

**№13**  
(954)  
16  
апреля  
2026 г.

# ДМИТРОВСКАЯ РЕКЛАМНАЯ НЕДЕЛЬКА



Наш сайт: [www.nedelka-klin.ru/dmitrovskaya-nedelka](http://www.nedelka-klin.ru/dmitrovskaya-nedelka)

Рекламная газета. День выхода - четверг. Газета распространяется г. Дмитров, Дмитровский район, г. Яхрома. В том числе, в утренние часы по четвергам и пятницам среди пассажиров на железнодорожном вокзале и автовокзале г. Дмитрова

**ЗАБОРЫ, ТЕПЛИЦЫ**  
металлический профиль, евроштакетник, сетка-рабица

Доставка и установка

- НАВЕСЫ ДЛЯ АВТО
- ОТКАТНЫЕ АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА
- КАЛИТКИ

8 929 596 04 13 Михаил  
8 903 217 94 97 Павел

СТЕКЛЯНЫЙ ЗАВОД ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

**ВАКАНСИИ**

**ГРУЗЧИКОВ**  
ГРАФИК 2/2

**КОНТРОЛЕРОВ**  
СТЕКЛЯНОГО ПРОИЗВОДСТВА  
ГРАФИК 2/2

8(965)223-46-21  
8(495)510-19-95

УСЛОВИЯ РАБОТЫ:  
ВЫПЛАТА ЗАРАБОТНОЙ ПЛАТЫ ДВА РАЗА В МЕСЯЦ.  
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ (ОБЕД, УЖИН).  
ДОСТАВКА ДО РАБОТЫ И С РАБОТЫ. ДМС.

МО, ДМИТРОВСКИЙ Г.О., БОРИСОВО, ДОМ 100

**ИЗМЕЛЬЧЕНИЕ И ВЫВОЗ ДЕРЕВЬЕВ**

Профессионально. Быстро. Качественно

8-925-003-22-33

**БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ**

МОНТАЖ СИСТЕМ ВОДОСНАБЖЕНИЯ  
ЗАМЕНА НАСОСОВ

burgidrovod.ru

8(910)404-95-74 / 8(910)404-95-75

**ВЫКУП АВТО!**  
В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ

8-925-601-10-90



ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ

**СТЕЛКИ**

ДЕТСКИЕ • ПОДРОСТКОВЫЕ • ВЗРОСЛЫЕ

WWW.ZDOROVAYASTOPA.RU  
8-925-722-77-22  
Г. ДМИТРОВ, УЛ. СОВЕТСКАЯ Д.5  
ТЦ СИТИ, 5 ЭТАЖ, ОФ. 502

**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПОДБОР, БОЛЬШОЙ ВЫБОР

тел. 8-929-941-33-21

г. Дмитров, Торговая площадь, 1  
«Дмитровский посад»  
главный вход, 1 этаж

www.tehnikasluha.ru

ПРИЕМ ВЕДЕТ СУРДОЛОГ-ОТОРИНОЛАРИНГОЛОГ  
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

**ИНЖЕНЕР СТРОИТЕЛЬ** КОНСУЛЬТАЦИЯ  
СО СВОЕЙ БРИГАДОЙ БЕСПЛАТНО

ВЫПОЛНИМ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ СВОИХ МАТЕРИАЛОВ

- КРЫШИ ВСЕХ ВИДОВ
- ФУНДАМЕНТЫ
- ОТМОСТКИ
- ВЕРАНДЫ / ПРИСТРОЙКИ
- ДОМА С НУЛЯ
- ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
- БАНИ
- ПОДНИМАЕМ ДОМА ДОМКРАТАМИ
- МЕНЯЕМ ВЕНЦЫ ПОД ДОМОМ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%

8-962-168-89-99 Александр

ООО «ПЕТКОРМ»

в связи с открытием второй линии на производстве консервированных кормов для кошек и собак, ПетКорм приглашает на работу

**ОПЕРАТОРА ЦЕХА ФАСОВКИ И РОЗЛИВА**

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

- Работу в комфортных условиях труда.
- Удобную и качественную спецодежду.
- Стажировку на заводе и обучение с наставником.
- Обеспечение питанием в оборудованной столовой Завода.
- Полис добровольного медицинского страхования.
- Корпоративный транспорт по следующим направлениям: Яхрома - Дмитров - Орудьево - Завод, Новосиньково - Дмитров - Завод, Кимры - Талдом - Запрудня - Завод.
- Доплату за стаж.
- Корпоративные подарки.
- Ежегодную индексацию заработной платы.
- Премии по итогам полугодия.
- Программы поощрения за инновационные идеи.

Адрес: МО, г. Дмитров, территория 4-й км автодор. Дмитров-Орудьево-Жуковка, владение 5 строение 15 (недалеко от с. Орудьево).

8(496)221-98-88 (доб. 216, 211) / 8(985)102-34-35

**ПОДОЛОГ**

УМНАЯ ПОДОЛОГИЯ ЦЕНТР

- ВРОСШИЙ НОГОТЬ
- МОЗОЛИ
- ТРЕЩИНЫ
- ГРИБОК НОГТЕЙ
- МАНИКЮР
- ПЕДИКЮР
- ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ СТЕЛКИ

WWW.ZDOROVAYASTOPA.RU  
8-925-722-77-22  
Г. ДМИТРОВ, УЛ. СОВЕТСКАЯ Д.5  
ТЦ СИТИ, 5 ЭТАЖ, ОФ. 502

По социальной карте скидка 10 %!

