

**15 МИНУТ  
НА ПРИЕМ  
У ТЕРАПЕВТА**

**О НОВЫХ  
нормативах  
читайте  
на 6 стр.**

## Приглашает «ПЕРСЕЙ-ART»

Студия актерского мастерства «ПЕРСЕЙ-art» поздравляет всех с началом нового учебного года и приглашает всех желающих, детей и взрослых, продолжить занятия по следующим направлениям:

- АКТЕРСКОЕ МАСТЕРСТВО (дети с 10–16 лет, взрослые). Мастерская засл. артиста России Бориса Поголоцкого **NEW**;
- АКТЕРСКОЕ МАСТЕРСТВО (дети 4–9 лет). Мастерская Почетного кинематографиста РФ Светланы Орловой;
- «ENGLISH CLUB» — студия английского языка Инны Клименко;
- СТУДИЯ ЖИВОПИСИ И РИСУНКА Валерия Челиканова;
- СТУДИЯ ЭСТРАДНОГО ВОКАЛА Марии Малаховой;
- «ДОШКОЛЕНОК» — студия дошкольного образования Юлии Изнюк;
- «МУЗЫКА С МАМОЙ» — студия раннего музыкального развития Светланы Елкиной;
- ШКОЛА ГИТАРЫ «ПЕРСЕЙ-art» Вячеслава Шилкина **NEW**;
- МУЛЬТИМУЗЫКАНТ — экспресс-курс струнных инструментов (гитара, балалайка, домра) Максима Винокурова **NEW**;
- ФОРТЕПИАНО — студия Анны Андроновой **NEW**;
- ЙОГАТЕРАПИЯ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ;
- ПРАНАЯМА — дыхательная гимнастика в соляной пещере **NEW**;
- ЛОГОПЕД — коррекционные и реабилитационные программы;
- ПСИХОЛОГ — детский, семейный, групповые сеансы по релаксации **NEW**;
- «СОЛЯНАЯ ПЕЩЕРА» — оздоровительно-игровая комната **NEW**

Кроме того, ведутся наборы слушателей на комплексные курсы по направлениям (**NEW**):

- дизайн и декорирование интерьеров;
- основы ландшафтного дизайна;
- 600 практических советов садоводам и огородникам.



Справки по тел.:  
8 (499) 343-39-89  
WWW.PERSEY-ART.RU



## МЕСТНЫЕ НОВОСТИ

# Как стать СУПЕРБАБУШКОЙ

18 сентября в территориальном центре социального обслуживания «Чертаново» прошел первый этап конкурса «Супербабушка Москвы — 2015».

В конкурсе приняли участие представительницы нескольких районов Южного округа. Жюри возглавляла директор ТЦСО «Чертаново» Елена Сергеевна Леликова. Самой молодой претенденткой на титул «Супербабушки» была Галина Ивановна Ференчук из района Чертаново Южное — она мать четверых детей и бабушка, хоть до пенсии ей еще далеко, а среди увлечений — спорт и танцы.

Окончание — на 3 стр.



# Вся правда о соляной пещере «ДЫШИ ЗДОРОВО»\*

Статья «Соляная пещера — не миф, а реальность», опубликованная в сентябрьском номере газеты, вызвала просто небывалый шквал звонков и писем от наших читателей. Народ на БЕСПЛАТНЫЙ сеанс потянулся с небывалым энтузиазмом, любят у нас это дело.



С раннего утра прибывали самые организованные — пенсионеры, пунктуально, за положенные 10 минут до начала сеанса, все как один со сменной обувью и с некоторым присущим возрасту скептицизмом. Почему же не попробовать, раз бесплатно!

Ближе к обеду начинали подтягиваться домохозяйки и мамы с маленькими детьми. Они были более подкованы в вопросах оздоровления в соляных пещерах, так как много чего перечитали на различных форумах, прежде чем позвонить и записаться на бесплатный сеанс.

Во второй половине дня активно пошли родители с детьми-школьниками. Некоторые из них уже проходили подобные процедуры в школьных и детских садах гало-комнатах (да, есть такие школы и детские сады в новых микрорайонах Бутова).

