

**ЦИТАТА**

«Наземное метро – это новая скорость передвижения и новый уровень комфорта. И солидная экономия на стоимости проезда за счёт бесплатных пересадок на метро».

Сергей Собянин, мэр Москвы



С. 2

В РАЙОНЕ  
РАССЕЛЯТ

**59**

ДОМОВ  
ПО ПРОГРАММЕ  
РЕНОВАЦИИ

**АРГУМЕНТЫ  
И ФАКТЫ**

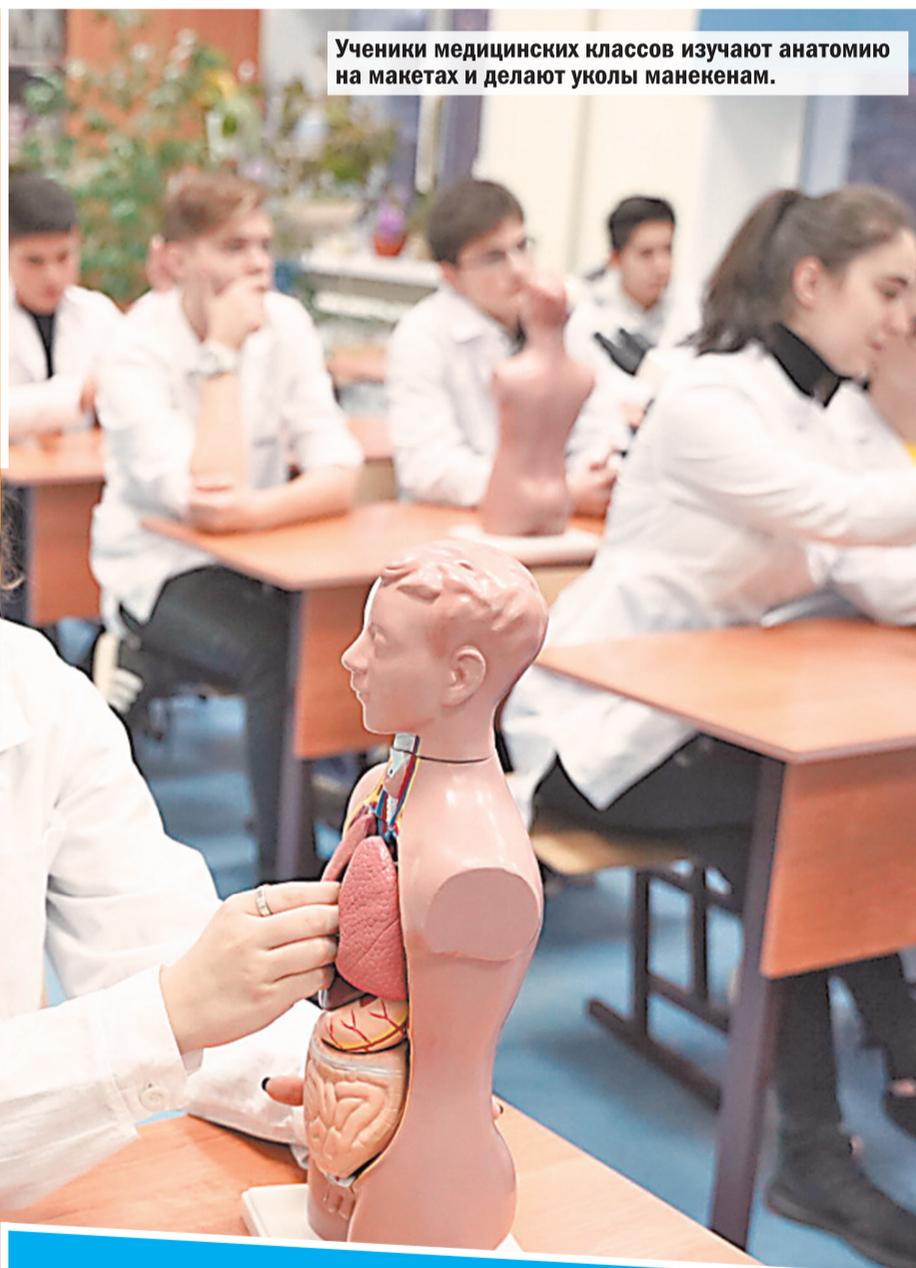
«ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ» ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ

**(495) 646-57-57**

В 2019 ГОДУ  
ПО ПРОГРАММЕ  
«МОЙ РАЙОН»  
БЛАГОУСТРОЕНЫ

**23**

ДВОРА



Ученики медицинских классов изучают анатомию на макетах и делают уколы манекенам.

Фото: Юлия Замяткина

Фото: АГН Москва

Фото: Эдуард Кудрявицкий

Фото: Игорь Харитонов

**МЕСТНОЕ ВРЕМЯ**

Где покататься  
на коньках и лыжах?



С. 3

**РАЙОННЫЙ УРОВЕНЬ**

Тандем работа  
и человека  
в 31-й больнице



С. 5

**РАЙОН В ЛИЦАХ**

Продюсер Сергей  
Смолин – о том,  
как рождаются идеи  
для съёмок



С. 7

РАЙОННЫЙ УРОВЕНЬ  
**МЕДИКИ ЗА ПАРТОЙ**

В ШКОЛЕ № 1541  
ПОЯВИЛОСЬ НОВОЕ  
ОБОРУДОВАНИЕ  
ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ  
КЛАССОВ

С. 4

КОНТЕЙНЕРЫ  
ДЛЯ СБОРА ПЛАСТИКА  
УСТАНОВЛЕННЫ НА

**93**

ПЛОЩАДКАХ

# Время новых скоростей

**МЦД сделает проще и дешевле передвижение по столичному региону**

## Город стал ближе

Проект Московских центральных диаметров очень важен для Москвы и Московской области. На церемонию открытия, которая прошла на Белорусском вокзале, приехал даже президент страны. Вместе с мэром Москвы Сергеем Собяниным Владимир Путин совершил первую поездку на «Иволге».

По словам мэра Москвы, 21 ноября 2019 года войдет в историю как день рождения нового вида общественного транспорта – наземного метро.

«Наземное метро – это новая скорость передвижения по городу. По сравнению с использованием наземного транспорта и личных авто время поездок сокращается почти в 1,5 раза. Это новый уровень комфорта по сравнению с традиционными электричками. И это солидная экономия на стоимости проезда

за счёт бесплатной пересадки на метро», – отметил **Сергей Собянин**.

Сегодня открыты и работают 2 из 5 запланированных московских центральных диаметров – от Одинцова до Лобни и от Нахабино до Подольска. 132 километра путей, 57 станций, 19 из них – пересадочные, которые пришлось полностью переформатировать и адаптировать под новый ритм и стиль наземного метро.