**ПАМЯТНИКИ**

ПЛИТЫ  
КРЕСТЫ

из цветного гранита

ул. Профессиональная, д. 3, стр. 2  
(во дворе ТД «Юбилейный»)

8-917-589-21-40

**ЗДЕСЬ МОЖЕТ БЫТЬ ВАША РЕКЛАМА**

г. Клин, ул. Ленина, д. 8, 2 этаж, офис 19-3  
8(909)904-71-32, 8(49624)2-70-15  
dmitrov-nedelka@mail.ru

## ТРЕБУЮТСЯ

ПРЕДПРИЯТИЕ  
БЫСТРОГО  
ОБСЛУЖИВАНИЯ  
приглашает:  
поваров, кассиров,  
уборщиц.  
Телефон +74962241070

## УСЛУГИ

■ САДОВНИК  
уход за садом  
Обрезка плодовых  
Понижение  
кроны лечение  
разломов дупел.  
89104055299  
89035753184

ПРОДАМ  
НЕДВИЖИМОСТЬ

ЗЕМЕЛЬНЫЙ  
участок 2,64 га СХ,  
Клин, д. Акатьево.  
Цена договорная.  
т. 8-916-524-65-37

## АФИША

МБУ ЦДК «СОЗВЕЗДИЕ» 141804, Московская обл., г. Дмитров, ул. Загорская, д. 64, тел. 8(496) 993-93-86, сайт: <a href="https://xn----dtbecebkcckn9b9a2d.xn--p1ai/">https://xn----dtbecebkcckn9b9a2d.xn--p1ai/</a>	
19 апреля (6+), 15:00	«Следуй за мечтой» - концертная программа вокальной студии «Наше время» и студии эстрадного вокала «Новая волна»
25 апреля (6+), 15:00	«Спасибо, жизнь!» - отчетный концерт
26 апреля (0+), 13:00	Отчетный концерт Образцового коллектива «Ансамбль танца «Сюрприз»
26 апреля (16+), 15:00	«Мелодии родной земли» - концертная программа ансамбля русской песни «Русские узоры»
МБУ ЦДК «СОЗВЕЗДИЕ» ФИЛИАЛ «ДЗФС» 141801, Московская обл., г. Дмитров, ул. Профессиональная, д. 92, тел. 8(49622) 4-09-14, сайт: <a href="https://xn----dtbecebkcckn9b9a2d.xn--p1ai/">https://xn----dtbecebkcckn9b9a2d.xn--p1ai/</a>	
18 апреля (0+), 16:00	«Всё начинается с любви» - концертная программа Народного коллектива «Вокальный ансамбль академической песни «Орфей»
23 апреля (16+), 15:00	«Студенческая весна» - молодежный фестиваль
25 апреля (0+), 09:00	«Танцуй, Весна!» - 10 Окружной хореографический фестиваль
26 апреля (55+), 13:00	«Пробуждение души» - концертная программа творческих коллективов
МБУ «ЦКР «ПОДОСИНКОВСКИЙ» 141851, Московская обл., м.о. Дмитровский, п. Подосинки, д. 5, тел. 8(49622) 6-21-37, сайт: <a href="https://podosinki.mo.muzkult.ru/">https://podosinki.mo.muzkult.ru/</a>	
19 апреля (0+), 11:00	«Пасхальное чудо» - спектакль
19 апреля (0+), 12:00	«В гости Пасха к нам идет» - игровая программа
20 апреля (6+), 10:00	«Терпенье и труд все перетрут» - выставка художественного творчества
24 апреля (0+), 18:00	«В юном месяце апреле...» - отчетный концерт хора
МБУ «ЦКР «ЯХРОМСКИЙ» 141840, Московская обл., м.о. Дмитровский, г. Яхрома, ул. Заречная, д. 2, тел. 8(496) 225-20-10, сайт: <a href="http://yahromskiy.ru/">ЦКР-яхромский.рф</a>	
19 апреля (6+), 11:00	«Перемиловская высота» - открытый фестиваль-конкурс военно-патриотической песни
26 апреля (6+), 14:00	«Формула таланта» - отчетный концерт ансамбля эстрадного танца «Дебют»
МБУ «ЦКР «ЯХРОМСКИЙ» ФИЛИАЛ «КДЦ «ДЕДЕНЕВО» 141850, Московская обл., м.о. Дмитровский, р.п. Деденево, ул. Комсомольская, д. 30, тел. 8(49622) 2-13-55, сайт: <a href="http://yahromskiy.ru/">ЦКР-яхромский.рф</a>	
19 апреля (0+), 16:00	«Героям посвящается» - благотворительный концерт для участников СВО
МБУ «ЦКР «НЕКРАСОВСКИЙ» 141875, Московская обл., м.о. Дмитровский, р.п. Некрасовский, мкр. Строителей, д. 12, тел. 8(49622) 7-03-19, сайт: <a href="http://xn----8sbgkrbcccosep2e.xn--p1ai/">http://xn----8sbgkrbcccosep2e.xn--p1ai/</a>	
19 апреля (12+), 19:00	«Квартирник-25. Анна Герман» - культурно-развлекательное мероприятие
24 апреля (6+), 18:30	«Золотой цыпленок» - спектакль
