

Не забываем о прививках!

ВАКЦИНАЦИЯ В ГОРОДСКОЙ ПОЛИКЛИНИКЕ ВОЗОБНОВИЛАСЬ ВМЕСТЕ С ДРУГИМИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИМИ МЕРОПРИЯТИЯМИ ЕЩЕ В КОНЦЕ ИЮЛЯ, НО ПОКА ДАЛЕКО НЕ ВСЕ ЖИТЕЛИ, КОТОРЫМ ЭТО НЕОБХОДИМО, УСПЕЛИ ЕЕ СДЕЛАТЬ.

Людмила НИКИТИНА.
Фото Алексея КОРСАКОВА.

Главврач ДЦГБ Сергей Торубаров напомнил долгопрудненцам, почему важно своевременно прививаться:

– Любая прививка способна сформировать невосприимчивость к инфекции и уменьшить тяжесть заболевания, если оно все же наступило. Когда в организм попадает патогенный микроб, иммунные клетки сразу мобилизуются, – рассказал Сергей Торубаров. – Они, в свою очередь, вырабатывают антитела, которые



Записаться к врачу можно через Портал госуслуг МО и по телефону **8-800-550-50-30**.

быстро и эффективно уничтожают возбудителя инфекции, а значит, заболевание не развивается.

Также он отметил, что прививаться от инфекций, с которыми организм человека легко справляется самостоятельно,

просто нет смысла. Именно поэтому вакцинация проводится только от опасных инфекций с высокой смертностью среди заболевших.

Для защиты здоровья нужно не только делать привив-

ки в зависимости от возраста, но и соблюдать их последовательность. Если ваш ребенок пропустил плановую прививку, это повод связаться с педиатром и узнать, как возобновить процесс.

Например, вакцинация от гепатита В проводится в несколько этапов.

Если пропущена одна процедура, серию инъекций придется повторить сначала, но это касается только многоступенчатой вакцинации. Дополнительную консультацию и направление можно получить у педиатра.

Для несовершеннолетних, которые посещают общеобразовательные организации, предусмотрена плановая вакцинация. В течение августа и сентября выездная врачебно-сестринская бригада ДЦГБ будет делать прививки детям в детских садах, школах, училищах и колледжах.

Взрослых тоже прививают – это позволит защититься от клещевого энцефалита, пневмококковой инфекции, гепатита В, дифтерии и столбняка (АДСМ). Такие процедуры в ходе обследования назначает терапевт или профильный врач при наличии показаний.

Конечно, необходимость соблюдения мер предосторожности в медучреждении пока сохраняется. Посетители должны носить маски и перчатки, а промежуток между консультациями для пациентов составляет не менее 30 минут. За это время персонал проветривает и дезинфицирует помещения.

СПРАВКА

ВАКЦИНАЦИЯ ПРОВОДИТСЯ В ПРОЦЕДУРНЫХ КАБИНЕТАХ:

✓ детской поликлиники по адресу: ул. Академика Лаврентьева, д.6, с 8.00 до 18.00 ежедневно, кроме субботы и воскресенья;

✓ городской поликлиники №4 по адресу: ул. Речная, д.22, с 8.00 до 14.00 по средам, еженедельно.

На зарядку становись!

Активное
долголетие
В ПОДМОСКОВЬЕ
ПРОЕКТ Губернатора

В ДОЛГОПРУДНОМ ВОЗОБНОВЛЯЮТСЯ ЗАНЯТИЯ ПО ПРОЕКТУ «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ».



ПОКА ЖИТЕЛИ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ МОГУТ СОБИРАТЬСЯ ОГРАНИЧЕННЫМИ ГРУППАМИ ВНЕ ПОМЕЩЕНИЯ. НАШ КОРРЕСПОНДЕНТ ПОБЫВАЛ НА ОДНОМ ИЗ ТАКИХ УРОКОВ.

Марина ЛИТВИНОВА.
Фото Алексея КОРСАКОВА.

Инструктор по гимнастике Дарья Кафтанникова проводит занятия на открытой площадке у Центра обслуживания населения на улице Циолковского, 24.

– До 23 августа людям старше 65 лет, а их в нашей секции большинство, пока не рекомендовано посещать общественные места, – рассказала она. – Из 35 человек, занимающихся гимнастикой, всего 10 младше 65 лет. Поэтому участников пока немного.

Ирина Волчкова на занятиях – новичок. Она пришла на дыхательную гимнастику после того, как прочитала приглашение на здании клуба «Активное долголетие» по адресу: улица Академика Лаврентьева, 23.

