



Уважаемые жители!

24 февраля на заседании Совета депутатов муниципального округа Головинский по адресу: **Флотская ул., 1 (Малый зал)** будут заслушаны ежегодные отчёты руководителей органов государственной власти и государственных учреждений, расположенных на территории Головинского района.

Информацию о работе за 2020 год представят:

- глава управы Головинского района М.В. Панасенко;
- руководитель ГКУ города Москвы «Инженерная служба Головинского района»;
- заведующий филиалом «Головинский» ГБУ г. Москвы ТЦСО «Ховрино».

Просим вас направлять свои вопросы, предложения и пожелания в адрес администрации по электронной почте: nashegolovino@mail.ru. Телефон: 8 (495) 747-05-29.

№ 1 (178), 2021 г.

АКТИВНАЯ ПОЗИЦИЯ

Уважаемые ветераны Великой Отечественной войны и Вооружённых сил России, военнослужащие, воины запаса, ветераны боевых действий, призывники! Дорогие жители района!

23 февраля мы отмечаем День защитника Отечества, день воинской славы, мужества и доблести. Праздник, посвящённый Российской армии, давно уже стал всенародным, ведь практически в каждой семье есть защитники Родины разных поколений: ветераны-фронтовики, мужчины, прошедшие армейскую школу, молодые люди, которые несут воинскую службу или готовятся выполнить свой гражданский долг. Оберегать свой дом, семью, Отчизну — дело чести, обязанность каждого мужчины.

Мы гордимся теми, кто сегодня стоит на страже наших рубежей, избрав защиту Отечества главным делом своей жизни. Поднимаясь в небо, становясь на морскую вахту, заступая в пограничный наряд, люди в военной форме знают: страна надеется на них, верит, что в трудный час они смогут отстоять родную землю. Только сильная и боеспособная армия может обеспечить прочный мир и спокойствие народам России, надёжно гарантировать безопасность страны, защиту её национальных интересов.

Мы свято чтим ратный подвиг ветеранов, защитивших Отчизну в годы Великой Отечественной войны. Их патриотизм, мужество, самоотверженное служение Родине являются примером для молодого поколения, помогают юным защитникам Отечества стать достойными преемниками славных традиций русского воинства.

Сердечно поздравляем всех, кто исполнил свой воинский долг, и тех, кто по первому зову готов встать на защиту Родины. Желаем доброго здоровья и долголетия ветеранам, успешной службы солдатам и офицерам, счастья, мира и благополучия каждой семье. Пусть в этот день в каждом доме звучат слова благодарности защитникам Отечества! С праздником, воины России!

Совет депутатов и администрация муниципального округа Головинский

Художественную галерею в своём подъезде организовали активные жители дома № 64, корпус 1 по Ленинградскому шоссе. Добрые умелые руки членов совета дома превратили холл первого этажа в уютное, красиво оформленное пространство, украшенное детскими рисунками, аппликациями, дизайнерскими инсталляциями и даже уголком арт-терапии для релаксации.



Арт-галерея – в нашем подъезде

Экспозицию посетили корреспонденты нашей газеты. Представитель совета дома Эвелина Николаевна Полякова радушно встретила нас и показала выставку рисунков, посвящённую зимним праздникам; работы разместили на стенах лифтового холла. Рядом — благодарность от совета дома юным художникам, их родителям, бабушкам и дедушкам.

«Это уже третья выставка, которую мы проводим в нашем подъезде, — пояснила Эвелина Николаевна. — Первая экспозиция была приурочена к Дню защиты детей, вторая — к Дню знаний и Дню города. Дети участвуют с огромным удовольствием, стоит только бросить клич, ведь они знают, что их творчество будет радовать всех жителей нашего одноподъездного дома. В этой выставке, например, приняли участие 18 ребят, некоторые принесли сразу несколько работ. Вот рисунки самых

маленьких участниц — двухлетних Агнии Копыриной и Вероники Боровицкой. Чтобы поощрить наших художников, мы всегда проводим торжественную церемонию награждения, вручаем детям дипломы и наборы для творчества».

Познакомились мы и с юными художниками. Варя Ковешниковой 8 лет, она учится в 3-м классе школы № 1315, занимается живописью в школе искусств, расположенной неподалёку на Пулковской улице. Её братишка, 6-летний Ваня, готовится к школе. Ребята показали нам свои рисунки и работы соседей по дому, выполненные гуашью, пастелью, восковыми мелками, фломастерами, в технике коллажа, аппликации, оригами. Невозможно было не залюбоваться яркими выразительными работами, рождёнными детской фантазией!

Нужно отметить, что и некоторые взрослые, вдохновившись творчеством ребятни, откликнулись на призыв: «Сде-

лаем свой дом красивым!» — и решили подключиться к оформлению подъезда. Так, жительница дома София Гребля, профессиональный дизайнер-флорист, оформила один из уголков холла в стиле рождественской сказки. «Когда я выложила в соцсети фото нашего интерьера, то получила много отзывов, — говорит София. — Люди пишут, что далеко не в каждом подъезде можно увидеть арт-галерею».

Руками Эвелины Николаевны Поляковой, профессионального психолога, психотерапевта, арт-терапевта, был оформлен уголок релаксации — выставка художественных фоторабот «Зимний лес». Она пояснила, что методика арт-терапии, основанная на применении искусства и творчества, способствует гармонизации состояния психики, помогает преодолеть стрессы, депрессию, чувство одиночества, межличностные конфликты, фобии (страхи). «Картины при-

роды, запечатлённые в живописи или на фотографиях, создают положительный эмоциональный фон, помогают снять стрессовые реакции, поддерживать психическое здоровье в период пандемии. Да и собственное художественное творчество — прекрасный способ "включить" позитивные эмоции», — уверяет психолог.