МБУ «ЦКР «НЕКРАСОВСКИЙ» ФИЛИАЛ «ДК «ИКША» 141860, Московская обл., м.о. Дмитровский, р.п. Икша, ул. Комсомольская, д. 20а, тел. 8(49622) 2-84-96, сайт: <a href="http://xn----8sbgkrbcccosep2e.xn--p1ai/">http://xn----8sbgkrbcccosep2e.xn--p1ai/</a>	
26 апреля (12+), 17:00	«Русская душа!» - концертная программа
МБУ «ЦКР «НЕКРАСОВСКИЙ» ФИЛИАЛ «ДК «КЕРАМИК» 141865, Московская обл., м.о. Дмитровский, р.п. Некрасовский, ул. Заводская, д. 44, тел. 8(498) 672-84-90, сайт: <a href="http://xn----8sbgkrbcccosep2e.xn--p1ai/">http://xn----8sbgkrbcccosep2e.xn--p1ai/</a>	
18 апреля (6+), 15:00	«Буратино» - театрализованное представление
19 апреля (0+), 15:00	«Светлое Воскресение Христово» - театрализованное пасхальное представление родительского клуба «Светлячок»
25 апреля (0+), 14:00	«Мы дарим любовь» - отчетный концерт вокальной студии «Непохожие»
26 апреля (0+), 15:00	«Магия цирка» - отчетный концерт цирковой студии «Алле-парад»
МБУ «ЦКР «СИНЬКОВСКИЙ» 141830, Московская обл., м.о. Дмитровский, п. Новосиньково, влад. 73, тел. 8(496) 229-63-28, сайт: <a href="http://dksinkovo.ru/about/">http://dksinkovo.ru/about/</a>	
19 апреля (0+), 16:00	«Улыбка в кино. Наша версия» - отчетный концерт Образцового коллектива «Вокальный ансамбль «Улыбка»
25 апреля (6+), 15:00	«Международный день танца» - развлекательная программа для молодежи
26 апреля (0+), 12:00	«Мы и музыка» - отчетный концерт фортепианного кружка «7 Нот»
МБУК «ДЦМБ» 141800, Московская обл., г. Дмитров, ул. Почтовая, д. 16, к. 2, тел. 8(495) 993-78-17, сайт: <a href="http://dmlib.ru">http://dmlib.ru</a>	
18 апреля (12+), 14:00	«Тотальный диктант» - ежегодная просветительская (образовательная) акция
18 апреля (0+), 18:00	«В хороводе были мы» - концерт ансамбля «Ягодки»
18 апреля (0+), 18:00	«Единство народов – сила России» - Всероссийская акция «Библионочь»
18 апреля (0+), 19:30	«Соединяя сердца» - концерт музыкального объединения «Скрипка Страдивари»
19 апреля (12+), 14:00	«На пороге весны...» - сольная концертная программа Ирины Озерковой в клубе любителей музыкальной поэзии «Созвучие»
22 апреля (12+), 13:00	«Чтения Победы» - патриотическое мероприятие
ДМИТРОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ БИБЛИОТЕКА-ФИЛИАЛ № 6 141801, Московская обл., г. Дмитров, ул. Профессиональная, д. 92, тел. 8(496) 223-46-43, сайт: <a href="http://dmlib.ru">http://dmlib.ru</a>	
22 апреля (16+), 16:00	«Все начинается с любви» - музыкально-поэтический вечер
ДМИТРОВСКАЯ БИБЛИОТЕКА ПРАВОСЛАВНОЙ КУЛЬТУРЫ 141802, Московская обл., г. Дмитров, ул. Космонавтов, д. 52, тел. 8(496) 223-97-44, сайт: <a href="http://dmlib.ru/">http://dmlib.ru/</a>	
Каждое воскресенье (16+), 14:00	«Духовное наследие» - просмотр православного фильма
23 апреля (16+), 16:00	«Основы православной культуры» - лекция
ДМИТРОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ 141800, Московская обл., г. Дмитров, ул. Лиры Никольской, д. 7Б, тел. +7(495) 9939034, сайт: <a href="https://muzdmitrov.ru/">https://muzdmitrov.ru/</a>	
18 апреля (6+), 13:00	«Наполним музыкой сердца» - отчетный концерт

## УМВД России «Дмитровское»

ПОЛИЦЕЙСКИЕ ПРОВЕЛИ ЭКСКУРСИЮ  
ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО САДА

Сотрудники УМВД России «Дмитровское» в рамках акции «Профессия - полицейский» организовали для воспитанников детского сада экскурсию по кинологическому центру.



Инспекторы-кинологи рассказали детям об охране общественной безопасности и раскрытии преступлений служебными собаками. Они объяснили малышам, как четвероногие напарники помогают сотрудникам полиции обнаруживать запрещенные предметы и находить людей, попавших в беду.

