# SAAAYXCKOM CTABOL Faseta HOTO-Западного административного округа Москвы

Худрук Цирка на Вернадского Аскольд Запашный:

«Лучше Ломоносовского района места для жизни нет»



# Сергей Собянин:

«Мы впервые открыли цикл бесплатных мастерклассов, где родители, бабушки и дедушки вместе с детьми смогут познакомиться с увлекательным миром современных технологий».

- ► На каких улицах округа откроют новые соцобъекты?
- ▶ Как быстро прийти в форму после коронавируса?
- ▶ Могут ли школьники ЮЗАО записаться к «цифровому репетитору»?
- ► Где в Обручевском районе покататься на «луне»?



#### Замыкая круг

▶ Какие станции БКЛ достраивают в ЮЗАО.



## Память **девичья**

► Как сохранить ясность ума в пожилом возрасте.



#### «Доктор Лиза» из Ясенева

▶ Гид по местам съёмок известных фильмов.



**НОВОСТИ ОКРУГА**84 КАЛУЖСКОЙ ЗАСТАВОЙ
№ 9 (387) 15 - 21 марта 2021

# В технопарке МФЮА стартовали семейные уроки кибернетики

На занятиях ждут детей, а также их пап, мам, бабушек и дедушек



▶ О новом городском проекте, в рамках которого новые уникальные знания могут получить и дети, и взрослые, мэр столицы Сергей Собянин написал на своей странице в социальной сети ВКонтакте.



«Мы впервые открыли цикл бесплатных мастер-классов, где

родители, бабушки и дедушки вместе с детьми смогут познакомиться с увлекательным миром современных технологий. Ребята

попробуют себя в графическом дизайне, кибернетике и биоинформатике. Взрослым расскажут о принципах работы беспилотных летательных аппаратов, виртуальной и дополненной реальности и многом другом», – отметил он. Первый этап цикла мастерклассов проходит с 13 марта по 4 июля. А занятия второго этапа запланированы с 4 сентября по 12 декабря. Мероприятия бесплатные, для участия необходимо только предварительно зарегистрироваться. Каждый урок длится от одного до полутора часов. В техноПервый этап серии мастер-классов для всей семьи продлится до 4 июля. А второй начнётся 4 сентября. Расписание занятий доступно на сайте technopark-kids.ru.

парке «Наукоград» (ул. Введенского, д. 1а) школьники и их родственники смогут разработать собственные компьютерные игры, освоить скетчинг (технику быстрого рисунка) и леттеринг (графическое изображение букв и знаков, иллюстрация словами). А ученикам младших классов преподаватели МФЮА предложат придумать и инсценировать сказку. Узнать подробное расписание занятий и следить за обновлениями можно на едином сайте детских технопарков Москвы technopark-kids.ru. Чтобы узнать о ближайших семейных мастер-классах, следует зайти в раздел «Мероприятия» и отфильтровать грядущие события: нажать на кнопку «Направления» и найти в списке «Семейный мастер-класс». Напомним, специализированные детские технопарки были созданы в Москве для профориентации детей и подростков в возрасте от 7 до 18 лет. Учащимся предлагают множество обучающих программ, в том числе информационные технологии, робототехника, микроэлектроника,

3D-моделирование, новые материалы, авто- и авиаконструирование, естественные науки. Занятия проводят в рамках интенсивных курсов и проектной работы, а также в формате лекций, мастер-классов, развивающих игр и квестов. Во время пандемии, чтобы упростить доступ столичных школьников к программам обучения, был создан специальный онлайн-ресурс, который объединяет все детские технопарки столицы.



Руководитель столичного Департамента предпринимательства

и инновационного развития Алексей Фурсин: «В программе семейных мастер-классов примут участие 10 детских технопарков. На уроках ребята могут попробовать себя в перспективных областях — кибернетике, биониформатике, цифровой графике, а также получить новые знания, которые помогут им при поступлении в вуз».

ДЕНИС ИЛЬИЧЁВ

#### С высоты виднее

 Экипажи вертолётов Московского авиационного центра начали отслеживать ситуацию с паводками на территории ЮЗАО с воздуха.

Задача воздушных «разведчиков» - оперативно обнаружить зоны подтоплений, чтобы городские коммунальные службы как можно быстрее выехали на место. По словам заместителя мэра по вопросам ЖКХ Петра Бирюкова, специалисты пока летают на многофункциональных аппаратах Ка-32А, но при необходимости пересядут на другие типы воздушных судов. «Разведка с воздуха – это важная профилактическая мера. Она позволяет максимально оперативно реагировать на нештатные ситуации. При обнаружении угроз подтопления пилоты будут незамедлительно докладывать информацию, после чего на место сразу же прибудут городские службы», – уточнил он. В нашем округе критической зоной может быть посёлок Потапово.

# **Навёдем** порядок вместе

▶ Власти столицы объявили о том, что благодаря улучшению эпидемиологической ситуации в этом году в Москве состоится масштабный общегородской субботник.

Он пройдёт 24 апреля в рамках традиционного месячника по благоустройству. На субботник пригласят школьников, студентов, сотрудников предприятий и всех москвичей, которые приведут в порядок дворы и территории социальных объектов, а также помогут дворникам с уборкой прошлогодней листвы, обустройством цветочных клумб и высадкой деревьев и кустарников. Всем участникам субботника выдадут необходимый инвентарь. Подробный адресный список мест, где пройдёт субботник на территории ЮЗАО, будет обязательно напечатан в нашей газете, а также на сайте https://uzao.aif.ru.

#### Строим по мировым стандартам



Вокруг дома будет сквер.

▶ Построенный по программе реновации монолитный дом на ул. Архитектора Власова, вл. 2, будет сдан в эксплуатацию уже в этом году. Об этом сообщил руководитель городского Департамента строительства Рафик Загрутдинов.

В новостройке будет 216 комфортных квартир, три лифта, а чтобы мамы с колясками и маломобильные граждане могли попасть в подъезд без посторонней помощи, вход в здание. пол вестибюля и лифтовой холл на первом этаже сделают на уровне земли. На прилегающей к зданию территории высадят деревья и кустарники, разобьют газоны и цветники. Рядом с домом появятся также зона отдыха, детская и спортивная площадки. В целом за год на территории

столицы в этом году по программе реновации планирует-

ся построить около 100 домов.

Глава Департамента градостроительной п<mark>олити</mark>ки <mark>Москвы Сергей Лёвкин:</mark>



«Квартиры в новых домах получат более 32 тыс. москвичей. В результате реализации

программы горожане, проживающие в районах реновации, получат не только новое комфортное жильё, но также благоустроенные и озеленённые жилые дворы, свободные от транспорта, благоустроенные общественные пространства и прилегающие территории с парками и скверами мирового уровня».

МАКСИМ ИВИН



Сотрудники окружного управления Роспотребнадзора ко Всемирному дню защиты прав потребителей провели встречи с покупателями в ТЦ «Калужский» (ул. Профсоюзная, д. 61A) и ТРЦ «Спектр» (Новоясеневский просп., д. 1). Они проконсультировали жителей по вопросам обмена некачественных товаров, возврата денег и другим. Кстати, до 20 марта в Москве будут работать «горячие линии» по защите прав потребителей: +7 (495) 785-37-41 и +7 495 687-39-61.

#### Ехать в метро и быстро, и удобно

А какой сервис подземки нравится вам?



Московский метрополитен постоянно внедряет новые сервисы для пассажиров. Об этом сообщил мэр Москвы Сергей Собянин на своём персональном сайте.

Говоря о наиболее популярных сейчас

новшествах, градоначальник в первую очередь отметил внедрение транспортной карты «Тройка» и автоматов по продаже билетов (которые стали «убийцами» очередей у билетных касс), отсутствие шума в новых по-

ездах (в вагонах «Москва-2020» его уровень на 15% ниже по сравнению с другими моделями), а также работу вендинговых автоматов в подземных переходах — в настоящий момент они успешно работают на 76 стан-

циях, 9 из которых находятся в ЮЗАО. Кстати, с их помощью можно не только попить кофе или перекусить - в период пандемии вендинговые автоматы оперативно перешли на продажу масок, перчаток и тем самым помогли защитить пассажиров. Мэр также рассказал об установке в метро терминалов для выдачи сим-карт, создании стоек «Живое общение» и центра обеспечения мобильности пассажиров, размещении информационных экранов в вагонах и многом другом. «Мы начали работу по внедрению пассажирских сервисов в метро в 2011 году и будем продолжать её, пока не иссякнут новые идеи. А как показывает жизнь, новые идеи не иссякают никогда», – подчеркнул он. АНАСТАСИЯ ШМЕЛЬКОВА

#### Выходи во двор играть!

 Масленичные гулянья на юго-западе в этом году прошли в безопасном формате. Местами проведения стали обычные городские дворы.

Организатором мероприятия на ул. Новаторов, д. 6, выступил центр досуга и спорта «Обручевский». Ведущие в лице методиста Анны Черепковой и руководителя театрального кружка «Арт club» Дарьи Мацапуры подарили малышне весёлые минуты, наполненные играми и потехами. «Ради безопасности, — уточнила Дарья Мацапура, — мы попросили взрослых побыть в сторонке, а уж ребята и девчата были

свободны в своих действиях. Весну мы призвали — и теперь уже наверняка к нам придёт долгожданное тепло». Кстати, центр «Обручевский» начал переход к работе в обычном режиме. Дети могут посещать шахматную секцию, студии декоративноприкладного творчества, книжной иллюстрации и академического рисунка, авторской песни и театральный кружок (от 7 лет). Все занятия бесплатны.

Особую праздничную программу подготовили и в ЦКИ «Меридиан». На открытой площадке перед центральным входом, в просторном фойе 1-го этажа и малом зале выступили

солисты
клуба общения «Горница»,
заслуженная
артистка
России Елена
Калашникова, ансамбль
танца «Россияне», детский
образцовый
фольклорный
ансамбль
«Ясенька» и др.

нька» и др. ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



#### Призы достались всем

▶ Окружные соревнования по бегу на коньках «Лёд надежды нашей» в этом году по ряду обстоятельств переносились дважды, и когда они всё же состоялись, то превратились в самый настоящий праздник семейного спорта.

Гоняли на катке в сквере «Надежда» (Ленинский просп., д. 82-86) и стар и млад: самому юному участнику соревнований в этом году исполнится 5 лет, а старшему - 65. Забеги поэтому проводились в разных возрастных категориях, но призы от окружного Центра физкультуры и спорта достались всем. Почти полным составом в мероприятии участвовала многодетная семья Козарезовых из Южного Бутова. «Спорт формирует характер и дисциплинирует, уверен **Сергей Козарезов.** -Наши дети занимаются боксом. карате, хоккеем, и, по нашим наблюдениям, они стали более целеустремлёнными».