Эвелина Николаевна — специалист с 50-летним стажем, преподавала психологию в вузе. Выйдя на заслуженный отдых, не захотела сидеть без дела. Когда узнала, что в доме не хватает консьержей, вызвалась поработать на общественных началах. Как человек творческий и деятельный, принялась обустроить пространство холла. Идею по созданию галереи в подъезде поддержал совет дома под руководством председателя Елены Александровны Городковой.

(Окончание на стр. 2)

В СОВЕТЕ ДЕПУТАТОВ

26 января состоялось первое в текущем году заседание Совета депутатов. Были рассмотрены актуальные вопросы местного значения, заслушаны отчёты о работе в 2020 году.

О ПРАВОПОРЯДКЕ — ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Информацию о результатах оперативно-служебной деятельности отдела МВД России по Головинскому району города Москвы за 12 месяцев 2020 года представил временно исполняющий обязанности начальника ОМВД подполковник полиции Сергей Владимирович Сарафанов.

В 2020 году на территории района было зарегистрировано 919 преступлений. По сравнению с 2019 годом количество тяжких и особо тяжких преступлений снизилось со 169 до 145, меньше стало квар-

Депутаты открыли весеннюю сессию

тирных краж. В течение прошлого года в дежурную часть ОМВД поступило 25 307 заявлений и сообщений о происшествиях и преступлениях (в среднем поступает 70 сообщений ежедневно).

В 2020 году головинским стражам порядка удалось повысить раскрываемость преступлений, совершённых в общественных местах: было раскрыто 142 преступления, в том числе 55 краж, 7 грабежей, 10 мошенничеств, 3 хулиганства.

Решались задачи в сфере миграционной политики. В частности, 527 человек были привлечены к административной ответственности за нарушение паспортного режима и миграционного учёта; 8926 иностранных граждан поставлены на миграционный учёт; более тысячи снято с учёта в связи с досрочным выездом с территории РФ.

В целях предупреждения правонарушений среди несовершеннолетних ежемесячно проводились локальные рейды. Было выявлено 232 несовершеннолетних, совершивших административные правонарушения.

К сожалению, не снижается количество преступлений, совершённых путём мошеннических действий. В 2020 году на территории района было зарегистрировано 377 мошенничеств, совершённых с использованием интернета, пластиковых карт, средств мобильной связи. Чтобы предотвратить такие преступления, участковые уполномоченные полиции проводят разъяснительную работу среди жителей, распространяют информационные материалы, в которых предупреждают граждан о различных способах мошенничества. Сотрудникам банков даны предписания своевременно информировать правоохранительные органы о случаях, когда пожилые люди пытаются снять или перевести на другие счета крупные суммы денег. Так, благодаря бдительности работников отделения Сбербанка на Онежской улице, 12, удалось предотвратить хищение денежных средств у пенсионерки.

По окончании доклада Сергей Владимирович Сарафанов ответил на вопросы

депутатов и присутствующих в зале жителей, а также пообещал взять на личный контроль поступившие обращения.

ГЛАВА МО ГОЛОВИНСКИЙ ОТЧИТАЛАСЬ О РАБОТЕ ЗА 2020 ГОД

Отчёт о результатах деятельности за 2020 год представила глава муниципального округа Головинский Надежда Васильевна Архипцова.

«Минувший год был особенным, поскольку сложная эпидемиологическая обстановка внесла свои коррективы во все сферы жизни, коснулась каждого человека, деятельности учреждений, организаций, органов власти, — отметила глава муниципального округа. — Работа Совета депутатов также осуществлялась с учётом всех этих обстоятельств. И хочу сказать, что не было оставлено без внимания ни одного вопроса из тех, которые поступали в Совет депутатов».

(Окончание на стр. 2)

В СОВЕТЕ ДЕПУТАТОВ

Депутаты открыли весеннюю сессию

(Окончание. Начало на стр. 1)

В течение прошлого года было проведено 13 заседаний Совета депутатов, в том числе пять внеочередных. Из-за введённого режима самоизоляции, заседания проводились в очно-заочной форме с использованием программы видеоконференции ZOOM. Был рассмотрен 91 вопрос, принято 79 решений. В разделе «Разное» обсудили 11 вопросов, по которым были приняты протокольные решения.

«Предварительно все вопросы прорабатывались на заседаниях профильных комиссий Совета депутатов, — подчеркнула Надежда Васильевна. — В течение года было проведено 32 заседания комиссий, за этим стоит большая работа депутатов и сотрудников администрации».

В рамках своих депутатских полномочий глава МО Головинский принимала участие в работе комиссий, осуществляющих открытие работ по капитальному ремонту, контроль за ходом и качеством их выполнения. В частности, в 2020 году был подписан 41 акт о принятии работ в 16 домах по адресам: Авангардная ул., 16, 17, 19/30; Автомоторная ул., 6; 3-й Лихачёвский пер., 2 (корп. 3), 7 (корп. 2); Онежская ул., 11/11, 12, 32/72, 37; Солнечногорский пр-д, 3 (корп. 1); Флотская ул., 23, 27, 29 (корп. 2, 3), 48 (корп. 2).

Приём населения, работа с обращениями граждан — эту деятельность глава муниципального округа вела регулярно, вне зависимости от графика. В течение 2020 года в ходе личного приема обработано 69 жителей, поступили обращения, связанные с социальными проблемами, улучшением жилищных условий, ненадлежащим выполнением родителями обязанностей по воспитанию несовершеннолетних и пр. На 76 обращений граждан были даны письменные ответы.