Планируемый пассажиропоток (млн пас./год)	
МЦД-1 (Одинцово – Лобня)	<b>42,9</b>
МЦД-2 (Нахабино – Подольск)	<b>48,6</b>
Итого за I этап	<b>91,5</b>

Благодаря первым двум маршрутам МЦД общественный транспорт станет доступ-



Вместе с Сергеем Собяниным Владимир Путин совершил первую поездку на «Иволге» до станции «Фили» и обратно.

Фото: Алексей Дружинин/РИА «Новости»

нее для 4 млн жителей Москвы и Московской области, в поездах появится свыше 900 тыс. новых пассажирских мест в сутки. Теперь не надо будет следить за расписанием, бояться опоздать, ведь вслед за одним поездом через считанные минуты придёт другой. В часы пик поезда на МЦД будут ходить каждые 5–6 минут. Причём стоять такая поездка будет значительно дешевле, чем на обычной пригородной электричке.

А ещё запуск наземного метро ошутимо улучшит экологию в столичном регионе. Открытие МЦД-1 и МЦД-2 до 12% разгрузит прилегающие к нему линии метро и примерно на 5% вылетные магистрали Минское, Дмитровское, Симферопольское, Варшавское и Волоколамское шоссе. По оценке экспертов, количество автомобилей сократится на 30 тыс. ед. в сутки, а объём выбросов вредных веществ в атмосферу – на 14 тыс. тонн в год.

## Экономим время и деньги

Оплачивать проезд на МЦД можно «Тройкой», но сначала ее нужно активировать в любой кассе метро, билетных автоматах и желтых информационных терминалах. Также перед первой поездкой всем льготным категориям граждан нужно активировать карту москвича.

Стоимость проезда (без наземного транспорта)  
 В пределах Москвы **38 руб.**  
 От границ Москвы до конечных станций МЦД **45 руб.**  
 За пределами МКАД **45 руб. +**  
**(23 руб. × количество зон за пределами МЦД)**

Для проезда по МЦД и бесплатных пересадок на метро и МЦК пассажирам необходимо перепрограммировать карту «Тройка» в кассах метро, автоматах по продаже билетов и желтых информационных терминалах.

Диаметры поделены на три зоны. Проезд по зоне «Центральная» равен поездке на метро – 38 руб., по зоне «Пригород» – 45 руб., а по зоне «Дальняя»

стоимость будет складываться из билета на электричку (23 руб. за каждую зону до границы с МЦД) плюс 45 руб. Пересадка с диаметра в подземку и на МЦК происходит бесплатно в течение 90 минут. Экономия более чем в два раза.

Но самое главное – сократится время, которое пассажиры тратят на дорогу. С появлением МЦД у пассажиров появляются альтернативные, так называемые хордовые маршруты.

### Сокращение времени в пути для жителей Москвы в 1,5 раза

Интервалы движения: **5–8 мин.**  
**Бесплатные пересадки** на метро и МЦК

«Лично я рад открытию МЦД. Живу около метро «Марьино», а на работу к 8 утра нужно быть на «Волоколамской». Я – технолог на производстве, и у нас с опозданиями строго. Раньше мне нужно было ехать до «Трубной», переходить на «Цветной бульвар» серой ветки, затем совершить ещё одну пересадку с «Боровицкой» на «Арбатскую» и ехать до «Волоколамской». Это занимало час времени. Сейчас жена довозит до «Дмитровской», а уже по МЦД до работы без пересадок. За-секал время – ровно 27 минут со всеми удобствами», – рассказал **москвич Юрий Тришин**.



Также Московские центральные диаметры имеют колоссальное транспортное значение: благодаря первым двум маршрутам скоростной транспорт появится в тех районах столицы, где на сегодняшний день нет станций метро, это Северный, Дмитровский, Восточное Дегунино, Можайский и Щербинка.

## Общественный транспорт в приоритете

По маршрутам МЦД пущены городские поезда нового поколения «Иволга», разработанные и собранные в Твери. По уровню удобства для пассажиров и техническим решениям «Иволга» со-

ответствует лучшим зарубежным аналогам, а по отдельным параметрам даже превосходит их. Они оборудованы всеми элементами современного пассажирского сервиса – USB-розетками для зарядки гаджетов, Wi-Fi, удобными информационными табло, туалетами, а также приспособлены для путешествий маломобильных граждан. «Иволга» полностью оправдывает свое имя, поезд как бы летит над землей без раздражающего шума и вибрации, мгновенно разгоняется и максимально плавно останавливается.

Жители многих европейских городов давно уже пользуются транспортом такого уровня – это Германия, Франция, Великобритания. Сегодня сложно представить Париж без его скоростных электричек RER, которые соединяют мировую столицу моды с пригородами. Если сравнить МЦД, скажем, с Берлинским наземным метро или Лондонским Overground, то наше существенно их превзойдет по длине маршрутов. После того как в Москве будут достроены все 5 диаметров протяженностью пути достигнет 375 км. До конца 2023 года планируется запустить еще три маршрута: МЦД-3 «Ленинградско-Казанский», МЦД-4 «Киевско-Горьковский» и МЦД-5 «Ярославско-Павелецкий».

Сергей Собянин заявил, что так как количество пассажиров в рабочие дни на Московских центральных диаметрах превышало полмиллиона человек, то на линиях будет увеличено количество вагонов. На МЦД-2 («Курско-Рижский» диаметр) с 25 ноября состав поездов вырастет до 10–11 вагонов, а на МЦД-1 их количество увеличат в течение 15 дней. Кроме того, проезд по МЦД делают бесплатным на две недели в целях более тщательной наладки билетной системы. «Будем и дальше развивать МЦД, делать их комфортнее и удобнее», – отметил мэр Москвы.

Егор Машков

## Первые Московские центральные диаметры



**Транспортная доступность всех частей города – важная составляющая программы «Мой район».**

# Реновация: обсуждаем детали

**На публичных слушаниях будущие жители обновлённых кварталов внесли предложения к проекту**

В районе Проспект Вернадского переселение по программе реновации затронет 59 многоквартирных жилых домов на улицах Лобачевского, Коштоянца и Удальцова. **Жительница дома 28 по улице Лобачевского Инесса Штурбина** живёт здесь 40 лет и очень ждёт переезда в новое жильё. «Моя квартира находится на первом этаже в торце дома, где начинается автостоянка, плюс в этой части дома до-



Фото: stroi.mos.ru

**По просьбам жителей в проект планировки района заложили школу, детсады, поликлинику и спортивный комплекс.**

вольно низкий фундамент, так что все «прелести» такого быта я ощущаю на себе, поэтому очень заинтересована в реновации, – делится Инесса Васильевна. – Три пятиэтажки возле нас – дома 32, 34, 36 – уже переселяются. А для нас обещали строить дом, по предварительной информации, на улице Певцова. Это буквально в трёх минутах от нашего дома. До метро такое же расстояние, рядом управа и ТЦСО. Считаю, что реновация – это в высшей степени социальный проект, который направлен на улучшение жизни не самых обеспеченных людей».