Соревнования проходили с соблюдением всех санитарных правил. Даже зрители придерживались социальной дистанции, находясь рядом только с родными и близкими.



Семья Козарезовых была на празднике почти в полном составе.

Супруги отметили, что в последние годы в ЮЗАО здорово обновилась спортивная инфраструктура. Например, в ландшафтном парке «Южное Бутово» можно теперь позаниматься на силовых тренажёрах. «Будьте активнее, — добавляет **Лидия Козарезова**. — Если хотите вести здоровый образ жизни — вы всегда найдёте и место, и время, и силы».

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

# В ЮЗАО состоялась первая в этом году «Зарница»

В своеобразный полигон, на котором надо было проявить свои знания и умения в ратных науках, на один день превратился парк «Усадьба Воронцово».

Команды, состоящие из школьников и студентов, успешно преодолели полосу препятствий, оказали помощь «условно раненому», отыскали и обезвредили мину (учебную, конечно), а также показали замечательные результаты в сборкеразборке автомата Калашникова и стрельбе из пневматического оружия.



Об особенностях игры рассказал глава муниципального округа Обручевский Сергей Андреев. «Наша основная цель, – утвержда-

ет он, – научить наших ребят грамотно и эффективно действовать в команде. Это поможет им не только в армии, но и в жизни вообще».



– Нужное дело, – считает руководитель ВПО «Пламя» Владимир Маслов, – во всех командах я видел грамотных и умелых парней. Что

меня особенно удивило: наряду с ребятами этапы отважно проходили и девушки. Надеемся, что подобного рода тренинги с элементами игры пройдут и в других районах ЮЗАО.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



Военно-спортивный праздник на минувшей неделе состоялся и на дворовой площадке по адресу: Севастопольский просп., д. 19, корп. 2. По словам его организаторов – СДЦ «Юго-Запад», он прошёл в рамках окружной программы по патриотическому воспитанию молодёжи.

**НАШ ГОРОД**№ 9 (387) 15 - 21 марта 2021

# Москва продолжает выздоравливать

#### Однако нам надо быть готовыми к любому развитию событий

▶ Ситуация с распространением коронавируса в столице продолжает стабильно улучшаться. Количество новых случаев заражения по сравнению с пиковыми показателями в ноябре и декабре снизилось почти в 7 раз. А 9 марта в городе зафиксировано рекордно низкое число заболевших с конца сентября.

# Готовность номер один

Одновременно, по данным столичного оперштаба, количество москвичей, которым нужна госпитализация (а значит, они переносят заболевание в тяжёлой форме), также стабильно снижается. По словам заместителя мэра по вопросам социального развития Анастасии Раковой, положительной динамики удалось добиться благодаря тому, что Москва должным образом подготовилась ко второй ковидной волне. «Были развёрнуты резервные госпитали для больных, готовы врачи, лекарства, тесты, отработаны технологии по выявлению и лечению коронавируса. Все эти меры также позволили большинству столичных стационаров оказывать в полном объёме плановую медицинскую помощь другим пациентам, которые не болели коронавирусом. Впрочем, хорошая статистика не должна нас расхолаживать, мы не исключаем нового подъёма заболеваемости инфекцией, и нужно быть



готовыми к любому сценарию развития событий. Поэтому всю созданную временную коечную мощность, которая уже показала свою эффективность, мы точно оставим до конца 2021 года, даже если у нас не будет ни одного ковидного больного», — подчеркнула вице-мэр.

#### Шаг навстречу безопасности

В городе продолжается массовая вакцинация от COVID-19.

Сделать прививку каждый москвич может легко и быстро: либо в одном из 100 пунктов вакцинации на базе городских поликлиник, либо по дороге на работу (с работы) в торговом центре. Бесплатные прививки делают и в частных клиниках. На сегодняшний день в Москве вакцинировано уже более 700 тыс. человек. Ежедневно процедуру проходят от 10 до 15 тыс. горожан в зависимости от дня недели. Причём временные пункты пользуются у москвичей гораздо большей популярностью, чем амбулаторные, 10 марта

выездные бригады начали работать ещё в 2 торговых центрах - «Круг» и «Тройка». Напомним: всего в городе сейчас работают 9 мобильных пунктов – в ГУМе, на ВДНХ, в театре «Геликон-опера», фудмолле «Депо», во флагманском офисе «Мои документы» ЦАО и торговых центрах «Гагаринский», «Ривьера», «РИО Ленинский» и «Дубровка». Вакцинация там проводится бесплатно и без предварительной записи. При себе необходимо иметь только паспорт. Подробный график работы выездных бригад опубликован на mos.ru.



Вице-мэр Анастасия Ракова:

«Задача горо-

да – дать возможность каждому москвичу бесплатно обезопасить себя от коронавируса. Причём так, чтобы сделать это было просто и удобно, а времени тратилось минимум. Москва с этой задачей справилась. В городе нет недостатка как в препарате, так и в пунктах вакцинации. Москвичи получают одну из лучших вакцин в мире - «Спутник V». Она стала второй в мире по числу одобривших её стран, обогнав Pfizer.

- Стабилизация эпидситуации в нашем городе возрождает рынок труда. По данным столичного профильного департамента, по сравнению с прошлым годом уровень безработицы сейчас снизился в 2,5 раза и составляет всего 0,8–0,9%.
- ▶ Более 10 тыс. пациентов московских стационаров с диагнозом COVID-19 получили иммунную плазму крови с апреля прошлого года. При помощи переливания крови с антителами вылечивали пациентов со средней и тяжёлой формой заболевания.

#### Нужно продолжать носить маски

- Маска должна полностью закрывать рот и нос, примыкать плотно без щелей между лицом и краями маски.
- Нельзя трогать маску, когда вы её носите.





 Одноразовую медицинскую маску нельзя использовать несколько раз.
 Выбрасывайте её в мусорное ведро после каждого использования, а не складывайте в карман.



 Когда маска станет грязной или влажной, её нужно поменять.

• Снимайте её за резинку (или другое крепление), нельзя трогать переднюю часть



ИНФОГРАФИКА МАРИИ КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

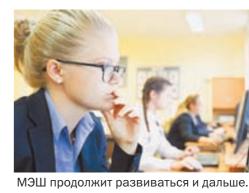
#### Пандемия знаниям не помеха

▶ Московская система образования справилась с вызовами 2020 года. Об этом сообщил мэр столицы Сергей Собянин по итогам заседания президиума городского правительства.

Несмотря на пандемию, результаты ЕГЭ показали высокий уровень знаний и конкурентоспособности московских выпускников. Так, например, по итогам 2020 года 38,8% московских выпускников школ набрали 220 и более баллов по трём пред-

метам. Таким результатам способствовало, в частности, то обстоятельство, что в городе в последние годы активно развивался проект «Московская электронная школа». Именно МЭШ во многом позволила плав-

но, в течение всего одной недели, перевести обучение 1,5 млн столичных школьников в дистанционный формат и обеспечить необходимый уровень их образования. Сейчас в системе «МЭШ»



размещено свыше 53 тыс. электронных сценариев уроков, 1,7 тыс. электронных учебных пособий, 348 учебников издательств, 245 произведений художественной литературы, 10 уни-

кальных виртуальных лабораторий, свыше 470 тыс. единиц атомарного контента, 65 тыс. тестовых заданий и более 136 тыс. интерактивных образовательных приложений.

#### Началась проходка последних участков БКЛ

Замкнуть новое кольцо подземки планируется уже в этом году



Строительство метрополитена в Москве ведётся быстрыми темпами. С 2011 года ввели в эксплуатацию 305 километров линий, 148 станций, три дополнительных вестибюля метро, МЦК и МЦД. Таким образом, карта столичной подземки за 10 лет выросла почти вдвое. Работа не прекратилась и в пандемию. В 2020 году открыли движение по второму участку Некрасовской линии и примыкающему к нему участку БКЛ с шестью станциями от «Косино» до «Лефортово». До конца года в столице планируется открыть 11 новых станций, которые станут частью Большой кольцевой линии (БКЛ).

На восточном участке Большой кольцевой линии метро началось строительство перегона между станциями «Нагатинский Затон» и «Кленовый бульвар». Десятиметровый щит «Лилия» сразу сделает двухпутный тоннель - это значительно сократит и время работ, и их стоимость.

«Мы запускаем щит от «Нагатинского Затона», это один из последних щитов. Всего их осталось четыре, оставшиеся запустим в апреле, мае и июне. И на этом, собственно, будет заканчиваться проходка всей Большой кольцевой линии московского метро, самой про-

В Москве продолжает-

ся строительство новых

тяжённой в мире. До конца года оставшиеся тоннели также будут построены. Ну а дальше будет создание и завершение строительства самих станций, путевого хозяйства, устройство путевых, электрических. инженерных коммуникаций и так далее. Так что проект двигается, и нет сомнений, что он будет успешно завершён», - отметил **мэр столи**цы Сергей Собянин перед началом торжественной церемонии.

Ожидается, что восточный участок БКЛ улучшит транспортное обслуживание свыше 450 тыс. москвичей. Новое метро также снизит нагрузку на центральные

участки Замоскворецкой, Люблинско-Дмитровской иТаганско-Краснопресненской линий, сократит интенсивность движения автотранспорта и улучшит экологическую ситуацию. После окончания строительства все высвободившиеся проходческие комплексы будут направлены для строительства новых радиальных линий подземки. В настоящее время в резерве находятся уже четыре щита, которые уже построили перегонные тоннели на юго-западном («Давыдково» – площадка № 6), южном («Зюзино» – «Воронцовская») и восточном («Кленовый бульвар» - площадка № 2) участках.

Кстати, на минувшей неделе градоначальник осмотрел работы по строительству последнего участка Солнцевской линии метро, которая дойдёт до «Внуково». Новый участок не только упростит москвичам дорогу до одного из самых популярных столичных аэропортов, но и значительно улучшит транспортную инфраструктуру в Новой Москве. На поездку в центр города из аэропорта «Внуково» и поселений Новомосковского административного округа москвичи будут тратить на 15-20 минут меньше, чем сейчас.

ДЕНИС ИЛЬИЧЁВ

#### Упрощён порядок получения субсидий

Для оформления выплат представителям малого и среднего бизнеса теперь потребуется в два раза меньше документов, а доработать заявку можно будет в течение 10 дней. Об этом мэр столицы Сергей Собянин написал в своём аккаунте в социальной сети Твиттер. Воспользоваться новой системой могут гостиницы, организации в сфере детского образования, досуга и спорта, социальные предприятия, резиденты технопарков, участники Московского инновационного кластера (МИК) в сфере обрабатывающей промышленности, науки, информации и связи, участники межотраслевых кластеров МИК в сфере креативных индустрий, а также франчайзи (компании, работающие по договору коммерческой концессии).