Чтобы добиться решения проблем, которые волнуют жителей, в течение года главой МО было направлено 138 инициативных обращений в различные организации. Неоднократно направлялись письма в Департамент капитального ремонта и Фонд капитального ремонта многоквартирных домов города Москвы для решения вопросов, связанных с ремонтом домов по адресам: Онежская ул., 17, корп. 4, Сенежская ул., 4, Солнечногорская ул., 22, Пулковская ул., 19, корп. 1 и др. Ведётся переписка с Федеральным агентством по управлению государственным имуществом по вопросу дальнейшего использования здания бывшего Дома культуры фабрики имени Петра Алексеева (Михалковская ул., 36, стр. 1). Были направлены обращения в Мосжилинспекцию, чтобы согласовать проведение перепланировок в помещениях МБУ «ДЦ «Родник», предназначенных для проведения досуговой и спортивной работы с населением.

Направлен запрос в Департамент городского имущества города Москвы по поводу возможности использования пустующего помещения на Кронштадтском бульваре, 19а для организации спортивно-досуговой работы, поскольку в настоящее время дети занимаются спортом и творчеством в подвальных помещениях. Благодаря неоднократным обращениям в Департамент транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры города Москвы удалось решить вопрос по обустройству остановочного павильона рядом с магазином «О'КЕЙ» (Головинское шоссе, 5). Об этом просили жители, в настоящее время там проводятся работы.

Глава муниципального округа подчеркнула, что вся проделанная работа велась в тесном контакте с коллегами по депутатскому корпусу, администрацией,

управой, районными службами, общественными организациями, общественными советниками, активными и просто неравнодушными жителями района, и выразила им благодарность.

ДЕПУТАТЫ ЗАСЛУШАЛИ ОТЧЁТ ГЛАВЫ АДМИНИСТРАЦИИ

Глава администрации муниципального округа Головинский Илья Валерьевич Кудряшов проинформировал депутатов о работе, проделанной администрацией в 2020 году.

К функциям администрации относится обеспечение деятельности Совета депутатов, проведение публичных слушаний, подготовка ответов, информационной документации по письмам, запросам, обращениям граждан, организаций и учреждений. Так, за 2020 год было подготовлено 5387 исходящих писем, обработано более 2700 единиц входящей корреспонденции.

В период самоизоляции граждан особая роль отводилась информированию жителей о деятельности органов местного самоуправления. Информирование осуществлялось через официальный сайт, газету муниципального округа, уличные стенды.

Ответственным участком работы является организация призывных кампаний на территории района. «В 2020 году эта работа осложнилась, поскольку многие граждане призывного возраста в период пандемии уехали из города, — отметил глава администрации. — Тем не менее работа по их оповещению, проведённая совместно с сотрудниками управы, отдела МВД по Головинскому району, общественных пунктов охраны порядка, была результативной. Проведено 41 мероприятие по розыску лиц, уклоняющихся от

призыва на службу в Вооружённых силах РФ, состоялось 80 заседаний призывной комиссии. В 2020 году установленные задания на весенний и осенний призывы граждан на военную службу были выполнены на сто процентов».

Говоря об осуществлении полномочий в сфере опеки, попечительства и патронажа, Илья Кудряшов сообщил, что работа велась эффективно, несмотря на ограничения, связанные с распространением новой коронавирусной инфекции. Было выявлено 19 детей, оставшихся без попечения родителей; 18 ребят устроены в семьи усыновителей и опекунов. Пять детей-сирот обеспечены жильём. На учёте состоят 65 несовершеннолетних, находящихся под опекой, 48 усыновлённых детей, 149 недееспособных подопечных. В течение 2020 года сотрудники сектора опеки провели 370 обследований условий жизни подопечных и усыновлённых детей. 155 обследований было выполнено по запросам социальных организаций и в связи с поступившей информацией о семейном неблагополучии. Проводилась работа с 27 кандидатами в опекуны и усыновители. На личном приёме побывали более 530 жителей.

Далее глава администрации проинформировал собравшихся о деятельности двух районных комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав (КДН и ЗП). В отчётный период на учёте состояли 38 несовершеннолетних и 16 семей. Состоялось 51 заседание комиссий, в ходе которых было рассмотрено 133 протокола об административных пра-

вонарушениях несовершеннолетних и родителей. В течение года сотрудниками КДН и ЗП совместно с коллективами образовательных учреждений велась работа по профилактике правонарушений среди несовершеннолетних, предупреждению алкоголизма, токсикомании, наркомании. Проводилась профилактическая работа с семьями группы риска.

К полномочиям органов местного самоуправления относится также организация досуговой, социально-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту жительства. По словам докладчика, в течение года было проведено 110 из 122 спортивных, творческих, досуговых мероприятий, некоторые из запланированных массовых мероприятий пришлось отменить из-за коронавируса.

НА ПОВЕСТКЕ ДНЯ

Был утверждён перечень вопросов к отчёту главы управы Головинского района. Отчёт будет представлен 24 февраля на заседании Совета депутатов, затем глава управы ответит на вопросы депутатов и жителей.

Был также рассмотрен депутатский запрос, касающийся капитального ремонта в доме 17, корп. 4 на Онежской улице. Замена лифтов в нём запланирована на 2023 год, но депутаты и жители считают, что неудовлетворительное техническое состояние требует замены лифтового оборудования в текущем году в рамках предстоящего капитального ремонта в доме.

С текстами решений Совета депутатов муниципального округа Головинский и видеозаписями заседаний можно ознакомиться на официальном сайте наше-головино.рф в разделе «Совет депутатов».

ОПЕКА И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВО

Замещающим семьям — сопровождение и поддержку

Каждый ребёнок должен воспитываться в семье, родной или замещающей. Замещающая семья — это собирательный термин, объединяющий различные формы семейного устройства детей, оставшихся без попечения, или детей-сирот. Основная задача органа опеки — найти каждому ребёнку семью.