– Хочется возобновить двигательную активность после сидения на карантине, – признается женщина. – Надо приводить себя в движение, а то после длительного пребывания дома начали болеть суставы.

Всю жизнь Ирина работала продавцом. Дома делать зарядку не получалось, не хватало самодисциплины. В отличие от домашней зарядки, занятия клуба «Активное долголетие», расписанные по дням и часам, организуют, мотивируют и дисциплинируют.

Напомним, проект «Активное долголетие» запущена по инициативе губернатора Московской области Андрея Воробьева. Занятия бесплатные, адап-



Записаться на бесплатные экскурсии, а также в различные кружки или секции для пожилых людей можно по адресу: ул. Циолковского, 24, комната 105.
Телефон **8 (495) 408-64-66**.

МНЕНИЯ ЖИТЕЛЕЙ



Вера ИВЛЕВА,
участница проекта
«Активное
долголетие»:

– Важно не само по себе долголетие, а долголетие активное, которое позволит до конца своей жизни не быть обузой и не болеть. Мы благодарны за то, что делается для нашего поколения. Нас подняли с диванов, оторвали от телевизоров, и мы не только общаемся, но и занимаемся спортом, рассчитываем, что эти занятия позволят оздоровиться.



Валентина ШМАКОВА:

– Сидеть дома у телевизора – это депрессия. Мы много общаемся, узнаем новые места, получаем впечатления и ведем активный образ жизни. Вот почему бесплатные занятия для нас, пенсионеров, имеют большое значение.

тированные специально под людей «серебряного» возраста (женщины старше 55 лет и мужчины старше 60 лет).

– Эти упражнения приемлемы для моих физических возможностей, – говорит Ирина. – Со спортом раньше не дружила, но часто путешествовала. Зарядку выполнять несложно. Мне все понравилось, буду посещать секцию и дальше.

Как только откроются занятия в помещении, участница клуба планирует пойти на компьютерные курсы и записаться на йогу.

ПЯТНИЦА, 28 АВГУСТА

Первый

05.00 «Доброе утро». (12+).
09.00 Новости. (16+).
09.25 «Доброе утро». (12+).
09.55 «Модный приговор».
10.55 «Жить здорово!» (16+).
12.00 Новости.
12.15 «Время покажет». (16+).
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженимся!» (16+).
16.00 «Мужское/Женское». (16+).
17.00 «Время покажет». (16+).
18.00 Вечерние новости.
18.40 «Человек и закон». (16+).
19.40 Телеигра «Поле чудес». (16+).
21.00 «Время». (16+).
21.30 «Точь-в-точь». Лучшее. (16+).
23.30 Х/ф «Убийство в восточном экспрессе». (16+).
01.25 «Я могу!» (12+).
03.00 «Наедине со всеми». (16+).
03.45 «Модный приговор».
04.30 «Давай поженимся!» (16+).

Россия-1

05.00 «Утро России».
09.00 «Вести». Местное время.
09.30 «Утро России».
09.55 «О самом главном». (12+).
11.00 «Вести».
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
12.40 «60 минут». (12+).
14.00 «Вести».
14.30 «Вести». Местное время.
14.55 Т/с «Тайны следствия». (12+).
17.00 «Вести».
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+).
18.40 «60 минут». (12+).
20.00 «Вести».
21.05 «Вести». Местное время.
21.20 Т/с «Сердце матери». (12+).
01.25 Х/ф «Когда его совсем не ждешь». (12+).

ТВЦ

06.00 «Настроение».
08.10 «Смех с доставкой на дом». (12+).
08.35 Х/ф «Вокзал для двоих».
11.30 События.
11.50 Х/ф «Мамыны сыночки». (12+).
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.05 Х/ф «Мамыны сыночки». (12+).
16.10 Т/с «Один день, одна ночь». (12+).
19.55 Х/ф «Опасный круиз». (12+).
22.00 События.
22.35 Т/с «Каменская». (16+).
00.50 Х/ф «Сицилианская защита». (12+).
02.20 Петровка, 38. (16+).
02.35 Х/ф «Семейное дело». (12+).
05.45 Д/с «Обложка». (16+).

НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+).
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+).
08.00 «Сегодня».

08.25 Т/с «Высокие ставки. Реванш». (16+).
10.00 «Сегодня».
10.25 Т/с «Высокие ставки. Реванш». (16+).
13.00 «Сегодня».
13.25 «Чрезвычайное происшествие. Обзор».
14.00 «Место встречи».
16.00 «Сегодня».
16.25 «ДНК». (16+).
17.25 «Жди меня». (12+).
18.30 Т/с «Балабол». (16+).
19.00 «Сегодня».
19.40 Т/с «Балабол». (16+).
21.15 Т/с «Лихач». (16+).
23.25 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+).
23.50 Т/с «Четвертая смена». (16+).
01.50 «Место встречи». (16+).
03.25 «Судебный детектив». (16+).