#### Выполняем все социальные обязательства

Москва выдержала удар, нанесённый коронавирусом, благодаря большому запасу прочности, созданному в предыдущие годы, и грамотным мерам поддержки в период пандемии. Так считают аналитики международной аудиторско-консалтинговой компании Ernst & Young. По их мнению, инструментарий, предложенный столичным правительством для поддержки бизнеса в период ограничительных мер, выделяет Москву не только среди субъектов РФ, но и среди ряда крупнейших мировых мегаполисов. Столица не только продолжает выполнять все социальные обязательства перед москвичами, но и строит жильё, социальные объекты, метро, дороги и другую инфраструктуру, улучшающую жизнь горожан.

#### Новые дороги сэкономят время миллионов

Строительство хордовых магистралей в Москве завершат в 2023 году. Как рассказал на своей странице в соцсети ВКонтакте мэр города Сергей Собянин, это крупнейший городской проект наравне с реновацией, программой «Мой район», а также модернизацией столичных поликлиник. В составе хордового кольца будут построены эстакалы, тоннели и мосты, Горол получит, по сути, новую дорожную сеть протяжённостью 133 километра. Новые дороги и развязки сэкономят время в пути для миллионов москвичей. Северо-Западная хорда уже полностью открыта для автомобилистов, Южная рокада, часть которой проходит по ЮЗАО, завершена более чем наполовину, полным ходом идут работы на эстакадах на развязках Юго-Восточной хорды.

#### Комфорт шаговой доступности

школ и детсадов, а также благоустройство прилегающих к ним территорий. По словам главы профильного департамента Рафика Загрутдинова, до конца года в городе будет введено в эксплуатацию сразу 15 объектов образования. Уникальные учебные заведения откроются в этом году и в ЮЗАО. На ул. Брусилова, л. 29. корп. 1. завершается возвеление блока начальных классов (БКЛ) для школы № 2109. Он был специально спроектирован и построен так, что его очень легко можно трансформировать в детский сад. Мобильная концепция также позволяет организовать внутри БКЛ помещения, которые будут обслуживать не только потребности школы (детсада) но микрорайона в целом



Благоустройство двора нового корпуса школы № 2007 начнётся этой весной.

Все изменения в городе по программе «Мой район» проводят с учётом мнения москвичей. Выразить его можно в голосованиях проекта «Активный гражданин». Его участники решают вопросы любого масштаба от высадки цветов во дворе до названий станций метро.

(например, библиотеки, мультимедийного центра или выставочного зала). Более чем на 70% готов и новый учебный корпус

для школы № 2007 (ул. Горчакова, д. 9, корп. 1) здесь завершается монтаж внутренних стен и перегородок, ведётся устройство

систем. После ввода здания в распоряжении учеников окажутся не только новые классы, но и актовый зал с артистическими комнатами, спортивное ядро с футбольным полем, площадкой для гимнастики и беговой дорожкой, а также площадки для тихого отдыха горожан. Фактически в Южном Бутове будет создана дополнительная инфраструктура, позволяющая и получать знания, и заниматься спортом, и отдыхать в шаговой доступности от дома. Таким образом, будет реализована одна из главных составляющих программы «Мой район»: неважно, в какой части Москвы живёт человек, - при выходе из дома он должен чувствовать себя комфортно, чувствовать себя частью современного и динамично развивающегося мегаполиса.

внутренних инженерных

МАКСИМ ИВИН

**ЗДРАВООХРАНЕНИЕ**3A КАЛУЖСКОЙ ЗАСТАВОЙ
№ 9 (387) 15 - 21 марта 2021

# Вдохнуть жизнь полной грудью

#### Как вернуть хорошее самочувствие после коронавируса



Врачи советуют выздоровевшим чаще бывать на свежем воздухе. В округе можно, к примеру, прогуляться до Воронцовского пруда.

► Коронавирус продолжает отступать от столицы, но его последствия многие из нас переживают до сих пор. Как можно быстро восстановиться после этой коварной болезни? С этим вопросом мы обратились к главному врачу поликлиники № 121 Андрею Тяжельникову.



По его словам, реабилитация после перенесённой коронавирусной инфекции необхо-

дима. Однако при этом обязательно следует учитывать то, что у разных людей COVID-19 протекает с разной степенью тяжести. «Конкретный перечень восстановительных мероприятий зависит от возраста, наличия хронических заболеваний и других факторов. Поэтому кому-то требуется длительный период реабилитации в стационаре, другим – амбулаторно под наблюдением соответствующих специалистов. А людям, перенёсшим заболевание лёгкой и средней тяжести. лучше восстанавливаться на дому», – отмечает Тяжельников

# Предотвратить постковид

Об отложенных осложнениях COVID-19 пока мало известно, хотя уже начинают употребляться такие термины, как постковидный синдром и лонгковид. Сейчас доста-

точно точно можно говорить об основной группе симптомов, на которые жалуются пациенты после перенесённого заболевания и которые нельзя оставлять без должного внимания. Это слабость и одышка, депрессивное состояние, беспокойство. Многие отмечают выпадение волос и другие последствия. В любом случае главные задачи реабилитационных мероприятий - восстановление функции дыхания и физической активности, борьба со стрессом, нормализация сна, восстановление иммунной системы, профилактика вирусных заболеваний.

# Гуляйте и дышите

В рекомендациях Минздрава РФ к элементам реабилитации относятся хорошо известные лечебная и дыхательная гимнастики, массаж, психотерапия, диетотерапия и физиопроцедуры. Рекомендуется использование элементов дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой, лыхательных практик йоги, цигун-терапии, техники мобилизации грудной клетки и рёбер методами мануальной терапии, остеопатии. При необходимости показано санаторное восстановление. Очень важно интенсивность упражнений соизмерять со своим состоянием и начинать с небольших нагрузок, к примеру, с дыхательных упражнений по 10-15 минут

в день (их можно выполнять даже лёжа). Хорошо восстанавливают прогулки на свежем воздухе, особенно в парке или в лесу. Нужно начинать с коротких прогулок от 30 минут и постепенно увеличивать продолжительность.

#### Андрей Тяжельников:

«При реабилитации от COVID-19 важно восстановить силы, укрепить организм – и тогда симптомы будут уходить».

# Питайтесь правильно

Большое значение в период восстановления имеет сбалансированное и качественное питание. Меню должно содержать хорошо насыщающие и легкоусвояемые продукты:

- белое мясо
- рыбу
- бульоны
- сливочное и растительные масла
- овощи
- фрукты
- морсы из ягод с большим содержанием природных витаминов.

Очень важно пропить курс препаратов для восстановления флоры кишечника, если применялось лечение антибиотиками. Обычно их назначает врач.

# Советуйтесь с врачом

Для снятия стресса, беспокойства, нарушения сна можно использовать хорошо зарекомендовавшие себя средства на основе лекарственных растений: валериану, пион, пустырник, мяту. Дозировку нужно выбирать в зависимости от степени нарушений, посоветовавшись с врачом. Также необходимо регулярно контролировать давление, измеряя его утром и вечером, уровень кислорода в крови. Людям с нарушением толерантности к глюкозе - измерять уровень сахара в крови. Если длительное время организм не приходит в норму, необходимо обратиться за консультацией к врачу, который подберёт индивидуальный курс дополнительных реабилитационных мероприятий.

МАРИНА КЛЮЕВА

#### Базовые упражнения гимнастики Стрельниковой

#### ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ

Концентрируйтесь на вдохе через нос – вдох должен быть резким, коротким, шумным («шмыгаем носом»), а выдох через рот, тихий, пассивный.

Занятия рекомендуется проводить утром и вечером, постепенно наращивая количество упражнений и число повторений.

В идеале выполняется 4 серии по 8 движений с несколькими секундами перерыва между сериями, т.е. одно упражнение в итоге – 32 повтора.

#### 10501111111111



На выдохе подтягиваем руки со сжатыми кулаками к поясу. Вдох – резко опускаем руки вниз

#### **ЛАДОШКИ**

# выдох вдох

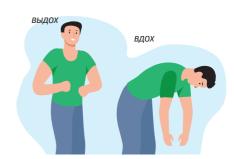
Сжимаем кулаки на каждом выдохе. Вдох – ладони раскрыты.

#### ОБНИМИ ПЛЕЧИ (КУЧЕР)



Перекрещиваем руки на уровне груди. Вдох – руки скрещены, грудная клетка сжимается. Выдох – руки в стороны.

#### HACOC



Похоже на «погончики», только выполняется с небольшим наклоном корпуса вперёд. Вдох – наклон, выдох – выпрямляемся.

#### ВНИМАНИЕ!

Проконсультируйтесь с врачом. Гимнастика

- высоком артериальном давлении;
- высокой степени близорукости;
- перенесённом инфаркте;
- глаукоме.

ИСТОЧНИК: STRELNIKOVA.R НФОГРАФИКА МАРИИ КЛЕМЕНТЬЕВОІ

## буду помнить всё, ты так и знай

Клиники памяти помогают сохранить ясный ум в пожилом возрасте



Затрудняетесь подобрать нужное слово в разговоре? Забыли, куда положили очки или ключи? У вас часто пригорают кастрюли на плите? Эти и другие тревожные звоночки могут указывать на начальные нарушения памяти, внимания и мышления. Решить такие проблемы помогают в специально созданных лечебных **УЧРЕЖДЕНИЯХ ПРИ СТОЛИЧНЫХ** психоневрологических диспансерах.

По словам медиков, синдром мягкого когнитивного нарушения (так это называется по-научному) поддаётся коррекции, поскольку это состояние находится между естественными возрастными изменениями и такой серьёзной болезнью, как деменция. «Мы помогаем людям старше



60 лет, прописанным в Москве, рассказывает заведующая Клиникой памяти

при психоневрологическом диспансере № 21 Светлана Кондакова. - Сначала проводим тестирование (определя-

Упражнение для улуч-

взаимодействия

Левой рукой дотроньтесь

до кончика носа, а правой

те упражнение регулярно.

шения межполушарного

рукой – до противоположного

уха. Одновременно отпустите

ухо и нос. Хлопните в ладоши.

Поменяйте положение рук с точ-

ностью до наоборот. Выполняй-

улучшить память и внимание? Психологи советуют обязательно гулять, как минимум полчаса в день, в зависимости от самочувствия. Выбирайте разные маршруты – если обычно вы ходите в магазин или поликлинику по одной и той же дороге, попробуйте пройти через соседние дворы. Благодаря этому будут построены новые нейронные связи в мозге. ем степень снижения памяти. Работа с эмо-

Что можно сделать самостоятельно, чтобы

физические возможности человека), после чего формируем группы по 50 человек. Длительность цикла - 6 недель. За это время пациенты получают программу реабилитации, в которую помимо лекарственной терапии и занятий физкультурой входят когнитивные тренинги.

