстрировал, как технологии искусственного интеллекта могут помочь в документировании работы органов власти, например, в ведении протоколов заседаний.

13 февраля в помещении Совета депутатов состоялась не совсем обычная встреча. Депутат О.А. Алексеев принял юного гостя – ученика 3 «А» класса Классического пансиона МГУ имени М.В. Ломоносова Клим Дегтярева. В ходе беседы школьник смог задать интересующие его вопросы. Теперь Климу предстоит обработать полученную информацию и представить свой итоговый проект на суд жюри конкурса.

Органы местного самоуправления муниципального округа Кунцево выражают благодарность руководству, педагогам и воспитанникам пансиона МГУ за теплый прием, радушие и конструктивный диалог. Юным исследователям желаем успехов в конкурсе!

Н.Н. Новикова, А.С. Василенок

ЗДОРОВЬЕ

Ваш маршрут к здоровью

Многие считают, что посещать врача нужно только при болезни. Но мировая практика доказывает обратное: регулярная профилактика продлевает жизнь.

В нашей поликлинике пройти диспансеризацию может каждый застрахованный гражданин бесплатно, по полису ОМС.

Почему это необходимо. Диспансеризация – это комплексный осмотр, нацеленный на раннее выявление хронических заболеваний (сердечно-сосудистых, онкологических, сахарного диабета). На ранних стадиях многие болезни протекают скрыто, но успешно лечатся. Вовремя обнаруженная проблема – это шанс на долгую и активную жизнь без тяжелых осложнений.

Как это работает. Первый этап диспансеризации – скрининг. Вам нужно обратиться в отделение медицинской профилактики в часы работы медицинской организации. Вас ждут:

- анкетирование (выявление факторов риска);
- антропометрия (рост, вес, охват талии);
- измерение внутриглазного и артериального давления;
- ЭКГ и флюорография;
- анализ крови (включая определение холестерина и глюкозы).

Для женщин и мужчин предусмотрены дополнительные исследования: осмотр акушерки, маммография, консультация уролога (для мужчин 18–49 лет).



Если по результатам первого этапа выявляются отклонения, пациента направляют на второй, углубленный этап обследования.

Сколько времени это займет. Современная организация процесса позволяет пройти основной объем обследований за 1-2 визита.

Диспансеризация проводится в возрасте от 18 до 39 лет раз в три года, а после 40 лет – ежегодно. Не откладывайте заботу о себе. Запишитесь в кабинет профилактики нашей поликлиники уже сегодня! Ваше здоровье – в ваших руках.

Для тех, кто хочет закрепить результаты диспансеризации, в нашей поликлинике ежемесячно работают «Школы здоровья». Наша цель – дать вам знания и инструменты для профилактики заболеваний и поддержания активного образа жизни. Опытные врачи проводят занятия по здоровому образу жизни, профилактике инфаркта и инсульта, профилактике и лечению сахарного диабета, а также помогают отказаться от курения. Это ваш шанс получить поддержку специалиста и изменить вашу жизнь к лучшему! Расписание работы «Школ здоровья» можно найти на официальном сайте или на информационных стойках поликлиники. Ждем вас!

Елена Мясоедова, заведующая отделением медицинской профилактики, врач-терапевт ГБУЗ «ГП № 195 ДЗМ»

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

Как вырастить ответственного ребенка

Каждый родитель мечтает, чтобы его дети выросли уверенными в себе, умели принимать решения и отвечать за свои поступки. Но как этому помочь? Секрет прост: не делать за ребенка то, с чем он способен справиться сам.

Самостоятельность и ответственность – не врожденные качества, а навыки, которые необходимо развивать постепенно, этап за этапом.

2–4 года: первые шаги. Малыш пробует действовать сам. Не торопите и не делайте за него. Ваша задача – поддержать: «Ты сам надел ботинки! Здорово!»

5–7 лет: учимся видеть связь. Ребенок уже может убрать игрушки, помочь накрыть на стол, покормить питомца. Объясните, зачем это нужно: «Если не сложим кубики, завтра

не сможем поиграть – будет беспорядок».

8–10 лет: планируем время. Школьник учится выполнять задачи без постоянного контроля. Вместе составьте расписание: что сделать после школы и сколько времени займет каждое дело.

11–15 лет: право на выбор. Подросток стремится к независимости – это нормально. Не контролируйте каждый шаг, а обсуждайте последствия решений. Чего следует избегать:

- Излишнего контроля. Постоянные напоминания лишают мотивации.
- Критики за ошибки. Ошибки – часть обучения. Обсудите, что можно сделать лучше.
- Выполнения задач за ребенка. Так он не научится справляться сам.
- Завышенных требований.