Россия-К

06.30 Лето Господне. Успение Пресвятой Богородицы.
07.00 Легенды мирового кино. Ю. Никулин.
07.30 Д/ф «Цинь Шихуанди, правитель вечной империи»
08.20 Цвет времени. Леонардо да Винчи. «Джоконда».
08.30 Х/ф «Доброе утро».
10.00 Новости культуры.
10.15 Д/с «Первые в мире». «Эффект Кулешова».
10.30 Х/ф «Великий утешитель».
12.00 Д/ф «Мир Пиранези».
12.25 Academia. А. Зализняк. «Русский устный: ударение». 2-я лекция.
13.15 Абсолютный слух.
13.55 Музыкальные фестивали Европы. Международный фестиваль М. Ростроповича. Ю. Темиржанов и Заслуженный коллектив России академический симфонический оркестр Санкт-Петербургской филармонии.
15.25 Спектакль «Фредерик, или Бульвар преступлений».
18.20 Д/с «Запечатленное время».
«Женский автопробег».
18.50 Больше, чем любовь. Юрий и Ольга Трифоновы.
19.30 Новости культуры.
19.45 Д/ф «Мустанг».
20.45 «Смехоносталия».
21.10 Х/ф «Цвет белого снега».
21.55 Д/ф «Венеция – дерзкая и блистательная»
22.50 Х/ф «Соломенная женщина»
00.45 Музыкальные фестивали Европы. Международный фестиваль М. Ростроповича. Ю. Темиржанов и Заслуженный коллектив России академический симфонический оркестр Санкт-Петербургской филармонии.
02.10 Искатели. «Легенда Гремячей башни».

Домашний

06.30 «6 кадров». (16+).
06.45 «По делам несовершеннолетних». (16+).

08.50 «Давай разведемся!» (16+).
10.00 «Тест на отцовство». (16+).
12.10 Д/ф «Реальная мистика». (16+).
13.20 Д/ф «Понять. Простить». (16+).
14.25 Д/ф «Порча». (16+).
14.55 Х/ф «Мама моей дочери». (16+).
19.50 Х/ф «Я люблю своего мужа». (16+).
23.30 Х/ф «Танкисты своих не бросают». (16+).
03.10 Д/ф «Порча». (16+).
03.35 Д/ф «Понять. Простить». (16+).
04.00 Д/ф «Реальная мистика». (16+).
04.50 «Давай разведемся!» (16+).
05.40 «По делам несовершеннолетних». (16+).

СТС

06.00 «Ералаш».
06.20 М/с «Драконы. Гонки по краю».
06.40 М/с «Приключения Вуди и его друзей».
07.00 Т/с «Сеня-Федя». (16+).
08.00 Т/с «Сториз». (16+).
09.00 Х/ф «Тысяча слов». (16+).
10.45 Х/ф «Знакомьтесь, Дейв». (12+).
12.35 «Уральские пельмени. Смехbook». (16+).
13.10 «Шоу «Уральских пельменей». (16+).
21.00 Х/ф «Спасатели Малибу». (16+).
23.20 Х/ф «Агенты А.Н.К.Л». (16+).
01.35 Х/ф «Забирая жизнь» (16+).
03.15 Х/ф «История Золушки». (12+).
04.45 М/ф «Коля, Оля и Архимед».
05.00 М/ф «Наш друг Пишичитай».
05.20 М/ф «Незнайка учится».
05.40 М/ф «Паровозик из Ромашкова».
05.50 «Ералаш».

Звезда

06.05 Д/с «Оружие Победы».
06.20 Х/ф «Форт Росс».
08.00 Новости дня.
08.20 Х/ф «Форт Росс».
09.00 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (16+).
10.00 Дневник АрМИ-2020.
10.20 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (16+).
13.00 Новости дня.
13.20 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (16+).
14.00 Военные новости.
14.05 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (16+).
18.00 Новости дня.
18.40 Х/ф «Классик». (12+).
20.55 Д/ф «Легенды госбезопасности. Юрий Андропов. Рыцарь холодной войны». (16+).
21.15 Новости дня.
21.25 Д/ф «Легенды госбезопасности. Юрий Андропов. Рыцарь холодной войны». (16+).
22.10 «Десять фотографий». Е. Драпеко.
23.00 Дневник АрМИ-2020.
23.15 Танковый биатлон-2020. Индивидуальная гонка.
02.15 Х/ф «Находка». (16+).
03.55 Д/ф «Калашников». (12+).
04.20 Д/ф «Афганский дракон». (12+).
04.45 Д/с «Сделано в СССР».
05.00 Х/ф «Частное пионерское 2».