Когнитивный – означает познавательный. – объясняет медицинский психолог Мария Серегина. - Мы

проводим тренинги памяти, мышления и внимания (восприятия), то есть наших познавательных психических процессов. Отдельно занимаемся арт-терапией - тренингом эмоций.







циями повышает качество жизни. - добавляет медицинский психолог Светлана Туменко. - Используя разные ма-

териалы – пластилин, краски, карандаши, цветную бумагу, - мы можем даже корректировать настроение. С помошью специальной техники помогаем пережить какие-то трагические моменты и снова почувствовать интерес к жизни. При этом крайне важно. чтобы эта мотивация поддерживалась и по возвращении домой, то есть не зависела от внешних поддерживающих факторов.

Ухудшение внимания сегодня - очень распространённая проблема, и она, кстати, не всегла зависит от нашего возраста. Мы испытываем чрезмерную сенсорную нагрузку и не справляемся с ней, не можем воспринять всю поступающую информацию, вовремя переключиться. В этой связи очень полезны различные методики релаксации, позволяющие погрузиться в себя.

 Попробуйте отключить все телефоны, сесть и спокойно

#### Что нужно делать, чтобы тренировать память

- Решайте кроссворды и сканворды.
- Разгадывайте головоломки.
- Запоминайте наизусть стихи.
- Открывайте для себя новую информацию.
- Изучайте иностранные языки.
- Пробуйте рисовать, писать левой и правой рукой.

Пересказывайте сюжеты фильмов и книг.

порисовать. Эффект сравним с медитацией, - говорит Мария Серегина. – Так вы даёте мозгу возможность немного «полениться», чтобы потом он мог эффективно перерабатывать информацию. По завершении реабилитации

снова оцениваются когнитивные функции пациентов. Улучшение памяти – процесс непрерывный, поэтому пациенты получают методичку с упражнениями.

– Среди наших пациентов очень много одиноких, – отмечает Светлана Юрьевна. - Они понимают, что ухаживать за ними некому, поэтому стараются как можно дольше оставаться активными. Знаете, за время лечения в клинике пожилые люди буквально преображаются на глазах: женщины начинают прихорашиваться, нарядно одеваться, краситься. Одна из групп дружит до сих пор, активно общается в WhatsApp. Они встречаются в кафе, летом ездят друг к другу в гости на дачи. А новый курс хотят пройти только все вместе.



Анна Сенаторова, врачпсихотерапевт: «С возрастом у людей меняется

характер, часто возникают апатия и депрессия. Поэтому одна из наших основных задач – мотивировать пациента изменить отношение к себе. Помню, к нам пришла женщина 83 лет. Она была настроена очень скептически. Считала, что жлать уже нечего. А после программы сказала: «Я так удивлена! У меня действительно меняется жизнь». И это на девятом десятке!»

МАРИНА КЛЮЕВА

Контактный телефон Клиники памяти при ПНД № 21: +7 (495) 530-34-44. Занятия бесплатные, проходят раз в неделю.

#### ФАКТЫ

- В марте и апреле московские больницы получат первые партии лекарств для лечения онкологии, которые начали производить на новом столичном фармацевтическом заводе. Об этом сообщил мэр Москвы Сергей Собянин на своём персональном сайте. До конца 2027 года компания-инвестор по специальным офсеточным контрактам поставит городу порядка 40 лекарственных препаратов. Частные инвестиции в проект составят 3 млрд руб. «Если бы эту продукцию город закупал на рынке, то пришлось бы потратить примерно на 20% больше. Благодаря офсетам мы рассчитываем создать в Москве ещё несколько крупных производств в сфере транспортного машиностроения, выпуска коммунальной техники и оборудования для сектора IT. Эта продукция будет нужна городу всегда, её выгодно производить дома и покупать по твёрдым ценам», - отметил мэр.
- **▶** Снимки КТ и МРТ, а также рентген, маммография и флюорография теперь доступны жителям столицы в электронной медкарте на портале mos.ru и в мобильном приложении «ЕМИАС.ИНФО». По словам вице-мэра Анастасии Раковой, новшество позволит москвичам не ходить за ними лишний раз в поликлинику, а всегда иметь в онлайн-формате.
- ▶ Хирурги больницы им. Виноградова провели сложнейшую операцию всего за полчаса. Специалисты из ЮЗАО спасли женщину, у которой грыжа протёрла кожу живота. Пациентка терпела боль 20 лет, сейчас её уже выписали.

#### ЦИФРА



лобровольнев Москвы присоединились к акции «Помощники вакцинации». Волонтёры (в основном это студенты медвузов) работают в 11 мобильных прививочных пунктах: они создают позитивную атмосферу на площадках и помогают москвичам справиться с волнением перед уколом.

**8** ТЕРРИТОРИЯ ЖИЗНИ 

№ 9 (387) 15 - 21 марта 2021

# Колледж МЧС набирает курс

В нашем округе успешно возрождаются классические традиции XIX века



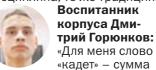
• Второй Московский кадетский корпус был основан в далёком 1849 году. В 1918-м он по понятным причинам закрылся и возродился почти через 100 лет, в 1999-м, уже под эгидой МЧС. Менялись адреса, но неизменным оставалось особое качество образования, которое можно получить только здесь. Ныне кадетский корпус, являющийся структурным подразделением Технического пожарно-спасательного колледжа им. Героя России В. М. Максимчука, находится в районе Зюзино, на Симфе-



ропольском бул., д. 20. Об особенностях учреждения рассказал его руководитель, Кстати, пожарно-спасательный колледж в прошлом году вошёл в топ-100 лучших организаций среднего профессионального образования России (WorldSkills Russia), а Второй кадетский – в топ-170 лучших школ Москвы. Кадеты из Зюзина не первый год занимают первые места на всероссийских финалах чемпионатов WorldSkills и JuniorSkills.

полковник Игорь Чернега: «В корпус сейчас принимают учащихся с 5-го класса, для которых действует традиционная система дневного обучения с 8.00 до 18.00. Однако помимо общеобразовательных дисциплин они занимаются пожарноприкладным спортом, стрельбой, а также вокалом и бальными танцами». На одном таком занятии мы побывали. Кадеты разучивали полонез, торжественный выход, с которого начинается бал. Вела занятия солистка знаменитого ансамбля «Берёзка» Александра Удалова. Среди гарцующих кадетов я приметил девочек. Оказывается, среди 319 нынешних воспитанников 46 – представительницы «слабой» половины человечества. Представьте, они тоже мечтают стать спасателями. Характерно, что обучение девочек практически не отличается от мальчишечьего:

те же воинские ритуалы, та же дисциплина, те же традиции.



положительных качеств. Мечтал сюда поступить с первого класса и ни разу не пожалел. Мы здесь не только учимся, но также занимаемся в кружках и секциях, всесторонне развиваемся. И ещё у нас особое братство. Мы все друг другу помогаем в учёбе и прочих делах. Кадетское братство — это на всю жизнь».

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

Интересно? Тогда приходите 27 марта в 11.00 на день открытых дверей. Регистрация участников с 10.30. Ещё одно такое мероприятие состоится 17 апреля.

#### ФАКТЫ

- Преподаватель центра дополнительного образования «Исток» Наиля Биктимирова стала лауреатом конкурса на звание лучшего педагогического работника в номинации «Золотое слово педагога».
- Институт Пушкина провёл очередную литературную гостиную цикла «Слово и космос». На сей раз лингвисты обсудили с находящимся на орбите командиром МКС Сергеем Рыжиковым лирику Бориса Пастернака.
- ► Специалисты окружного МЧС продезинфицировали библиотеку № 180. Особым раствором они обработали книги, а также столы, стулья и другие поверхности, с которыми соприкасаются посетители.
- Р После смягчения ковидных ограничений ГБУ ЮЗАО организовали первые мероприятия. В библиотеке № 190 состоялся концерт центра авторской песни «ЛЯ», а в ЦСД «Атлант» мастер-классы для детей.
- Мероприятия для жителей начала проводить и галерея «Беляево» (ул. Профсоюзная, д. 100). К Международному женскому дню здесь прошёл мастер-класс по созданию букетов, а на Масленицу лекция.
- ► Педагог дошкольного отделения школы № 1980 Елизавета Довженко стала победителем конкурса «Новый учитель музыки XXI века». В качестве приза она пройдёт курсы повышения квалификации в МПГУ.

#### Участники «Московского долголетия» рушат стереотипы

• Этот уникальный проект объединяет талантливых и активных людей, которые своим примером разрушают стереотипы о возрасте и вдохновляют на созидание и добро. Вот, например, жительница ЮЗАО Любовь Астахова является не только активной участницей проекта, но и волонтёром.

Её жизнь – пример того, что в старшем возрасте можно и нужно продолжать активную деятельность, находить увлечения, получать новые навыки и знания. В рамках «Московского долголетия» Любовь Леонидовна посещает занятия по танцам, также любит прикладное творчество – скрапбукинг, декупаж, квиллинг, батик. А ещё в «Серебряном университете» изучает английский язык, посещает лекции по истории искусств и осваивает навыки ландшафтного дизайнера.

До выхода на пенсию она раб

тала психологом в Горолско

психолого-педагогическом

центре «Южное Бутово», являлась членом окружной бригады экстренной психологической помощи при Департаменте образования. Даже после окончания трудовой деятельности Любовь Астахова продолжает

помогать людям. Сейчас она волонтёр при храме святого благоверного великого князя Дмитрия Донского, где занимается просветитель-

Любовь Астахова и верховой

ездой занимается.

развития детей, их воспитания и обучения. До пандемии же она вела встречи клуба «Психологическая закалка» с людьми старшего поколения в районе Северное Бутово. Кроме того, постоянно участвует в акциях по поддержке людей, оказавшихся в трудных жизненных условиях. Например, в праздники она собственноручно делает подарки для пациентов хосписа в Бутове и детей-инвалидов в школе-

ской работой с родителями

по вопросам психологического



ЛЮБОВЬ АСТАХОВА:

«Моя первая специальность — инженер-электронщик, но у меня всегда был интерес к профессии психолога. С юности я интересовалась характерами людей, их индивидуальными особенностями, могла спокойно выслушать близких и старалась как-то помочь им. Получив образование и став практикующим психологом, я поняла, что могу воплощать мои стремления и мечты в жизнь, — я помогаю людям, и это для меня главное».

Сейчас занятия в рамках проекта «Московское долголетие» проходят в онлайнформате. Для удобства и безопасности москвичей старшего поколения у них есть возможность записаться в проект в дистанционном формате по телефонам территориальных центров социального обслуживания столицы или на сайте www.mos.ru/age.