Дети узнали, что подготовка служебной собаки начинается с раннего возраста и требует от воспитанника огромного терпения и профессионализма. Ребятам показали выступление, в ходе которых собаки ошибочно находили спрятанные запаховые имитаторы. Дошкольники наблюдали за слаженной работой человека и собаки при задержании условного правонарушителя и четким выполнением сложных команд.

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!



Следующий номер газеты  
«ДМИТРОВСКАЯ  
РЕКЛАМНАЯ НЕДЕЛЬКА»



выйдет 23 апреля 2026 года

## ПРАВОСЛАВИЕ

**МОЛЕБЕН КО ДНЮ БЕРЕМЕННЫХ ПРОВЕЛИ В РОДДОМЕ ДМИТРОВА**

*В Дмитровской больнице 7 апреля впервые отметили День беременных. Праздник, приуроченный к Благовещению Пресвятой Богородицы, объединил медицинских работников, священнослужителей и будущих мам округа.*

По инициативе администрации больницы и при участии настоятеля Пантелеимоновского храма отца Артемия Базатина для пациенток женской консультации и родильного дома организовали духовную программу. Священник рассказал женщинам об истории Благовещения, значении материнства в православной традиции и благословил их.

Совместный молебен прошел сначала в консультации, а затем продолжился в стенах родильного дома. Заведующий роддомом Михаил Цурцумия обратился к женщинам с теплыми словами, отметив, что в грузинском языке

беременность называют «две души», подчеркивая неразрывную связь матери и ребенка.

Каждая будущая мама получила от отца Артемия памятные подарки: теплые пинетки, акафист, икону Божией Матери «Помощница в родах» и специальный молитвослов.

— Хочу поблагодарить коллектив Дмитровской больницы и настоятеля Пантелеимоновского храма за организацию этого светлого дня. Для нас приоритетом является качество жизни семей в округе, а начинается она с качественной заботы о беременных женщинах, — сказал глава округа



Михаил Шувалов.

Главный врач Дмитровской больницы Александр Авакян поблагодарил священника за визит, отметив важность сочетания медицинской и духовной помощи. День беременных в России отмечается дважды в год — в апреле

и октябре — и направлен на формирование культуры бережного отношения к материнству и детству.

**«360 Дмитровский».**  
Фото - Пресс-служба администрации Дмитровского муниципального округа

## ЖКХ И БЛАГОУСТРОЙСТВО

**МИХАИЛ ШУВАЛОВ ВСТРЕТИЛСЯ С ЖИТЕЛЯМИ ЖК «ЛЕСНОЙ КВАРТАЛ»**

*Глава Дмитровского округа Михаил Шувалов вместе с моими заместителями, представителями управляющих компаний и жителями не только обсудили текущие вопросы, но и сразу наметили пути их решения.*



Фасад дома №40 требует внимания. Застройщик смонтировал облицовку с нарушениями, а сейчас находится в процессе банкротства. Но ждать, когда плитка начнёт падать, нельзя. Поручил собрать всех: УК, Фонд капремонта, юристов, застройщика. Будем искать выход без перекладывания ответственности.

На детской площадке у дома №40

Шувалов пообщался с ребятами: «Чего не хватает?» А они без стеснения: «Лазилка побольше, горку хорошую и качалки на пружинках». Глава обещал добавить этих игровых объектов на площадку.

Поручено включить в план на 2027 год:

- во дворе дома №40 — большую детскую площадку,

- у дома №39 — спортплощадку для подростков.

Руководитель УК «Решаем вместе» Елена Соколова показала систему единой диспетчеризации. Подачу воды, тепла и электричества контролируют онлайн. Это позволяет быстро замечать и устранять любые сбои. Хороший пример современного подхода в ЖКХ.

Ещё один важный момент — транспорт. Жители обратили внимание, что многие водители объезжают пробки через дворы и частный сектор. Глава поручил Юрию Головкину подготовить документы для комиссии по безопасности дорожного движения — рассмотрим возможность сделать одностороннее движение в этой части города.

И ещё: приведём в порядок территорию между Заречной и Северной, вывезем строительные остатки между домами №36 и №37.

Спасибо жителям за обратную связь. Все договорённости — на контроле.

**Источник: <https://dmitrov-reg.ru/>.**  
Фото - Пресс-служба администрации Дмитровского муниципального округа

**NEPTUN**  
ВОДНЫЕ СИСТЕМЫ

**ПОСТОЯННАЯ РАБОТА  
НА ПРОИЗВОДСТВЕННОМ ПРЕДПРИЯТИИ**

**НАЧАЛЬНИК/СПЕЦИАЛИСТ ПТО  
СПЕЦИАЛИСТ СКЛАДА (ТЕПЛЫЙ СКЛАД)  
РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛА ПРОДАЖ  
СВАРЩИК-АРГОНЩИК**

Регулярная з/пл от 80 000 руб. Обучение, стажировка.  
Питание, оплата проезда и ГСМ, для приезжих оплата проживания.