В соответствии с Семейным кодексом Российской Федерации, дети, оставшиеся без попечения родителей, подлежат передаче в семью на воспитание (усыновление или удочерение, под опеку или попечительство, в приёмную семью либо, в случаях, предусмотренных законами субъектов Российской Федерации, в патронатную семью).

При отсутствии такой возможности мальчики и девочки, оставшиеся без папы и мамы, временно передаются в организации для детей-сирот и детей,

оставшихся без попечения родителей. При устройстве ребёнка должны учитываться его этническое происхождение, принадлежность к определенной религии и культуре, родной язык, возможность обеспечения преемственности в воспитании и образовании.

Усыновление или удочерение (далее — усыновление) является приоритетной формой устройства детей, оставшихся без попечения родителей. Усыновление братьев и сестёр разными лицами не допускается, за исключением случаев,

когда эта процедура отвечает интересам детей. Усыновление детей иностранными гражданами или лицами без гражданства допускается только в случаях, если не представляется возможным передать этих детей на воспитание в семьи граждан Российской Федерации, постоянно проживающих на территории РФ, либо на усыновление родственникам детей, независимо от гражданства и места жительства этих родственников.

Дети могут быть переданы на усыновление гражданам Российской Федерации, постоянно проживающим за пределами территории РФ, иностранным гражданам или лицам без гражданства, не являющимся родственниками детей, по истечении двенадцати месяцев со дня поступления сведений о таких детях в федеральный банк данных о детях, оставшихся без попечения родителей.

Уважаемые жители!

По вопросам, входящим в компетенцию органов опеки, попечительства и патронажа администрации муниципального округа Головинский, обращайтесь по адресу: Флотская улица, д. 1, кабинеты 107, 108 (левое крыло здания).

Часы приёма: понедельник — с 14:00 до 17:00, четверг — с 09:00 до 12:00.

Телефоны: 8 (495) 456-04-91, 8 (495) 456-04-81.

АКТИВНАЯ ПОЗИЦИЯ



Арт-галерея — в нашем подъезде

(Окончание. Начало на стр. 1)

«Наш подъезд преобразился, стал более уютным, комфортным, — отметила Эвелина Николаевна. — А главное, люди стали коммуникабельнее, начали общаться, знакомиться с теми, с кем живут бок о бок много лет. Исчезают барьеры отчуждённости, расширяется зона общения людей, выходя за пределы личных квартир, и это замечательно!»

Кстати, когда жители узнали, что в консьержной дежурит свой «домашний» психотерапевт, многих заинтересовала профессиональная помощь. «Я на волонтерских началах стараюсь помочь соседям преодолеть неблагоприятные для психики и здоровья последствия пандемии, оказываю психологическую поддержку, — говорит психолог. — Особое внимание стараюсь уделять одиноким пожилым людям, которые в период самоизоляции не могут общаться с родными. Нужно дать им позитивную мотивацию, помочь избавиться от мрачных мыслей».

Стоит отметить, что пределами дома общественная работа Эвелины Никола-

евны Поляковой не ограничивается. Когда в районе началась реализация городской программы «Московское долголетие», нашлось применение её профессиональным знаниям и навыкам: она провела цикл занятий «Психологический практикум» для участников данной программы.

В завершение встречи мы попросили Эвелину Николаевну дать профессиональную рекомендацию нашим читателям старшего и зрелого возраста. «Человек стареет, когда перестаёт адаптироваться к окружающей реальности и её требованиям, — сказала наша собеседница. — Гибкость, способность к адаптации — именно эти качества психологи советуют развивать в первую очередь. В эпоху перемен или экстремальных вызовов особенно важно быть активным, деятельным, держаться на плаву, овладевать новыми технологиями. Не хныкать, жалея себя, а приносить посильную пользу окружающим, и тогда старость отступает!»

Подготовила М. Радаева
Фото М. Самарского

ЗОЛОТОЙ ФОНД РАЙОНА

Участник войны Владимир Андреевич Минин:
«Вражеские самолёты мы к Москве не пускали»

В День защитника Отечества мы чествуем солдат и офицеров, вспоминаем о боевых подвигах ветеранов. Житель нашего района Владимир Андреевич Минин пережил немецкую оккупацию, прошел фронтовой путь от Москвы до Маньчжурии, служил Родине в мирное время.

освободили американские солдаты. Пётр работал на военном заводе наладчиком станков».

В 1941-м, когда фашисты рвались к Москве, семье Мининых пришлось пережить немецкую оккупацию. Владимир Андреевич помнит, как в их доме расположились на постой пятеро немецких солдат. Они обстреливали наши самолёты из зенитного пулемёта, но мирных жителей не трогали.

Шла Битва за Москву, и посёлок Серебряные Пруды оказался почти на линии фронта. Бомбёжки и обстрелы держали людей в постоянном страхе. Однажды бомба попала в соседний дом, вся семья погибла, семь человек. Минины спасались в погребе, вырытом на огороде. Как-то раз при взрыве Володю засыпало землёй, откопали его отец и брат Пётр.

Когда «непобедимые» германские войска уже катились прочь от Москвы, пришли совсем другие немцы – каратели-эсэсовцы. Сожгли школу, мельницу, магазины, склады на железнодорожной станции, зернохранилище с тоннами ржи. Среди жителей нашлись предатели из бывших уголовников, по приказу гитлеровцев они составили список из 800 «неблагонадёжных» семей, которые подлежали расстрелу. В доме Мининых поселились теперь уже семеро немцев. По ночам жители тайком уходили в соседние деревни, не занятые оккупантами. «Мы с братом и сестрой тоже отправились к родне в Рязанскую область, с нами были односельчане – дети, старики, – продолжает рассказ Владимир Андреевич. – Я не хотел оставлять родителей, решил вернуться. По дороге попал под авианалёт, бомба упала метрах в трёх, взрывной волной меня крутануло в воздухе. Односельчанин, видевший это, сказал отцу,

что я погиб. Когда я всё же добрался домой, радости матери и отца не было предела!»