#### ЦИФРА

#### 55 режиссёров

из 55 стран представили свои работы на международном кинофестивале «KinoDUEL», который прошёл на площадках детского технопарка «Наукоград». После его завершения в МФЮА на ул. Введенского начала работать киношкола для детей и подростков от 10 лет.

#### Школьникам ЮЗАО поможет «Цифровой репетитор»

#### Принять участие в городском проекте можно бесплатно



Проект рассчитан на учеников 6-8-х классов, семьи которых по какой-либо причине оказались в трудной жизненной ситуации и не имеют возможности самостоятельно нанять репетитора. Высокопрофессиональные педагоги проводят

со школьниками индивидуальные онлайнзанятия. Они помогают ребёнку подтянуть знания по русскому языку, математике (алгебре и геометрии). химии. физике или английскому языку.

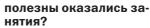
По словам одного из разработчиков «Цифрового

репетитора», директора Городского методического центра столичного Департамента образования, депутата Совета депутатов Северного Бутова Андрея Зинина, проект продлится до 31 мая. Участие в нём абсолютно бесплатно. Выбрать можно до двух предметов, по каждому

«Цифровой репетитор» помогает ребёнку восполнить пробелы в знаниях, рассказывает просто о сложном, отвечает на вопросы и даёт индивидуальные рекомендации.

проводится два урока в неделю. Уроки с использованием видеоконференц-связи «МЭШ» проходят в мини-группах от 3 до 5 человек. Если у ребёнка нет доступа к интернету, технические возможности обеспечивает школа. Также ученик может подключиться к занятию из школьного класса, кабинета инфор-

матики или библиотеки. – Как же понять, насколько



Объективной оценкой является повышение успеваемости по предмету, – говорит Андрей Зинин. - Обратите внимание и на то, со-

кратилось ли время подготовки к занятиям, появилось ли у ребёнка желание изучить предмет на углублённом уровне. Помимо получения предметных знаний v него должен сформироваться интерес к самому процессу освоения нового. Другой важный критерий эффективности способность ученика работать самостоятельно. На мой взгляд, важно формировать у ребёнка ответственность, поэтому занятия в рамках проекта не требуют участия родителей. Впрочем, если с их стороны будет интерес к ходу проведения уроков, никаких сложностей с этим не возникнет.

МАРИНА КЛЮЕВА

школьников участвуют в проекте в настоящий момент. Если он будет признан успешным, их число увеличится.

#### КАК ЗАПИСАТЬСЯ к онлайн-РЕПЕТИТОРУ

Для этого не требуется никакой дополнительной регистрации. Необходимо только нажать на специальную кнопку проекта в электронном дневнике «Московской электронной школы» («МЭШ»). Она доступна всем ученикам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, из 80 пилотных школ «Цифрового репетитора».



#### ГОРОДСКАЯ ПРОГРАММА СТРАХОВАНИЯ ЖИЛЬЯ









ЗАЩИТА ОТ: ПОЖАРА ЗАЛИВА

#### Уважаемые москвичи!

С декабря 2020 года в Едином Платежном Дохументе за услуги ЖКХ исключена строка «Добровольное страхование».

Теперь договор страхования можно заключить напрямую со страховой компанией. С заботой о вас, АО «АльфаСтрахование» предлагает защиту квартиры на прежних льготных условиях.

Сегодня страховой услугой пользуются уже более двух миллионов московских семей. Уверены, что и вы сделаете правильный выбор, который позволит избежать возможных незапланированных расходов и сохранить привычный уют родного дома.

#### Как рассчитать стоимость страховки?



Страховой взнос за год (12 месяцев) 27,60 руб. за 1 м.2.



Максимальная сумма возмещения 44 000 руб. за 1 м.2.



Пример расчета:

57 м.2 \* 27,60 руб. = 1573,20 руб. платеж за год. 57 м.2 \*44 000 руб. = 2 508 000 руб. сумма максимальной выплаты.

#### На какой срок будет застрахована квартира?

Страховка начинает действовать после оплаты, с первого числа следующего месяца. Например, при оплате страховки в марте, квартира будет застрахована с 1 апреля по 31 марта следующего года.

#### Для заключения договора ехать в офис страховой компании не нужно

Оплатить годовой взнос можно по квитанции или на сайте «АльфаСтрахование»: www.alfastrah.ru в разделе «Жилье», страница «Муниципальное страхование».

#### При наступлении страхового случая

- Заявите в аварийные службы.
- Сообщите о происшествии в страховую компанию.
- Представитель страховой компании приедет к Вам для оценки ущерба. Ехать в страховую компанию не обязательно.

Реклама 18+

**10** СРЕДА ОБИТАНИЯ 
3A КАЛУЖСКОЙ ЗАСТАВОЙ № 9 (387) 15 - 21 марта 2021

# Где найти самого верного друга

В приюте на улице Брусилова более 1600 собак ждут хозяев



Собачьему приюту на улице Брусилова, д. 32, стр. 1-5, в этом году исполняется 10 лет. Как рассказал заместитель директора управляющего приютом ГБУ «Автомобильные дороги ЮЗАО» Андрей Потопалов, в нём работают все необходимые животным специалисты, в том числе кинологи, ветеринарные врачи и фельдшеры. Особая категория - волонтёры, которые на добровольных началах занимаются пристройством собак в семьи.

# СОБАЧИЙ ПРАЗДНИК

Мы попали на маленькое торжество: в свой новый дом отправлялась Наоми. Её новая семья

Узнать подробнее о работе волонтёров и виртуально познакомиться с собаками, которые ищут свой дом, можно на сайтах sobaka-uzao.ru, podberi-sobaku.ru, msk.vozmi-sobaky.ru или приютщербинка.рф. Кстати, на mos.ru работает первый в России городской централизованный сервис для поиска потерявшихся домашних животных. Он находится в разделе «Услуги» категории «Животные и окружающий мир».

увидела изображение этого «двортерьера» на волонтёрском сайте и сразу же решила взять его к себе. Это уже восьмидесятое счастливое пристройство четвероногого подопечного в личной истории волонтёра Ларисы Кушниковой. «Кстати, у Наоми есть сестрёнка Клаудиа, которая теперь живёт в Бельгии, — рассказывает Лариса. — Мы её отправили неделю назад,

у неё там всё хорошо».

СПАСИБО

и, судя по присланным фоткам,

#### СПАСИБО ВОЛОНТЁРАМ

Быть добровольным помощником в собачьем приюте – особая миссия. Если говорить о Ларисе. её история волонтёрства началась шесть лет назад. «Я тогда жила неподалёку, - вспоминает она, - и решила, что у меня достаточно устойчивое финансовое положение, чтобы помогать бездомным собакам. В первый раз приехала сюда с лечебным кормом и обомлела. Даже не ожилала, что в приюте так много собак». Оказалось, четвероногих нужно не только подкармливать, но и выгуливать – иначе они совсем отвыкнут от общения с людьми и одичают в клетках. Так москвичка начала ездить на улицу Брусилова и втянулась. А потом вместе с единомышленниками организовала благотворительный фонд и теперь регулярно устраивает акции по пристройству животных.

#### ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ



Андрей Потопалов утверждает, что благодаря волонтёрам ежегодно обретают свой

новый дом около 200 собак из приюта. В том числе те, для кого и не надеялись его найти. Рассказывает Лариса Кушникова: «У нас в приюте жил пёс Санчо. Очень долго жил, ему уже 13 лет было. Шансы попасть в семью у таких близки к нулю, но мы всё равно верили в его счастье. Так случилось, что Санчо порвал себе на лапе связку. Собрали деньги в соцсетях на операцию. И что вы думаете: пока шёл сбор, для Санчо нашлась хозяйка. Эта невероятная женщина сказала: «Это не Санчо, а Санечка! Я именно такого ждала всю жизнь». Она забрала его домой, выходила. Так что чудеса случаются, надо в них только верить!»

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

#### КТО МОЖЕТ СТАТЬ ВОЛОНТЁРОМ

Любой гражданин может в часы работы прийти в приют и оформить пропуск на разовое посещение. Сотрудник проведёт его по территории, покажет вольеры, животных, только сейчас обязательно соблюдение масочно-перчаточного режима. Если человек по прошествии какого-то времени поймёт, что он готов помогать регулярно. то заполнит анкету и получит постоянный пропуск.

#### КАК ВЗЯТЬ СОБАКУ ИЗ ПРИЮТА

Если вы решили завести дома четвероногого друга, но не знаете, кого именно, сотрудники приюта помогут вам определиться. В ходе разговора специалисты также выяснят, в каких условиях собака будет у вас содержаться. Потом вам предложат познакомиться с несколькими животными. Но даже если вы свой выбор сделали, собаку сразу не отдадут – она должна к вам привыкнуть. Договор передачи животного составляется обычно через 2-3 недели.

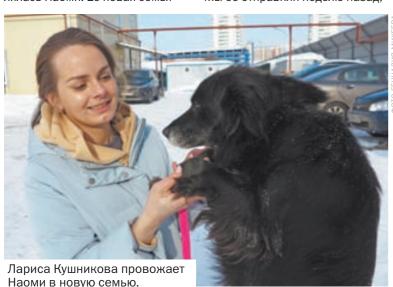
#### ФАКТЫ

- В ЮЗАО начался капитальный ремонт Севастопольского путепровода. Работы пройдут в три этапа. Это позволит сохранить движение транспорта по двум полосам в каждом направлении. Ремонт завершат до конца года.
- С 5 апреля с МКАД на ЦКАД, а также трассы А107 и А108 переведут транзитное движение грузовиков массой более 3,5 тонны. Планируется, что данные изменения приведут к тому, что кольцевая поедет быстрее.
- Столичное правительство рассматривает возможность применить технологию модульного строительства. Монтаж домов из готовых модулей позволит значительно ускорить реализацию программы реновации.
- Мосгосстройнадзор выявил незначительные нарушения технологии строительства амбулаторнополиклинического учреждения на ул. Нагорной, вл. 10/2, вл. 4а. Все замечания уже оперативно устранены.
- ► Наш округ вошёл в тройку лидеров по сбору новогодних деревьев, которые отправят на утилизацию. По итогам акции «Ёлочный круговорот 2021» жители ЮЗАО сдали почти 6000 праздничных елей, пихт и сосен.
- На пересечении ул. Намёткина и Херсонской завершено строительство жилого комплекса. Все его первые этажи выделят под социальнобытовые объекты, магазины и офисы. ЖК возведён за счёт инвестора.

#### ЦИФРА

#### На 400 тонн

сократились выбросы в воздух загрязняющих веществ в 2020 году благодаря развитию столичной электробусной сети. Замена одного дизельного автобуса на электробус позволяет уменьшить выбросы углекислого газа в окружающую среду на 60,7 тонны в год.