На улучшение жилищных условий надеется и **жительница дома 7 по улице Коштоянца Зинаида Васильевна Гусарова**. «У нас сейчас

кухня 5 м, совмещённый санузел, проходные комнаты, – рассказывает пенсионерка. – В прихожей помещается только один человек. В моём возрасте подниматься тяжело даже на третий этаж. Однажды пройдёшь – второй раз сил выходить гулять уже нет. Такие квартиры были хороши в 50-е годы, когда людей переселяли из бараков и подвалов. Сама первое время жила в таком бараке, и тогда пятиэтажки были за счастье».

Жители района Проспект Вернадского приняли активное участие в прошедших недавно публичных слушаниях по проекту реновации: проектировщики новых кварталов учтут мнение людей. Уже известно, что по программе в районе запланировано строительство 3 детских садов на 980 мест, детской поликлиники на 320 посещений в смену, образо-

вательного комплекса с бассейном на 200 школьных и 300 дошкольных мест. «Предусмотрено создание зелёных зон, благоустройство прилегающих территорий. Будут обновлены парк имени 50-летия Октября и долина реки Раменки. На территории природного комплекса реки Самородники появятся места для отдыха и спортивные площадки», – сообщил **главный архитектор Москвы Сергей Кузнецов**. Создание условий для отдыха жителей – одно из направлений **программы «Мой район»**. Задать свои вопросы по программе можно на консультации в едином информационном центре, который работает ежедневно с 12.00 до 20.00, а также по телефону «горячей линии» +7 (499) 401-01-01.



вопросы жителей, поступившие на «горячую линию» газеты «Мой район», ответил **глава управы Проспект Вернадского Иван Малышев**.

## Где откроются катки?



На вопросы жителей, поступившие на «горячую линию» газеты «Мой район», ответил **глава управы Проспект Вернадского Иван Малышев**.

**– Как в районе готовятся к зиме? Хватит ли дворников, машин для уборки снега?**

**Елена Петровна**

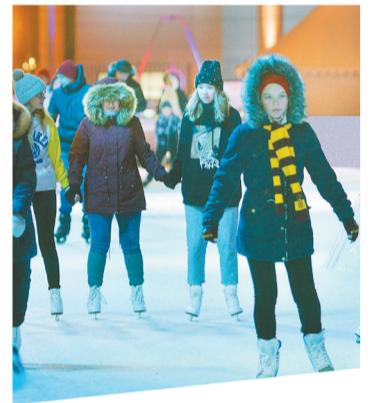
– Мы приняли все необходимые меры на случай снежной погоды. В распоряжении ГБУ «Жилищник района Проспект Вернадского» находятся 40 единиц уборочной техники. В готовности также 56 средств малой механизации, предназначенных для уборки дворов от снега (мотоблоки, тележки). Состав дворников мы полностью сформировали. На случай гололёда у нас есть специальный реагент.

**– Хотелось бы узнать, где в районе будут катки и горки для катания, лыжные трассы?**

**Ирина**

– Катки с естественным покрытием в ближайшее время откроются по адресам: ул. Удальцова, д. 4, д. 37; ул. Коштоянца, д. 6, д. 21А. Большую ледяную горку обустроят в сквере «Никулина роща».

Заняться зимними видами спорта жители района смогут также в парке 50-летия Октября: здесь будут работать каток с искусственным покрытием, лыжная трасса и тюбинговая горка. Ещё один лыжный маршрут проложат в парке Олимпийской деревни. Создание условий для занятий спортом – важная часть программы «Мой район».



**В районе обустроят пять катков и две лыжни.**  
Фото: Эдуард Кудрявицкий

**– Что за ночные дорожные работы на улице Лобачевского в районе 31-й больницы в полпервого ночи? Проснулся от звуков резки болгарки. Разве законно шуметь по ночам?**

**Алексей**

– По городской программе «От дома до дома» там благоустраивали территорию, прилегающую к проезжей части ул. Лобачевского. Работы уже завершены. Однако читатель прав: шуметь ночью нельзя. Если жителям мешает шум от стройки по соседству, можно написать обращение на портал мэра Москвы.

## Патрульная служба всегда на передовой



### ДОСЬЕ

**ДРУГАЛЁВ АЛЕКСАНДР АЛЕКСАНДРОВИЧ,**

младший лейтенант полиции  
заместитель командира  
отдельного взвода ППС.

**Адрес:** просп. Вернадского, д. 60.

**Цифра:** 4999 вызовов за 10 месяцев.

**Телефон дежурной части:**  
+ 7 (499) 431-30-10.

**Младший лейтенант Александр Другалёв** пришёл служить в патрульно-постовую службу (ППС) в 2009 году. «Когда у человека что-то случается и он звонит в полицию, первые всегда приезжаем мы – патруль. Самое главное в нашей службе – оперативность. Мне нравится помогать людям, и не-

важно, это какое-то бытовое происшествие или серьёзное преступление, – говорит Другалёв. – Хотя, конечно, чаще всего вызывают на бытовые конфликты: ссоры соседей или в семье, нарушение тишины».

Также младший лейтенант говорит, что люди сами вызывают полицию, если замечают

подозрительных гостей у себя во дворе, которые что-то прячут в укромных местах. Но нередко и сам патруль во время смены видит таких закладчиков наркотиков. «Очень много вызовов по кражам – велосипеды, самокаты, коляски, оставленные в подъездах. С машин зеркала воруют, бывают разбои и грабежи, когда у людей вырывают сумки и телефоны из рук. Но такое случается уже гораздо реже, чем 10 лет назад, – отмечает Александр Другалёв. – Вызывают на кражи товаров из магазинов. Быстро задерживать воров помогают камеры видеонаблюдения. В прошлом году было много краж, когда преступники скрывались на каршеринговых машинах. Но и тут мы по камерам смотрели номера, делали запрос компа-

нии, кто брал в аренду машину, и задерживали нарушителей».

В сутки в районе дежурит три машины ППС и пеший патруль. Кроме очевидных вещей, вроде выпивающих граждан и мелких хулиганов, патруль обращает внимание на подозрительные машины во дворах. «У каждого экипажа есть планшет с базами угнанных авто, – говорит младший лейтенант. – В том числе с их помощью мы теперь прямо на месте можем установить личность человека, даже если он не может при проверке документов предъявить паспорт, и не доставляем для этого в отдел. ППС перед выездом получает все ориентировки с фото или приметам разыскиваемых людей – не только преступников, но и сбежавших подростков, людей, пропавших без вести».

