

ЗАКАЛУЖСКОЙ СТАВОЙ

Газета
Юго-Западного
административного
округа Москвы

gazetauzao

№ 12 (440) 25 апреля – 1 мая 2022



ФОТО АГН МОСКВА

Сергей Собянин:

«Объём инвестиций в фармотрасль с 2014 года
увеличился в 10 раз»



ФОТО АГН «РОССИЯ»

12

«Цирк – мой дом»

Знаменитая гимнастка Елена Петрикова – о работе с братьями Запашными и жизни на проспекте Вернадского.

- Где в ЮЗАО откроются павильоны «Здоровая Москва»
- В каких районах продолжается переселение по реновации
- Когда в Битцевском лесу «реабилитируют» водоёмы
- Как сразиться в шахматы в Котловке
- Куда обращаться, чтобы ваш двор озеленили



Мамина радость

Детская поликлиника в Конькове
открылась после капремонта

41
ПОЛИКЛИНИКА
РЕКОНСТРУИРОВАНА
В МОСКВЕ. ЕЩЁ
ПЯТЬ ОТКРОУТСЯ
В БЛИЖАЙШУЮ
НЕДЕЛЮ

Маргарита Калапуц привела на приём к врачам на ул. Миклухо-Маклая своего приболевшего сына Гришу. «Мы оба в восторге от обновлённого здания!» – призналась мама.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Вам письмо!

Какие достопримечательности Юго-Западного округа изображали на почтовых марках в разные годы.



ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

11

Танк да Винчи

Знакомим с уникальными экспонатами выставки, которая прошла в галерее «Беляево».



ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

10

Висит груша – не скушать

В спорткластере Южного Бутова оборудовали площадку для занятий боксом.



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

9

Город поддержит производителей

Москвичам и бизнесу продолжают оказывать помощь



Сергей Собянин поблагодарил волонтеров из окружных штабов #МоскваПомогает за помощь беженцам.

Это очень важно. И конечно, ключевую роль здесь играют некоммерческие организации, точно помогают людям, которые оказались в беде», — отметил роль НКО Сергей Собянин.

ХЛЕБ – ВСЕМУ ГОЛОВА

На Московском мельничном комбинате № 3, одном из двух мукомольных предприятий города, Сергей Собянин провёл встречу с руководителями

хлебопекарных, мукомольных и кондитерских предприятий столицы. Указывая на важность развития отрасли в деле обеспечения продовольственной безопасности, мэр Москвы принял следующие решения:

- снизить ставку по льготным кредитам с 15 до 11%. Ставку снизят — как для новых заём-

щиков, так и для тех, чьи заявки были одобрены ранее;

- продлить на один год специальные статусы промышленного комплекса и технопарка, что даст возможность предприятиям сохранить имеющиеся городские налоговые льготы.

ИМПОРТНОЕ НА НАШЕ

Градоначальник также встретился с руководителями крупных фармацевтических компаний. Мэр заявил о необходимости принятия мер, чтобы ускорить импортозамещение в сфере обеспечения лекарствами. «Фармпромышленность остаётся важнейшей отраслью — и экономической, и социальной, и с точки зрения национальной безопасности. Начиная с 2014 года объём инвестиций в эту отрасль увеличился в 10 раз. Появились новые современные заводы, центры исследований и разработки», — подчеркнул Сергей Собянин.

Чтобы поддержать фармпроизводства, предлагается:

- льготная аренда земли по ставке 1 рубль в год;
- финансирование клинических исследований лекарственных препаратов и апробации расходных материалов и медицинских изделий на базе московских больниц;
- упрощение процедуры регистрации новых лекарственных препаратов;
- помощь в решении логистических проблем с поставками сырья, оборудования и комплектующих к нему.

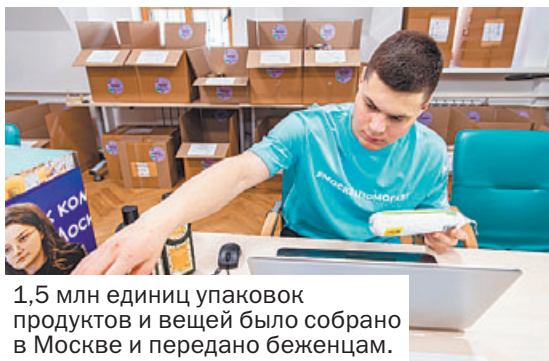
ЕВГЕНИЙ РОЖКОВ

► **Новые меры поддержки от города ждут экономическую отрасль и разные сферы общественной жизни на фоне санкционного давления на Россию. Заместить импортные лекарства, снизить ставки и арендные платежи для пекарей и фармацевтов, помочь тем, кто заботится о беженцах, — такие цели озвучил мэр Москвы Сергей Собянин на прошлой неделе.**

ГРАНТЫ ДЛЯ ВОЛОНТЁРОВ

Сергей Собянин встретился с руководителями социально ориентированных некоммерческих организаций (НКО), помогающих беженцам из ДНР, ЛНР и Украины. На встрече он одобрил дополнительные меры поддержки НКО:

- в полтора раза увеличить ежегодный объём грантов мэра Москвы на реализацию социально значимых проектов — с 400 до 600 млн руб.;
- в 2022 году выделить 192 млн руб. в виде субсидий, чтобы возместить расходы на оплату труда сотрудников и закупить отечественное программное обеспечение. «Полтора миллиона единиц упаковок продукции, вещей было из Москвы передано беженцам. Это огромный поток гуманитарной помощи. Это вещи, которые нужны людям.



1,5 млн единиц упаковок продуктов и вещей было собрано в Москве и передано беженцам.

«Здоровая Москва» вернётся в городские парки

► С мая в столичных парках заработают павильоны для проверки здоровья «Здоровая Москва». Основной упор будет сделан на диспансеризацию переболевших COVID-19 жителей. Об этом сообщила



заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

«Рада сообщить, что с мая павильоны здоровья откроются в городских парках. В этом году большой упор сделаем на диспансеризацию людей, которые перенесли коронави

русскую инфекцию. Будем более пристально следить за их здоровьем и помогать тем людям, которые имеют постковидный синдром, в том числе испытывают психологические трудности. Постараемся сделать диспансеризацию этой группы более персонализированной. Подготовили со специалистами опросы о негативных ощущениях в состоянии здоровья, которые они чувствуют после болезни.

Разошлём эти опросы и уже по результатам будем индивидуально следить за этими категориями», — рассказала вице-мэр. По словам заммэра, формат «Здоровой Москвы» был принят и поддержан москвичами. Это действительно удобно:



В прошлом году в павильонах шла вакцинация. В этом сезоне они будут работать в обычном формате.

можно быстро в одном месте пройти большой объём исследований без предварительной записи. Программа чекапов состоит из информативных исследований и шире федерального стандарта.

ФАКТЫ

► **В Северном Бутове и Обручевском районе началась реконструкция поликлиник.** Два здания капитально отремонтируют по московскому стандарту поликлиник. В Северном Бутове ремонт стартовал в филиале № 7 консультативно-диагностической поликлиники № 121 и в филиале № 5 детской поликлиники № 118 — они расположены в одном здании. А в Обручевском районе началась реконструкция филиала № 3 детской поликлиники № 10. Ремонт планируют завершить во II квартале 2023 года.

► **В Битцевском лесу проведут экологическую реабилитацию двух водоёмов.** Работы пройдут в пруду Хрулёв и в водоёме, расположенном на Битцевской аллее. Специалисты планируют убрать мусор и ил, углубить дно, обустроить живой фильтр с водными растениями. Завершение работ запланировано на III квартал этого года.

► **Завершилось строительство развязки на пересечении Новоясеневского просп. и ул. Профсоюзной.** Её начали возводить ещё в 2012 году, но генподрядчик не смог закончить в срок. В 2021–2022 годах были выполнены оставшиеся работы по возведению тепловой сети и обустройству пешеходного перехода на ул. Тёплый Стан. Так город избавился ещё от одного долгостроя.

► **В Академическом районе построят консультативно-диагностический центр с поликлиникой.** В новой поликлинике на территории городской больницы № 64 разместятся зоны лучевой и функциональной диагностики, терапевтическое отделение, отделение профилактики и дневной стационар на десять коек.

ЦИФРА

175

мест будет в новом детском саду в Конькове. Здание детского сада возведут в рамках строительства жилого комплекса на ул. Обручева, 30А. Инвестор построит сад за счёт своих средств и передаст объект в собственность городу.

На радость мамам

После ремонта открылась детская поликлиника в Конькове

► 18 апреля открылся 1-й филиал детской городской поликлиники № 81 на ул. Миклухо-Маклая, д. 29, корп. 3. Здание отремонтировали по московскому стандарту поликлиник. Теперь в нём комфортно и маленьким пациентам с их родителями, и врачам. Мы побывали в обновлённой детской поликлинике и вместе с персоналом и посетителями оценили ремонт.

НАВИГАЦИЯ



«Изменения произошли глобальные, — отмечает заведующая филиалом Ольга

Потоцкая. — Заменяли все коммуникации. Увеличили размеры лифта, ведь раньше дети на инвалидных колясках не могли подняться на третий этаж». На первом этаже расположены самые популярные кабинеты:

ЕЩЁ БОЛЬШЕ СОВРЕМЕННЫХ МЕДЦЕНТРОВ



На прошлой неделе пациентов приняли также две отремонтированные поликлиники в районах Восточный и Марьино. На открытии последней побывал Сергей Собянин. Он поздравил врачей и пациентов с комфортными медучреждениями, которые открываются после реконструкции и работают по новому московскому стандарту. «Мы продолжаем масштабную реконструкцию городских поликлиник. Всего в Москве уже реконструирована 41 поликлиника. Мы движемся большими темпами. На следующей неделе, надеюсь, ещё 5 поликлиник войдут в строй. Будем наращивать темп таким образом, чтобы в 2023 году в основном всю программу закончить», — заявил мэр.

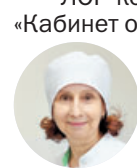
ты: дежурного врача, выдачи справок, забора крови. Планируется открыть отделение ОРВИ — фильтр-бокс с отдельным входом, чтобы плановые пациенты и дети с температурой не пересекались. Второй этаж отведён под отделение педиатрии, кабинеты массажа

и физиотерапии. На третьем этаже принимают

ЧТОБЫ ВСЕМ БЫЛО УДОБНО

«В поликлинике должно быть комфортно детям, их родителям и, конечно, врачам и медсёстрам, — говорит заведующая филиалом. — Детки у нас от 0 до 18 лет. У новорождённого и подростка разные потребности. Стареемся учитывать их». Малыши могут скоротать время до приёма в зонах ожидания с игрушками. У подростков есть возможность зарядить гаджет. Для сотрудников оборудованы удобные раздевалки с душевыми, шкафчиками для личных вещей. Можно отдохнуть и пообедать в комнатах с кухонной техникой.

Навигация устроена максимально удобно: на первом этаже — справки, услуги и анализы, на втором — педиатрия, массаж и физиотерапия, на третьем — профильные специалисты.



«Кабинет оснащён новой техникой. Это оборудование экспертного класса, с его помощью можно сделать все исследования в педиатрической практике», — разъясняет врач



Елена Чуракова из Тёплого Стана пришла к врачам на ул. Миклухо-Маклая с дочкой Сашей. Они вместе радуются изменениям в любимой поликлинике.

В ОЖИДАНИИ ПРИЁМА

Маргарита Калапуц пришла в поликлинику со своим сыном Гришей. Малыш подхватил вирус — ребёнку назначили плановый приём у педиатра, чтобы посмотреть, как действует лечение. «Уже на выздоровление идём, — делится мама мальчика. — Нам очень нравится, как поликлиника выглядит после ремонта. Пока ждём приёма у доктора, играем, будто мы герои мультфильма, и прячемся от других детей».

СОВРЕМЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

В учреждении установили высокотехнологичное лазерное оборудование, аппараты УЗИ, ЛОР-комбайн.

УЛЬТРАЗВУКОВОЙ ДИАГНОСТИКИ Мария Михайловна Франгулова.

В кабинете хирурга оборудовали две перевязочные операционные: септическую и асептическую. В первой оперируют пациентов с инфекцией.

«Мой кабинет оснастили необ-

ходимыми инструментами, аппаратурой для процедур и операций — как экстренных, так

и плановых, — рассказывает детский хирург Милана Алексеевна Корнаухова. — В септической перевязочной я работаю чаще: вскрываю абсцессы, панариций».

Инструменты проходят термическую обработку в специальном устройстве — сухожаре. В холодильнике хранятся антисептики. Всё расположено так, как надо врачу.

«Это второе здание в нашем амбулаторном центре, которое открыли после реконструкции. Честно говоря, думали, будут вести работы дольше. Нет, успели в срок», — заключает Ольга Потоцкая.

ПОЛИНА ЗОТОВА



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Территорию вокруг медучреждения тоже благоустроили. Там уложили новую плитку и асфальт, облагородили зелёную зону.

В Зюзине и Конькове началось заселение новостроек по программе реновации

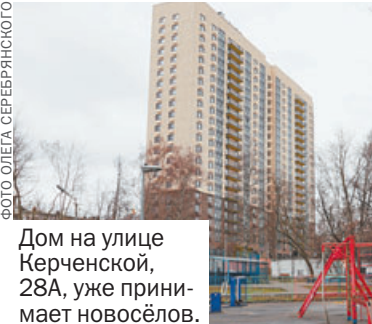
► Новостройки возвели на ул. Керченской, Профсоюзной и Севастопольском просп. В них переедут больше тысячи жителей округа. Об этом рассказал руководитель Департамента городского имущества Максим Гаман.



«В 2022 году в Москве началось заселение ещё 18 новостроек по программе реновации. В общей сложности новоселье в них смогут справиться более 6,5 тыс. человек из 2,5 тыс. семей, которые проживали или проживают

в 33 старых домах», — сообщил глава ведомства. По его словам, новостройки расположены в семи округах, включая ЮЗАО. Так, в нашем округе началось заселение пяти домов по адресам: Керченская ул., д. 26А и 28А, Профсоюзная ул., д. 98, корп. 6, а также Севастопольский просп., д. 60 и 79А. Новостройки в Зюзине и Конькове оборудованы всем необходимым. В благоустроенных дворах — детские и спортивные площадки. Рядом с новостройками расположены школы, детские сады, медицинские учреждения и парки.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО



Дом на улице Керченской, 28А, уже принимает новосёлов.