#### Путь до метро свободен



Несколько дней не расчищают участок дороги, ведущей от станции метро «Коньково» к отделу социальной защиты населения в нашем доме. Посетители отдела вынуждены пробираться через снежные завалы, чтобы туда попасть. Жителям тоже сложно ходить.

И. Голдак, ул. Профсоюзная, д. 111, корп. 1

#### • Отвечает заместитель главы управы района Коньково Елена Андреева:

- Территорию привели в порядок – снег и наледь с участка убрали. Также сообщаем о том, что в случае возникновения

вопросов у жителей к качеству уборки дворов они могут звонить в приёмную ГБУ «Жилищник района Коньково» на номер +7 (495) 429-75-59. Или же обращаться в Единый диспетчерский центр по тел. +7 (495) 539-53-53.

#### Дорогие читатели!

У «горячей линии» новый телефон и электронный адрес.

Тел.: +7 (495) 646-57-57 E-mail: uzao readers@aif.ru

Присылайте свои вопросы, и мы вместе будем добиваться изменений!

#### «Луна» теперь не упадёт



На площадке у д. 9, корп. 3, по ул. Островитянова установлены круглые светящиеся в темноте качели, по форме напоминающие луну. И дети, и взрослые любят на них присесть. Но сиденья в качелях плохо прикреплены болтами к основанию, из-за чего могут упасть. **И. Кузнецов, ул. Академика Опарина** 

#### ▶ Отвечает директор ГБУ «Жилищник Обручевского района» Диля Аббясова:

- На детской площадке по указанному адресу рабочие отремонтировали крепежи на качелях. В настоящее время аттрак-

Прогулочная зона от д. 6 по ул. Саморы Машела до д. 7 по ул. Островитянова, на территории которой расположены светящиеся круглые качели в форме луны, была благоустроена в 2019 году в рамках программы «Мой район».

Многоуровневое пространство оборудовано лестницами с пандусами. Между улицами Саморы Машела и Островитянова проходит широкая пешеходная тропа, вдоль которой установлены фонари с оригинальной цветной подсветкой и специальными проекторами, которые образуют разноцветные узоры на дорожке. Также в прогулочной зоне разместили скамейки. А во дворе у д. 6 на ул. Саморы Машела разместили детский городок с игровым комплексом в виде корабля, площадку для занятия воркаутом и столы для игры в настольный теннис. В свою очередь, у д. 4, корп. 3, на улице Саморы Машела находится небольшая площадь с фонтаном в форме дерева.

#### Лампы бросят подмигивать жильцам

В приквартирном холле подъезда № 7 примерно раз в месяц перегорает одна из лампочек. Прошу установить в нашем доме качественные лампы, которые бы не подмигивали жильцам спустя пару недель службы. О. Гасилова, ул. Новаторов, д. 36, корп. 3

Отвечает первый заместитель главы управы Обручевского района Оксана Горбачёва:

- В приквартирных и прилифтовых холлах подъезда установлены энергосберегающие лампы марки КЛЛ-11. На момент обследования они находились в исправном состоянии, освещение функционировало в штатном режиме. Тем не менее управляющей компании ГБУ «Жилищник Обручевского района» поручено усилить контроль за техническим состоянием дома. Благодарим жителей за обращение.



#### упени починили



На уличной лестнице, которая ведёт к супермаркету «Перекрёсток» в д. 5, корп. 1, на улице Голубинской повреждены ступени. Подниматься по ним опасно, особенно в гололёд. Т. Игнатов, ул. Голубинская, д. 3, корп. 1

▶ Отвечает директор ГБУ «Жилищник района Ясенево» Валентина Рухмакова:

Уличная лестница отремонтирована, ступени восстановлены. Теперь жители района могут пользоваться лестницей без опаски.

#### Урны вернули на место



На остановке «Техникум», расположенной на ул. Дмитрия Ульянова, рядом с павильоном нет урн. Ожидающие транспорт пассажиры и просто прохожие бросают мусор прямо на землю.

И. Рыбина, ул. Вавилова

▶ Отвечает директор ГБУ «Автомобильные дороги ЮЗАО» Виктор Стеблий:

Нарушения устранены. Урны восстановлены. Приносим извинения жителям за временные неудобства.

<sup>\*</sup> Ответы подготовлены на основании обращений в органы исполнительной власти.

# Аскольд Запашный: «В детстве бились в Воронцовском парке на палках»

Представитель легендарной цирковой династии учился, живёт, работает и любит отдыхать на юго-западе столицы. В общем, наш человек!



#### ЛЁГКОЕ ДЫХАНИЕ ЮЗАО

Вы художественный руководитель одной из главных достопримечательностей нашего округа – Большого Московского цирка на проспекте Вернадского. И квартира у вас тоже в ЮЗАО. Прямо, как говорится, все карты в руки.

 Я искренне люблю свой Ломоносовский район и весь юго-запад столицы, который прекрасен его зелёными уголками. Недавно на подмосковном курорте «Сорочаны» катался на лыжах и понял, насколько здорово дышать чистым воздухом. Так что парки в ЮЗАО дорогого стоят, их надо не только сохранять, но и приумножать. Это лёгкие города. Очень важно и то, что наш округ не такой «пробочный» в сравнении с другими. Здесь очень удобная логистика. Больше всего, признаюсь, не люблю Ленинградку. Часто приходится туда выезжать, и каждый раз осознаёшь, какое это мучение – пробки на дорогах. Несомненный плюс для меня в том, что любимая работа близко. Рядом торговые центры, гле можно посмотреть кино. Перечисляя

все эти достоинства ЮЗАО, наверное, говорю банальности. Но я очень много путешествую, неоднократно посещал все самые крупные столицы мира, мне есть с чем сравнивать. И потому хочу признаться в своей искренней любви и к нашему округу, и к Москве, и к России в целом. Когда меня спрашивают, где бы я хотел жить в других городах мира, отвечаю: «Нигде, кроме того места, где и так живу». Клянусь, правда!



С женой Элен Аскольд познакомился на гастролях в Минске.

#### ДЕТИ СТРАНЫ СОВЕТОВ

#### ► Какие у вас, мальчишек, были любимые места отдыха?

- Больше всего нам с друзьями нравилось посещать кинотеатр «Звёздный». Помню, поехали туда смотреть фильм «Кинг-Конг». Из зала я вышел зарёванный – обезьянку было жалко. Ходили, хотя реже, и в «Казахстан». Сейчас это киноклуб-музей «Эльдар». Ещё

нам нравился памятник Юрию Гагарину на Ленинском проспекте. До сих пор прикалываемся над гостями столицы, рассказываем старую шутку: мол, это такая необычная скульптура, которая каждый час меняет позу. Они удивляются: «Да ладно!» И всё же едут туда, ждут, пытаются «застукать» первого космонавта в «тот самый» момент. Конечно, правду приходится раскрывать, но ведь верят же! Мы с братом потом долго над этим смеёмся. Как бы то ни было, всё равно факт остаётся . фактом – монумент в честь первого

#### ДОСЬЕ

- Один из самых любимых видов спорта **Аскольда Запашного** хоккей. В детстве на лёд выходил в валенках. Играет в нескольких любительских командах, в том числе и в сборной артистов «КомАр».
- Вместе с братом **Эд- гардом** занесён в Книгу рекордов Гиннесса за самый длинный прыжок льва с человеком на спине. Смертельно опасный номер репетировали **1**,5 года.
- Автор идеи российского сериала о советской укротительнице тигров «Маргарита Назарова». Снялся там в роли телеоператора.
- Владеет английским и китайским языками в 1991-м, когда Аскольд окончил среднюю школу, семья Запашных получила предложение выступать в КНР.

человека за пределами Земли – значимый, прекрасный, масштабный.

А ещё рядом с моим домом находится Воронцовский парк. В нашем советском детстве главное место отдыха. Наверное, современная молодёжь

не понимает детских развлечений того времени, когда весь день мог пройти в сражениях на палках во дворе или парке. Это была самая главная развлекуха! На лыжах туда ходили, листья собирали для гербария, просто гуляли на прудах. Очень радует, что в последнее время его территорию

привели в порядок, сделали дорожки, появились удобные сервисы — в общем, здорово стало. Очень ценю возможность выйти туда с детьми погулять — это действительно очень важно в мегаполисе, в каменных джунглях.

В общем, мы с братом проводили свободное время, как все советские дети. Хотя мы в принципе мало отдыхали, с раннего возраста начали работать, много гастролировали. Школьные учителя относились к нашим гастролям с пониманием, нас всегда любили, уважали. Спасибо им за это. И класс у нас был очень дружный, с тех пор сохранилось много друзей.

#### ЗАПАШНЫЕ НА СВЯЗИ

 Аскольд, правильно ли я поняла, что ваша школа тоже находилась в ЮЗАО?

 Да, очень люблю мою 117-ю школу на улице Академика Пилюгина.

#### ▶ Свою первую учительницу помните?

- А как же! Городилина
Наталья Ивановна. Кстати,
до сих пор преподаёт. Своих детей в первый класс я отводил
туда же, и мы с Натальей Ивановной встречались. Я до слёз
растрогался. Очень искренне
её люблю, боготворю до сих
пор. Моя первая учительница – человек прекрасный,
специалист великолепный. Так
вышло, что она даже внешне меняется – есть такой



редкий тип людей. С другими педагогами и директором у меня тоже отличные отношения. Состою в управляющем совете, помогаю решать вопросы, если нужно. Это очень важная часть моей жизни.

ОЛЬГА ШАБЛИНСКАЯ

#### В поисках чёрной жемчужины



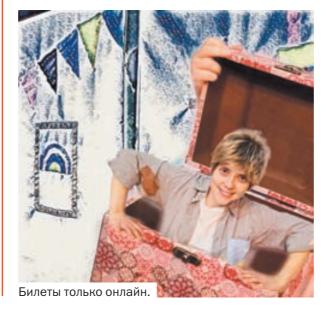
▶ Существуют ли в природе морские грибы? Как держатся на плаву водомерки? В раковине какого моллюска можно обнаружить гигантскую жемчужину? Об этом и многом другом можно будет узнать на празднике «Всемирный день воды», который пройдёт в Государственном Дарвиновском музее 20 марта. Одним из центральных событий станет квест «В поисках чёрной жемчужины», в ходе которого можно будет совершить самое настоящее путешествие по глубинам Мирового океана.

Адрес ГДМ: ул. Вавилова, д. 57.

#### Не бойся сказки, бойся лжи

 Что будет, если привыкший жить в деревенском доме домовой попадёт в квартиру многоэтажного дома, подружится с живущей там девочкой Наташей, а потом его украдёт Баба-яга? Уже не помните? Тогда приходите 20 марта в 12.00 в центр культуры «Сцена», актёры которого покажут спектакль «Домовёнок Кузя». А 21 марта в 18.00 в честь Международного дня поэзии здесь состоится поэтический перформанс «Новая старая искренность».