Во время патрулирования наряду ППС очень важно вовремя заметить правонарушение. «Благодаря программе «Мой район» стало гораздо легче патрулировать: практически везде сделано отличное освещение. У нас налажен хороший контакт с управой, и они всегда откликаются на наши предложения поставить дополнительное освещение», – говорит Другалёв. Ещё один залог эффективной работы ППС – своевременное информирование о преступлении. «Если человек позвонил в полицию в течение хотя бы 10 минут после случившегося, вероятность раскрытия очень велика. Был случай, когда мужчина увидел, как в машине разбивают стекло, и бежал за злодеем, а в этот момент звонил нам. Звоните, сообщайте сразу, если что-то случилось!» – напоминает он.

# Медики за партой

## В школе № 1541 появилось необычное оборудование для медицинских классов

В этом учебном году в школе № 1541 появилось новое уникальное оборудование для медицинских классов. Теперь у ребят ещё больше возможностей для знакомства с профессией, самореализации и обучения практическим навыкам. Школа с самого начала вошла в проект Департамента образования «Медицинский класс в московской школе». Создание условий для получения хорошего образования – одно из направлений программы «Мой район». Сейчас два кабинета полностью оснащены для занятий будущих медиков и биологов. Пожалуй, самое необычное устройство помимо традиционных микроскопов и муляжей – интерактивный анатомический стол «Пирогов». Вместо столешницы у него компьютерный экран, который позволяет рассматривать 3D-модель человеческого тела, задавать определённые программы и видеть на компьютерной томограмме различные органы и ткани, причём в натуральную величину и в разрезе.

### От детсада и до вуза

«Начальные представления о естественных науках, окружающем мире ребята получают ещё на этапе дошкольного образования, – рассказывает учитель биологии школы № 1541, координатор направления «Медицинский

класс в московской школе», почётный работник образования города Москвы **Наталья Балакина**. – В начальной школе для детей, которые интересуются



естествознанием, организуют кружки и познавательные мероприятия – например, «Пришиваем мишке лапу хирургическим швом», программа «Здоровье» с доктором Пилюлькиным». Эти занятия ведут врачи-хирурги. С 5-го класса ребята уже вовсю занимаются на медицинском оборудовании – изучают на муляжах строение человеческого глаза, зубов, исследуют препараты под микроскопом. Более серьёзная наука начинается с предпрофильного 8-го класса: дети работают на тренажёрах, учатся оказывать медицинскую помощь, занимаются в тематических кружках. Наконец, в 10-м классе начинается профильное образование. Помимо углублённого изучения биологии и химии старшеклассникам предлагаются дополнительные курсы. Один из таких – программа «Шаг в медицину», которую ведёт практикующий врач. Он отрабатывает с детьми все навыки работы на медоборудовании. Дети учатся делать уколы, измерять давление, «читать» результаты анализов и обследований, оказывать первую помощь».

В медицинских классах работает команда профессиональ-



Фото: Юлия Замяткина

Занятия будущих врачей проходят в специально оборудованном кабинете, где есть медицинские тренажёры, измерительные приборы, макеты органов, средства для первой помощи.

ных педагогов, поэтому ребята успешно сдают ЕГЭ. Ежегодно среди выпускников бывают столбальники по химии и биологии.

Обучаясь в школе, старшеклассники могут параллельно заниматься в медицинском колледже и освоить профессию младшей медсестры или медбрата по уходу за больными. После завершения курса и успешной сдачи экзаменов выпускники наряду с аттестатом получают сертификат о профессии и при желании могут пойти работать по этой специальности в больницу.

### Серьёзная наука

Важное направление профильного обучения – исследовательские проекты. Под руководством преподавателей Первого медицинского университета ребята выполняют научные работы и участвуют во всероссийском конкурсе «Старт в медицину». Работы оценивают профессора вуза.

**Создание условий для получения хорошего образования – одна из задач программы «Мой район»**

Полученные баллы засчитают при поступлении в медвузы. Среди реализованных проектов – «Вакцинопрофилактика как эффективный способ сохранения здоровья детского населения», «Использование приёмов мнемотехники с целью улучшения памяти человека», «Какую воду мы пьём? Простейшие способы очистки и улучшения качества питьевой воды, полученной из природных источников». Вполне серьёзно и по-взрослому.

А ещё в этом учебном году открылся кружок по обучению первой доврачебной помощи. Кстати, посещать тематические кружки в школе № 1541 и бесплатно заниматься на медицинском оборудовании в лаборатории могут ребята и из других школ. Занятия проходят по понедельникам и вторникам.

### Учёные в школе

Уровень образования в медклассах обеспечивается, в частности, сотрудничеством школы с ведущими столичными вузами. Так, в прошлом году лекции для ребят прочитали учёные факультета фундаментальной медицины МГУ им. Ломоносова, которые рассказали о новейших биотехнологиях и

исследованиях в области фармацевтики. Встреча с учёными планируется и в этом учебном году.

А для жителей района ученики школы по традиции готовят интересную программу, гостям которой расскажут о здоровом образе жизни, измерят давление и научат пользоваться простыми приборами для самодиагностики. «В прошлом году это мероприятие вызвало большой интерес у местных жителей. Родители, бабушки учеников с удовольствием проходили обследование у юных медиков, – поделилась Наталья Анатольевна. – Следующее мероприятие состоится в феврале. Все желающие могут к нам прийти и поучаствовать».

Чтобы поступить в медицинский 10-й класс, нужно хорошо сдать ОГЭ по химии и биологии. К слову, далеко не все выпускники медклассов идут учиться на медиков. Кто-то выбирает смежные направления – биофак МГУ, биоинженерные факультеты. Возможности самореализации у ребят большие. А сдача обязательного предпрофессионального экзамена даёт дополнительные баллы при поступлении на медицинские специальности.

Ирина Смирнова

# Старт в медицину

Выпускники и их родители уверены, что городской проект «Медицинский класс в московской школе» помог им реализовать свою мечту.

**Первокурсница Сеченовского университета Арина Соловьёва:**



– Медицинский класс – это отличная возможность получить начальные знания в медицине: освоить правила оказания первой помощи, навыки ухода за больными. Два года старшей школы прошли нелегко. Но все трудности на пути к будущей профессии были преодолены. Благодаря своим школьным учителям я поступила в вуз своей мечты. И теперь на первом курсе некоторые предметы даются мне очень легко.

**Мама Ольга Соловьёва:**

– В медицинских классах не просто занимаются химией и биологией по пять раз в неделю. Благодаря поддержке Первого МГМУ им. И. М. Сеченова, Департамента образования и Департамента здравоохранения Москвы дети получают огромные возможности для дообразования. Манекены стали первыми пациентами,

на них моя дочь училась делать уколы и брать кровь из вены. С 10-го класса дочь параллельно обучалась в медколледже № 5, где успешно освоила программу по профессии «Младшая медицинская сестра по уходу за больными». Диплом колледжа позволил ей получить зачёт «автоматом» по этой дисциплине в вузе.