В Конькове в новые квартиры по программе реновации переезжают более 750 жителей района. Новостройки расположены в шаговой доступности от расселяемых домов.

ЕВГЕНИЙ РОЖКОВ

ФОТОФАКТ



В Москве с 18 апреля заработали пункты велопроката. Москвич Нурлан Алымкулов сразу решил открыть сезон — прокатный велосипед он арендовал на Новоясеневском проспекте у входа на станцию метро «Ясенево».

Сильные духом

Половина членов паралимпийской сборной России по лыжным гонкам и биатлону – жители нашего округа

► Этим девушкам и парням не довелось участвовать в соревнованиях в Пекине, зато в марте в Ханты-Мансийске они откатились на зимних Паралимпийских играх «Мы вместе. Спорт». Там лыжники и биатлонисты из ЮЗАО собрали урожай наград. На прошедшей в днях встрече с журналистами и представителями власти паралимпийцы рассказали, как можно сделать наш город ещё комфортнее для людей с ограниченными возможностями здоровья.

НАШИ ЛЮДИ

Главными героями встречи стали биатлонисты и лыжники из Южного Бутова – Акжана Абдикаримова, Иван Голубков, Евгений Чёрный и Алексей Быченко, а также Наталья Кочерова и Юлия Михеева из Ломоносовского района. На встрече обсудили их участие в будущих окружных спортивных мероприятиях и создание безбарьерной среды в районах столицы. Спортсмены охотно рассказывали, какие нужны уличные тренажёры для людей с ограничениями в передвижении, где необходимо установить дополнительные пандусы и лифты. И, конечно же, ответили на наши вопросы о личном – как они

пришли в спорт, преодолели трудности судьбы и добились такого успеха.

НИКОГДА НЕ БЫВАЕТ ПОЗДНО



Бутовчанка **Акжана Абдикаримова** занялась спортом в возрасте 25 лет. На перемену

в судьбе повлиял случай. «Я сидела в кафе, и ко мне подошёл молодой человек. Он спросил, хочу ли я заняться спортом. Это был протезист, который знаком с нашим тренером. Я рискнула, хотя было непросто. До этого я работала пиарщиком, была успешна в своей профессии. А со спортом не дружила и имела лишний вес. Пришлось сильно поработать над собой: только через три года тренировок я вошла на свой первый пьедестал», – рассказала Акжана. В Ханты-Мансийске-2022 в биатлоне на дистанции 6 км Акжана взяла золото. Акжана любит свой район. Кстати, тренируется она в ландшафтной парке «Южное Бутово», тем более что там хорошо развита сеть беговых дорожек и есть «спортивные станции». «Развивайтесь, пробуйте себя, осваивайте что-то новое и полезное. А изменить себя никогда не поздно», – утверждает чемпионка.

ДВИЖЕНИЕ ВВЕРХ

Ребёнком **Алексей Быченко** потерял обе ноги в результате несчастного случая. Помогло то, что мальчик был влюблён в спорт. «Долго лежал в больнице, восстанавливался. Когда выписался и приехал домой, друзья сначала опешили, когда увидели меня, а потом мы пошли на стадион. Я спрыгнул с инвалидной коляски, встал на ворота, и мы принялись гонять мяч. Потом

КСТАТИ

На январском первенстве мира в Норвегии в лыжных гонках на счету спортсменов-опорников 7 золотых, 3 серебряные и 7 бронзовых медалей, а у биатлонистов 5 золотых, 5 серебряных и 3 бронзовые награды. Особо отличился Иван Голубков: у него 6 первых мест. Несомненно, наших ждал триумф в Пекине, но, к сожалению, им просто не позволили выступить.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО



Не сдаваться и идти вперёд до победного! Под таким девизом завоёвывают награды наши паралимпийцы.

увлёкся настольным теннисом, стал чемпионом России. Металл диск, участвовал в гонках на колясках, но в итоге нашёл себя в биатлоне», – вспоминает Алексей.

Быченко – заслуженный мастер спорта, серебряный призёр Паралимпиады в Сочи-2014. Алексея поддерживают его супруга Анастасия, дети Анна и Степан. Большую часть своей жизни атлет проводит на сборах, но он знает, что дома, в Южном Бутове, родные люди волнуются за него. А уж когда собираются вместе, это праздник для всех. «Спортивную карьеру завершать не собираюсь. Считаю, в любом случае надо делать то, что должно, и как советует тренер. Если вам нравится чем-то заниматься, ищите

возможность двигаться вверх, а не причину для лени. Никогда не сдавайтесь и идите до последнего», – советует Алексей.

ГОРДОСТЬ ЗА БЛИЗКИХ



Итоги встречи подвёл заместитель префекта ЮЗАО **Владимир Прохоров**.

«Надеюсь, такие встречи станут регулярными, а жители нашего округа будут знать и гордиться тем фактом, что рядом с нами живут настоящие герои во всех смыслах этого слова. Это дорогого стоит – быть на высоте, находиться на таком уровне, представлять страну на престижнейших соревнованиях и завоёвывать награды», – заключил Владимир Прохоров.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

► В свои 16 лет ученик центра технического образования Московского Дворца пионеров **Руслан Шаринов** создал проект марсианского беспилотного летательного аппарата. Разработка получила серебряную медаль XXV Московского международного салона изобретений и инновационных технологий «Архимед-2022». Наши корреспонденты встретились с ним, чтобы узнать, когда состоится покорение Красной планеты.

ПОЛЕЗНЫЙ АГРЕГАТ

«Я представил первый в России беспилотник, способный перевозить грузы и эксплуатироваться на Марсе, – объясняет юный изобретатель. – Его габариты – более 4 м в длину и ширину, в высоту – минимум метр. Через пять лет мы планируем построить рабочую модель, и можно бу-

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА



Рабочую модель дрона Руслан планирует построить через 5 лет.

дет использовать его на практике». Его изобретательская деятельность началась 4 года назад, когда мальчик вместе с родителями, выбирая кружки дополнительного образования,

увидел на сайте Московского Дворца пионеров направление «Лаборатория дронов». «До этого я интересовался работой дронов, – рассказывает он. – Посещал кружок в школе, где мой учитель информатики

заметил это и посоветовал пойти в центр, чтобы развивать навыки дальше». Здесь одноклассники Руслана чинят и совершенствуют свои беспилотники и готовятся к инженерным конкурсам.

РОЖДЕНИЕ ИДЕИ

Руслан рассказывает, что идея проекта зародилась в начале этого года. Он много читал про американский беспилотный аппарат, работающий на Марсе, и решил сделать что-то более прогрессивное. «Аппарат, который будет не просто летать на Марсе, а использоваться для исследования планеты, – объяснил юноша. – Я сначала думал, что это будет

проект только для саморазвития, но сейчас готов профессионально реализовать его». Макет будущего аппарата преподаватель Руслана посчитал перспективным, и его

начали номинировать на различные технические конкурсы, в том числе и на «Архимед-2022». В этом конкурсе помимо Руслана свои работы представили 225 участников из 119 российских ор-

ганизаций и 96 зарубежных. Уровень работы Руслана высоко оценили организаторы и экспертная комиссия – он удостоился серебряной награды.

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

Следующая остановка – Марс

Впервые дрон на Марсе запустили с марсохода в 2019 году. Аппарат Ingenuity («Изобретательность») взлетел на высоту 3 метра и продержался в воздухе 40 секунд.

Наводим чистоту

Парк «Академический» привели в порядок во время субботника

► 16 апреля в Москве состоялся традиционный общегородской субботник. Погода в этот день не баловала горожан, однако желающих принять участие в весенней уборке было около 900 тыс. человек по всему городу. Субботники организовали и в районах ЮЗАО. Наши корреспонденты отправились по одному из адресов – в парк «Академический».

В будние дни парки и улицы убирают дворники и коммунальщики. Но в субботник помочь коллегам вышли сотрудники местных предприятий сферы строительства и ЖКХ, обычно работающие в офисе. Мётлы и грабли они получили на площадке и вместе с жителями близлежащих домов прибирали в парке оставшуюся кое-где прошлогоднюю листву, ворошили

лопатами остатки снега, сметали мусор с дорожек. Рядом развернулась полевая кухня со вкусной кашей и ароматным горячим чаем. На детской площадке мы встретили двух подружек с венниками.



«Я впервые на субботнике, да и в этом парке тоже. Но удивлена, как тут красиво. Мне очень нравится!» – рассказала Светлана Гончарова, сотрудник ГКУ «УКРис». – Сейчас подметём – и обедать: уже чувствую, как аппетитно пахнет кашей. Её спутница держится увереннее, да и работает активнее. «Мне кажется, субботники можно было бы устраивать



Сергей Поликарпов взял грабли вместе с сыновьями. Всего парк убирали около 400 человек.



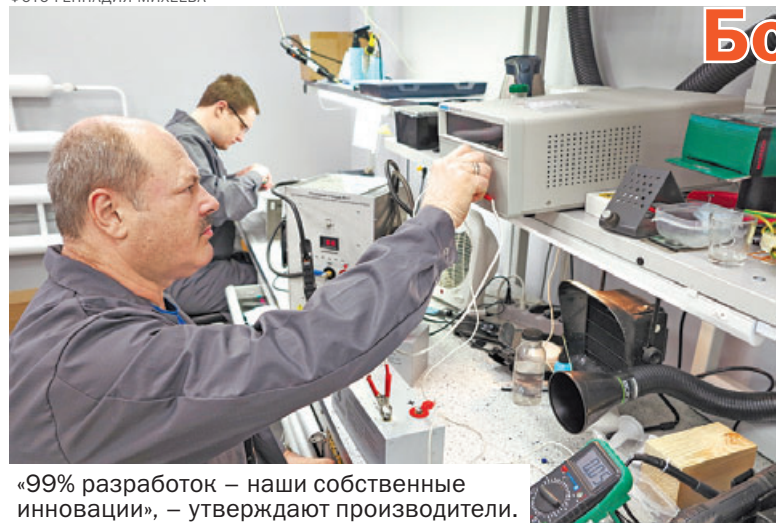
чаще – здесь проводишь время с коллегами в неформальной обстановке. Не всё же в офисе сидеть за компьютером – иногда и руками хочется поработать!» – объяснила Анастасия Шмыкова. Кстати, в Юго-Западном округе в течение всего апреля по заранее составленному графику проводится месячник благоустройства. «Сотрудники ГБУ «Жилищник» прогребают газоны, осуществляют ремонт и покраску оборудования



на детских и спортивных площадках, лавочек, урн, вазонов и других декоративных элементов; готовят фонтаны к скорому открытию. В общегородском субботнике 16 апреля в нашем округе приняли участие 11 458 человек», – сообщила исполняющая обязанности начальника управления жилищно-коммунального хозяйства префектуры ЮЗАО Татьяна Игнаткова.

ВИКТОРИЯ КАЙТУКОВА

ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА



«99% разработок – наши собственные инновации», – утверждают производители.

► В технопарке «Слава» в Научном проезде, д. 20, стр. 2, производят суперконденсаторы. Нам удалось побывать в цехах компании из Черёмушек, которая уже добивается успехов на ниве импортозамещения, и увидеть, как из мысли буквально рождается энергия.

ЧТО ТАКОЕ СУПЕРКОНДЕНСАТОР

В технопарке работают 70 компаний-резидентов. Все предприятия высокотехнологичные, основанные на отечественных разработках, и почти

каждый десятый из работающих там – доктор или кандидат наук. Аналогично дело обстоит и в компании «ТПС». Её специалисты разрабатывают и ищут пути применения для устройств, создаваемых на базе суперконденсаторов и литий-ионных батарей.



«Что такое суперконденсатор? Это относительно новый вид накопителя энергии, который обладает в десятки раз большей мощностью и большим сроком службы, чем аккумуляторные батареи.

Большие и импульсные

Суперконденсаторы приходят на помощь, когда оборудованию нужны большие и импульсные токи – будь то быстрый запуск двигателя или поддержка напряжения в сети при частых сбоях», – рассказал директор по производству Юрий Дробков.

У суперконденсатора практически не меняются параметры при работе в мороз. А ещё он в отличие от аккумулятора имеет очень большой ресурс. У аккумулятора это от 150 до 300 циклов, а у суперконденсатора количество «зарядов-разрядов» измеряется миллионами. Отсюда и длительный срок службы – более 10 лет без необходимости обслуживания. Именно поэтому на основе суперконденсаторов компания-резидент «Славы» производит системы запуска двигателя для транспортных средств и дизель-электростанций – чтобы работать в долгие и надёжно. Такими системами запуска двигателя оснащено более 10 тыс. автомобилей УАЗ. Эти устройства – отличный пример того, как отечественная разработка при

должном усилии заменяет западные технологии.

РАБОТАТЬ КОМФОРТНО

«Мы являемся резидентами технопарка «Слава» с 2014 года, и нам здесь комфортно работать. Не без помощи города наша компания стала лидером отрасли в России. Неизменным остаётся одно: 99% разработок – наши собственные инновации», – отмечает Дробков. Юрий Игоревич показывает ещё одно оригинальное устройство – источник бесперебойного питания с суперконденсаторным накопителем для ветряной электростанции. На юге России такого рода способ получения электроэнергии набирает популярность, и профессионалы из ЮЗАО здесь тоже добились успехов в плане импортозамещения. Надо отметить, что компания «ТПС» стала единственной в России, кто смог реализовать это крайне сложное оборудование мощностью 1 ГВт на более чем 400 ветрогенераторных установках.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

ФАКТЫ

► Во втором филиале поликлиники № 121 в Южном Бутове демонтировали перекрытия в рамках капремонта. В поликлинике также заменят инженерные сети и отдельные элементы несущих конструкций для их усиления. Врачи поликлиники временно работают в филиале № 8 по ул. Изюмской, 37. Диагностические службы переехали в филиал № 1 на Плавский пр-д, д. 3, и головное здание по адресу: ул. Южнобутовская, д. 87.