Запомнился Владимиру Андреевичу день, когда части Красной армии освободили посёлок от оккупантов. Вечером сельчане услышали грохот канонады, звуки боя приближались, небо озарялось вспышками. Немцы, указывая на зарево, объясняли жителям: «Москва, Коломна – капут! Рязань – капут!»

Утром началась артподготовка, били наши орудия, сыпались осколки. Один осколок пробил окно, ударился о печку, и отец велел Володе сесть на пол. Немцы бегали с автоматами по двору, залегли на огородах с пулемётами. «Утром, когда обстрелы стихли, мы вышли из дома и увидели, что в немецких машинах уже хозяйничают наши солдаты, – рассказывает ветеран. – Немцы так быстро уносили ноги, что побросали всю технику, почти полторы тысячи машин. Ночью у нас в доме негде было яблоку упасть – наши бойцы разместились на ночлег. Утром они ушли, а в посёлке наступила необычайная тишина – ни выстрелов, ни взрывов».

Жизнь начала понемногу налаживаться. Володя устроился в райпромкомбинат, там научился столярному ремеслу. Как допризывник прошёл военную подготовку по программе всеобщей.

В армию Владимира призвали в ноябре 1943 года. Служить пришлось в зенитном артиллерийском полку в составе Особой московской армии противовоздушной обороны, её сформировали в июле 1943 года для защиты столицы от налётов вражеской авиации. Защищая московское небо, части этой армии держали мощную оборону на подступах к столице. В её составе была истребитель-

ная авиация, зенитные артиллерийские полки, пулемётные и прожекторные дивизии.

«Наша часть дислоцировалась в трёх километрах от Дедовска, – вспоминает Владимир Андреевич. – Нас, пятерых ребят из молодого пополнения, на батарее встретили по-товарищески. Разместились в землянке, и в первую же ночь – боевая тревога. Все побежали к своим орудиям, а мне командир говорит: «Не торопись, тебе ещё достанется». Меня назначили третьим номером в орудийном расчёте, мы вели заградительный огонь по немецким самолётам. Они летали бомбить столицу, но дальше наших позиций прорваться не могли, сбрасывали бомбы где попало и уходили обратно. На Москву мы их не пускали».

Так Владимир Минин служил два года, а в апреле 1945-го поступил приказ вернуться в эшелоны. «Ехали 25 суток, думали, что нас везут на Запад, а прибыли на Дальний Восток, в Приморский край. Только тогда узнали, что будем воевать с японскими союзниками фашистской Германии», – вспоминает ветеран. 9 августа 1945 года советские войска начали наступление. Дивизия, в которой служил Владимир Андреевич Минин, участвовала в Маньчжурской наступательной операции. «Мы перешли границу с Маньчжурией, окопались. Помню, как били по японским укреплениям «катюши» и артиллерия. Я был наводчиком 85-миллиметровой пушки. Мы не очень долго участвовали в активных боевых действиях, вскоре нашу часть отправили в город Ворошилов, сейчас он называется Уссурийск. Нашей задачей было обеспечивать защиту мирного населения в приграничных районах», – рассказывает Владимир Андреевич.

Семь лет он прослужил в Приморском крае, в 1950 году приехал в Москву. Поселился у брата Василия, устроился столяром на картонажную фабрику. Вскоре познакомился с хорошей девушкой Катюшей, она осиротела в годы войны, воспитывалась в московском детдоме. Катя работала на фабрике, жила в общежитии. Через год молодые люди решили создать семью, расписались в Кировском райисполкоме. «Чтобы помочь решить проблему с жильём, брат устроил Владимира в школу истопником, Катю – гардеробщицей. Молодожёны поселились в крошечной подвальной комнате при школьной котельной. Прожили там 10 лет, стояли на очереди на получение квартиры. «В школе я был и завхозом, и электромонтёром, даже столярное дело преподавал, – вспоминает Владимир Андреевич. – Трудно было, а тут ещё супруга попала под машину, два года лечилась, ходила на костылях. А у нас уже была годовалая дочка. Пришлось мне вертеться как белка в колесе».

Долгожданную квартиру супруги Мининых всё же получили, это было радостное событие для семьи, в которой росли уже две дочки. Вскоре Владимиру Андреевичу предложили новую работу – в КГБ, электромехаником по автоматике. Там он проработал около 20 лет, оттуда ушёл на пенсию.

Участник войны, ветеран военной службы Владимир Андреевич Минин и сейчас в строю – активно участвует в патриотическом воспитании детей и молодёжи. В школах нашего района он самый почётный гость, а для ребят – образец мужества, настоящей герою. Среди боевых наград ветерана – медали «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.», «За победу над Японией».

ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ



Что такое избыточный вес и ожирение?

Почему одни люди полные, а другие стройные? Масса тела контролируется только наследственными факторами обмена веществ или воздействием внешних условий? Пищевое поведение, т.е. склонность к переяданию, управляется внутренними регуляторами организма или является свободной волей человека? Эти вопросы всё больше волнуют современное человечество.