**Мама выпускницы Наталья Степанова:**

– Дочь Мария в этом году окончила школу № 1541 с золотой медалью. Учитель биологии Наталья Анатольевна Балакина привила ей любовь к предмету, и полученных знаний оказалось достаточно для успешной сдачи ЕГЭ и поступления в вуз. Базовый курс теории был дополнен важными практически занятиями, которые вёл Денис Игоревич Живоглазов. Моя дочь научилась делать инъекции, перевязки, сердечно-лёгочную реанимацию, оказывать доврачебную помощь. И, кстати, ей уже не раз приходилось использовать эти навыки в повседневной жизни. Маша даже заняла призовое место на городском соревновании «Первая помощь». Мы благодарны нашей школе и всему педколлективу.

## В какой профильный класс вы бы записали ребёнка?

Сегодня школы района предоставляют большие возможности для профильного образования детей. И похоже, времена, когда все хотели стать юристами и экономистами, прошли. А в какой класс вы отдали бы своего ребёнка?



Опрос проведён в соцсети ВКонтакте, группа района – vk.com/vernadk.

Проголосовали 134 человека.



В ГKB № 31 применяется новейшая роботическая система.

## «Да Винчи» лечит

Фото: Эдуард Кудрявицкий

### Хирург Ахмед Пшихачев рассказал о современных операциях и профилактике

В больнице № 31 (ул. Лобачевского, д. 42) людей оперирует... робот. Сразу успокоим читателей: операции он проводит не сам, это всего лишь инструмент в руках хирурга. Но на сегодняшний день один из самых совершенных.

**Врач уролог-онколог Ахмед Пшихачев** ежедневно выполняет по 2–3 урологических операции, в том числе с применением роботической системы «Да Винчи». Только в этом году на счету хирурга уже около 300 лапароскопических и робот-ассистированных операций. А недавно Ахмед Мухамедович победил в конкурсе, где оценивали умение владеть хирургической техникой. Корреспондент «Моего района» узнала, как проводятся современные операции и почему так важно регулярно проходить диспансеризацию.

#### Случайная находка

– **Ахмед Мухамедович, искусство владения инструментом у хирурга трудно переоценить.**

– Вы правы. И особенно важна техника при лапароскопии, когда вмешательство проводится через маленькие разрезы около 1 см, куда вводятся инструменты и камера для обзора операционного поля. Если во время открытой операции мы можем манипулировать инструментом практически в любом направлении, то в лапароскопии движения ограничены. Кроме того, сегодняшние стандарты требуют, чтобы операция была минимально травматичной и позволяла сохранить функцию органа. Иногда имеет значение каждая секунда. Например, во время некоторых

операций на почке происходит пережатие почечной артерии. В таком случае у нас есть не больше 20–25 минут, чтобы удалить опухоль и ушить зону операции. Иначе возможны необратимые изменения в ткани органа, оставшейся без кровоснабжения.

– **Как узнают о своём диагнозе люди, которые приходят на операцию на ранней стадии?**

– Увы, большинство онкологических заболеваний на ранних стадиях проходят без симптомов. Рак предстательной железы, как правило, выявляется во время скрининга – анализа крови на простатспецифический антиген (ПСА), который входит в ежегодную диспансеризацию у мужчин после 50 лет. Если анализ выявил повышенный уровень ПСА, то пациента направляют на биопсию (исследование ткани предстательной железы на наличие опухолевых клеток) для уточнения диагноза. Опухоли почки на ранней стадии – это практически всегда случайная находка при УЗИ.

#### Ювелирная работа

– **Вы бывали на стажировках в клиниках Франции, Германии. Отличается ли европейская медицина от нашей?**

– Многие московские клиники сегодня оснащены не хуже европейских. И любой хирург у нас сейчас имеет возможность обучиться работе на самом современном оборудовании. Поэтому отпадает необходимость уезжать за границу в поисках более совершенной методики или опытного врача. Более того, не редки примеры, когда со-

отечественники возвращаются из тех же европейских клиник с различными осложнениями, и нам приходится заниматься их дальнейшим лечением.

– **В чём преимущество именно робота?**

– «Руки» робота в точности повторяют движения хирурга, как будто руки человека находятся внутри брюшной полости и манипулируют тонкими инструментами. При этом «руки» робота действуют многократно точнее, нивелируя тремор. Роботическая система позволяет видеть операционное поле в увеличенном и трёхмерном виде. И результаты операций намного лучше. У пациентов с раком предстательной железы мы можем лучше сохранить мельчайшие сосуды, нервные окончания и другие структуры, отвечающие за удержание мочи и эректильную функцию.

– **Что вы посоветуете пациентам?**

– Проходить ежегодное профилактическое обследование, а после выявления заболевания не тянуть с визитом к врачу. Многие пациенты откладывают лечение месяцами, ссылаясь на занятость, пытаются вылечиться по интернету или средствами народной медицины, и попадают к нам, когда помочь им сложно. Чем раньше начато лечение, тем лучше результаты.

Юлия Борта

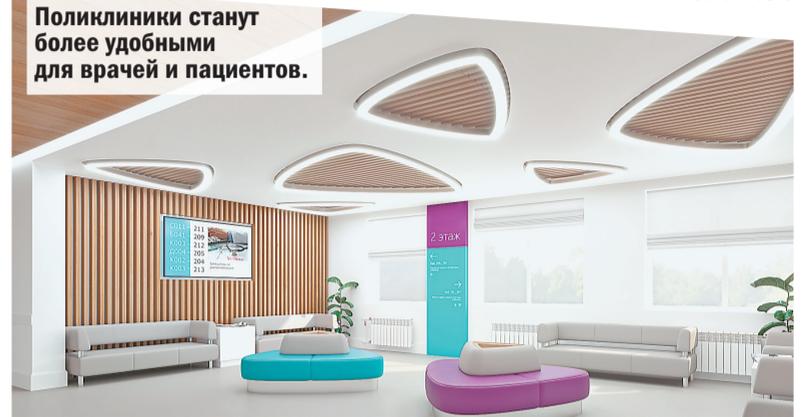
Качественная и доступная медицинская помощь – важная составляющая программы «Мой район».

### Районную поликлинику ждёт обновление

Филиал № 1 поликлиники № 8 (Проект Вернадского, д. 30) капитально отремонтируют, чтобы привести учреждение в соответствие с новым стандартом. Здесь обновят инженерные системы, создадут удобное пространство для пациентов и врачей благодаря перепланировке. В частности, новый «Московский стандарт+» предполагает максимально открыть для пациентов пространство, отказаться от администраторов за дверями и регистратур за окном. Самые посещаемые кабинеты разместят на первом этаже. Устаревшее оборудование заменят на современное цифровое. После ремонта территорию рядом с поликлиникой благоустроят.