► На ул. Обручева демонтировали самострой. Две нелегальные постройки выявила Госинспекция по недвижимости. Они располагались на ул. Обручева, вл. 16, корп. 1, стр. 2. В строениях находились склад, автосервис, шиномонтаж, а также предоставлялись фотослужбы. Постройки демонтировали в соответствии с распоряжением Правительства Москвы, а территорию очистили и привели в порядок.

► Монолитные работы начались на станции метро «Вавиловская». Над основными конструкциями начали работать на центральном участке Троицкой линии: строители приступили к бетонированию станционного лотка и внутренних стен подплатформенных помещений новой станции, которая откроется на пересечении Ленинского и Ломоносовского просп.

► Роддом № 4, который действует при ГKB имени В. В. Виноградова, не будет работать в период с 16 по 29 мая. Медицинское учреждение на ул. Новаторов закрывается на ежегодную профилактическую мойку. Здание полностью дезинфицируют специальными безопасными для здоровья составами внутри и снаружи. Также дезинфекторами обработают мебель и медицинское оборудование.

ЦИФРА

18

домов снесли в ЮЗАО по программе реновации. Наш округ стал одним из лидеров по количеству снесённых старых домов. На их месте планируется возвести новостройки.

Экзамен: формула успеха

Как школьников учат не волноваться на ЕГЭ

► Дрожь в руках и коленках, живот скрутило, головокружение... и будто бы закончился воздух – каждый из нас хотя бы раз сталкивался с похожими симптомами. Это типичная реакция тела на стресс. В такие моменты важно сохранить самообладание. Выпускников школы № 1101 учат этому на психологических тренингах. Полученные знания ребята смогут применить во время сдачи ЕГЭ. Наш корреспондент побывала на занятии, где школьники учатся по-новому смотреть на привычные вещи.

Ничего сверхъестественного



«Наша встреча называется «Экзамен: формула успеха». Совсем скоро и у вас, и у

нас начнётся ответственный период – время сдачи ЕГЭ. Я сама 11 лет назад сдавала русский, математику, профильные предметы – мне очень понятно ваше волнение, – обращается к ребятам Галина Бакуркина, заместитель директора школы № 1101 по воспитанию, социализации и безопасности. – Наверное, я вас разочарую, если скажу, что на экзамене ничего сверхъестественного не случится. И не рассчитывайте. Вы столкнётесь с привычными вещами, которые изучали 11 лет». Впрочем, сам тренинг – довольно необычная форма работы. Его ведёт не один

учитель, а два психолога – они работают то в паре, то по очереди. Ребята сидят на стульях, расставленных по кругу. Такая организация пространства настраивает на более открытое и доверительное общение. Долго расслаживаться ребятам не дают. На первом задании «Друг к другу» ученикам предлагают разбиться на пары и сделать своеобразную зарядку: прикоснуться плечом к плечу, пятка к пятке, локтем к локтю. Это нужно делать быстро и по указанию ведущего менять напарника – только и успевай сообщать. Ценность упражнения, которое напоминает занятие с аниматором, – в его непринуждённости.

Подготовка к экзамену – это не только чтение учебников, решение примеров и оттачивание навыков. Это ещё и формирование правильного психологического настроя.

А чего боишься ты?

Подготовка к экзамену – это не только чтение учебников и оттачивание навыков. Это ещё и формирование правильного настроя. Для этого нужно встретиться с причиной своего волнения и взглянуть на неё по-новому. Один из самых распространённых страхов у школьников – получить плохую оценку.

«Друзья, родственники, учителя постоянно оценивают наши поступки и решения, – говорит Галина Вячеславовна. – Получать оценку – рядовое событие в нашей жизни. И оценка за

ЕГЭ – просто одно из них». Школьники делятся своими страхами во время игры: кидают друг другу плюшевый мяч и говорят, что их беспокоит. Ребятам просят начинать свой ответ со слов «для меня самое трудное на экзамене...».

Воплощением страха сразу пяти учеников стала 22-я задача по информатике – недаром они учатся в профильном ИТ-классе. Когда формулируешь причину тревоги и озвучиваешь её в кругу одноклассников, становится легче.

Этап, а не рубеж

Ведущая с коробкой в руках обходит всех ребят: школьники берут из неё бумажки разных цветов, и каждый пишет напутствие такому же выпускнику, как и он. Ограничений нет, главное – поддержать и ободрить человека, переживания которого ты можешь разделить. Затем ребята кладут бумажки с пожеланиями обратно в коробку и заново достают их – на этот раз другого цвета. «Ты хорошо отдохнёшь после экзаменов», «Нет такой задачи, которая тебе не по силам», –

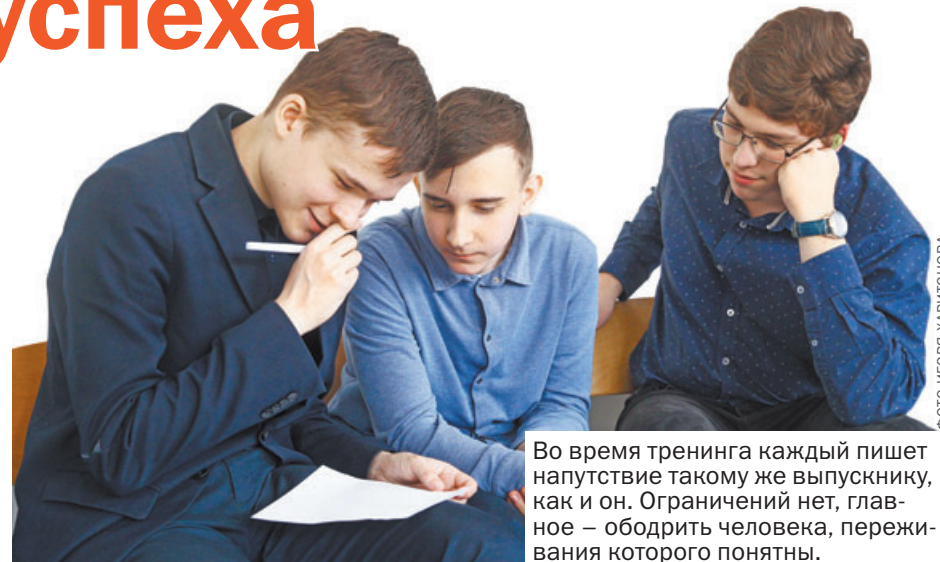


ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

Во время тренинга каждый пишет напутствие такому же выпускнику, как и он. Ограничений нет, главное – ободрить человека, переживания которого понятны.

школьники по кругу читают доставшиеся им напутствия. Цель игры «в фанты» – осознать, что экзамен – это один из этапов жизни, а не рубеж.

Заглянуть в будущее

Кристина Евдокимова оканчивает в этом году 11-й класс. Она мечтает завести хаски и сесть за руль автодома, чтобы посетить разные страны, и первым делом планирует отправиться в Норвегию.

«Я уверена в своих силах. Не факт, что добьюсь невероятных результатов, но в институт, думаю, поступлю, – делится выпускница размышлениями о предстоящем ЕГЭ. – У меня хорошие друзья, они меня поддерживают в непростых ситуациях – таких, как нынешняя. Но рассчитывать надо только на себя и свои силы». Настя Кириллова сдаёт ЕГЭ по профильной математике, информатике и русскому язы-

ку – она хочет стать программистом. Девушка считает, что готовиться лучше заранее – так и знания, и нервы будут крепче.

«Мне нравится писать код и разбирать программу изнутри – изучать, что и как в ней работает, – говорит школьница. – Конечно, волнуясь перед экзаменами. Если накатывает беспокойство, стараюсь отвлечься: смотрю хороший фильм или слушаю музыку».

Для 11-классника Георгия Роги баланс между работой и отдыхом – не пустые слова.

Он рассматривает для себя гуманитарные специальности и будет сдавать ЕГЭ по истории и обществознанию. «Отдыхать надо. Я не так часто проводил время в компании друзей из-за подготовки к экзаменам, теперь жалую, – делится Георгий. – Но и халтурить не нужно. Дома время от времени решаю демонстрационные варианты ЕГЭ. Мой средний результат – 78 баллов».

ПОЛИНА ЗОТОВА

Ученики и учителя школы № 117 сдали пробный ЕГЭ



Софья Решетникова учится в школе № 117. Она сдала пробный ЕГЭ по английскому языку на 98 баллов.

«Я бы рекомендовала начинать готовиться в начале 10-го класса. Важно найти своего наставника среди учителей – человека, который найдёт время, чтобы, например, проверить внеурочное эссе, – рассказывает выпускница. – Думаю, по любому предмету надо развиваться за пределами школьных занятий. С английским языком это просто:

достаточно смотреть фильмы на английском, слушать песни американских и британских групп, аудиокниги. Мне нравится «Портрет Дориана Грея» Оскара Уайльда, «Книжный вор» Маркуса Зусака. Из музыки люблю «Arctic Monkeys».



Учитель английского языка в школе № 117 Александра Витальевна

Дворецкая окончила курс экспертов ЕГЭ. «Я сдавала пробный ЕГЭ в ноябре 2021 года. Сдала хорошо. Считаю, что учитель, который готовит школьников

к экзамену, должен пройти через этот опыт, – убеждена Александра Витальевна. – Если ребёнок учится на пятерку в школе с углублённым изучением английского языка, сдать ЕГЭ ему особого труда не составит. Но таких не больше 10% по всей Москве. Сдать пробный ЕГЭ – хороший способ проверить, входит ли школьник в их число».



Заместитель директора по управлению качеством образования школы № 117

Ольга Павловна Русу отвеча-

ет за организацию и проведение ЕГЭ в учреждении. «Всех участников сопровождают организаторы – провожают их в класс. Там ребята прослушивают инструктаж, и ровно в 10 утра начинается экзамен. Он длится не дольше трёх с половиной часов, – объясняет Ольга Павловна. – Проверка экзамена занимает 10–14 дней. Результаты можно посмотреть на портале mos.ru. Если участник не согласен с итогами, он может подать на апелляцию в течение двух дней. Это тоже можно сделать на портале mos.ru в формате чата. Для поступления в МГУ каждый балл на счету».



Выпускница школы № 117 Жанет Жоржетта Исабекян сдавала пробный ЕГЭ

по английскому языку. «Мне легко даётся этот предмет, и, возможно, он пригодится мне при поступлении. Я хочу стать аэротехническим инженером. На экзамене я почти не волновалась, – делится школьница. – В качестве подготовки и для удовольствия смотрю сериалы на английском – например, «Очень странные дела». За пробный экзамен я получила 95 баллов. Надеюсь, сам ЕГЭ сдам на все 100».

ПОЛИНА ЗОТОВА

Помоги себе сам

Специалист даёт советы выпускникам и родителям

► ЕГЭ окутан ореолом страха и паники, что провоцирует дополнительный стресс у выпускников. Но эти страхи можно развеять, используя простые и эффективные инструменты самопомощи. Какие именно – нам рассказала школьный психолог Инна Сущенко.

– Инна Николаевна, ваша программа по подготовке к экзаменам длится несколько месяцев. С чего вы начинаете долгосрочную работу с выпускниками? – Прежде всего надо обнаружить источник стресса: распознать его причину и природу. Для этого мы спрашиваем детей, какие чувства вызывает у них само слово «экзамен». Это может быть неуверенность в себе и своих знаниях, страх

неудачи и осуждения, боязнь не оправдать ожиданий родителей и учителей. А может быть и просто волнение, как перед любым ответственным событием.

– Что, если никакого двойного дна у страха нет, и школьник просто боится важного события, результаты которого определят следующие несколько лет его жизни? – Нас пугает неизвестность. Соответственно нужно мысленно смоделировать ситуацию, которая вызывает тревогу. Выпускнику важно в малейших деталях знать, что его ждёт на экзамене. Когда картина событий становится максимально ясной и определённой, школьник чув-

ствует себя более уверенно и спокойно. Тренировочные экзамены – хороший инструмент, чтобы проверить свои знания и настроиться эмоционально.

– Давайте вообразим гипотетическую ситуацию. Выпускник не сдал экзамен по русскому языку, и ему не выдадут аттестат. Он в отчаянии. Что бы вы сказали ему? – Взрослые с высоты своего опыта могут воспринимать эту ситуацию гораздо спокойнее, а для вчерашнего школьника – это большая трагедия, без преувеличения.

Выпускнику нужно знать, что его ждёт на экзамене. Когда картина событий становится ясной, школьник чувствует себя более уверенно.



Поддержка друзей и одноклассников необходима при подготовке к экзамену. А объятия – важная часть поддержки.

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

ПОЛИНА ЗОТОВА

Мы говорим об этом на наших вебинарах. Да, неудачи случаются. Важно проанализировать их, сделать выводы и обнаружить в них позитивные стороны. Почему случился промах? Может быть, что-то не так с планированием или произошёл сбой на эмоциональном уровне на самом экзамене? Каждую такую ситуацию надо разбирать индивидуально. Нужно максимально поддерживать ребёнка, чтобы он понимал, что жизнь на этом не остановилась.

Важно произвести переоценку ситуации. Сказать, что это только этап, тренажёр. Не сдал в этом году – сдашь в следующем. Тренировка делает нас сильнее, закаляет. Оказавшись в ситуации неудачи, нужно сделать выводы и идти дальше.

Расписание ЕГЭ 2022 года

Основной период:

26 мая – литература, химия, география.
30 и 31 мая – русский язык.
2 июня – математика (профильный уровень).
3 июня – математика (базовый уровень).
6 июня – физика, история.
9 июня – обществознание.
14 июня – биология, иностранные языки (за исключением раздела «говорение»).

16 и 17 июня – иностранные языки (раздел «говорение»).

20 и 21 июня – информатика и информационно-коммуникационные технологии (ИКТ).

Резервные даты основного периода:

23 июня – русский язык.
24 июня – литература, география, иностранные языки (раздел «говорение»).

27 июня – математика (профильный уровень), математика (базовый уровень).
28 июня – информатика и ИКТ, биология, иностранные языки (за исключением раздела «говорение»).

29 июня – обществознание, химия.
30 июня – физика, история.

2 июля – математика (профильный уровень); физика, литература, информатика и ИКТ, обществознание, история, русский язык, химия, биология, математика (базовый уровень), география, иностранные языки (за исключением раздела «говорение»), иностранные языки (раздел «говорение»).