он составляет 30 или больше, это уже ожирение. Ожирение можно оценивать и по обхвату талии и бедер. У женщин рекомендуемый обхват талии должен быть меньше 88 см, у мужчин – меньше 102 см. Если соотношение обхвата талии и обхвата бедер (одно деленное на другое) у мужчин больше 1, а у женщин больше 0,8, – это указывает на ожирение. Ещё в 2014 году, по данным ВОЗ, лишний вес имели 1,9 миллиарда взрослых людей, а 600 миллионов из них, то есть 13% населения, – ожирение. В странах Евросоюза людей с ожирением около 20%. К сожалению, количество людей с лишним весом и ожирением растёт и в России. Ещё более тревожит непрерывно возрастающее количество детей с ожирением. В странах Европейского союза более 30% детей имеют избыточный вес. Исследования связывают лишний вес с множеством факторов. Прежде всего, малая физическая нагрузка, частый просмотр телепрограмм и пользование компьютером. Конечно же, важным фактором является наследственная предрасположенность. Аппетит и метаболизм контролируются многочисленными генами, и в очень редких случаях их сочетание благоприятствует лишнему весу и ожирению. В большинстве случаев большая масса тела у детей и родителей с лишним весом связана всё-таки с семейными пищевыми привычками. Ещё сто лет назад человек мог спо-

койно потреблять в сутки около 3000 ккал, поскольку занимался тяжелой физической работой и расходовал получаемую с пищей энергию. На основной обмен веществ (т.е. функции самого организма) взрослая женщина затрачивает около 1300–1400 ккал, мужчина 1600–1900 ккал в сутки. В настоящее время человек трудоспособного возраста расходует в среднем на физические нагрузки 400–1200 ккал в сутки. Таким образом, дневной запас пищевой энергии человека трудоспособного возраста, в зависимости от характера работы и деятельности, должен составлять не более 1900–2800 ккал. Следующим фактором набора веса является, как ни странно, пропуск приемов пищи. Регулярное питание – важный фактор достижения и поддержания нормального веса. Слишком долгие перерывы между приёмами пищи вызывают ощущение голода. При частом питании вне дома и обильном потреблении фаст-фуда суточное потребление энергии человека из-под контроля, бывает трудно оценивать пищевую ценность съеденной пищи, но калорийность такого питания высока, и, кроме того, эта пища изобилует вредными ингредиентами, такими как консерванты, усилители вкуса, вредные жиры.

Необходимо отметить значение недостаточного уровня образования, так как образованные люди обычно более осведомлены о важности здорового пита-

ния. Расстройства сна также повышают риск избыточного веса, так как бессонница отрицательно влияет на обмен веществ и тормозит выделение гормона лептина, вызывающего чувство сытости. Как ни странно, но повышение благосостояния населения здесь имеет отрицательное значение, ведь людям долго приходилось «затягивать ремень» потуже, а теперь их доходы выросли, они хотят наверстать упущенное и попробовать всё, от чего раньше приходилось отказываться.

При избыточной массе тела и ожирении жир может скапливаться в различных местах. По этому признаку различают яблоко- и грушеобразное ожирение. При яблокообразном ожирении жир скапливается в районе живота, груди и между внутренними органами. Иногда такое ожирение называют также «пивным животом», ведь такому ожирению способствует чрезмерное употребление любого алкоголя. Этот вид ожирения чаще встречается у мужчин, но встречается он и у пожилых женщин после менопаузы. Исследования показали, что яблокообразное ожирение может быть также обусловлено продолжительным стрессом, при котором выделяются излишние количества гормона кортизола. Яблокообразное ожирение является фактором риска для сердечно-сосудистых заболеваний, диабета,

гипертонии, камней в почках, усиления старческой деменции, рака груди у женщин.

В случае грушеобразного ожирения жир собирается в области таза и на бедрах. Такой тип ожирения характерен для женщин, оно считается менее опасным, чем яблокообразное, поскольку жир собирается в основном под кожей, а не между внутренними органами. К сожалению, от такого ожирения труднее избавиться, потому что даже при низкокалорийной диете и увеличении физической нагрузки сложнее всего убрать жир именно на бедрах. В качестве лечения рекомендуются аэробные тренировки, методики релаксации и снижения стресса, снижение калорийности рациона. Доказано, что уменьшение избыточной массы тела на 1 кг независимо от приёма лекарств снижает систолическое (верхнее) артериальное давление на 2 мм рт. ст. Значит, у человека весом 100 кг и АД 160/100 мм рт. ст., снижение веса на 20 кг приведёт цифры АД к нормальным значениям: 120–130/80 мм рт. ст. Избыточный вес документировано сокращает продолжительность жизни, утяжеляет течение любых заболеваний. Контролируйте его и будьте здоровы!

Ваш доктор,
проф. Е.А. Дегтярева

Избыточный вес и ожирение определяются как «патологическое или избыточное накопление жира, представляющее риск для здоровья». Наиболее широко используемым критерием для измерения избыточного веса и ожирения является простой показатель – индекс массы тела (ИМТ). Он определяется как результат деления показателя веса в килограммах на показатель роста в метрах, возведённый в квадрат (кг/м²). ИМТ применяется для мужчин и женщин всех возрастных групп взрослых людей и является ориентировочным, так как процентное содержание жира у разных людей различно. Если индекс массы тела составляет от 25 до 29,9, это называется избыточным весом. Но если

С ЮБИЛЕЕМ!

В январе заслуженные жители нашего района отпраздновали юбилейные даты

95-летие отметили: Перельштейн Евгений Львович, Фешкина Нина Александровна.
90-летие отметили: Абрамова Валентина Ивановна, Вершинина Нелли Николаевна, Ворошилова Валентина Трофимовна, Гущина Аля Александровна, Дубова Валентина Ивановна, Захаров Вилорик Николаевич, Комисарчук Анна Федосовна, Комогорова Тамара Федоровна, Кульчак Валентина Филипповна, Макарова София Андреевна, Матveenкова Лидия Федоровна, Половецкая Лария Егоровна, Россохинский Владимир Иванович, Саратина Галина Васильевна, Ткачева Мария Степановна, Харламова Зинаида Михайловна, Хныжова Алла Борисовна, Штивельман Александр Львович.