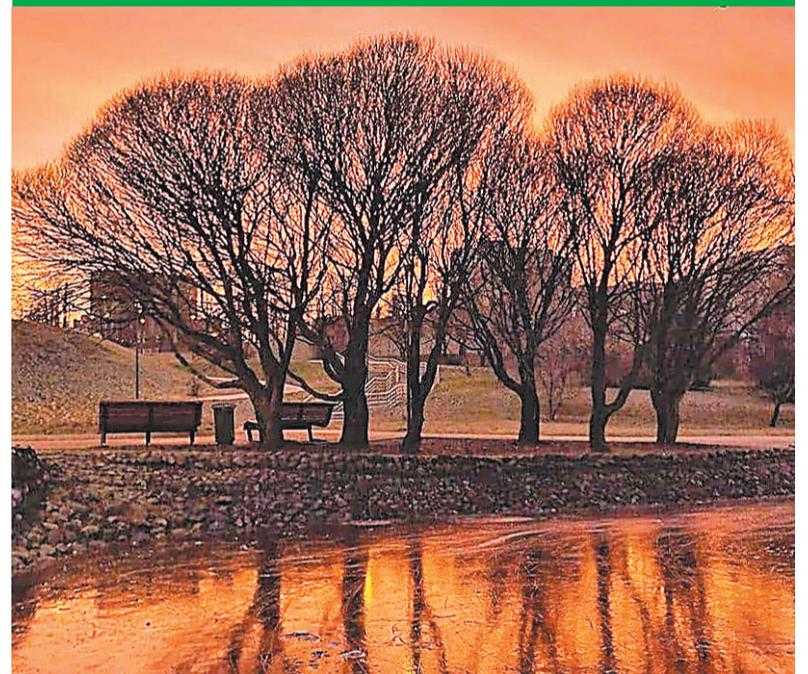
Фото: mos.ru

Поликлиники станут более удобными для врачей и пациентов.



«Развитие и модернизация здравоохранения – часть масштабной программы мэра Москвы «Мой район». Всего же в Западном округе будут отремонтированы 13 медицинских учреждений, включая три детских поликлиники, два клинично-диагностических центра и 8 поликлиник для взрослых.

#### РЕТРОФОТО



«Смотрите, какой закат вчера был в нашем парке», – написал онлайн-пользователь. Есть интересные снимки? Присылайте их в районный паблик ([vk.com/vernadk](https://vk.com/vernadk)), и они смогут появиться в нашем издании.

### В районе установили 93 контейнера для пластика

На площадках для сбора мусора в нашем районе установили 93 контейнера для пластиковых отходов. С января в столице стартует первый этап перехода к отдельному сбору бытовых отходов. К этому времени все оставшиеся жилые дворы и объекты социальной сферы должны оснастить специальными баками. Синие контейнеры будут предназначены для вторичного сырья – пластика (бутылок из-под напитков и моющих средств, упаковок продуктов питания), стеклянных банок и бутылок, металла (жестяных и алюминиевых банок), бумаги и картона.

В контейнеры серого цвета можно будет выбрасывать смешанные отходы, в том числе пищевые. Конечно, собранное вторсырьё всё равно будет дополнительно сортировать и обрабатывать. Вместе с тем ожидается, что система раздельного сбора твёрдых коммунальных отходов, принятая в Москве, позволит увеличить долю вторичной переработки и сократить объёмы захоронения мусора.

Переход Москвы на раздельный сбор отходов поддержали почти 90% участников проекта «Активный гражданин». Об этом сообщили на недавнем заседании президиума столичного правительства, где обсуждалась эта тема.

## Для дам за 60

**Жительница района Ирина Плахутина уверена, что пенсия – время активно заняться собой, а не сидеть дома**

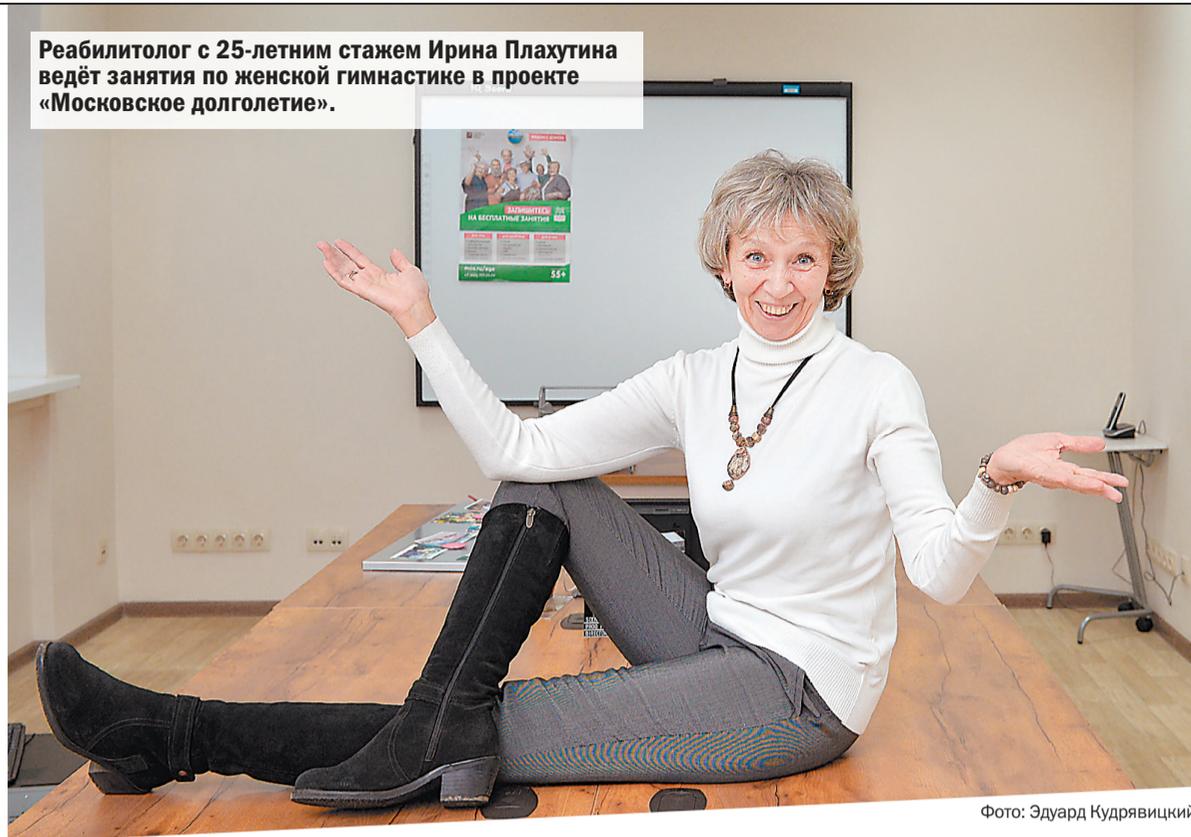
### Четверть века в «Склифе»

«Четыре года назад, когда внук подросток, вдруг стало скучно сидеть дома на пенсии, стала ходить в центр социального обслуживания на различные мероприятия. Как-то предложила вести гимнастику для женщин, и мою идею поддержали. А потом мэр запустил «Московское долголетие», и я включилась в проект», – рассказывает свою историю **Ирина Плахутина**.