Дополнительный период:

5 сентября – математика (базовый уровень).
8 сентября – русский язык.

Резервная дата дополнительного периода:

20 сентября – русский язык, математика (базовый уровень).

Важно знать

В 2022 году обязательных экзаменов два: русский язык и математика.

Математику можно сдать, как и раньше, выбрав или базовый, или профильный уровень.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЭКЗАМЕНА:

● русский язык – **3 часа 30 минут**

● математика (базовый уровень) – **3 часа**

● математика (профильный уровень) – **3 часа 55 минут**

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

Спорт и витамины настроят на нужную волну

Физические упражнения улучшают концентрацию внимания. Приседания, отжимания, подтягивания, пробежка или прогулка на свежем воздухе помогут запомнить материал более быстро и качественно.

Вода – источник кислорода, в котором нуждаются клетки мозга. Рекомендуется пить по 4–5 стаканов воды в день.

Важно **регулярно питаться**, даже если нет аппетита: нет еды – нет сил. Без подпитки извне организм начинает потреблять внутренние запасы – это только повышает уровень стресса.

Отдых – такая же важная часть дня, как и занятия. Дело в том, что во время «безделья» и сна наш мозг продолжает работать: знания, полученные накануне, переносятся из кратковременной памяти в долгосрочную. Это гарантия того, что они останутся с нами надолго, а не испарятся перед экзаменом.

В рацион нужно включить **источники белка и микроэлементов**: фрукты, овощи, мясо.

Следите за потреблением сахара: **долька тёмного шоколада или горстка сухофруктов** подзарядят энергией, но злоупотреблять сладостями не стоит.

Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

С тревогой помогут справиться упражнения

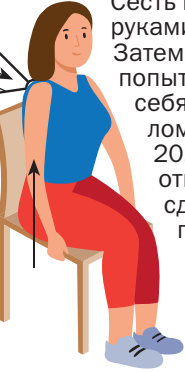
«Звёздное дыхание»

Нужно представить себе геометрическую фигуру в форме звезды и двигаться вглядом по её периметру: при движении к острию делать вдох и паузу одну-две секунды, при движении к центру – выдох. Это действенный способ переключить внимание и выровнять дыхание.



«Стул»

Сесть и обхватить руками сиденье снизу. Затем напрячься, попытаться поднять себя вместе со стулом и досчитать до 20. Потом резко отпустить руки и сделать несколько глубоких вдохов. Так можно сбросить физическое напряжение.



Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

Саженцы по переписке

Как подать заявку на озеленение своего двора

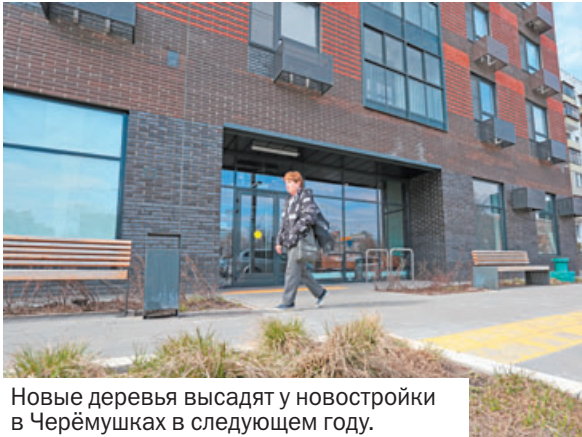


ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Новые деревья высадят у новостройки в Черёмушках в следующем году.

► **Весна – время пробуждения и преображения. В этот период многие жители многоэтажек обращают внимание на благоустройство своего двора. Пышные кустарники, яркие бутоны цветов, раскидистые кроны деревьев – то, чего так не хватает людям в мегаполисе. Мы разобрались, как добиться посадки растений во дворе.**

Людям и птицам

С наступлением тёплой погоды всё чаще поступают жалобы на отсутствие зелени во дворах

по адресу: ул. Профсоюзная, д. 32, поэтому просит высадить деревья и кустарники у дома, а также установить скворечники и кормушки для птиц. Пожелания мы направили



в управу района Черёмушки. Ответил **глава управы Станислав Ширяев:**

«Посадка деревьев и кустарников проводится в рамках городской программы «Миллион деревьев», формирующейся на основе обращений жителей и по итогам голосования на портале «Активный гражда-

нин». Данный двор в программу 2022 года не включён, поэтому пожелания жителя по посадке деревьев и кустарников учтём при составлении перечня на следующий год». Он добавил, что, по информации балансодержателя ГБУ «Жилищник района Черёмушки», установка и эксплуатация скворечников и кормушек для птиц не входит в компетенцию учреждения. Жители сами могут сделать кормушки и подкармливать пернатых.

ЗАЯВКА НА ЦВЕТЫ

Программа «Миллион деревьев» – один из самых масштабных городских проектов по озеленению. Её главная цель – сделать уютными дворы жилых домов, украсив их деревьями и кустарниками. Но важно успеть вовремя подать заявку. Жителям многоквартирного дома нужно созвать общее собрание собственников для голосования. Если большинство участников поддержат идею высадки растений во дворе, то протокол собрания нужно направить в «Жилищник», управу или префектуру. Желательно сделать это до 1 сентября. Тог-

да заявка попадёт в программу благоустройства дворов на следующий год. После этого специалисты подберут место высадки, где нет подземных коммуникаций. Так клумба будет защищена в случае аварии, которая потребует выполнения земляных работ. После этого сотрудники «Жилищника» актуализируют паспорт дворовой территории. Это нужно для того, чтобы растения не скосили во время стрижки газона. Заниматься содержанием клумб смогут как коммунальщики, так и жители.

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

На портале «Наш город» можно сообщить об отсутствии растений на клумбах и увядших цветах. Для этого необходимо выбрать одну из категорий, соответствующих территории, где обнаружена проблема: «Мой двор», «Моя дорога» или «Городская инфраструктура». Далее надо перейти в раздел «Ненадлежащий уход за зелёными насаждениями», затем во вкладку «Цветники и клумбы» и указать проблему.

Крышу починят в мае



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Следы от протечки устранят после ремонта.



«В квартире 58, д. 85, корп. 2, по Ленинскому просп. протекает крыша. Будут ли ремонтировать кровлю дома в этом году?»

Виктор Толстых, Ломоносовский район

Глава управы района Ломоносовский Ксения Кравцова:

– Сотрудники ГБУ «Жилищник района Ломоносовский» загерметизировали стыки плит в чердачном помещении и локализовали течь с кровли в зону квартиры 58. Ремонт кровли в доме по адресу: Ленинский просп., д. 85, корп. 2, кв. 58, сделают до 15 мая. Следы заливания в квартире устранят после окончания ремонта крыши.

Больше света для вечерних прогулок



«В районе Новоясеневского просп., д. 32, корп. 1–3, вдоль дороги от метро до корп. 3 врыли фонари, и уже почти полгода они стоят не включёнными. Прошу решить данную проблему».

Елена Архипова, район Ясенево

Управа района Ясенево:

– Сейчас на данном объекте ведутся пусконаладочные работы. После их завершения и оформления документации по техническому присоединению вновь установленные опоры наружного освещения подключат к существующей линии наружного освещения. Работы здесь планируем завершить до конца апреля.



Фонари зажгут до конца месяца.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО



Мы проверили – тараканов нет.

Чисто и без насекомых



«В подвалах д. 11, корп. 2, по ул. Архитектора Власова грязно, просьба обработать их от тараканов».

Нина Гончаренко, район Черёмушки

Заместитель главы управы Сергей Махов:

– Сотрудники участка № 2 ГБУ «Жилищник района Черёмушки» выполнили влажную уборку в местах общего пользования. Обследовав подъезд и подвал, тараканов не обнаружили. Напомним, что лестничные площадки и марши в домах моют согласно жилищным нормативам Москвы. График уборки подъездов размещён на информационном стенде в каждом подъезде.

Спортивный район

Жители Южного Бутова привели в порядок новый дворовый стадион

► Весенний субботник по благоустройству прошёл на нескольких десятках общественных пространств нашего округа. В том числе горожане прибрались на территории близ дома 35 на улице Поляны. Речь идёт о спортивном кластере, который был создан в прошлом году по программе «Мой район».

У КВАРТАЛА СВОЯ ИЗЮМИНКА

Комплексные работы по благоустройству в Южном Бутове проводились в границах улиц Венёвской, Скобелевской, Поляны и бульвара Адмирала Ушакова. Изюминкой обновлённой территории стал спорткластер на месте пустыря внутри квартала. Здесь теперь есть всё, что нужно любителям физкультуры. Впечатляет группа из 17 уличных тренажёров и двух воркаут-комплексов. Особенность тренажёров в том, что каждый защищён индивидуальной крышей, что несомненно поможет тем, кто придёт сюда заниматься в непогоду. Вдобавок здесь висят боксёрские груши и могут потренироваться поклонники спортивных единоборств.

Совсем рядом – обновлённое футбольное поле. Здесь уложено безопасное покрытие из искусственной травы, для зрителей оборудованы трибуны. Кроме того, установлен модуль с тёплой раздевалкой. Рядом располагаются столы для настольного тенниса. Вокруг поля проложена беговая дорожка со специальным мягким покрытием.

НА РОВНОМ МЕСТЕ

К спортивному кластеру примыкает и образовательный, в который входят два школьных и четыре дошкольных отделения школы № 1883. На обновлённом стадионе теперь можно устраивать спортивные праздники или проводить уроки физкультуры.



Боксёрские груши нечасто встречаются на спортплощадках. Но в Южном Бутове их аж четыре.

Впечатлениями о благоустроенном пространстве поделились местные жители. Все они пришли на субботник и бережно прибрались на стадионе и вокруг него. **Сергей**



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО



После уроков ученики школы № 1883 играют с мячом на обновлённом футбольном поле.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Ермаков – школьный учитель. Он отмечает универсальность территории, обустроенной для занятий различными видами физической активности. «На ровном месте, где был обычный вытопанный пустырь, который в основном использовали для выгула собак, воздвигли прекрасный, хорошо оснащённый спортивный городок. Выглядит он просто фантастически. Здесь есть абсолютно всё для того, чтобы заниматься спортом ежедневно», – утверждает Ермаков. Сергей Яковлевич добавил: после уроков сюда с удовольствием прибегают ребята, гоняют мяч, резвятся, играют. Здесь могут проводить тренировки различные спортивные секции. «Хочу пожелать бутовчанам как можно чаще приходить в этот спортивный городок и поправлять своё здоровье. И такого рода спортивные кластеры надо оборудовать во всех микрорайонах», – добавил Сергей Ермаков.

качество покрытия футбольного поля и инфраструктуру. «Да, поле не для большого футбола, зато оно соответствует стандартам мини-футбола. Газон из искусственной травы высокого качества, есть заградительные сетки и даже трибуны. Думаю, здесь вполне можно проводить соревнования уровня не только районного, но даже окружного или городского. Ну а самое главное – есть тёплый модуль, за что огромное спасибо устроителям», – говорит Настаев.



Юлия Королёва уже освоила новое спортивное пространство: она тренируется здесь по несколько раз в неделю. До появления спорткластера на Полянах, 35, спортсменка ездила тренироваться в Коммунарку. «Очень нравится. До этого было неудобно заниматься, теперь на 5+», – утверждает Юлия.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

ДЛЯ БУДУЩИХ ЧЕМПИОНОВ



Алексей Кокоткин – мастер спорта по боксу. Его особенно впечатлило, что здесь есть боксёрские груши и тренажёры, позволяющие развивать все группы мышц.

«Наконец-то в нашем районе появился такой комплекс, где можно под открытым небом и совершенно бесплатно тренироваться и боксёрам, и кикбоксерам. Здесь есть всё для того, чтобы совершенствоваться», – утверждает Кокоткин.



Ещё один профессионал – футбольный тренер **Савр Настаев**. Специалист изучил

Рядом с кластером установили яркие игровые комплексы.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

ФАКТЫ

► На Черёмушкинском рынке можно будет найти четвероногого друга.

Выставка-пристройство бездомных животных под названием «Любимые друзья» пройдёт 14 мая с 13.00 до 18.00. На мероприятии также прочитают лекции о правильном содержании питомцев. Для гостей выступят музыканты.

► Воронцовский парк запустил занятия по лёгкой атлетике.

В программе тренировок – разминка, упражнения и бег. Соотношение физической подготовки и бега будет определяться по пожеланиям участников. Сбор состоится на воркаут-площадке около храма. Для участия необходимо записываться по телефону +7 (495) 580-26-78 или WhatsApp +7 (904) 269-50-73. Бесплатные мастер-классы будут проходить по вторникам и четвергам с 20.00 до 21.00.

► В экоцентре «Битцевский лес» обменяются ненужными вещами. Ежемесячная акция «Зелёная суббота» будет проходить в столице каждую третью субботу месяца. Горожане смогут передать ненужные вещи тем, кто в них нуждается, или обменяться с другими дарителями. В мае жителям предлагают обменяться одеждой, обувью и аксессуарами, в июне – книгами, настольными играми и детскими игрушками, в августе – школьными принадлежностями и учебниками. Поучаствовать в акции можно будет с 11.00 до 16.00 в экоцентре «Битцевский лес» по адресу: Новоясеневский тупик, д. 1, стр. 3.

► 30 апреля в библиотеке № 182 в Котловке состоится открытый шахматный турнир.

Соревнование для детей и взрослых пройдёт по адресу: ул. Дмитрия Ульянова, д. 43, корп. 1. Кроме того, там представят книжно-иллюстративную выставку о шахматах, её могут посетить все желающие. Дополнительную информацию о регистрации участников турнира и других мероприятиях библиотеки можно получить по телефону +7 (495) 429-05-55.

ФОТОФАКТ



Главную достопримечательность Дворца пионеров, памятник Мальчишу-Кибальчишу, в этом году отреставрируют. Скульптура требует серьёзной работы, поэтому её сначала демонтируют и перевезут в мастерскую. После реставрации Мальчиша вернут на место.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Код да Винчи

В галерее «Беляево» прошла выставка изобретений и картин великого итальянца

► Наши корреспонденты посетили экспозицию, пообщались с посетителями и попробовали привести в действие механизмы Леонардо да Винчи. Теперь увидеть эти диковинки можно и на страницах нашей газеты.