Ну а к концу дня основные посетители — это обеспеченные, состоятельные и вечно занятые на работе люди, которые побывали в своей жизни на разных соляных курортах мира. Кто-то на знаменитом Мертвом море в Земле обетованной, кто-то на турецком бальнеологическом курорте Памуккале, где, по преданиям, принимала процедуры сама прекрасная Клеопатра, ну а кто-то и в нашем российском городе Соль-Илецке в Оренбургской области. Да, все там было здорово, и эффект от нахождения на курорте был потрясающим, но ведь отпуск-то бывает всего раз в году, а тут говорят — нечто подобное по своей сути и рядом с домом, в Чертанове. Давай попробуем — и пробовали, пробовали, пробовали весь сентябрь.

И вот что мы увидели: — скептицизм по поводу полезности соляной пещеры «ДышиЗдорово» у наших дорогих пенсионе-

ров пропал сразу, так как те, кто месяцами страдал от бессонницы, вдруг стали просыпаться на запланированный в девять утра сеанс и начинали перезаписываться на одиннадцать, а те, кто день свой начинали с аппарата для измерения давления, говорили, что у них начали расти крылья;

— дети теребили родителей: хотим еще, мама, там показывают такие мультики, там такие игрушки, там такие рыбки в аквариуме;

— школьники вдруг стали менее рассеянными, стали реже пропускать уроки в школе из-за сезонных гриппа и простуды;

— а наши вечно занятые люди предпочли пещеру двум неделям фитнес-клуба.

Значит, есть результат. А дальше мы просто давали нашим клиентам «Книгу ощущений» и просили оставить свой отзыв, каким бы он ни был. И результат поразил даже нас. Читайте и делайте для себя выводы.

**Нина Владимировна, 25 сентября:** «Я в восторге!!! Наконец-то я перестала страдать от бессонницы, очистилось дыхание».

**Наталья, 27 сентября:** «Давно хотелось посетить соляные пещеры. Вот получилось. Очень здорово! Отдохнула от всех насущных проблем».

**Елена, 30 сентября:** «Спасибо, что открыли соляную пещеру в Чертанове. Раньше посещала эту процедуру в санаториях и на год забывала об ОРЗ и простуде, работала,

не замечая усталости! Уверена в таком же результате. Всем добра и благополучия!»

**Ольга, 30 сентября:** «Спасибо за процедуру, после которой я отказалась от приема назонекса (у меня аллергический ринит), и это после 3-го сеанса...»

**Валерия и Коля, 5 октября:** «Спасибо «соляной пещере», ходили с ребенком 5 лет. Раньше он посещал пещеру в санатории, теперь это удовольствие я испытала и сама».

**Ольга, 6 октября:** «Обожаю вашу соляную пещеру. Эффект потрясающий. Происходит очищение легких, огромный прилив энергии, отличное настроение и желание жить. Особая благодарность персоналу за внимание и заботу».

**Валентина Михайловна, 7 октября:** «Я закончила сеансы 6 октября. Здесь особый чистый воздух, поэтому легко дышится. Нормализовался сон, утром встаю бодренькая и не чувствую усталости. Соляная пещера — хороший шанс, чтобы укрепить здоровье...»

Для ориентировки приводим цены на некоторые абонементы на 12 посещений: «пенсионный» (1980 руб.), «взрослый» (2940 руб.), «мама + ребенок» (4890 руб.).

Более подробную информацию о правилах посещения, возможных противопоказаниях и стоимости вы можете получить на сайте [www.zdorovo.pro](http://www.zdorovo.pro) или по телефону горячей линии +7 (499) 755-65-42.

\* Услуга не является медицинской и имеет ряд противопоказаний.

**ДЖИНСЫ И СУМКИ** ОПЫТ РАБОТЫ 21 ГОД

Для всей семьи. Широкий ассортимент. Доступные цены. ТЦ «Уником», пав. 5. Ул. Чертановская, 20-2 (ш.к. помещение). ГАРАНТИРОВАННЫЕ СКИДКИ И АКЦИИ! 2 РАЗА В НЕДЕЛЮ ДЖИНСЫ ЗА ПОЛЦЕНЫ!

8(915) 146-56-43

**Светлый мир** Скидки пенсионерам! РАСПРОДАЖА!

**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**

Ул. Днепропетровская, 14  
(495) 988-11-72  
(495) 782-62-70  
www.svetlyi-mir.rf

**РУЛОННЫЕ ШТОРЫ И ЖАЛЮЗИ**