Она мастер спорта по художественной гимнастике, начинала свою карьеру тренером в спортшколе. А потом ещё 25 лет отработала врачом по лечебной физкультуре в НИИ скорой помощи им. Склифосовского, ставила на ноги обездвиженных больных. Попав в одну из лучших клиник страны Ирине Ивановне помог счастливый случай.

«В 1978 году я родила дочку, – вспоминает Ирина. –

И тут возникла дилемма. Надо воспитывать ребёнка, а тренерская работа означает, что я постоянно занята с другими детками и все вечера провожу вне дома. А у меня мама – медик. Мне всегда нравилась её профессия. Поэтому пришла в свой институт, на кафедру лечебной физкультуры, и попросилась в клинику. Мой преподаватель позвонила руководителю отделения реабилитации в Институте Склифосовского. И бывает же такое везение! Там как раз освободилась врачебная ставка. Но как тренер может работать врачом? «Раньше на факультете «Массовые виды спорта» получали одновременно два образования – медицинское и педагогическое. Поэтому у меня два диплома – врача по лечебной физкультуре, а второй – тренера», – объясняет Ирина Ивановна. Увидев в дверях палаты худенькую маленькую девчужку, многие пациенты, да и коллеги, начинали сомневаться, как такая пташка сможет справиться с тяжелейшими, парализованными после болезней или травм пациентами. Но постепенно отношение менялось. «Это самая благодарная работа, – убеждена Ирина Плахутина, – когда ты



Реабилитолог с 25-летним стажем Ирина Плахутина ведёт занятия по женской гимнастике в проекте «Московское долголетие».

Фото: Эдуард Кудрявицкий

видишь, как человек, который лежал неподвижно, вдруг через месяц-полтора начинает постепенно двигаться, садиться, потом ходить. Иной раз говорили про какого-то больного, что он никогда не встанет. Но потихонечку начинали заниматься, и все получалось. У меня есть больные, с которыми я дружу уже 15–20 лет. Помогаем друг другу, если возникают проблемы».

### Сериалы подождут

А теперь Ирина возвращает к активной жизни тех, кому за 60.

«Я смотрю, некоторые дамы засиживаются дома, многие с возрастом начинают чувствовать себя ненужными и одинокими, ведь дети и внуки уже выросли, – говорит Ирина Ивановна. – А стоит им прийти в центр соцобслуживания, они чувствуют заинтересованность в них, хорошее отношение. Здесь ведь для участников проекта «Московское долголе-

тие» и экскурсии есть, и посещение театров, и разнообразные спортивные, творческие занятия. Недавно мы испытали себя в интеллектуальном экологическом конкурсе от Мосприроды – было очень интересно и весело. А какой у нас прекрасный хор! Притом что некоторым певцам уже за 70. А если будешь дома сидеть, ну что толку? Сериалы смотреть? Ко мне на занятия женской гимнастики по пятницам в 16 часов приходит очень много дам после 65–70 лет, даже 80-летние. Упражнения подбираю самые щадящие. Если не могут выполнять стоя, начинаем сидя или лежа, чтобы не давать нагрузку на суставы».

«Ирина очень ответственная, настойчивая и упорная. Лентяев не приветствует. Если взялась за дело, то доводит его до конца. Дружелюбная, весёлая, с отличным чувством юмора», – отзывается о ней её «ученица», **жительница района Валентина Видякина**.

### Самая спортивная

Ирина и сама активно посещает занятия «Московского долголетия» – балльные и восточные танцы, пилатес, курсы компьютерной грамотности. Создание условий для разнообразного досуга всех жителей – важная составляющая программы «Мой район».

«У нас такие прекрасные преподаватели. По большей части это молодые люди, но у них хватает терпения объяснять нам, пенсионерам, все тонкости своего искусства», – отмечает Ирина.

А ещё она потрясающе вяжет крючком. Так что времени скучать на пенсии нет.

В прошлом году на конкурсе «Супербабушка Москвы» Ирина Ивановна победила в номинации «Самая спортивная бабушка». А главным достижением она считает свою счастливую семью: «У меня прекрасная дочь, любимый внук и обожаемый зять».

Юлия Мишина

### Пенсионеров научат кататься на лыжах и коньках

Центр социального обслуживания приглашает пенсионеров на занятия по фигурному катанию. Тренировки будут проходить на катке в парке 50-летия Октября. Они подойдут как для начинающих, так и для тех, кто уверенно

держится на льду. Занятия в группе для начального уровня стартовали 28 ноября. Записаться и получить дополнительную информацию можно по телефону 8 (499) 432-99-34 или в центре по адресу: ул. Лобачевского, 66А. Те, у кого нет своих коньков, смогут взять их бесплатно напрокат. А ещё в парке 50-летия Октября и парке Олимпийской деревни теперь можно освоить технику катания на лыжах с профессиональными тренерами.

В этом году во многих столичных парках впервые открылись секции зимних видов спорта для жителей старшего возраста. «Городские парки стали главными центрами притяжения для участников проекта «Московское долголетие» в летний сезон и также активно подключились к организации зимних активностей. С момента открытия всех городских катков начинаются бесплатные занятия для старшего поколения на 17 парковых территориях, куда можно приходиться как со своими коньками, так и взять их в прокате. А наши деликатные и вежливые тренеры помогут участникам безопасно и с пользой для здоровья провести зиму», – отметил **замруководителя Департамента труда и социальной защиты населения Владимир Филиппов**.

Фото: rambler.ru



Столичные парки открыли сезон зимних видов спорта для пенсионеров. Коньки и лыжи можно принести с собой или бесплатно взять напрокат.

### ФОТОФАКТ



Вот такой южный гость навесил в ноябре наш парк. Фото опубликовано в районном паблике ([vk.com/vernadk](https://vk.com/vernadk)), автор – Оля Антонова. А у вас есть интересные снимки? Делитесь ими в группе в соцсети ВКонтакте.

## Вид с крыши

**Продюсер Сергей Смолин рассказал, как в районе снимался клип с Андреем Макаревичем**

Мы продолжаем рассказ о наших известных соседях. Сергей Смолин – композитор, музыкант, музыкальный и кино-продюсер, известный по своим работам с группой «Квартал», Андреем Макаревичем, Игорем Бутманом, Клинтон Иствудом. Сергей прогулялся с нашим корреспондентом по родному району.