Авторы выставки потратили несколько лет на то, чтобы изучить чертежи Леонардо да Винчи и в точности воссоздать его средневековые машины. Среди них – первый в истории мира танк, аэроплан, парашют, подъёмный кран, водолазный скафандр, лифт, арочный мост. Интересно, что все изобретения находятся в рабочем состоянии – огромный арбалет стреляет, а механический барабан издаёт очень громкие звуки. «Те, кто пришёл к нам



на выставку, сами могут привести в действие все механизмы, чтобы лучше понять принцип их работы, – рассказала пиар-менеджер галереи «Беляево» Клаудиа Чжу. – Конечно, это в первую очередь привлекает детей. Однако и взрослые зачастую не прочь подняться на средневековом лифте или ударить молотом автоматической наковальни. Экспозиция пользуется

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

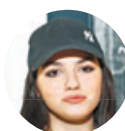


Сотрудник галереи Клаудиа Чжу показывает, как работает механический барабан.

популярностью. Ежедневно выставку посещают 200–300 человек».



Ольгу Иванову мы застали за увлекательной сборкой уменьшенной копии арочного моста Леонардо. «Мне очень понравился этот экспонат, – говорит женщина. – Не уйду отсюда, пока сама не соберу его». Любопытно, что конструкция создана без единого гвоздя. Изобретатель спроектировал этот мост в военных целях. Некоторые экспонаты выставки представлены в полную величину. «Мы с подругой увидели



афишу выставки, и стало интересно посмотреть экспозицию, – рассказала Маргарита Вардиашвили. – Я знаю Леонардо как художника, поэтому интересно увидеть его изобретения».

АЛЕКСАНДР
АНДРУЩЕНКО



Уменьшенная копия модели танка Леонардо. Разве что не стреляет.

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

КСТАТИ

В галерее «Беляево» (ул. Профсоюзная, д. 100) 29 апреля откроется выставка картин «Первопроходцы – гении мира и великие люди России» художника и ветерана Великой Отечественной войны Юрия Князева. В экспозиции будет представлено более 30 живописных монументальных портретов. Также 29 апреля в филиале галереи «Беляево» (ул. Академика Варги, д. 3) стартует первая выставка «Пословицы и поговорки – серия графики Александра Рыжкина». Перед посетителями раскроется мир русских народных сказок. Многие работы художника будут экспонироваться впервые.

Подруги Маргарита Вардиашвили (слева) и Каролина Камынина испытывают механизм для подъёма воды «Винт Архимеда».

ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

Пёс Барбос и необычный кросс

► Около 200 человек и столько же четвероногих питомцев приняли участие в забеге по пересечённой местности – кроссе «Быстрый пёс». Он традиционно прошёл 16 апреля в Битцевском парке.

Дважды в год москвичи со своими четвероногими товарищами приезжают в Битцевский парк, чтобы показать скоростные данные и отлично провести время. Кросс «Быстрый пёс» – самый массовый забег с собаками, который проходит в столице. Дистанция 2 км под силу каждому, а размер и порода собаки не имеют значения. Главное – желание хозяина и питомца достичь финиша. Впервые кросс прошёл весной 2019 года, и с тех пор интерес к событию только растёт. В первом забеге участвовали около 100 человек, а в этом году в кроссе «Быстрый пёс» приняли участие около 200 человек. Первое место среди мужчин завоевал

В забегах участвуют собаки разных пород, но выигрывают чаще всего приспособленные к бегу – хаски, курцхаары, овчарки.

Евгений Шашков, вторым стал Сергей Носов. Среди женщин золото досталось Алине Романовой, серебро – Валерии Кондратьевой.

Самые молодые победители – Никита Кошулев (18 лет) и Наталья Ружицкая (19 лет). А самые пожилые – 56-летний Алексей Геркулес и 57-летняя Елена Кашеева.

Победители соревнований советуют будущим участникам стартовать в первых

рядах, чтобы при обгоне не запутаться. Также рекомендуют во время всей дистанции подбадривать пса, чтобы он чувствовал поддержку хозяина. Если же с вами будет группа болельщиков, то её нужно расположить за финишной чертой, иначе близкие могут начать поддерживать прямо на трассе, собака среагирует, остановится и может не добраться до финиша. Но главное в забеге с собакой не результат, а участие и развлечение.

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО



Маршрут проходит по грунтовке, поэтому не исключено, что по дороге встретятся лужи и грязь.

ФОТО АГН МОСКВА

Вам письмо!

В Черёмушках рассказали о том, как развитие юго-запада отразилось на почтовых марках

► Встреча прошла в культурном центре «Меридиан» на Профсоюзной ул. Там выступил председатель правления Московского общества филателистов Михаил Дымшиц. «Большая часть филателистов безразличны к сюжетам с марок. Меня же интересует исторический контекст», – поделился эксперт.



Михаил Дымшиц, председатель правления Московского общества филателистов

Филателистство марок было чрезвычайно популярным. «В XX веке между людьми шла большая «невиртуальная» переписка и было что собирать, тем более что марки, открытки и конверты были атрибутами нашей повседневности. Характерно, что центром притяжения юных филателистов в те времена был именно юго-запад столицы», – утверждает коллекционер.



Изображать Университет дружбы народов было популярно в 1960-х годах.

мне уже перевалило за сорок. По роду своей профессиональной деятельности я заинтересовался рекламой в почтовых отправлениях. И постепенно пришёл к глобальной истории почты», – рассказывает Дымшиц.

КОГДА Я НА ПОЧТЕ СЛУЖИЛ...

В старину нынешний юго-запад Москвы представлял собой сельскую местность и почтовые отделения были вернейшим признаком появления цивилизации. Тем более что почта – дело государственное, и открытие отделений было важным событием. Первое почтовое отделение на территории нынешнего округа появилось в 1904 году. Оно называлось «сезонным» и располагалось в помпезном и чрезвычайно модном ресторане Степана Крынкина на Воробьёвых горах. Зимой в дачной местности у Воробьёвского шоссе (ныне – ул. Косыгина) наступал мёртвый сезон и жизнь там затихала. Зато летом кипела, сюда даже ходил паровой трамвай. В 1917 году открылась почта в деревне Верхние Тёплые Ста-

ны. Позже – в посёлке Воронцово (нынешний Обручевский район). В Черёмушках почта появилась только в 1955 году.

МАРОЧНЫЕ ПРЕДПОЧТЕНИЯ

По меркам вечности почтовые марки появились почти что вчера, в 1857 году. Только лишь в XX веке они стали отличаться разнообразием и создатели марок стали украшать их оригинальными изображениями. Но суть оставалась единой: марка – знак оплаты почтового отправления. Расцвет искусства марки



Марка 1980 года с метромостом входила в серию «Мосты Москвы».

Расцвет марочного искусства пришёлся на 1960-е. Тогда вышло много экземпляров, посвящённых Университету имени Патриса Лумумбы.

пришёлся на 1960-е годы. В частности, тогда было много «марочных» выпусков, посвящённых Университету имени Патриса Лумумбы. Видам Университета дружбы народов посвящено много конвертов и открыток, которые впоследствии разошлись по всей планете. «Есть много марок и открыток, посвящённых магазину «Москва» на Ленинском проспекте. Причём это не сувениры, а карточки, выпущенные Гознаком. На марках и открытках любили изображать Большой Московский цирк на проспекте Вернадского. Ещё один популярный объект – станция метро «Ленинские горы» и метромост», – говорит Дымшиц.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



Марки с памятником Юрию Гагарину выпустили на следующий год после открытия монумента.

Дымшиц – не только филателист, но и филокартист (собирает почтовых карточек) и историк столичной почты. Марки, утверждает собиратель, только лишь часть большого мира, созданного для того, чтобы люди общались.

МАРОЧНАЯ АЛЬМА-МАТЕР

Интерес к почтовым маркам обычно рождается в детстве. Сейчас филателия не в моде, зато в 1970-е, годы детства Михаила Наумовича, собира-

лись и выставки, выдавали специальные абонементы, с которыми мы приходили в филателистический отдел в «Детском мире» и приобретали марки по той тематике, которая была интересна. Тогда я собирал марки с изображением животных, это был мой конёк», – вспоминает Дымшиц. Как обычно бывает, детское хобби растворяется в суеде взрослых будней. «Серьёзным коллекционированием я начал заниматься, когда

ФАКТЫ

► В галерее «Нагорная» откроют выставку «Современные художники о ВОВ». На ней представят работы педагоги и студенты ВГИКа, участники Союза кузнецов России, а также художники из Москвы. Посетители выставки увидят живопись, графику, металлическую скульптуру, военный костюм, студенческие фильмы. Проект посвящён победе советского народа над фашизмом в Великой Отечественной войне. Экспозиция будет работать с 22 апреля по 15 мая. Адрес галереи: ул. Ремизова, д. 10.

► В кинотеатре «Салют» бесплатно покажут фильм «Серебряная астра» о проекте «Московское долголетие». Лента расскажет о москвичах, чья жизнь изменилась благодаря проекту. В основу сценария легли реальные истории «долголетов», а в главных ролях снялись активные участники проекта. Показ пройдёт 26 апреля, начало в 12.00. Посмотреть фильм можно, зарегистрировавшись на сайте mos-kino.ru.

► Участников проекта «Московское долголетие» приглашают на танцевальные вечера в культурный центр «Вдохновение». Прийти могут все желающие вне зависимости от уровня танцевальной подготовки. Мероприятие будет проходить по вторникам с 19.30 до 21.30 по адресу: Литовский бул., д. 7. Записаться можно в центре по адресу: ул. Голубинская, д. 32, корп. 2, или по телефонам: +7 (495) 409-30-01 и +7 (495) 423-30-00.

КОЛОНКА ВРАЧА

РЕКЛАМА | Лицензия № АО-77-01-020761 от 24 ноября 2020 г.



Врач-нейрохирург высшей категории, врач-травматолог-ортопед «СМ-Клиника», к.м.н. Константин Средин

ЕСЛИ БОЛИТ СПИНА, ПРИЧИНА МОЖЕТ БЫТЬ В ГРЫЖЕ ПОЗВОНОЧНИКА

К нам в Центр нейрохирургии регулярно обращаются пациенты с жалобами на боли в спине. У многих из них во время обследования выявляется грыжа межпозвоночного диска. Эти диски расположены между позвонками, как своеобразные прокладки. Благодаря им позвоночник сохраняет подвижность, а кроме того, диски выступают в роли амортизаторов, смягчая нагрузку на позвонки. Со

временем – в результате длительного механического воздействия, нарушения обмена веществ в организме, генетической склонности и других причин диски стираются, разрушаются, их фрагменты выпирают наружу или внутрь позвоночного столба – так и появляется грыжа.

До некоторого времени (в этом ее коварство) грыжа позвоночника никак себя не обнаруживает – лишь когда появляется сильная

боль, онемение в руках или ногах, люди обращаются к врачу. Да и то не сразу – многие пробуют лечить самостоятельно, используя обезболивающие мази, таблетки и другие средства. В результате чего ситуация ухудшается и к врачу все равно приходится идти.

Обследовав пациента (обязательные процедуры при этом – МРТ, МСКТ, рентген), врач может рекомендовать либо т.н. «консервативное» лечение (ношение бан-



Центр
нейрохирургии
«СМ-Клиника»:
+7 (495) 777-48-49

дажа, лечебные инъекционные блокады, массаж, ЛФК), либо хирургическое (если первый вариант не помог). Сегодня хирургия позвоночника выполняется с использованием различных методик (они зависят от индивидуальных показаний), в том числе с последующим укреплением позвонков специальным фиксатором.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Елена Петрикова: «Большой Московский цирк – это мой дом»

Знаменитая гимнастка живёт на проспекте Вернадского

► Заслуженная артистка РФ Елена Петрикова, главный режиссёр «Росгосцирка», воздушная гимнастка и дрессировщица, рассказала о жизни на юго-западе Москвы и многолетней работе ведущей артисткой «Цирка братьев Запашных».

«Шоу всегда с историей, с моралью»

– Практически все цирковые говорят, что цирк для них не работа, а жизнь. А для вас что значит цирк?

– Я, можно сказать, родилась в цирке. Мои родители работали в компании «Союзгосцирк». Практически 25 лет назад мы стояли у основания «Цирка братьев Запашных» – создали сначала шоу, потом компанию. Теперь этот цирк знают везде. Потом Эдгарда выбрали директором Большого Московского цирка. Я, соответственно, пошла работать туда вместе со всей командой.



Петрикова с коллегой Еленой Бараненко в номере «Добро и зло».

ФОТО ЕКАТЕРИНЫ ЧЕСНОВОЙ/РИА НОВОСТИ

– В чём, по-вашему, феномен их шоу?

– Прежде всего, это качество. Мы никогда не показывали слабые трюки. Коллектив «Цирка братьев Запашных» подбирался много лет, и я с гордостью могу сказать: там работают лучшие мульти-артисты, которые могут войти

и в клоунаду, и в воздух, и в дрессуру. Люди знают: если они придут в «Цирк братьев Запашных», то увидят невероятное шоу. И обязательно с исто-

не любители клубов, любим погулять или собраться у кого-то дома, посмотреть фильмы Тарковского, Феллини с замечательными актёрами.

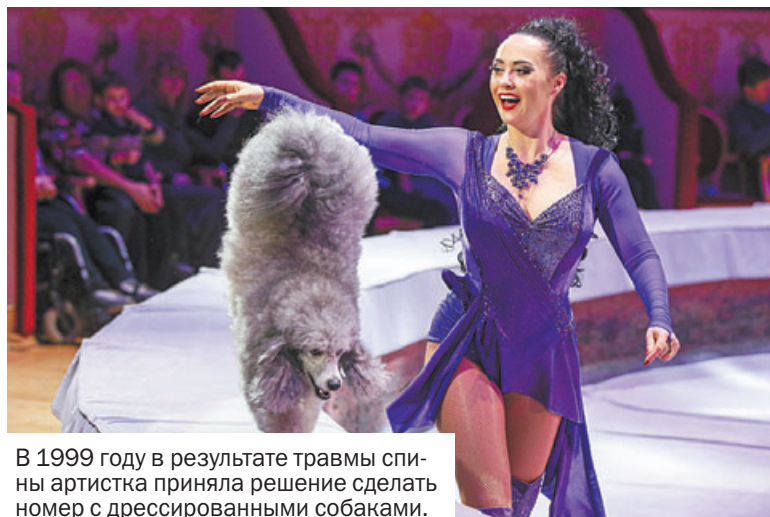


ФОТО ПЕТРА КОВАЛЕВА/ТАСС

В 1999 году в результате травмы спины артистка приняла решение сделать номер с дрессированными собаками.