Дорогие наши юбиляры! Совет депутатов и администрация муниципального округа Головинский от всей души поздравляют вас с этой значимой датой! Мы любим вас и гордимся вами! Счастья вам, здоровья, активного долголетия, семейного тепла и благополучия, заботы и внимания родных и близких!



НА ЗАМЕТКУ

Как потребителю защитить свои права

В повседневной жизни мы нередко сталкиваемся с ситуациями, когда нарушаются наши права в сфере потребления. Сегодня по просьбе читателей газеты мы публикуем комментарий юриста о том, как защитить в суде права потребителей.

Исковые заявления по имущественным спорам, возникающим в сфере защиты прав потребителей, при цене иска не более 100 000 рублей подаются мировому судье, а свыше указанной суммы – в районный суд, о чём сказано в пункте 5 части 1 статьи 23 и статье 24 Гражданского процессуального кодекса РФ (ГПК РФ).

Обратиться можно в течение трёх лет со дня, когда потребитель узнал или должен был узнать о нарушении своих прав (срок исковой давности).

Коснёмся вопроса подсудности дел о защите прав потребителей.

В соответствии со статьей 17 Закона РФ от 7 февраля 1992 года № 2300-1 «О защите прав потребителей» за защитой своих прав потребители вправе обратиться в суд.

Согласно пункту 1 части 1 статьи 22, частям 1, 2, 4 статьи 131 ГПК РФ; пункту 15 Постановления Пленума Верховного Суда РФ от 28 июня 2012 года № 17 «О рассмотрении судами гражданских дел по спорам о защите прав потребителей» дела о защите прав потребителей рассматриваются судом общей юрисдикции в порядке искового судопроизводства. В суд необходимо представить исковое заявление, содержащее обязательные реквизиты.

По выбору потребителя иск может быть предъявлен:

- по месту жительства или пребывания потребителя;
- по адресу ответчика – организации или её филиала (представительства) либо по месту жительства ответчика – индивидуального предпринимателя;
- по месту заключения или исполнения договора (продажи товара, выполнения работы, оказания услуги).

Территориальная подсудность также может быть определена соглашением сторон до принятия судом дела к производству, что не ограничивает права потребителя на выбор наиболее удобного для него места обращения в суд.

Иски о защите прав и законных интересов группы лиц, в том числе прав по-

требителей, подаются только по адресу ответчика (ч. 4 ст. 30 ГПК РФ).

Требования потребителя о защите неимущественных прав, требования имущественного характера, не подлежащие оценке, а также требования о компенсации морального вреда подаются в районный суд.

Если же требование о компенсации морального вреда производно от имущественного требования, то подсудность следует определять в зависимости от цены иска по имущественному требованию, независимо от размера требуемой компенсации морального вреда.

Истцы по искам о защите прав потребителей освобождены от уплаты госпошлины, если цена иска не превышает миллиона рублей. Если цена иска превышает один миллион рублей, то госпошлина уплачивается в сумме, исчисленной исходя из цены иска и уменьшенной на сумму госпошлины, подлежащей уплате при цене иска один миллион рублей.

Следует обратить внимание на обязательность досудебного разрешения спора.

По общему правилу обязательного соблюдения досудебного порядка урегулирования спора по искам о защите прав потребителей не требуется, в том числе, если такая обязанность установлена договором с потребителем.

Однако в некоторых случаях для обращения в суд необходимо соблюсти порядок досудебного разрешения возникшего спора (например, спора по недостаткам туристского продукта, по качеству услуг связи). В таких случаях подать исковое заявление можно только после отказа продавца (изготовителя, исполнителя) добровольно удовлетворить требования потребителя или при отсутствии ответа на претензию потребителя.

Исходя из судебной практики, даже тогда, когда досудебное урегулирование возникшего спора необязательно, направление претензии продавцу (изготовителю) товара или исполнителю работы (услуги) до подачи иска позволяет разрешить спор без судебного разби-

рательства или облегчает в дальнейшем доказывание вашей позиции в суде.

Кроме того, при удовлетворении судом ваших требований, которые не были выполнены продавцом (изготовителем, исполнителем) добровольно, суд взыскивает с ответчика в вашу пользу штраф в размере 50% присужденной вам суммы, что изложено в Постановлении Пленума Верховного Суда РФ № 17 «О рассмотрении судами гражданских дел по спорам о защите прав потребителей».

При удовлетворении иска суд может также полностью или частично взыскать с ответчика заявленные вами судебные расходы, в частности расходы на оплату услуг представителя (за исключением оплаты услуг представителя общества за защите прав потребителей), почтовые расходы, связанные с производством по делу.

Важен вопрос относительно предъявления искового заявления в суд.

По общему правилу срок исковой давности по требованиям в отношении недостатков товара или выполненной работы (оказанной услуги) составляет три года со дня, когда потребитель узнал или должен был узнать о нарушении своих прав и по иску о защите этого права.

При этом в соответствии со статьей 199 ГПК РФ суд может принять решение об отказе в иске по причине истечения срока исковой давности, только если стороной спора будет сделано заявление о пропуске указанного срока.

Обратите внимание! Выплачиваемые гражданам суммы неустойки и штрафа в связи с нарушением прав потребителей облагаются НДФЛ.

Согласно позиции Верховного суда РФ, компенсация морального вреда НДФЛ не облагается (См.: «Обзор практики рассмотрения судами дел, связанных с применением главы 23 Налогового кодекса Российской Федерации», утвержденный Президиумом Верховного Суда РФ 21 октября 2015 года).

Заместитель главы администрации муниципального округа Головинский, канд. юрид. наук А.А. Данько

Уважаемые жители!