СУББОТА, 29 АВГУСТА

Первый

05.10 «Мужское/Женское». (16+).
06.00 «Доброе утро». Суббота.
09.45 «Слово пастыря».
10.00 Новости.
10.15 «Эдуард Стрельцов. Расплата». (12+).
11.15 «Видели видео?»
12.00 Новости.
12.15 «Видели видео?»
13.55 «На дачу» с Н. Барбье.
15.10 Х/ф «Военно-полевой роман». (12+).
16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+).
18.00 «Сегодня вечером». (16+).
21.00 «Время». (16+).
21.20 «Сегодня вечером». (16+).
23.10 «Жу! Кин-дза-дза».
00.55 «Я могу!» (12+).
02.35 «Наедине со всеми». (16+).
03.15 «Модный приговор».
04.00 «Давай поженимся!» (16+).
04.45 «Мужское/Женское». (16+).

Россия-1

05.00 «Утро России». Суббота.
08.00 «Вести». Местное время.
08.20 Местное время. Суббота.
08.35 «По секрету всему свету».
09.00 «Тест». (12+).
09.25 «Пятеро на одного».
10.10 «Сто к одному».
11.00 «Вести».
11.30 «100янов». (12+).
12.30 «Доктор Мясликов». (12+).
13.40 Х/ф «Нетанюшкин лед». (12+).
16.00 Большой концерт «Всем миром, всем народом, всей землей»
18.00 «Привет, Андрей!» (12+).
20.00 «Вести в субботу».
21.00 Х/ф «Святая ложь». (12+).
01.10 Х/ф «Хочу быть счастливой». (12+).

ТВЦ

06.15 Х/ф «Дети Дон Кихота».
07.45 Православная энциклопедия.
08.15 «Полезная покупка». (16+).
08.25 Д/ф «Александр Панкратов-Черный. Мужчина без комплексов». (12+).
09.05 Х/ф «Помощница». (12+).
11.30 События.
11.45 Х/ф «Разные судьбы». (12+).
13.55 Х/ф «Домохозяин». (12+).
14.30 События.
14.50 Х/ф «Домохозяин». (12+).
18.15 Х/ф «Алмазный эндшпиль». (12+).
22.00 События.
22.15 «Право знать!» (16+).
23.45 «Прощание». (16+).
00.35 Хроники московского быта. (12+).
01.20 Специальный репортаж. (16+).
01.50 Д/ф «Женщины Василия Шукшина». (16+).
02.30 Д/ф «Мужчины Нонны Мордюковой». (16+).
03.10 Д/ф «Женщины Владислава Галкина». (16+).
03.50 «Право знать!» (16+).
05.05 «Осторожно, мошенники!» (16+).
05.30 Х/ф «Всадник без головы».

НТВ

04.25 Х/ф «Пляж». (16+).
08.00 «Сегодня».
08.20 «Готовим с Алексеем Зиминим».
08.45 «Кто в доме хозяин?» (12+).
09.25 «Едим дома».
10.00 «Сегодня».
10.20 «Главная дорога». (16+).
11.00 «Живая еда с Сергеем Малоземовым». (12+).
12.00 «Квартирный вопрос».
13.10 «НашПотребНазор». (16+).
14.05 «Поедем, поедим»
15.00 «Своя игра».
16.00 «Сегодня».
16.20 «Следствие вели...» (16+).
19.00 «Центральное телевидение».
20.20 «Ты не поверишь!» (16+).

Россия-К

06.30 Сэмюэл Беккет «В ожидании Годо».
07.00 М/ф: «Золотая антилопа», «Котенок по имени Гав».
08.25 Х/ф «Цвет белого снега».
09.15 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфирировым».
09.40 Х/ф «Соломенная женщина»
11.35 Цирки мира. «Манеж и сцена».
12.05 Д/ф «Дресс-код в дикой природе. Кто что носит и почему?»
13.00 Д/с «Эффект бабочки». «Золотая лихорадка. За пригоршню золота».
13.25 Д/ф «2 градуса до конца света».
14.10 Д/ф «Делать добро из зла...»
14.50 Х/ф «Чародеи».
17.20 Д/ф «Мастер Андрей Эшпай».
18.00 Линия жизни.
18.55 Х/ф «В джазе только девушки»
20.55 «Моя музыка и я».
21.50 Х/ф «Караульщик».
23.30 Клуб 37.
00.45 Д/ф «Дресс-код в дикой природе. Кто что носит и почему?»
01.40 По следам тайны. «Охотники на динозавров».
02.25 М/ф: «Кто расскажет небывлицу?», «Ух ты, говорящая рыба!», «В синем море, в белой пене...», «Ишь ты, Масленица!»