рией, с моралью – Аскольд Запашный уделяет очень большое внимание написанию сценариев.

– Вы всё-таки покинули цирк. Почему?

– Да, действительно, я покинула Цирк Вернадского совсем недавно – считаю, что для воздушной гимнастки я всё-таки уже в возрасте. Мне сделали предложение прийти в Росгосцирк, заниматься тем, что я люблю. Это режиссура, организация фестивалей. Я согласилась.

– Знаю, что вы и живёте недалеко от Большого Московского цирка. Как давно вы поселились на юго-западе?

– Больше 5 лет. Это всегда было мечтой – жить здесь. Как только я приехала в эти места, сразу поняла: это моё, я приехала домой.

Для меня на планете существует несколько мест силы, где ты nạpитываешься энергией и тебе становится хорошо. Для меня это окрестности Большого Московского цирка и главного здания МГУ.

– Здесь также живёт много творческой интеллигенции.

– Это верно. Мы часто собираемся с друзьями в парках – очень много моих близких друзей в округе. Профессии у них самые разные – фотографы, музыканты, врачи. Мы

«Мы – артисты старой закалки»

– Кстати, насчёт актёрства. Какие героини, сыгранные в «Цирке братьев Запашных», были для вас больше всего интересны именно с драматической точки зрения, в кого было интересно перевоплотиться?

– Главная героиня спектакля «Раз, два, ... четыре, пять». Аскольд предложил мне эту роль случайно, я должна была продолжать играть царевну. Но я сказала: «Ребята, мне 40 лет, какая царевна?» (Смеется.) Изначально моя героиня даже не предполагалась в этом шоу. А потом Аскольд переделал

сценарий и ввёл героиню, дал роль мне. Мою героиню звали Лулу, и она перевоплощалась в королеву вампиров, королеву ночи.

– В цирке ты всегда должен быть готов к риску, к резкой перемене.

– Это так, к любым неординарным ситуациям. Если брать коллектив Большого Московского цирка, то любой человек знает, как

с тигром обращаться.

Если, не дай бог, животное выйдет из клетки, все мы подготовлены, знаем, как оградить зрителей от опасности. Если случился какой-то технический косяк, ты должен сделать так, чтобы публике этого не заметила. Мы все артисты старой закалки.

– Мы с вами беседуем на фестивале клоунов. В каком состоянии находится сегодня этот жанр?

– В прискорбном. Если раньше вы могли назвать десятки имён – Никулин, Попов, Ка-

Как режиссёр Елена Петрикова поставила более 20 цирковых номеров и спектаклей – на арене в «Лужниках», в Большом Санкт-Петербургском цирке и на других площадках.

Елена – из цирковой семьи. В цирке же её семьёй стали братья Запашные – с ними проработала больше 20 лет.



ФОТО ВЛАДИМИРА ГЕРДО/ТАСС

В своих интервью Елена признаётся, что, несмотря на профессию, боится высоты.

ДОСЬЕ

- Елена Петрикова родилась в 1979 году в Саратове в семье цирковых артистов.
- С 1996 года работает в «Цирке братьев Запашных», с самого его основания.
- В 2006 году с красным дипломом окончила ГИТИС, факультет «Режиссура цирка».
- Снялась в 2010 году в комедийном сериале «Интерны».
- С 2015 по 2021 год была помощником художественного руководителя Большого Московского государственного цирка на проспекте Вернадского.
- В данный момент является главным режиссёром Российской государственной цирковой компании.

рандаш, – то сейчас, к сожалению, хороших ковёрных найти трудно. В чём причина такого феномена, сами пытаемся понять. Может быть, это связано с современностью, и все комики уходят в стендап. В общем, клоуны у нас сейчас в упадке. Но мы надеемся, что эту напасть искореним.

ОЛЬГА ШАБЛИНСКАЯ

ФОТО ФКП «РОСГОСЦИРК»

Спи спокойно, друг

Как похоронить питомца по закону

► Жизнь любимого питомца, приносившего радость, неизбежно подходит к концу. Ежегодно в Москве умирают 300 тысяч домашних питомцев. Мы поговорили с ветеринарным врачом из ЮЗАО Евгением Сопляковым о том, как достойно похоронить питомца и не стать при этом жертвой мошенников.

В ПАРКАХ НЕЛЬЗЯ

«Захоронения трупов животных на территории Москвы и области запрещены», – Евгений сразу предупреждает тех, кто думает, что можно зарыть останки любимого кота или пса под памятным деревом в ближайшем парке. Согласно ветеринарно-санитарным правилам сбора, утилизации и уничтожения биологических отходов, хоронить на нелегальных кладбищах нельзя. Домашние животные относятся к категории биологических отходов, поэтому их необходимо подвергнуть утилизации (уничтожению) с помощью сжигания или размеще-

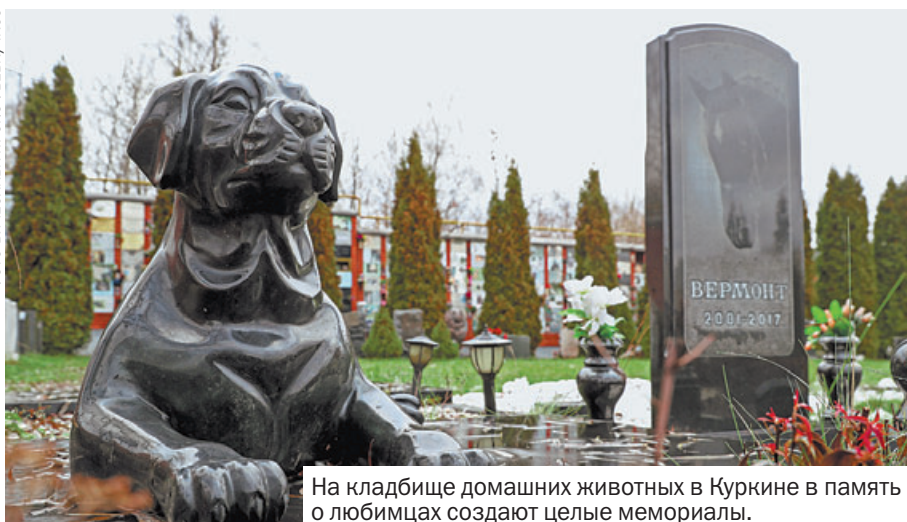
ния в биотермических ямах. Проще говоря, легальна только кремация, а за похороны в надлежащем месте гражданина могут оштрафовать на 4–5 тыс. рублей. Это связано с тем, что останки больной или заражённой собаки или кошки, похороненной не по правилам, могут отравить воду и почву. Кроме того, вспомните, что лесополосы рядом с большими городами, где раньше хоронили домашних животных, сейчас становятся участками для строительства новых кварталов. Да и кладбища в парках не нравятся гуляющим там людям. «Если же владелец всё-таки хочет захоронить питомца на даче или в лесу, то он может захоронить прах с урной после индивидуальной кремации», – объясняет ветеринар. Однако официальное кладбище для животных всё же существует – в районе Куркино. Но и здесь провести похороны

по традиционным правилам нельзя. Хозяин покупает участок земли, где может захоронить всё ту же урну с прахом животного, а в дальнейшем ежегодно оплачивать аренду этого места.

ИНДИВИДУАЛЬНО ИЛИ В ОБЩЕМ ПОРЯДКЕ

Что делать, если питомец стал жертвой аварии или неожиданно умер? «Нужно звонить в вашу ветклинику, узнавать, есть ли у них договор с государственными службами по борьбе с болезнями животных», – рекомендует Евгений. – Если есть, вести в клинику на кремацию. Если нет, то можно обратиться в государственную «Мосветстанцию» (mosk-vet.ru). Приехавших специалистов частной компании по кремации обязатель-

ФОТО ВЯЧЕСЛАВА ПРОКОФЬЕВА/ТАСС



На кладбище домашних животных в Куркине в память о любимцах создают целые мемориалы.

но попросите предоставить имеющееся у них соглашение с госслужбами, чтобы убедиться, что от останков животного избавятся правильно». В Москве легальных частных крематориев нет, а те, что есть, принадлежат государственным станциям по борьбе с болезнями животных. Исключением является разве что специальная печь на территории частного кладбища домашних животных в Куркине. Частники предлагают индивидуальную и общую кремацию. Общая означает, что в печи одновременно сжигают несколько трупов животных, после чего их прах утилизируют

на полигоне, а не возвращается хозяевам. Это дешевле индивидуальной процедуры. При индивидуальной кремации прах необходимо забрать. А государственные службы прах питомца не отдают. Цены на сжигание зависят от размеров питомца. Сам процесс происходит чаще всего с помощью двухкамерной печи, где труп животного сжигается при высокой температуре воздуха, подаваемого от сжигания газа. «Сам владелец сжигать животное тоже не имеет права», – предупреждает Евгений Николаевич.

ЕВГЕНИЙ РОЖКОВ

ОБЪЯВЛЕНИЯ прием рекламы по телефону 8 (968) 532-21-17 РЕКЛАМА 12+

АНТИКВАРИАТ

● Автографы, книги, золото, коронки, серебро, медали, монеты, статуэтки куплю. Тел: 8 (916) 778-04-56.

БУКИНИСТ

Фонда сохранения русской книги
Купит книгу, журнал до 1945г. за 50 000 р.
Автографы, архивы, рукописи, плакаты.

ДОРОГО

Иконы, знаки, серебро, бронзу и др. антиквариат.
8 (925) 795-57-97

● Часы. Значки. Янтарь. Монеты.
Тел: 8 (903) 200-45-55

● Куплю предметы старины, книги, открытки, игрушки, фарфор, периода СССР. Тел: 8 (916) 671-25-83

● Купим часы СССР
Тел: 8 (985) 275-43-33

● Куплю ткани, платья СССР.
Тел: 8 (910) 416-28-40

● Куплю алкоголь, сигареты СССР.
Тел: 8 (910) 416-28-40

● КНИГИ, ЗНАЧКИ, СТАТУЭТКИ, ПОДАСТАКАННИКИ, СЕРЕБРО, ИКОНЫ, ЯНТАРЬ, САМОВАРЫ КУПЛЮ. Тел: 8 (495) 643-72-12

● Купим книги, журналы, документы, плакаты, открытки, фотографии до 1940 года. Тел: 8 (985) 275-43-33

● БИБЛИОТЕКУ ДОМАШНЮЮ, СТАРЫЕ И СОВРЕМЕННЫЕ КНИГИ КУПЛЮ. ВЫЕЗД. Тел: 8 (495) 724-30-45

● Покупаем книги и журналы.
Тел: 8 (925) 656-49-72

● Фотоаппараты, объективы, бинокли, раритеты. Тел: 8 (915) 251-51-55

КУПИМ ДОРОГО

ИКОНЫ, КАРТИНЫ, СТАТУЭТКИ, МЕБЕЛЬ, ФАРФОР ЛЮБОЙ, ИЗДЕЛИЯ СЕРЕБРА, ЗОЛОТА, ЗНАЧКИ, ЧАСЫ, ПАТЕФОНЫ, ФОТОГРАФИИ И ДР.
8(903)964-67-77 ВЫЕЗД И ПОКУПКА СРАЗУ

● Куплю: статуэтки, сервизы, значки, медали, книги, янтарь, иконы, часы. Тел: 8 (925) 626-97-59

● КУПЛЮ: СЕРВИЗЫ, СТАТУЭТКИ, ФАРФОР, ХРУСТАЛЬ, ИКОНЫ, НАГРАДЫ, ЗНАЧКИ, ЯНТАРЬ. Тел: 8 (999) 333-33-72

● Библиотеку, книгу, архив, открытку, фотографию, газету, конверт, карту, плакат, диафильм, папку, картину, афишу, литографию, гравюру и другое куплю дорого. Тел: 8 (985) 440-39-51, 8 (495) 205-19-58

● Архив, книги, открытки, газеты, фотографии и прочее из бумаги куплю. Тел: 8 (916) 540-44-95, 8 (495) 208-77-99

● Старую мебель, фотовидеоаудиотехнику в любом состоянии купит дорого коллекционер. Тел: 8 (495) 295-99-42, 8 (925) 815-75-46

● Старые предметы куплю. Тел: 8 (495) 203-42-54, 8 (905) 549-43-84

● Покупаю книги до 1945г. от 1 000р до 500 000р. Полки, ноты, фото, архивы, иудаика. Тел: 8 (925) 585-40-56

● Солдатики, значки, модели автомобилей, статуэтки, генеральские вещи, радиоаппаратуру, фотоаппараты. Тел: 8 (495) 508-53-59

● Часы любое состояние, значки. Тел: 8 (495) 723-19-05

● Книги, сервизы, хрусталь, аудиорадиофотоаппаратуру. Тел: 8 (915) 287-71-38

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

● Ремонт стиральных машин недорого. Тел: 8 (903) 769-11-30

● РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, НЕДОРОГО Тел: 8 (495) 517-95-42, 8 (985) 987-05-99

● Ремонт электроплит, стиральных машин. Тел: 8 (969) 777-63-70

● Ремонт стиральных машин и холодильников. Тел: 8 (977) 000-68-92

● Ремонт техники: стиралки, холодильники и пр. Тел: 8 (985) 636-91-89

ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕМОНТА СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, Электроплит. Пенсионерам скидка до 50%. Бесплатный ВЫЕЗД. 8-499-714-78-94

● Ремонт окон ПВХ, Москитки. Тел: 8 (495) 773-76-06

● Ремонт швейных машин. Тел: 8 (495) 142-20-58, 8 (925) 642-58-07

● Обивка, перетяжка мебели. Ткани. Тел: 8 (495) 585-63-85

● Ремонт, обивка мягкой мебели на дому, большой выбор тканей. Тел: 8 (905) 542-77-93