Место работы: **8(966)036-62-88**  
Московская область, г. Дмитров

**СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС**  
**МАУ Спортивный комплекс «Дмитров»**

Приглашаем на работу  
**МЕД. СЕСТРУ •  
УБОРЩИЦУ •**

Условия:  
• график сменный 2/2  
• оформление по ТК РФ  
• полный социальный пакет

Тел.: 8 (496) 224-54-68 (Отдел кадров)

**КРУПНАЯ КОМПАНИЯ**  
по производству пищевой продукции  
**ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:**

- ИНЖЕНЕРА КИПИИ • ВОДИТЕЛЕЙ ПОГРУЗЧИКА
- УБОРЩИЦУ • ОПЕРАТОРОВ ЛИНИИ
- КОНТРОЛЕРОВ КПП
- РАБОЧИХ НА ПРОИЗВОДСТВО / СКЛАД

**ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА ВЫСОКАЯ. ПОДРАБОТКИ!**

пос. Деденево, ул. Набережная, д. 21, корп. 2, **8-926-294-27-71**  
Станция «Турист» 5 мин пешком. **8-495-988-72-27**

НА ПРОИЗВОДСТВО ПО ВЫПУСКУ  
**КОНСЕРВНОЙ ТАРЫ ТРЕБУЮТСЯ:**

**УПАКОВЩИКИ (ЦЫ) - ЗП ОТ 64 000 РУБ.  
ГРУЗЧИКИ - ЗП 60 000 РУБ.  
ВОДИТЕЛЬ  
ПОГРУЗЧИКА - ЗП 70 000 РУБ.**

**8-915-039-77-37 ВАЛЕРИЯ**

**В ГАЗЕТУ**  
«ДМИТРОВСКАЯ РЕКЛАМНАЯ НЕДЕЛКА»  
**ТРЕБУЕТСЯ**  
**МЕНЕДЖЕР ПО ПРОДАЖАМ**

Условия работы и з/п обсуждаются на собеседовании

**СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8(906)785-90-79**





**Линейный отдел Министерства внутренних дел Российской Федерации на станции Москва-Савеловская приглашает на службу граждан Российской Федерации**  
**В возрасте от 18 до 50 лет**

Служба в полиции выгодно отличается от работы в других организациях и коммерческих структурах:

- ✓ Стабильная заработная плата
- ✓ Бесплатный проезд в поездах пригородного сообщения (МЦК, МЦД)
- ✓ Ежегодный отпуск от 40 календарных дней
- ✓ Бесплатное медицинское обслуживание
- ✓ Компенсация за найм жилого помещения
- ✓ Право выхода на пенсию при выслуге 20 лет
- ✓ Бесплатное получение высшего юридического образования в ведомственных учебных заведениях
- ✓ Единовременная социальная выплата для приобретения или строительства жилья (после 10 лет службы)

**По вопросам трудоустройства обращаться по адресу:**  
г. Москва, ул. Бутырская, д. 4 стр. 1  
тел. 8 499 623 12 55  
8 913 270 06 35

Узнай подробнее по QR-коду

УМВД РОССИИ «ДМИТРОВСКОЕ»

## В ДМИТРОВЕ СОТРУДНИЦА ПОЛИЦИИ ПРОВЕЛА СО ШКОЛЬНИКАМИ АНТИНАРКОТИЧЕСКУЮ БЕСЕДУ

*Инспектор отдела по делам несовершеннолетних УМВД России «Дмитровское» в рамках акции «Вместе против наркотиков!» провела профилактическую беседу со старшеклассниками местной школы.*

Сотрудница полиции разъяснила учащимся статьи Уголовного и Административного кодексов Российской Федерации, предусматривающие ответственность за преступления и правонарушения в сфере незаконного оборота наркотиков. Она проинформировала о возрасте наступления юридической ответственности и губительном воздействии запрещенных веществ на физическое и психическое здоровье человека.

Полицейский рассказала ребятам о методах злоумышленников по вовлечению молодежи в распространение наркотиков через предложения «легкого и быстрого заработка» в мессенджерах и социальных сетях. Школьники получили рекомендации по действиям при обнаружении пропаганды наркотиков или попытках склонения к их употреблению.



**ЗДЕСЬ МОГЛА БЫ БЫТЬ  
ВАША РЕКЛАМА!**

Звоните по телефонам:  
**+7 (909) 904-71-32**  
**+7 (49624) 2-70-15**



## ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

# КАК НАЛАДИТЬ ПИТАНИЕ ПОСЛЕ ВЕЛИКОГО ПОСТА: СОВЕТЫ ОТ ДМИТРОВСКОГО ВРАЧА



## Врач-терапевт из Дмитрова назвала семь ошибок в питании после Великого поста.

По завершении Великого поста миллионы людей по всему миру с радостью возвращаются к привычному рациону. Однако, как предупреждает врач-терапевт Дмитровской больницы Алена Старцева, этот переход требует особой осторожности.

По словам специалиста, несоблюдение простых правил может привести к расстройствам пищеварения, обострению хронических болезней и даже острому панкреатиту.

— Пост — это не только духовная практика, но и серьезная физиологическая нагрузка на организм. Многие совершают типичные ошибки при выходе из него, не осознавая последствий, — отмечает специалист.

Она выделила семь наиболее распространенных ошибок и дала практические рекомендации, как их избежать.