Домашний

06.30 «6 кадров». (16+).
06.35 Х/ф «Умница, красавица». (16+).
10.45 Х/ф «Стандарты красоты». (16+).
14.55 Х/ф «Стандарты красоты. Новая любовь». (16+).
19.00 Т/с «Великолепный век» (16+).
23.05 Х/ф «Сиделка». (16+).
01.10 Х/ф «Стандарты красоты». (16+).
04.30 Д/ф «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+).
06.05 «Домашняя кухня». (16+).

СТС

06.00 «Ералаш».
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей».
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается»

07.00 М/с «Три кота».
07.30 М/с «Том и Джерри».
08.00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты».
08.15 «Шоу «Уральских пельменей». (16+).
09.00 «Просто кухня». (12+).
10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+).
11.05 Х/ф «Мумия»
13.35 Х/ф «Мумия возвращается» (12+).
16.15 Х/ф «Мумия. Гробница императора драконов» (16+).
18.20 Х/ф «Морской бой» (12+).
21.00 Х/ф «Тихоокеанский рубеж» (12+).
23.35 Х/ф «Спасатели Малибу». (18+).
01.50 Х/ф «Знакомьтесь, Дейв» (12+).
03.20 «Шоу выходного дня». (16+).
04.50 М/ф «Вовка в Тридевятом царстве».
05.05 М/ф «На задней парте».
05.45 «Ералаш».

Звезда

06.50 Х/ф «Частное пионерское 3». (12+).
08.00 Новости дня.
08.15 Х/ф «Частное пионерское 3». (12+).
09.00 «Легенды цирка с Эдгардом Запашным». Мурад Хьдыров.
09.30 «Легенды телевидения». Ю. Николаев. (12+).
10.15 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Дело Распутина». (12+).
11.05 «Улика из прошлого». «Черный пиар Чернобыля». (16+).
11.55 «Не факт!»
12.30 «Круиз-Контроль». «Казань - Болгар».
13.00 Новости дня.
13.15 Дневник АрМИ-2020.
13.35 «СССР. Знак качества». «Фото нашего детства». (12+).
14.25 Д/с «Оружие Победы».
14.40 Х/ф «Классик». (12+).
16.50 Т/с «Петр Первый. Завещание». (16+).
18.00 Новости дня.
18.10 «Задело!»
18.25 Дневник АрМИ-2020.
18.45 Т/с «Петр Первый. Завещание». (16+).
22.25 Д/ф «Легенды госбезопасности. Александр Коротков. Последний шанс резидента». (16+).
23.15 Танковый биатлон-2020. Индивидуальная гонка.
02.15 Д/с «Сделано в СССР».
02.30 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (16+).

ИНТЕРАКТИВНАЯ КАРТА ОТКЛЮЧЕНИЙ ГОРЯЧЕЙ ВОДЫ В ПОДМОСКОВЬЕ

Отключения горячей воды производятся в периоде 2 июля по 31 августа не более чем на 14 календарных дней.

Для вашего удобства мы разработали специальную онлайн карту, на которой вы легко можете узнать о графике отключения/включения ГВС в вашем доме, просто наведя ваше электронное устройство на указанный QR-код



Во время профилактических и ремонтных работ проходят обследования, наладка теплового оборудования, замена неисправных элементов котельных, тепловых сетей, центральных тепловых пунктов, систем отопления, что позволяет избежать технологических нарушений и отключения теплоснабжения и горячего водоснабжения в зимний период. Просьба с пониманием относиться к работе коммунальщиков. Приносим извинения за доставленные неудобства.



ГБУСО МО "Лобненский комплексный центр социального обслуживания населения"

Активное долголетие

В ПОДМОСКОВЬЕ
ПРОЕКТ ГУБЕРНАТОРА

Приходите на бесплатные занятия

С 1 августа 2020г. в ГБУСО МО "Лобненский КЦСОН" возобновляется реализация проекта "Активное долголетие"

В период до 15 августа 2020г. занятия организуются на открытых площадках. Экскурсии и занятия в помещениях возобновятся не ранее 15 августа 2020г.

Отсканируйте QR-код и скачайте приложение

App Store | Google Play

Выберите раздел "Активное долголетие" и запишитесь на занятия

Записаться на занятия можно по адресу:
г. Долгопрудный, ул. Циолковского, дом 24
тел.: 8 (495) 408-64-66