● Ремонт: Телевизоров! Плит! Швейных! Тел: 8 (499) 703-41-94

РАБОТА

● В Сеть АЗС Радуга требуется уборщица: график 2/2, официальное оформление, стабильная з/п. Тел: 8 (926) 888-79-10

● Дежурные на шлагбаум. М. Академическая. Тел: 8 (906) 731-16-50

● Требуется Оператор видеонаблюдения за эскалаторами. Г/р 2/2, з/п 23 500 руб. Оформление по ТК РФ. Мега Теплый Стан. Тел: 8 (925) 082-88-32, Юрий

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

● Московская социальная юридическая служба. Тел: 8 (499) 408-21-03 ИНН 7727473958, ОГРН 1217700460603 ООО «Соцюрлисты 24»

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- ✓ помощь обманутым вкладчикам
- ✓ расторжение договора с юристами
- ✓ жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- помощь по списанию долгов

8 (499) 938-95-97

ООО «ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ» ИНН 7701161801, ОГРН 1207700327947

НЕДВИЖИМОСТЬ

● Сниму квартиру комнату срочно. Тел: 8 (925) 257-80-99

● Снимем Квартиры, Комнаты - Гарантия. Тел: 8 (495) 772-50-93

● Абсолютно быстро сдам/ продам. Тел: 8 (915) 459-69-50

● Сниму квартиру, комнату. Тел: 8 (916) 959-13-08 Ирина

РЕМОНТ

● Ремонт квартиры поэтапно: все виды работ. Циклевка и ремонт паркета, Укладка паркета, ламината. Натяжной потолок. Окна и остекление балконов. Выбор и доставка материалов. Тел: 8 (495) 978-03-44

● Обои. Тел: 8 (963) 976-11-85

● Косметический ремонт. Тел: 8 (901) 798-93-27

● Домашний мастер. Тел: 8 (985) 723-87-03

● Замена замков, Ремонт дверей. Тел: 8 (926) 341-27-27

ЗДОРОВЬЕ

Цифровые СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Диагностика слуха, подбор в день обращения. Выезд на дом Бесплатно. Скидки пенсионерам.

Адрес: Варшавское шоссе 39, эт. 3, каб. 302В. Тел. 8-495-123-39-29 Vremiasluha.ru

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

КУПЛЮ

● РАДИОДЕТАЛИ ЛЮБЫЕ, ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ. Тел: 8 (903) 125-40-10

СТОМАТОЛОГИЯ

СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «Дентал Визит»

www.m-stom.ru
ЛИЦЕНЗИЯ № ЛО-77-01016076 ОТ 22.05.2018



У вас не держатся протезы или они натирают? Мы поможем!

СОВРЕМЕННЫЕ МЯГКИЕ НЕ НАТИРАЮЩИЕ ПРОТЕЗЫ..... 20 000 руб.

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПРИЕМ ВЕДЕТ КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК

Ул. Профсоюзная, 83, к. 1 (1-2 мин. от ст. метро «Беляево») 8 (495) 220-90-96 / 8 (495) 410-81-83

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Витамины на подоконнике

Как вырастить свежую зелень для салата в городской квартире

► Молодые ростки трав и овощей станут отличным дополнением к блюдам. Можно есть их в свежем виде или делать домашние зелёные коктейли. Преподаватель программы «Садоводство» из проекта «Московское долголетие» в Гагаринском районе Андрей Подшивалов рассказал, каким способом посадить и как вырастить микрозелень в квартире.



МАКСИМУМ ВИТАМИНОВ

Микрозелень богата витаминами и минералами. Именно на ранних стадиях развития молодые растения содержат максимум витаминов и других микронутриентов. В микрозелени их содержится почти в пять раз больше, чем у полностью сформированных растений этих же культур. Чем микрозелень свежее, тем полезнее. Её нельзя мариновать, солить, замораживать или консервировать, термическая обработка также исключается.

ТРАДИЦИОННЫЙ СПОСОБ

Урожай микрозелени собирают после того, как на стеблях сформировалась первая пара небольших листьев. Это происходит в среднем через 12–14 дней после высадки. Сам росток при этом может достигать 5–7 см в высоту. Традиционный способ – посеять семена в пластиковые лотки



ФОТО ДЕНИСА АБРАМОВА/РИА НОВОСТИ

За микрозеленью ухаживают как за обычной рассадой.

с универсальным грунтом. Да-да, как рассадку. Уход заключается в опрыскивании зелени 2–3 раза в день.

НА БУМАГЕ

На дно неглубокого лотка кладем бумагу, обильно смачиваем её. Затем раскладываем подготовленные семена, делаем прозрачное укрытие и выставляем на подоконник. Нельзя наливать слишком много воды. После появления всходов укрытие убираем и поддерживаем бумагу всегда влажной, для этого 2–3 раза в день необходимо опрыскивать сеянцы.

В СТЕКЛЯННОЙ БАНКЕ

Для этого нужно взять чистую ёмкость, насыпать в неё семена и залить водой на сутки для набухания. Берём кусок марли или другого подходящего сетчатого материала, затягиваем горлышко банки и закрепляем резинкой. После набухания семян сливаем воду и промываем семена, не снимая сетки. Затем переворачиваем банку вверх дном и устанавливаем на поддон под углом около

КСТАТИ

Все ёмкости необходимо тщательно промывать после каждого сбора урожая, а также время от времени дезинфицировать. Вату, салфетки или иную основу не стоит использовать повторно. Почва может применяться несколько раз, но её стоит прокалывать перед очередным посевом или проливать раствором марганцовки.

30°, чтобы стекала вода. Уход заключается в промывании прорастающих семян и ростков чистой водой 2–3 раза в день. В состоянии покоя банка должна быть всегда в исходном положении – вверх дном и под наклоном.

НА ВАТНЫХ ДИСКАХ

Раскладываем ватные диски на дно контейнера в один слой, смачиваем и рассыпаем семена. Сверху опрыскиваем и накрываем прозрачным укрытием. Через 1–2 дня появляются ростки, и тогда укрывной материал можно снять. Обязательно регулярно опрыскивайте, чтобы ватная основа не высохла.

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

ФОТОФАКТ



ФОТО ГЛЕБ МОСПИРОДА

Ястреба-перепелятника заметили в Битцевском лесу. В городе птица ведёт оседлый образ, охотится на грызунов, крупных насекомых, мелких пернатых. Хищник нечасто встречается в лесопарках Москвы, поэтому занесён в Красную книгу столицы.

ПРОИСШЕСТВИЯ

► В Ясеневе задержали преступника, укравшего чужую коробку в пункте выдачи онлайн-заказов. 50-летний местный житель зашёл в пункт выдачи и, убедившись, что его не видят, похитил оплаченный другим клиентом заказ на 14 тыс. руб. Мужчина скрылся, но с помощью камер видеонаблюдения его быстро нашли.

► У задержанного за драку жителя Обручевского района обнаружили в квартире плантацию конопли. В марте на улице Воронцовские Пруды между 32-летним москвичом и его знакомым произошла драка, после чего знакомого госпитализировали. Москвича задержали, а при обыске в его доме было найдено 400 г марихуаны и 8 кустов наркосодержащего растения.

► На юго-западе Москвы поймали квартирного вора. Подобрал оброненные владельцем ключи, преступник проник в квартиру на Ленинском проспекте и похитил оттуда 120 тыс. руб. Криминалисты сняли в квартире труднодоступные отпечатки пальцев, принадлежавшие вору. С их помощью удалось установить личность преступника и задержать его.

► Тела троих бездомных обнаружили на подземной автостоянке на Ленинском проспекте. По предварительным данным, мужчины скончались более месяца назад, на их телах нет травм. Точную причину их смерти определят эксперты.



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства государственной регистрации 024.266

Важно знать: что делать в экстренной ситуации

Порядок действий в случае смерти человека:

1. Вызовите сотрудника специализированной службы по вопросам похоронного дела после подтверждения факта смерти экстренными службами. **Круглосуточный телефон ГСС «Ритуал-Сервис»: 8 (495) 181-70-97.**
2. Запишите табельный номер сотрудника ГСС.
3. Приготовьте паспорт и медицинский полис покойного.

Важно!

Убедитесь, что к вам приехал вызванный вами сотрудник ритуальной службы: проверьте его паспортные данные и номер служебного удостоверения. Так вы будете уверены, что перед вами не мошенник, получивший информацию от неизвестных источников.

Всю организацию траурного мероприятия мы берем на себя:

1. Круглосуточная бесплатная консультация по телефону **8 (495) 181-70-97.**
2. Получение бесплатного участка для захоронения*.
3. Подтверждение прав на имеющийся участок на кладбище в соответствии с новыми правилами (электронный паспорт 2022 г.)*.
4. Обеспечение бесплатной перевозки покойного в морг и взаимодействие с моргом по всем вопросам.
5. Оформление полного пакета документов, необходимого для организации прощания по гражданским и религиозным обрядам.
6. Содействие в получении положенных государством льгот и компенсаций в полном объеме.

*При получении нотариально заверенных полномочий

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 181-70-97 или на сайте службы RITUAL.RU

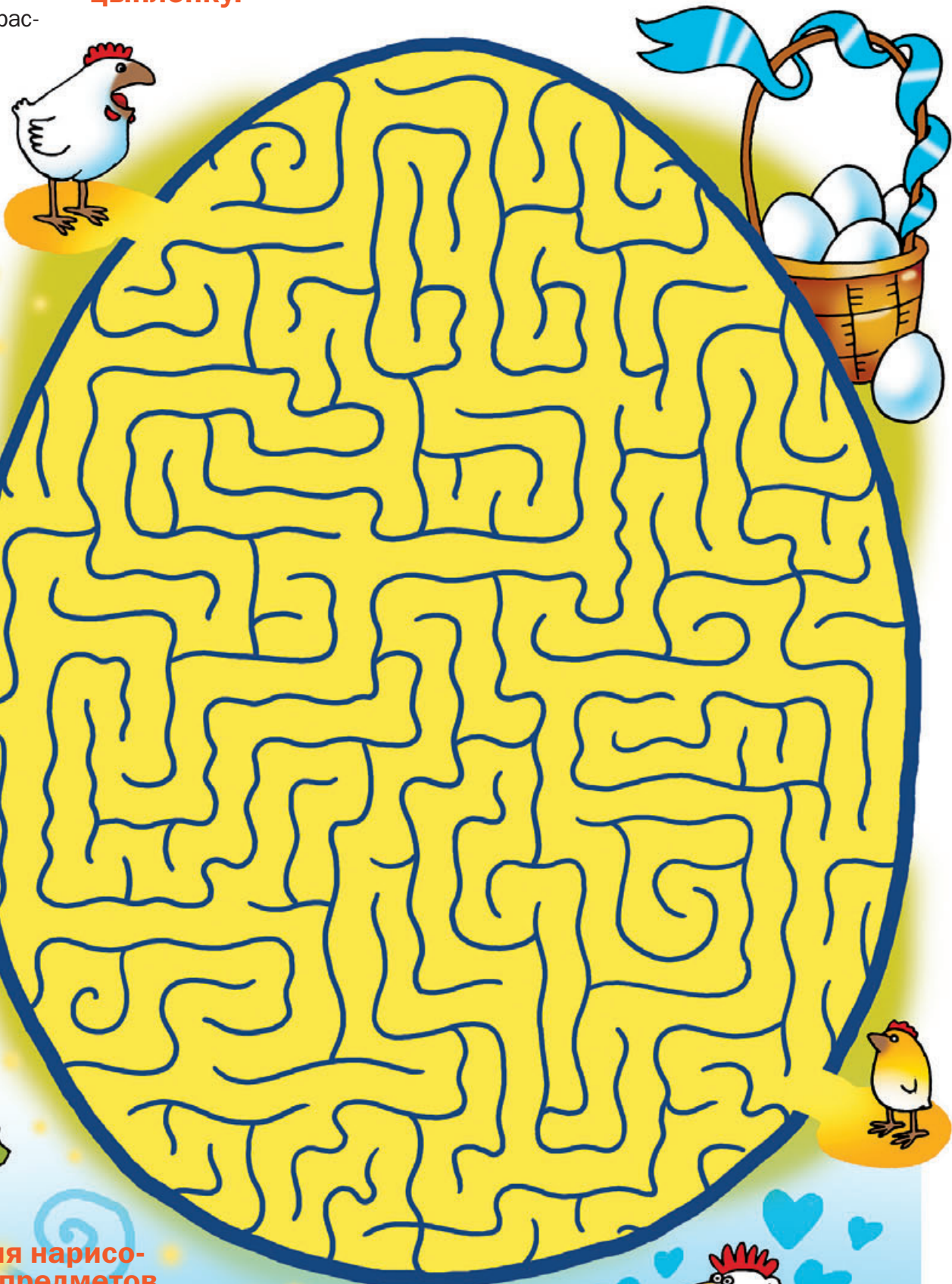
Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993. Номер свидетельства государственной регистрации 024.266. ЗАО "Ритуал-Сервис" ОГРН 1027739098661 | Реклама 18+

Дорогие читатели! Наша страничка поможет отвлечь детей от гаджетов. А чтобы было интереснее, решайте головоломки вместе с ребятами! И обязательно расскажите нам, понравились ли ребусы вашим детям и что ещё вы хотели бы увидеть на этой странице.

Наши контакты: uzao_readers@aif.ru,
8 (495) 646-57-57.

Ответы: рыба, сыр, лыжи, мяч, лук, роза.