### 1. Резкое переедание тяжелой пищей

После недель воздержания люди часто набрасываются на жирное мясо, сладости и жареное. Это перегружает ЖКТ и может вызвать тошноту, вздутие или даже воспаление под-

желудочной железы. Начинать стоит с легких блюд — овощных супов, каш на воде, свежих фруктов. Белки (рыбу, курицу) вводить на 2–3 день, соблюдая правило «половины тарелки» — наполнить ее овощами.

### 2. Игнорирование гидратации

Организм после поста часто обезвожен, особенно если ограничивалась и жидкость. Отсутствие воды провоцирует запоры и упадок сил. Пить не менее 2 литров воды в день. Полезны травяные чаи и вода с лимоном. Кофе и газировку — исключить в первые дни.

### 3. Употребление алкоголя сразу после поста

Праздничные тосты на голодный желудок создают высокую нагрузку на печень и могут вызвать интоксикацию. Подождать 2–3 дня. Если все же пить — начинать с небольшого количества сухого вина, разбавленного водой, и обязательно с едой. Лучше выбрать безалкогольные напитки: компот, квас, морс.

### 4. Отсутствие физической активности

Слабость после поста заставляет многих лежать, но это замедляет метаболизм и способствует набору веса. Начинать с легких прогулок по 30 минут в день. Йога и растяжка

помогут мягко вернуть тонус.

### 5. Игнорирование сигналов организма

Боли в животе, головокружение, усталость — это не «просто устал», а сигналы о перегрузке. Вести дневник питания и самочувствия. При появлении симптомов — обратиться к врачу, а не заниматься самолечением.

### 6. Чрезмерное употребление сладкого и переработанных продуктов

«Сахарный бум» после поста вызывает резкие скачки глюкозы, раздражительность и упадок энергии. Заменить конфеты и торты на фрукты, орехи, натуральный йогурт. Соблюдать баланс: 50% углеводов из цельных злаков, 30% белков, 20% жиров.

### 7. Забывать о витаминах и минералах

Длительное воздержание от животной пищи может привести к дефициту железа, витамина B12, кальция и цинка. Включить в рацион зелень, орехи, рыбу, яйца, молочные продукты. При строгом посте — сдать анализы и, при необходимости, принимать витамины по назначению врача.

**Сергей Архипов, <https://regions.ru/>.  
Фото: REGIONS/Евгений Рой**

УМВД России по Дмитровскому г.о.

## ОТДЕЛ ПО ВОПРОСАМ МИГРАЦИИ ИНФОРМИРУЕТ О НЕОБХОДИМОСТИ ЗАБЛАГОВРЕМЕННОГО ОБРАЩЕНИЯ ЗА ОФОРМЛЕНИЕМ ЗАГРАНИЧНЫХ ПАСПОРТОВ

*При планировании проведения отпуска и приобретении путевок для выезда за пределы территории Российской Федерации необходимо заранее учитывать срок изготовления заграничного паспорта. Обращаем внимание граждан на то, что, собираясь в далекие страны, не забывайте проверить действительность своих документов. Ведь при въезде в некоторые государства одним из обязательных требований является срок действия Вашего паспорта на конец даты предполагаемой поездки, который может варьироваться от 1 до 12 месяцев.*



Отдел по вопросам миграции УМВД России «Дмитровское» информирует о необходимости за-  
благовременного оформления заграничных паспортов в весенне-летний период, а также необходимости учитывать сроки предоставления государственной услуги.

Сроки предоставления государственной услуги по оформлению и выдаче заграничных паспортов составляют:

- при подаче документов по месту жительства - один месяц;
- при подаче документов по ме-

сту пребывания заявителя - три месяца;

- при оформлении паспорта заявителю, имеющему (имевшему) допуск к сведениям особой важности или совершенно секретным сведениям, отнесенным к государственной тайне - три месяца.

С заявлением об оформлении заграничного паспорта вы можете обратиться через Единый портал государственных услуг gosuslugi.ru, либо через многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг.