Адрес ЦК «Сцена»: ул. Островитянова, д. 15,



#### О чём поёт Эвридика?



 Детский музыкальный театр им. Наталии Сац приглашает на вечер старинной оперы. 23 и 24 марта в 19.00 здесь покажут «Орфея», написанного композитором Клаудио Монтеверди в 1607 году. Уникальная интерактивная постановка идёт на итальянском языке с русскими субтитрами. В течение спектакля зрителям необходимо будет подниматься и спускаться по ступеням. Если для вас это проблематично. сообщите об этом администраторам до начала представления.

Адрес театра: просп. Вернадского, д. 5.

#### ОБЪЯВЛЕНИЯ

#### ПРИЕМ РЕКЛАМЫ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (916) 668-14-20

#### PEKAAMA 18+

#### **АНТИКВАРИАТ**

- БИБЛИОТЕКУ ДОМАШНЮЮ. СТАРЫЕ И СОВРЕМЕННЫЕ КНИГИ КУПЛЮ. ВЫЕЗД. TEΛ. 8 (495) 724-30-45
- Купим книги, журналы, архивы, плакаты, открытки, фотографии до 1940 года. Тел: 8 (985) 275-43-33
- Букинист купит книгу до 1927г. за 50 000 р. Журналы, архивы, рукописи 08.00 до 16.00. м. Нагатинская. до 1945 г. Тел: 8 (925) 795-57-97

БУДДУ, ИКОНЫ, КАРТИНЫ, КОРОНКИ. МЕБЕЛЬ, АРХИВЫ, СЕРЕБРО. ПАТЕФОН, САМОВАР, ЧАСЫ, ФАРФОР, ЗНАЧКИ, ИЗДЕЛИЯ ИЗ КОСТИ И ДРУГОЙ АНТИКВАРИАТ, КУПИМ 8-495-769-74-09

- Часы любое состояние, значки. Тел: 8 (495) 723-19-05
- Осолдатики, значки, модели автомобилей, статуэтки, генеральские вещи, радиоаппаратуру, фотоаппараты Тел: 8 (495) 508-53-59
- АНТИКВАРИАТ ЯНТАРЬ КУПЛЮ. СТАТУЭТКИ, БУДДЫ, ПОДСТАКАННИКИ, ЗНАЧКИ, ИКОНЫ, САМОВАРЫ. ТЕЛ: 8 (495) 643-72-12
- Значки, Часы, Янтарь, Монеты. Тел: 8 (903) 200-45-55



#### РАБОТА

- Дежурные на шлагбаум. Метро Академическая Тел: 8 (906) 731-16-50
- Подработка в супермаркетах (выкладка, касса) 1100-1700р. Смена Выплаты ежелневно Тел: 8 (905) 700-33-66
- Дворник, График работы 5/2, с Тел: 8 (985) 863-71-11. Татьяна
- Консьержка, С.Бутово ул. Грина. Звонить с 10-15 час. Тел: 8 (916) 605-32-90
- Требуются консьержки для работы в подъезде жилого дома рядом с метро Коньково. Звонить по тел. 8 (915) 232-48-93, вторник, среда, суббота
- Требуется консьержка 1/3 м Профсоюзная. Тел: 8 (968) 069-03-60
- ●Требуется консьержка, Вавилова 89. РЕМОНТ ЛЮБОЙ БЫТОВОЙ Тел: 8 (916) 445-63-17

#### **НЕДВИЖИМОСТЬ**

- Снимем Квартиры, Комнаты Гарантия. Тел: 8 (495) 772-50-93
- Осупруги снимут жилплощадь. Москва. Тел: 8 (495) 925-75-04
- Быстро сниму/ куплю квартиру. Тел: 8 (915) 459-69-50
- Сниму комнату или квартиру. Ten: 8 (925) 228-36-69

#### ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

• Московская социальная Тел: 8 (499) 408-21-03



#### БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- Ремонт стиральных машин и холодильников. Тел: 8 (977) 000-68-92
- ТЕХНИКИ. ДИАГНОСТИКА БЕСПЛАТНО, ТЕЛ, 8 (499) 964-69-64
- СРОЧНЫЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ. ЛЮБАЯ РАБОТА 500Р. ! ВЫЕЗД, ДИАГНОСТИКА - БЕСПЛАТНО. ГАРАНТИЯ ДО 3-Х ЛЕТ. СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ! ТЕЛ: 8 (495) 545-15-79 БЕЗ ВЫХОДНЫХ



#### РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. НЕДОРОГО. ТЕЛ: 8 (495) -517-95-42 8 (985) 987-05-99

- Ремонт швейных машин. Тел: 8 (495) 142-20-58, 8 (925) 642-58-07
- Антенны Ремонт, Холодильников, Телевизоров, Стиральных, Швейных машин, Плит. Тел: 8 (495) 233-68-99, 8 (903) 796-14-08
- Обивка, перетяжка мебели. Ткани. Тел: 8 (495) 585-63-85

#### **PEMOHT**

- Абразивная шиклевка и ремонт паркета. Укладка массива дамината. Ремонт квартиры поэтапно. Помощь в выборе и доставке материалов. Натяжной потолок. Окна и остекление балконов. Тел: 8 (495) 978-03-44
- Ремонт квартир косметический и капитальный. Тел: 8 (905) 725-40-30
- Тел: 8 (985) 988-91-16, Дмитрий
- Циклевка паркета ТРИО без пыли. Тел: 8 (495) 162-03-81

#### **ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ**

 Автогрузоперевозки Квартирные переезды.Тел: 8 (926) 979-99-15

#### Автогрузоперевозки. Дачи. Утилизация. Недорого Тел: 8 (495) 744-78-52

 А/ Газель на дачу. Грузопассажирские перевозки, Тел: 8 (499) 394-30-60

#### **ЗДОРОВЬЕ**

Сиделки. Тел: 8 (495) 769-66-07

#### КУПЛЮ

- Куплю книги. Тел: 8 (958) 815-03-21
- Куплю сервиз (чайный, столовый). Статуэтки. Тел: 8 (926) 470-09-33

#### ПРИЕМ РЕКЛАМЫ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (916) 668-14-20



Реклама I Лицензия №77-01-003789

#### Стоматологический центр «Дентал визит»

У вас не держатся протезы или они натирают?

#### АКЦИЯ!



Современные мягкие протезы 18 000 руб. Имплантация Южная Корея 15 000 руб.

Прием ведет кандидат медицинских наук

8(495) 220-90-96 / 8(495) 410-81-83

ЗА КАЛУЖСКОЙ ЗАСТАВОЙ НА ПРОГУЛКУ

### По следам «Доктора Лизы» и «Мента в законе»

Какие места в Ясеневе можно увидеть в известных фильмах и сериалах



Чулпан Хаматова на роль Елизаветы Глинки была утверждена без проб.

По мнению кинематографистов, здесь есть всё, что нужно для хорошего фильма: исторические храмы и усадьбы, Битцевский лес, типовые многоэтажки и живописные пруды. Наш корреспондент побывал на местах съёмок.

#### Однажды на Паустовского

Сериал «Мир! Дружба! Жвачка!» был снят режиссёром Ильёй Аксёновым. Его премьера состоялась в 2020 году. Несколько эпизодов этого рейтингового проекта (оценка 7,8 из 10) были сняты на ул. Паустовского. Сериал рассказывает о лихих 90-х годах прошлого века. Мы переживаем непростые события для нашей страны вместе с главными героями – подростками. Родители выживают как могут: доценты и учителя работают на рынке

продавцами. Дети не на жизнь, а на смерть бьются с районными хулиганами. Здесь есть всё, что нужно для хорошего кино: ненависть, предательство, прощение, взросление героев и, конечно, любовь.

– Для жителей района съёмки фильма - событие очень интересное, - вспоминает живущая в Ясеневе Ольга Панкова. Поэтому мы внимательно на-



блюдали за процессом. Ни артисты, ни съёмочная группа нас нисколько не смущались, про-

сто попросили вести себя тихо. На улице Паустовского с утра и до позднего вечера стоял большой фургон. Потом я узнала, что у него есть специальное название - гримваген. Там гримировали артистов. Одну сцену снимали несколько часов, артисты раз за разом повторяли текст. Я впервые увидела, какой это тяжёлый труд - процесс создания сериала.

#### Встреча со звездой

Байопик (фильм-биография) «Доктор Лиза» режиссёра Оксаны Карас с Чулпан Хаматовой в главной роли, посвящённый жизни выдающегося врача и благотворителя Елизаветы Глинки, тоже вышел в 2020 году. Фильм получил приз зрительских симпатий на

31-м кинофестивале «Кинотавр». Некоторые ключевые сцены картины снимали в усадьбе Узкое. Жительница столицы Марина Першина приехала в Узкое на экскурсию вместе с сыном и случайно оказалась свидетельницей

Этот день стал одним из самых ярких в моей жизни. Нам разрешили подойти достаточно близко, мы практически ощущали себя участниками съё-



мочного процесса, переживали эту невероятную историю удивительной женшины и Врача

с большой буквы. Хочется сказать огромное спасибо создателям фильма - мы с сыном посмотрели его сразу после выхода в прокат, это кино, которое помогает задуматься о своей жизни, перестать себя жалеть и начать помогать тем, кому труднее, чем тебе.

#### Настоящий детектив

Популярный российский сериал «Мент в законе» (режиссёры Стас Егерев, Сергей Попов) снимали в течение 8 лет. И хотя критики его постоянно ругали, зрители героев-полицейских очень полюбили. Эта история



не» на Литовском бульваре. Это было очень захватывающе. Настоящий детектив с погоней!

И актёр Сергей Плотников мне очень нравится, - рассказала Мария Крашенева.

#### Кадры из классики

В Ясеневе в 1978 году Владимир Меньшов снимал некоторые эпизоды любимого всеми фильма «**Москва слезам не** верит», который в 1980 году получил приз Американской киноакадемии «Оскар». Ясеневскую усадьбу Узкое для съёмок нескольких эпизодов фильма «Утомлённые солнцем 2» выбрал Никита Михалков. А ещё в районе Ясенево прошли съёмки таких известных совет-



выдержала 9 сезонов. Сериал рассказывает о буднях майора Степана Кручи, руководителя вымышленного отдела уголовного розыска Битовского ОВД. Я стала свидетельницей съёмок сериала «Мент в закоских фильмов, как «Вам и не снилось...» (1980), «Быстрее собственной тени» (1980), «Ещё люблю, ещё надеюсь» (1984), «Авария - дочь мента» (1989).