Владимир Ильин, воспитатель особого семейного центра «Дом Детей»

НОВОСТИ РАЙОНА

В Кунцево отметили праздники мужества и весны – 23 Февраля и 8 Марта. В преддверии 23 Февраля состоялась памятно-патриотическая акция «Защитникам Отечества посвящается». К собравшимся обратились глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко, руководитель клубного центра «Кунцево» Т.С. Гребенкина, председатель местного отделения Всероссийского общества инвалидов О.А. Алексеева, исполнительный секретарь местного отделения партии «Единая Россия» А.Н. Смирнов, представитель Совета ветеранов Ю.П. Лызлов. Организаторами акции выступили



ГБУ «ОКЦ ЗАО» филиал «Клубный центр «Кунцево»» совместно с аппаратом Совета депутатов муниципального округа Кунцево и управой района Кунцево.

6 марта праздничную программу «Мамам Кунцево посвящается» провел клубный центр «Кунцево» совместно с аппаратом Совета депутатов муниципального округа Кунцево. Это интерактивное мероприятие приурочено к Международному женскому дню и направлено на укрепление семейных связей, внимание к роли мамы и женщин в жизни каждого человека.

В сам праздник, 8 марта, на катке в Рублево состоялся концерт, посвященный Международному женскому дню. Организатором выступил Культурный центр «Рублево».

Глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко организовал чествование 90-летних юбиляров в Рублево. Теплые слова поздравлений и памятные подарки принимали: Рапин Валентин Иванович – заслуженный строитель Российской Федерации, внесший огромный вклад в строительство жилого фонда и социальных объектов Рублево; Щукин Владимир Афанасьевич – человек удивительной судьбы, посвятивший свою жизнь искусству, требующему смелости, терпения и глубокого понимания природы зверей; Белова Тамара Яковлевна – ветеран труда, чья многолетняя добросовестная работа стала примером для многих. Поздравить должностителей пришли депутат Московской городской Думы М.А. Киселева, заместитель главы управы района Кунцево Т.Н. Намазова, исполнительный секретарь местного отделения партии «Единая Россия» А.Н. Смирнов, председатель местного отделения Всероссийского



общества инвалидов О.А. Алексеева, представители Рублевской ветеранской организации А.Л. Петрова и Е.И. Солдатова, общественные советники и активисты Молодежной палаты.

Жительница Кунцево Н. В. Кураева отметила 100-летний юбилей. Поздравить Нину Васильевну пришли депутат Государственной Думы, известный журналист и телеведущий Е.Г. Попов, глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко, заместитель главы управы Т.Н. Намазовой и председатель совета ветеранов В.Р. Васильев. Гости вручили юбиляру поздравление от Президента России В.В. Путина и памятные по-



дарки. Гости пожелали имениннице крепкого здоровья, бодрости духа и еще долгих лет жизни в окружении любящих родных. Депутат Государственной Думы Е.Г. Попов особо отметил вклад старшего поколения в победу в Великой Отечественной войне и восстановление страны в послевоенные годы, подчеркнув, что такие люди, как Нина Васильевна, являются примером стойкости и мужества для молодежи.

Почтили память Зои Космодемьянской. У мемориальной доски на здании Военного комиссариата Кунцевского района (улица Партизанская, дом 19) состоялась памятная акция, посвященная первой женщине – Герою Советского Союза Зое Космодемьянской. В мероприятии приняли участие депутат Государственной Думы Е.Г. Попов, глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко, заместитель главы управы района Кунцево Т.Н. Намазова, руководитель филиала «Клубный центр «Кунцево» Т.С. Гребенкина, председатель местного отделения Всероссийского общества инвалидов О.А.



Алексеева, председатель ветеранской организации района В.Р. Васильев, общественные советники, члены Молодежной палаты, кадеты школы № 806, студенты Московского государственного университета спорта и туризма и активные жители.

Завершился зимний сезон на катке в Рублево. На протяжении всей зимы в рамках масштабной программы Мэра Москвы С.С. Собянина «Зима в Москве» работал каток в Рублево, по адресу: улица Василия Ботылева, дом 12. Каток был открыт по инициативе депутата Государственной Думы, известного телеведущего и журналиста Е.Г. Попова и сразу полюбился жителям. Здесь проводили время и малыши, и взрослые, и настоящие спортсмены,



оттачивающие свое мастерство. Главной гордостью поселка стала хоккейная команда «Рублевские соколы» под руководством капитана А.А. Михайлова. Каждый выходной на льду проходили захватывающие товарищеские матчи, традиционно ряд игр открывал глава муниципального округа Кунцево Д.В. Лещенко, поддерживая спортсменов и болельщиков. Сезон подошел к концу, но спортивная жизнь в Рублево не останавливается. Впереди – новые проекты, новые соревнования и новые победы.

Снежный десант на Ивана Франко. Жители дома по адресу улица Ивана Франко, дом 38, корпус 1, проявили инициативу и объединились для борьбы со снегом. Они обратились в управу района с просьбой включить



их адрес в реестр уборки и предложили свою помощь в расчистке территории. Собственноручно убрав автомобили со двора, местные жители обеспечили беспрепятственный проезд специальной технике. Вместе с работниками ГБУ «Жилищник района Кунцево» они провели уборку за одну ночь, победив снежный хаос.