## АФИША

Начало на стр. 2

ДМИТРОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ОТДЕЛЕНИЕ В Г. ДМИТРОВ 141800, Московская обл., г. Дмитров, ул. Профессиональная, д. 21, тел. +7 (49622) 54780	
24 апреля (6+), 18:00	Отчётный концерт
ДМИТРОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ОТДЕЛЕНИЕ В Г. ЯХРОМА 141840, Московская обл., м.о. Дмитровский, г. Яхромы, ул. Парковая, д. 3А, тел. +7 (49622) 52616, сайт: <a href="https://muzdmitrov.ru/">https://muzdmitrov.ru/</a>	
25 апреля (6+), 15:00	Отчётный концерт
МБУ «ДМИТРОВСКИЙ ДРАМАТИЧЕСКИЙ ТЕАТР» 141802, Московская обл., г. Дмитров, ул. Большевикская, д. 16, тел. +7 (965) 401-93-92, сайт: <a href="https://xn--90aedcbmysfbg6i3b.xn--p1ai/">https://xn--90aedcbmysfbg6i3b.xn--p1ai/</a>	
18 апреля (0+), 12:00	«Волшебная лампа Аладдина» - спектакль для семейного просмотра
18 апреля (12+), 18:00	«Маленькие большие женщины» - гастроль Тверского государственного театра кукол
19 апреля (12+), 17:00	«Женитьба Бальзаминова» - комедия в двух действиях
24 апреля (12+), 19:00	«Нам 35!» - творческий вечер посвященный юбилею театра
25 апреля (6+), 12:00	«Волшебная лампа Аладдина» - спектакль
26 апреля (12+), 17:00	«Восемь любящих женщин» - детектив в 2-х действиях
МБУ «МУЗЕЙ-ЗАПОВЕДНИК «ДМИТРОВСКИЙ КРЕМЛЬ» 141800, Московская обл., г. Дмитров, ул. Загорская, д. 17, тел. +7 (496) 2274007, сайт: <a href="http://dmmuseum.ru/">http://dmmuseum.ru/</a>	
18 апреля (12+), 12:00	«Дом П.А. Кропоткина» - сборная авторская экскурсия
18 апреля (6+), 12:00	Сборная экскурсия по Борисоглебскому монастырю
18 апреля (6+), 13:00	«Пасхальные миниатюры» - авторская интерактивная экскурсия-концерт
Каждую субботу (6+), 13:00	«Художественные коллекции» - экскурсия выходного дня по экспозиции
18 апреля (6+), 15:00	«Пасхальный перезвон» в рамках Творческих встреч «У батюшки Серафима»
18 апреля (12+), 16:00	«Серебро на фарфоре» - сборная экскурсия
19 апреля (6+), 14:30	«Серафим – значит, пламенный» - интерактивная экскурсия
19 апреля (6+), 16:00	Концерт Тихоновой Юлии. Культурный центр «Елизаветы Мамонтовой»
24 апреля (6+), 10:00	«Гуляя, губерния!» - выставка из фондов музея
24 апреля (12+), 11:00	«Диктант Победы – 2026»
25 апреля (6+), 12:00	«Археологические находки из Дмитровского кремля-Жизнь до и после» - лекция
25 апреля (12+), 14:00	«Серебро на фарфоре» - сборная авторская экскурсия
МОЛОДЕЖНЫЙ ЦЕНТР «СФЕРА» 141801, Московская обл., г. Дмитров, мкр. им. Владимира Махалина, д. 40, сайт: <a href="https://sferadmitrov.ru/">https://sferadmitrov.ru/</a>	
23 апреля (16+), 15:00	«Студенческая весна» - молодежный фестиваль

## ПОМНИТЕ!

**Вы предупреждаете возникновение пожара, соблюдая правила противопожарного режима.  
О возникновении пожара немедленно сообщите в пожарную охрану по телефонам:  
«01», «101», 8-495-993-75-31,  
8-925-001-85-62.**

УМВД России по Дмитровскому г.о.

## ПОЛИЦЕЙСКИЕ ВЫЯВИЛИ ИНОСТРАННЫХ ГРАЖДАН, НАРУШИВШИХ МИГРАЦИОННОЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО

**Сотрудники УМВД России «Дмитровское» в рамках профилактического мероприятия проверили одну из овощебаз.**


На предприятии работал 41 иностранный гражданин. Сотрудники полиции выявили 32 нарушения временного содержания для принудительного выдворения из страны по статьям 18.8, 18.10 и 20.25 КоАП РФ.

Нарушителям назначен денежный штраф в размере 5 000 рублей с последующим административным выдворением за пределы Российской Федерации и двое граждан были помещены в Центр временного содержания для принудительного выдворения из страны. В настоящее время полицейские проводят комплекс мероприятий по установлению работодателя, организовавшего незаконное привлечение мигрантов.



**ДМИТРОВСКИЙ ЗАВОД ОКОН**  
**ОКНА ПВХ AL** **СКИДКА 45%**  
**ЗАМЕР И КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО!**  
**АКЦИЯ! См. на сайте**  
**www.oknavdmitrove.ru**  
**8 (495) 647-84-30, 8 (929) 911-03-75**  
**ПОЗВОНИТЕ, СРАВНИТЕ ЦЕНУ!**

- доставка, монтаж
- демонтаж старых окон
- антимоскитные сетки
- ламинация
- отделка откосов
- подоконники, отливы
- ремонт окон ПВХ любой сложности

**УГОЛЬ / АНТРАЦИТ**  
**ТОРФОБРИКЕТЫ / ДРОВА / БРИКЕТЫ RUF**  
**ПЕЛЛЕТЫ / ПЕСОК / ЩЕБЕНЬ / ТОРФ**  
**+7(903)796 10 28**  
 **ПЕРВАЯ УГОЛЬНАЯ КОМПАНИЯ** gosugol.ru  
 gosugol@mail.ru

**ВЫКУП АВТОНОМЕРОВ**  
**КУПИМ КРАСИВЫЕ НОМЕРА 001-009, 100-900, ТРИ ОДИНАКОВЫЕ БУКВЫ В НОМЕРЕ**  
**8(925)105-75-05**

**АРЕНДА**  
**в центре Дмитрова**  
**от 500р/м<sup>2</sup>**  
**Дмитров, ул. Профессиональная, дом 4**  
**8 499 506-88-08**

**«ТАД-НАВЕС»** **ПРОИЗВОДСТВО И МОНТАЖ**  
**ОТКАТНЫЕ ВОРОТА**  
**НАВЕСЫ / ЗАБОРЫ**  
**ТЕПЛИЦЫ / БЕСЕДКИ**  
**8-985-331-55-56**