Культурный центр «Онежский» вновь открыт для посещения.

ПРИГЛАШАЕМ НА ЗАНЯТИЯ В БЮДЖЕТНЫЕ ГРУППЫ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ:

- Современные танцы, хип-хоп, джаз-фанк. Ведущий творческий коллектив города Москвы «Groove creation». Руководитель – Ольга Бочкарева. Принимаются дети и подростки от 6 до 18 лет.
- Классический, эстрадный, современный, народный танец, свободная пластика. Ведущий творческий коллектив города Москвы «Театр танца «Relever». Руководитель – Милана Ходырева. Возраст участников – от 7 до 15 лет.
- Основы классической хореографии, народно-сценический танец, эстрадный танец. Хореографический коллектив «Assemble». Руководитель – Екатерина Фомина. Возраст участников – от 5 до 15 лет.
- Хоровое пение, музыкальная грамота. Студия «Music Land». Руководитель – Алена Доброхотова. Принимаются подростки от 8 до 16 лет и взрослые.

Отбор в группы осуществляется на конкурсной основе.

Занятия бесплатные.

Дополнительная информация по телефону: 8 (495) 454-44-44.

МЫ ОТКРЫТЫ ДЛЯ ВСЕХ!

ЖДЕМ ВАС НА ЗАНЯТИЯ И ПРИГЛАШАЕМ НА МЕРОПРИЯТИЯ!

Приглашает МБУ

«Досуговый центр «Родник»

Уважаемые жители! В связи со снятием ограничений сообщаем об открытии кружков и секций, работающих на платной и бесплатной основе.

ТВОРЧЕСКИЕ СТУДИИ:

- Ансамбль барабанщиц (группа «Ритм») • Батик • Детский ансамбль народной песни «Тимоня» • Изобразительное искусство • Керамика (лепка из глины) • Подготовка к школе • Студия «Красота своими руками» • Студия народного танца «Тимоня» • Студия современной хореографии (хип-хоп) • Студия звукозаписи • Танцевальный ансамбль «Афродита» (танцы народов мира, 18 лет и старше) • Театральная студия • Чирлидинг (группа поддержки «Freedom») • Шоу-балет «Ажютаж»

СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ:

- Бокс • Вольная борьба • Городошный спорт • Кикбоксинг • Настольный теннис • ОФП и силовая подготовка • Стритбол • Тренажёрный зал • Тхэквондо • Фигурное катание • Футбол • Хоккей • Художественная гимнастика

АДРЕСА И КОНТАКТЫ МБУ «ДЦ «РОДНИК»:

- Кронштадтский б-р, 37г. Телефон: 8 (499) 747-07-12;
- Смольная ул., 11. Телефон: 8 (495) 452-17-35;
- Солнечногорская ул., 5. Телефон: 8 (495) 456-40-04;
- Солнечногорская ул., 17. Телефон: 8 (499) 747-07-84.

Официальный сайт: www.cent-rodnik.ru

Адрес электронной почты: skchaika@mail.ru

Уважаемые жители!

В МБУ «Досуговый центр «Родник» открывается новый кружок «Рисование, лепка, керамика, батик» под руководством талантливого художника. Приглашаем на занятия всех желающих, без возрастных ограничений. Продолжается набор детей в возрасте от 5 лет в новую студию «Юный художник».

Дети младшего возраста познакомятся с различными видами красок и графических материалов, интересными техниками рисования, такими как граттаж, монотипия, набрызг, ниткография и др.

Для художников старшего возраста проводятся занятия по рисунку, живописи, композиции, современному искусству.

Просим обращаться по адресу:

Кронштадтский б-р, 37г. Телефон: 8 (499) 747-07-12.

Не доставили газету «Наше Головино»?

Звоните: 8 (495) 708-62-02, 8 (495) 456-06-81. Пишите: nashegolovino@mail.ru.

Приглашаем в феврале

17-28 февраля. 8:00-17:00. Выставка детских творческих работ, посвященная Дню защитника Отечества. МБУ «ДЦ «Родник». Флотская улица, д. 1 (администрация МО Головинский).

18 февраля. 10:00-11:00. «Урок мужества». Мероприятие, посвященное Дню защитника Отечества. МБУ «ДЦ «Родник». Авангардная улица, д. 11а (ГБОУ «Школа № 1315»).

23 февраля. 19:00-20:00. Соревнования по хоккею на льду среди дворовых команд, приуроченные к празднованию Дня защитника Отечества. МБУ «ДЦ «Родник». Спортивная площадка. 1-й Лихачевский переулок, д. 4 (парк-усадьба «Михалково»).

Февраль. «Война прошла сквозь наши души». Мероприятие, посвященное Дню памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. Администрация МО Головинский, Совет ветеранов Головинского района. (Информацию о дате, времени и месте проведения мероприятия можно уточнить по телефону: 8 (499) 747-05-27).

Газета «Наше Головино». № 1 (178), 2021 г. Общественно-политическое издание.
Учредитель: Администрация муниципального округа Головинский.
Издатель: ООО «ПРЕСС-ИЗДАТ»
Главный редактор А.В. Антропова.

Адрес издателя и редакции: 125565, г. Москва, ул. Флотская, д. 1
E-mail: press-izdat@yandex.ru, тел.: 8 (499) 409-62-31
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу.
Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 50 – 02618 от 09.06.2018.
Распространяется бесплатно.

Тираж 40 000 экз.
Подписано в печать 05.02.2021 г. Время подписания в печать: по графику – 15.00 час., фактическое – 18.00 час.
Дата выхода в свет 08.02.2021 г. Заказ 0879-2021
Отпечатано в АО «Красная Звезда»
125284, г. Москва, Хорошевское шоссе, д. 38