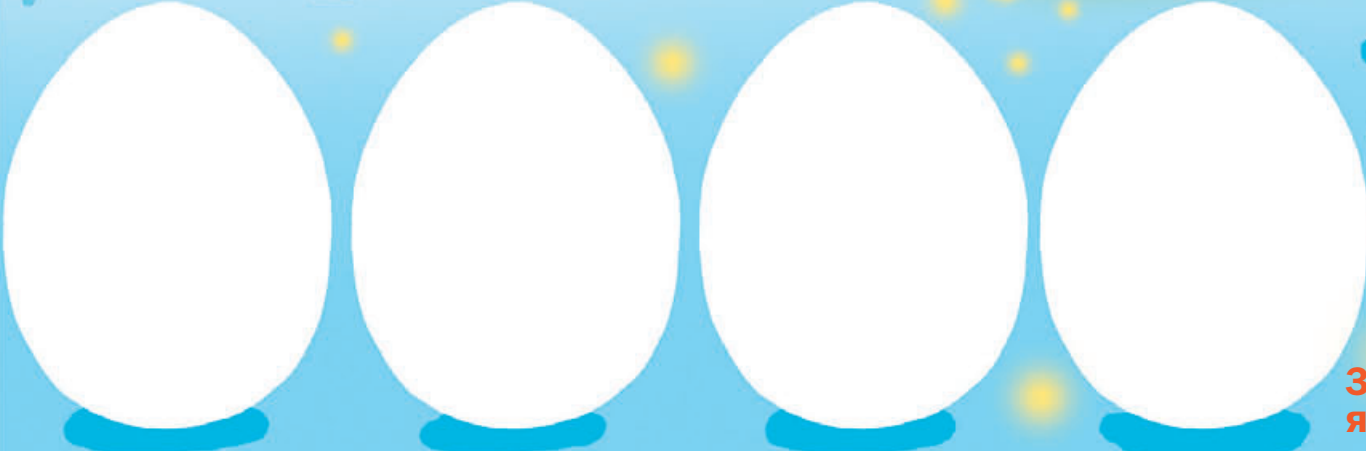
1. Помогите маме-курице пройти по лабиринту к своему цыплёнку.



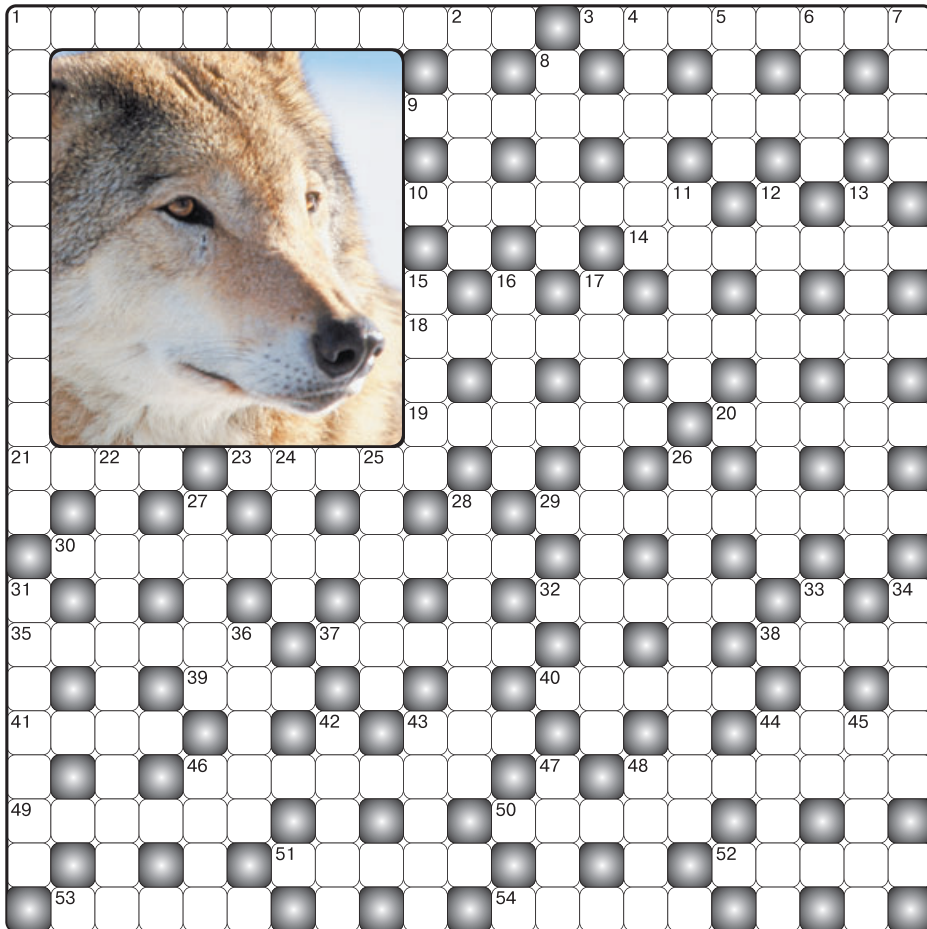
О	Т	Х	Ц	И	Р	О	З	А
Ш	М	Я	Ч	У	О	Е	У	И
Л	П	Т	О	А	Б	Ц	Ш	Г
Т	У	Л	С	Ы	Р	К	О	С
Л	Ы	Ж	И	Ш	Т	У	Л	К
С	П	Т	В	К	Ш	Л	У	К
Т	О	Р	Ы	Б	А	Р	К	Т
С	О	П	В	Л	С	К	Т	У



2. Найдите среди букв названия нарисованных растений, животных и предметов.



3. Раскрасьте яйца.



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!

– Холодец будешь есть?
– Нет, вчера уже ел!
– А суп?
– Суп буду.
– Вот и хорошо, – сказала жена и поставила холодец в микроволновку.

◆ ◆ ◆

Утренние лужи – это слёзы людей, которые не хотят идти на работу.

◆ ◆ ◆

– Ты чего трубку не берёшь?
– Прости, найти не могла.
– Телефон?
– Смысл с тобой разговаривать.

◆ ◆ ◆

Катя так быстро убежала от маньяка, что уже на втором круге догнала его и напала сзади.

◆ ◆ ◆

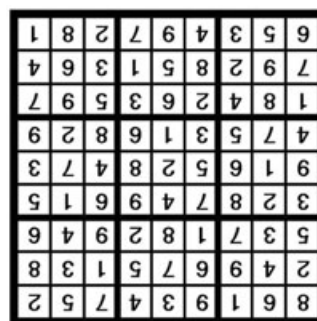
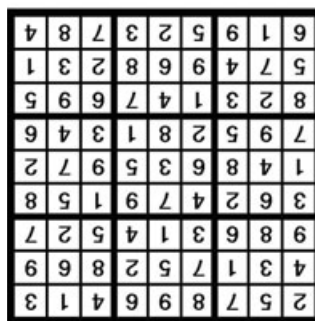
– Доктор, результаты анализов готовы? Я умираю от любопытства.
– Хм-м, ну почему же от любопытства...

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Бодибилдер мускулатуры мозга. 3. «Полосатик» на переезде. 9. Какая летучая мышь слышит чемпионом по скорости в горизонтальном полёте? 10. Водка, настоящая на пахучих травах. 14. Все министры вкупе. 18. Какой слой пьёт по утрам шампанское? 19. Сообщение «по служебной надобности». 20. Любимое хвойное дерево индейцев. 21. «Я смотрю на мир голубыми глазами сквозь розовые ...», поэтому мне всё фиолетово! 23. Хищница из большого бизнеса. 29. Какой экстремал кувырком с горы спускается? 30. Какой кинорежиссёр после смерти Любви Орловой женился на вдове своего сына? 32. «Протез» лысого. 35. Кого из наших артистов поляки считали «гением метаморфозы»? 37. Вооружённые силы страны. 38. Что, кроме смерти и налогов, «никогда не бывает вовремя»? 39. Ступенчатый. 40. «Муж за порог, а жена за ...». 41. Кресло для короля. 43. С каким классиком Оскар Уайльд спорил о коли-

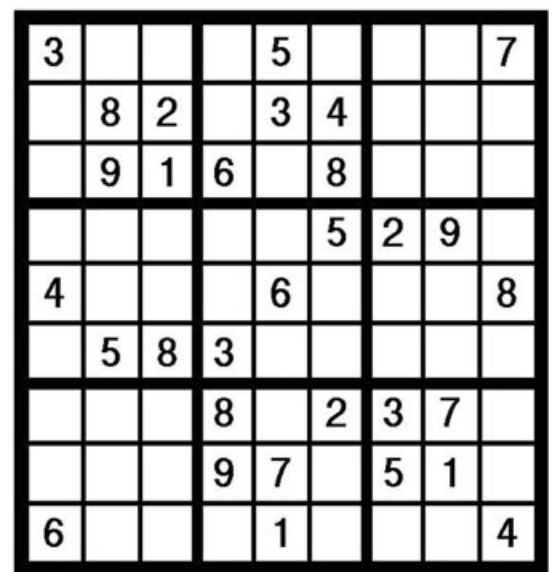
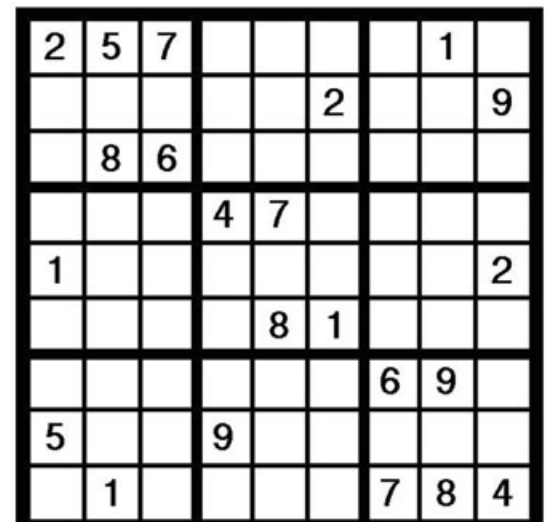
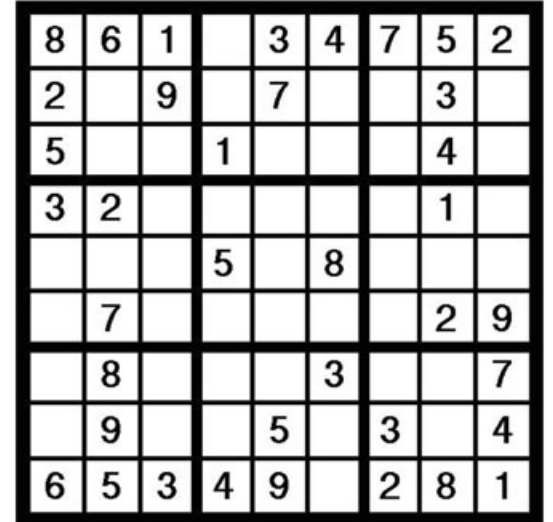
честве синонимов в их произведениях? 44. «Поющее одиночество». 46. Кто из воздушных асов стал командиром первого в Российской империи истребительного подразделения? 48. «Ниагарское шоу». 49. Тайна мужского рода. 50. Какого сериального героя Иван Охлобыстин считает желчностью и ироничностью похожим на доктора Хауса? 51. Разведочные работы. 52. Амурный блиц. 53. Занятие атлетов. 54. Прицеп к иголке.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Лихач среди поэтов. 2. «Струнный залп». 4. «Стрелец» из большого спорта. 5. В честь кого назван Всемирный центр Антропософского движения? 6. Древний германец. 7. Чья песня «Extrem ways» звучит в боевике «Идентификация Борна»? 8. Единственный город Израиля, где по субботам работает общественный транспорт. 11. Лимузин советских времён. 12. Медитация прозрения. 13. Через какое море проходит Северный морской путь? 15. Польский

кинорежиссёр, чей отец был расстрелян в Катини. 16. Что пьют герои комедии «Скромное обаяние буржуазии»? 17. Система, позволяющая людям, которым везёт, оплачивать проблемы тех, у кого чёрная полоса в жизни. 22. В какой трубке узоры мелькают? 24. К чему якобы открывают путь «криптограммы Бейла»? 25. «С утра я ..., вечером – лентой, и только в промежутке бью баклуши». 26. Советский физик с Нобелевской премией. 27. Ядро коллектива. 28. Какой актёр сыграл главную роль в первом чёрно-белом фильме Эльдара Рязанова? 31. Возражение на суде. 33. «Наводнение времён Ноя». 34. Финалист лабиринта. 36. Тревожный звон. 42. Семейный ... 43. «Вот сдавили за шею деревню каменные руки ...». 44. «Ноздря ракеты». 45. Чья тень навещала ночами влюблённого Петрарку? 46. Чьи орешки популярны? 47. Снежные бегунки. 48. Чья кровь вселяла мужество в викингов перед боем?



44. Соло. 45. Лягушка. 46. Кепка. 47. Лыжи. 48. Волк. 49. Шоссе. 50. Бокс. 51. Плот. 52. Бокс. 53. Шоссе. 54. Шоссе. 55. Бокс. 56. Бокс. 57. Бокс. 58. Бокс. 59. Бокс. 60. Бокс. 61. Бокс. 62. Бокс. 63. Бокс. 64. Бокс. 65. Бокс. 66. Бокс. 67. Бокс. 68. Бокс. 69. Бокс. 70. Бокс. 71. Бокс. 72. Бокс. 73. Бокс. 74. Бокс. 75. Бокс. 76. Бокс. 77. Бокс. 78. Бокс. 79. Бокс. 80. Бокс. 81. Бокс. 82. Бокс. 83. Бокс. 84. Бокс. 85. Бокс. 86. Бокс. 87. Бокс. 88. Бокс. 89. Бокс. 90. Бокс. 91. Бокс. 92. Бокс. 93. Бокс. 94. Бокс. 95. Бокс. 96. Бокс. 97. Бокс. 98. Бокс. 99. Бокс. 100. Бокс.



ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ
И ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

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

**ЗА КАЛУЖСКОЙ
ЗАСТАВОЙ** №12 (440)

Газета Юго-Западного
административного
округа Москвы

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» М. Д. ЧКАНИКОВ

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

Распространяется бесплатно
на территории ЮЗАО г. Москвы

Дата подписания номера: 22.04.2022
Время подписания в печать:
по графику – 19.00, фактическое – 19.00

Отпечатано:
ООО «Типография «КомПресс-Москва»
141407, г. Химки, Нагорное ш., д. 2,
корп. 9, пом. А

Заказ № 1792

Тираж 407 400 экз.

По вопросам доставки звоните
по тел. +7 (495) 646-57-57
E-mail: uzao_readers@aif.ru

По вопросам размещения рекламы
обращайтесь в ООО «Русалка-медиа»:
+7 (495) 933-35-72, +7 (916) 668-14-20

12+