**ФЕЙЕРВЕРКИ И САЛЮТЫ**  
**ОРГАНИЗАЦИЯ ШОУ НА ПРАЗДНИК**  
 г. Дмитров, Торговая площадь, д. 1а  
**+7 977-778-6866**  
 bhm-307@mail.ru  
 t.me/fireworksolut  
 AERO-FIRE.RU

**ЗООМАГАЗИН**  
**www.zoo-dmitrov.ru**  
**«КОТЕНОК»**  
 г. Дмитров, ул. Семенюка, д. 11  
**8(966)318-57-18**  
 Ковригинское ш., 20,  
 ТК «Кооператив»  
**8(906)744-22-58**  
 ул. 2-ая Комсомольская,  
 д. 16, корп. 6  
**8(926)707-57-49**



**ТОРГОВО-ОФИСНЫЙ ЦЕНТР**  
**Аренда**  
**ТОРГОВЫХ И ОФИСНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ**  
**8(926)584-58-59**  
**8(496)225-46-76**  
**г. Дмитров, ул. Профессиональная, 26**

**ШИНОМОНТАЖ** **ИЗНОС 5-10%**  
**• БАЛАНСИРОВКА • РЕМОНТ •**  
**ШИНЫ НА ЗАКАЗ Б/У** **ХРАНЕНИЕ ШИН**  
 Как добраться:  
 Ост. Бунятино → на Рогачево → на Дмитров → на Москву → ПАМЯТНИК  
 Нужно доехать до остановки "Бунятино", повернуть в магазин "СТРОЙМАТЕРИАЛЫ" и там увидите вывеску "Шины"  
**НОВЫЕ ШИНЫ ШИПОВАННЫЕ**  
**Доставка по всей России**  
**8-916-432-43-90**  
**ХОРОШЕЕ КАЧЕСТВО ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ!**

## ЛИНЕЙНЫЙ ОТДЕЛ ПОЛИЦИИ НА ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОЙ СТАНЦИИ ДМИТРОВ ЛО МВД РОССИИ НА СТАНЦИИ МОСКВА-САВЕЛОВСКАЯ

**приглашает на службу в органы внутренних дел граждан Российской Федерации в возрасте от 18 до 50 лет, имеющих образование не ниже среднего (11 классов), без опыта работы, на должности:**

- ПОЛИЦЕЙСКОГО ПАТРУЛЬНО-ПОСТОВОЙ СЛУЖБЫ
- ОПЕРУПОЛНОМОЧЕННОГО ГРУППЫ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА

### Сотрудники полиции обеспечены:

- стабильная заработная плата,
- премии по итогам работы,
- один раз в год материальная помощь в размере 70% от заработной платы,
- оплачиваемый отпуск от 40 суток + дни к месту проведения отпуска и обратно,
- оплачиваемый учебный отпуск, 100 % оплата больничного листа,
- бесплатный проезд в поездах дальнего следования и пригородного сообщения,
- бесплатное медицинское обслуживание (в том числе членов семьи) в поликлинике МВД;
- бесплатное страхование жизни и здоровья;
- возможность получения высшего образования с сохранением з/п, а также второго высшего образования в университете МВД,
- компенсация за найм жилого помещения на территории г. Москвы и Московской области,
- льготная пенсия после 20 лет службы,
- иные льготы, предусмотренные законодательством РФ.

**По вопросу трудоустройства обращаться по адресу: Московская область, г. Дмитров, ул. Вокзальная, д.1, тел.: 8 (925) 086-09-56; 8 (926) 615-03-39;**

**Отдел кадров ЛО МВД России на станции Москва-Савеловская 8 (499) 623-12-55; 8 (913) 270-06-35.**



Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по Москве и Московской области за ПИ N ТУ 50-03079. Тираж 10 000 экз. Отпечатано в типографии: филиал ОАО «ПФОП» «Волоколамская типография» Адрес типографии: 143600, М.О., г. Волоколамск, ул. Парковая, 9

Заказ N 0469-26 Учредитель - О.В. Ярмак.

За содержание рекламных объявлений и номера телефонов ответственность несут рекламодатели. Рекламуемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации в случаях, предусмотренных Законом. Перепечатка материалов только с разрешения редакции. Время подписания в печать: по графику - 18:00, фактически 17:45.15.04.2026

### Над номером работали:

**Ярмак О. В.** - главный редактор

+7 (905) 774-40-00

**Подольская С. А.** - менеджер по рекламе

+7 (909) 904-71-32

**Чадаев С. В.** - дизайн и верстка

Адрес учредителя, издателя и редакции:  
 141601, Московская обл. г. Клин, ул. Ленина,  
 д. 8, офис 5. тел. 8 (49624) 2-70-15, 8 (909)904-71-32  
 «Дмитровская Рекламная Неделька»  
 распространяется бесплатно в каждый почтовый ящик, а также адресно по предприятиям, магазинам и фирмам в г. Дмитров, Яхроме.  
 E-mail: dmitrov-nedelka@mail.ru  
 Электронная версия газеты доступна на www.nedelka-klin.ru

**16+**