**«Нужен небоскрёб!»**

– Благодаря вашему продюсерскому дару в 90-х родился необычный альбом «Время напрокат» – 11 песен «Машины времени» в исполнении группы «Квартал» с вокалом Андрея Макаревича. А как появилась идея снимать на проспекте Вернадского клип?

– Есть такой удивительный человечек, мой дружок и талантливый режиссёр Жека Митрофанов, которого все друзья зовут Хохол. Это он снимал «На последнем этаже» «Квартала» и ещё пару десятков клипов, документальных и художественных фильмов. Я выбрал песню из альбома, которая мне нравилась больше всего, – «Флаг над замком» в аранжировке Пялицина, с монотонным, флегматичным голосом Макаревича. Он почти проговаривает: «Как легко решить, что ты слаб, что-

бы мир изменить» и «Поднимать над замком мечты твой единственный флаг». Хохол предложил идею снять продолжение «Неба над Берлином» Вима Вендерса. Нужен был эффект полёта, высота. Что, если не небоскрёб, может дать это? Так пришло понимание, что мы полезем на недостроенный на тот момент дом на проспекте Вернадского, 41.

– Но почему именно он?

– Потому что я жил на проспекте Вернадского, а все остальные музыканты там часто бывали. Встречались, репетировали в моей небольшой, но уютной квартире. Из своего окна я видел, как строится этот дом. Как он величественно поднимается из груды блоков, мешков и гор песка. Застройщик для съёмок нам обеспечил максимально комфортные условия. Мы сняли видео за два дня, и через неделю он уже крутился на MTV.

– Что вам особенно запомнилось на съёмках?

– Смешных историй во время съёмок, честно говоря, не помню: история, придуманная Женькой Митрофановым для сценария клипа, была достаточно трагичной, но... я прекрасно помню главную героиню – пятнадцатилетнюю, немного депрессивную девчонку с огромными, бездонными глазами. «Это Карина, Карина Орлова. Одобряешь?» – спросил



«Иногда я гуляю по 15 километров в день по району», – говорит продюсер.

Фото: Игорь Харитонов

**В вашем доме поселился замечательный сосед? Мы расскажем о нём нашим читателям. Звоните: +7 (495) 646 57 57**

знаменитостью. Увидев нас, люди начали присоединяться к нашему обществу, создав целую толпу поклонников и просто интересующихся людей. Так мы прогуляли несколько часов в окружении добрых соседей.

– **Сегодня вы – знаменитый не только в России, но и на весь мир продюсер.**

– Собственно, я делаю то, о чём всегда мечтал. Сейчас заканчиваем первый эпизод документальной саги «Long Play» с Клинтон Иствудом, Пирсом Броснаном и Фарреллом Уильямсом. В работе 6 кинофильмов, 4 сериала, 2 международных фестиваля, несколько музыкальных симфонических проектов. За три последних года я записал «Таня» – концерт для фортепиано, оркестра, академического хора и шести синтезаторов; «India Inside» – эклектичную ораторию, в которой приняли участие более 300 потрясающих музыкантов из десяти стран, два симфонических оркестра и несколько десятков индийских артистов.

Готовится к записи новый джазовый альбом «Tesseract».

Многие творческие идеи Сергея Смолина родились на прогулках по родному району.

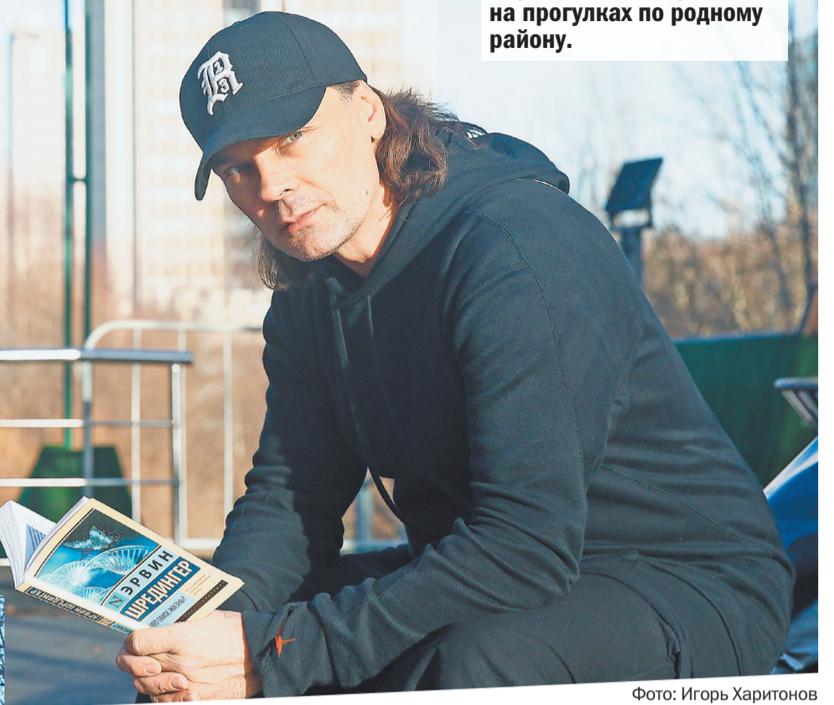
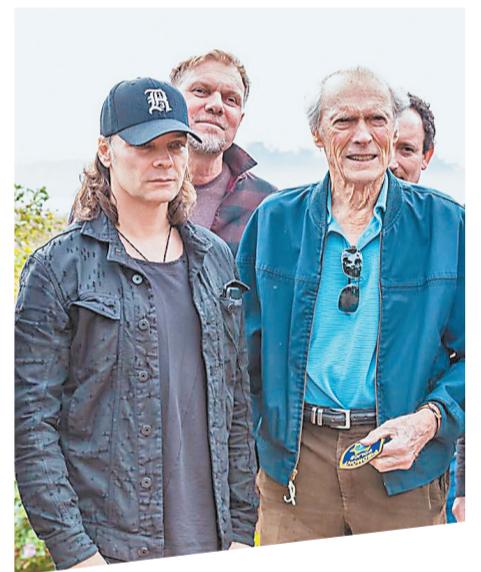


Фото: Игорь Харитонов

Ах да! Ещё я заканчиваю свой первый роман «Танго Сибирь» и немного танцую джигу.

– **Когда возвращаетесь после поездок в родной район, что чувствуете?**

– Я гуляю по родным улицам. Где раньше были руины, сейчас возвышаются здания. Где раньше был хаос, сейчас растут деревья и стоят лавочки. Отдельное место на моей карте города занимает парк 50-летия Октября. Именно там рождались мелодии, идеи, прорабатывались проекты. Остаётся так и по сей день.



С Клинтон Иствудом на съёмках документального сериала «Long Play».

Сохранение истории района, его уникальности – одно из направлений программы «Мой район».

Ольга Шаблинская



«Квартал» в районе: Виталий Копиев, Артур Пялицин, Софи О'Кран, Сергей Смолин, Татьяна Литвиненко.