МАРИНА ФИЛИППОВА

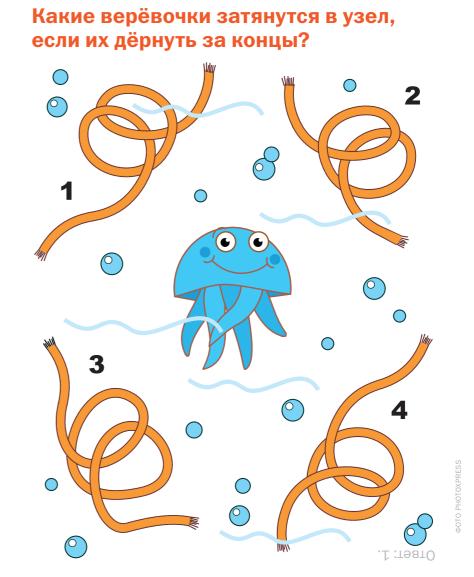




**Дорогие читатели!** Представляем вам страничку досуга для детей. Чтобы отвлечь школьников от гаджетов, решайте вместе с ними эти головоломки. И обязательно расскажите нам, понравились ли ребусы вашим детям, что ещё вы хотели бы увидеть на этой странице. **Наши контакты:** эл. почта uzao\_readers@aif.ru, телефон +7 (495) 646-57-57.

# найдите зеркальную копию каждого изображения.

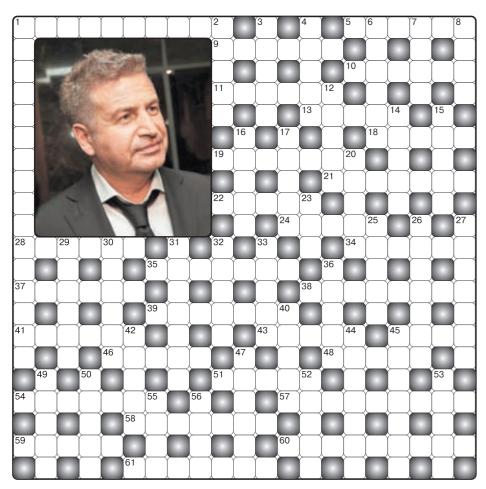
OTBET: 1-5; 2-4; 3-10; 6-9; 7-12; 8-11.



# Угадайте название мультфильма по коту.

Ответ: 1. Леопольд, «Приключения кота Леопольда». 2. Том, «Том и Джерри». 3. «Кот в сапотах». 4. Матроскин, «Каникулы в Простоквашино». 5. «Гарфилд».





#### СУДОКУ

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в любой строке по горизонтали и по вертикали и в каждом из девяти блоков, отделённых жирными линиями, не было двух одинаковых цифр. Желаем удачи!

Медуза живёт на Земле более 500 млн лет, почти бессмертна и при этом совсем не имеет мозга. Этот факт даёт надежду миллионам людей...

\* \* \*

Гаишник останавливает машину, а за рулём его бывшая учительница: - Здравствуйте, Мария Ивановна, доставайте ручку, бумагу и пишите 100 раз: «Я больше никогда не буду нарушать Правила дорожного движения».

- ... – Какие у тебя красивые кудри!
- Спасибо. Всё утро накручивала.
  - Да? А я думал, у тебя волосы сами вьются.
  - Если бы они сами вились. я бы их распрямляла! \* \* \*

У меня все деньги уходят на психолога.

- Что же у тебя произошло?
  - Я на ней женился.

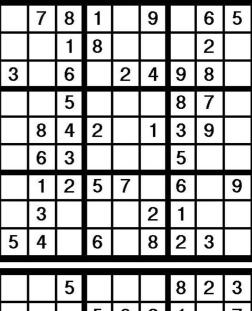
по горизонтали: 1. «Критик» контрабандистов. 5. Детализатор организма. 9. Кто озвучивает своё плохое настроение? 10. Что позволяет все ключи терять одновременно? 11. «Междусобойчик президентов». 13. Какой молочный напиток уменьшает риск остеопороза? 18. «Певец фламенко». 19. Сыщик из детективных романов Леонида Юзефовича. 21. «Хочется. но колется». 22. «Прокисшее вино». 24. Самый близкий из чужаков. 28. «Номер адреса». 34. «Своеобразная форма любви» для Мэрилин Монро. 35. В его личном кабинете висели две картины - портрет Ленина и «Выступление Ленина на III съезде комсомола» (звезда нашего кино). 37. «Когда, захлопнув дверь, ушла ты в ...». 38. Какая страна в Вест-Индии подарила миру поющую красотку Рианну? 39. Какой физик из-за бурной фантазии Герберта Уэллса стал невидимкой? 41. «Последний судия позора и обиды». 43. Главный хищник Австралии в давние времена. 45.

Как культурный, так и озоновый. 46. «В моём доме просыпается только ...!» 48. Кулинарный процесс. 51. Что учит снимать Зубодёриха из Тибидохса? 54. В какой стране национальный суп готовят из сырой крови гуся? 57. «Шапка» статьи. 58. Игровое предпочтение Ивана Тургенева. 59. Любимое дерево сморчков. 60. Титул «вдовы Клико». **61.** Кто устраивает бои между речными раками в мультфильме «Три богатыря и морской царь»?

по вертикали: 1. Что сделало знаменитым на весь мир австралийца Стива Ирвина? 2. Компьютерная игра для любителей головоломок. 3. «... летит, как деньги». 4. Где модные покупки делают? 6. Кто из секс-символов, если верить шутке, изображён на пижаме Супермена? 7. Польза от совета. 8. Чуть ли не самая агрессивная акула. 12. Что выдвигают, а после обосновывают? 14. Кто из французских классиков до 36 дет был монахом? 15. Какой дождь чреват громом и молниями? 16. Единственный обладатель имени из сказки «Репка». 17. Пожиратель файлов. 20. Серийный. 23. Какое растение содержит белка в 2,5 раза больше, чем мясо? 25. Любимый мультяшный герой для Анджелины Джоли. 26. Что к воздушному шару подвешивают? 27. Где пловцы тренируются? 29. Игра в «забивание козла». 30. Штат «Библейского пояса Америки». 31. Штурм пиратов. 32. Хиппующая массажистка из ситкома «Друзья». 33. Полянский князь среди основателей украинской столицы. 36. Вещи при пассажире. 40. Родительский ... детям. 42. Кавказская лепёшка. 44. Энтомолог среди русских классиков. 45. Птица с именным домиком от юннатов. 47. Сладкоголосый супруг Анжелики Варум. 49. Что драматург режиссёру приносит? 50. Просиживать ... на работе. **52.** Душистый ... мяты. **53.** Путь к обнаружению. **55.** «Ты скоро этим ..., что надо, надерёшь». **56.** Кто стреляет ради любви?

477. Вирус. 20. Номер. 23. Соя. 25. Дамбо. 26. Гондоля. 27. Вирус. 20. Номер. 23. Соя. 25. Дамбо. 26. 24. Басейн. 29. Домино. 30. Канэас. 31. Кбордаж. 32. Буффе. 33. Хорив. 36. Багаж. 40. Наказ. 42. Лаваш. 44. Набоков. 45. Скворец. 47. Кгутин. 49. Пьеса. 50. Штаны. 52. Запах. 53. Поиск. 55. Мачо. 56. Амур. 59. Ясень. 60. Баронесса. 61. Добрыня. ПО ВЕРТИКЬЛИ: 1. Тележурналистика. 2. Квест. 3. Время. 4. Бутик. 6. Норрис. 7. Толк. 8. Макс. 12. Тезис. 14. Рабле. 15. Гроза. 16. Жучка.

9 БОРРИНИЯ ЗТ. СОВЛЕЗИ ТО ТЕСРИТЕ ТЕС Ворчун. 10. Брелок. 11. Саммит. 13. Кефир. 18. **ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1.** Таможе



		5				8	2	3
			5	8	2	1		7
		2		3				
4		7	2	6				1
8								4
3				4	8	6		2
				5		3		
5		8	3	9	7			
6	4	3				9		

9	2	1						
			4	3			1	
	4			1			6	
6			8	4				9
3		7				8		4
4				7	5			6
	7			8			3	
	6			2	9			
						4	9	2

#### G 3 2 8 b 9 1 8 9 4 8 9 4 7 7 3 9 L 1 8 6 5 | 6 Ιb 9 6 7 b 3 8 1 L 3 6 L L 8 4 3 2 2 7 l 6 8 9 2 5 4 3

4 3 5

8 9

L 6

t 3 1 9 8

1 2 6

1

1 9 7

G	L	6	ı	7	8	3	Þ	9
9	Þ	2	L	6	3	8	1	ç
8	4	3	Þ	ç	9	6	L	7
2	6	9	8	ħ	L	ŀ	ç	3
7	ε	L	G	4	6	9	2	8
ŀ	8	ç	ε	9	2	L	6	Þ
6	ç	Þ	9	3	Ţ	2	8	7
L	9	1	2	8	5	Þ	3	6
3	2	8	6	L	ħ	G	9	Ţ

L	3	2	8	<b>-</b>	9	6	Þ	ç
8	5	ŀ	2	4	6	L	ω	9
6	Þ	9	ε	L	ç	2	ļ	8
7	ŀ	ç	L	8	Þ	3	9	6
9	6	3	1	G	2	Þ	8	7
Þ	L	8	9	6	3	G	7	L
ŀ	8	6	Þ	7	L	9	ç	3
3	2	L	ç	9	8	1	6	Þ
ç	9	4	6	3	ŀ	8	L	2

Газета Юго-Западного административного

Главный редактор **Д. А. Буравчикова** Учредитель: **Префектура ЮЗАО г. Москвы** Издатель: **АО «Аргументы и факты»** 

Генеральный директор АО «Аргументы и факты» **Р.Ю. НОВИКОВ** Главный редактор «АиФ» **И.А. ЧЕРНЯК** 

обращайтесь: +7 (495) 933-35-72, +7 (916) 668-14-20

Распространяется бесплатно на территории ЮЗАО г. Москвы

000 «Типография «КомПресс-Москва 141407, г. Химки, Нагорное ш., д. 2,

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ И ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

Пишите: uzao readers@aif.ru Звоните: +7 (495) 646-57-57



округа Москвы

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблю-дением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия по ЦФО. Свидетельство № А-0996 от 10 января 1997 года

Адрес редакции и издателя: **101000, г. Москва, ул. Мясницкая, д. 42** Телефон **+7 (495) 646-57-57** E-mail: **uzao\_readers@aif.ru** 

Время подписания в печать: по графику – **19.00**, фактическое – **19.00** 

Заказ: №689

Тираж 509 250 экз.

По вопросам доставки зво по тел. +7 (495) 646-57-57

