

ЗАКАЛУЖСКОЙ СТАВОЙ

Газета
Юго-Западного
административного
округа Москвы

№ 37 (415) 27 сентября – 3 октября 2021 [VK gazetauzao](#) [f gazetauzao](#) [gazetauzao](#) [uzaomedia](#)



ФОТО MOS.RU

Сергей Собянин:

«Проблемы, поднятые во время избирательной кампании, заслуживают внимания»



20

«Воробьёвы горы и Нескучный сад посещают ночами»

► Актёр Максим Аверин – об особенных местах на юго-западе Москвы.

- Как записать ребёнка в технопарк?
- Как изменился Черноморский бульвар в Зюзино?
- Где в Котловке прошла «тропа здоровья»?
- На каких станциях метро можно сесть в поезд Университета транспорта?



ФОТО ИГОРЯ ХАРИТОНОВА

В 2–3 РАЗА
МЕНЬШЕ ВРЕМЕНИ
МОЖНО БУДЕТ ТРАТИТЬ
ПОСЛЕ ВВОДА НАШЕГО
УЧАСТКА БКЛ

Начало новой жизни

Так называют жители ЮЗАО
скорое открытие станций
Большого кольца

Жительница округа Екатерина Плюхина с маленьким Женей очень ждут открытия станции «Каховская» БКЛ – им станет удобнее добираться до бабушки. С вводом Большого кольца дорога станет удобнее для 220 000 москвичей.

Не только церковные предметы

► Гид по воскресным школам нашего округа.



12

Лучший чай для осеннего дня

► Готовим полезный, согревающий и оздоравливающий напиток для всей семьи.



22

Прививка за 15 минут

► Мобильные пункты вакцинации от гриппа открылись в 2 точках ЮЗАО.



9

Выбрали самых достойных

Наш округ в нижней палате парламента будут представлять космонавт Роман Романенко, доктор Александр Румянцев и эксперт в области ЖКХ Светлана Разворотнева

► На прошедших выборах «Единая Россия» безоговорочно победила в столице: здесь партия взяла не только большинство одномандатных округов, но и выиграла с ощутимым перевесом по партийным спискам.

Люди реальных дел

Что помогло партии прийти к такому результату? Во-первых, объективно сильные кандидаты, выдвинутые в Москве. Люди, которых поддержал Сергей Собянин, — это те, кто не словами, а делами доказал, что работает на благо города и горожан.

«Я выражаю огромную благодарность всем, кто проголосовал за меня. Моя победа — это итог работы, которую я и моя команда проделали. Я провела более 800 встреч, получили почти 2 тыс. наказов, многие из них ещё до начала выборов были удовлетворены, — рассказывает Светлана Разворотнева нашей газете. — Мы смогли ускорить проведение капитального ремонта в 21 многоквартирном доме, добились проведения благоустройства в 52 дворах, очистки Чертановского пруда. Жители сами были активны. Я стала советником мэра и частью мощной команды города Москвы. Уверена, что такой команде абсолютно всё по плечу».



Светлана Разворотнева отметила, что благодаря тому, что она стала частью этой команды, у неё появились дополнительные рычаги для решения обращений горожан. Каждый москвич должен получать поддержку от того депутата, которого он выбрал. «Вместе мы сможем сделать так, чтобы каждый из наших 10 районов развивался, жизнь стала комфортнее, а голос жителей был услышан и влиял на планы развития города. Впереди у нас 5 лет плодотворной работы, этот путь мы пройдем вместе», — добавила депутат.

В составе новой Государственной думы РФ академик РАН Александр Румянцев планирует последовательно бороться за улучшение здравоохранения в России. По итогам голосования основатель Центра им. Д. Рогачёва



заявил Александр Румянцев. — Вывести российскую медицину на новый уровень можно, если ежегодно увеличивать федеральный бюджет на здравоохранение». Он добавил, что дополнительные средства бюджета необходимо направить на технологическое обновление, укрепление кадрового потенциала, повышение зарплат медперсонала, бесплатное лекарственное обеспечение, развитие медицинской науки, специальные программы. По словам Румянцева, поддержка избирателей — это большая ответственность для него и прежде всего новый вызов. «Только стратегический подход и четко разработанный план действий позволили мне и моим коллегам-медикам выстроить эффективно работающую систему лечения и реабилитации детей с онкологическими заболеваниями в России. Надеюсь, что и в стенах Госдумы мы сможем добиться



От «Единой России» в Госдуму прошли люди из разных областей, каждый из которых — профессионал.

занял 1-е место, набрав 34,6% голосов избирателей в 209-м Черёмушкинском одномандатном округе города Москвы.

«Спасибо всем вам за оказанное доверие. Хочу отметить, что итоги выборов в 209-м избирательном округе Москвы — это не только моя, это наша общая победа. Избиратели проголосовали не просто за кандидата Румянцева, а за перезагрузку российской медицины, за повышение качества жизни в нашей стране. В Госдуме я буду добиваться ежегодного увеличения расходов на здравоохранение в России, — заявил Александр Румянцев. — Вывести российскую медицину на новый уровень можно, если ежегодно увеличивать федеральный бюджет на здравоохранение».

Он добавил, что дополнительные средства бюджета необходимо направить на технологическое обновление, укрепление кадрового потенциала, повышение зарплат медперсонала, бесплатное лекарственное обеспечение, развитие медицинской науки, специальные программы. По словам Румянцева, поддержка избирателей — это большая ответственность для него и прежде всего новый вызов. «Только стратегический подход и четко разработанный план действий позволили мне и моим коллегам-медикам выстроить эффективно работающую систему лечения и реабилитации детей с онкологическими заболеваниями в России. Надеюсь, что и в стенах Госдумы мы сможем добиться

того, к чему я стремился всегда, — ежедневно, шаг за шагом улучшать качество жизни людей», — подчеркнул Александр Румянцев.

Третий кандидат, депутат Госдумы двух прошлых созывов, полковник ВС, космонавт, Герой России Роман Романенко, известен своими реальными делами: он участвует в разработке проекта метро в Южном Бутове (эта станция нужна 4 тыс. жителей), поддерживает экологические акции в округе (например, принимал участие в очистке пруда в Битцевском лесу), развивает любительский спорт в округе (поддержал запуск спортивного кластера в Ясенево).



Нетрудно заметить, что в итоге на выборах «сошлись» два списка: список «Умного голосования» и «список Собянина». Эти выборы показали, что москвичи

От метро до поликлиник

устали от пустой болтовни и беспочвенных истерик оппозиции, которые, разжигая эмоции на пустом месте, заканчиваются полным отсутствием результата. В противовес им кандидаты от партии власти уже проявили себя — благодаря работе мэрии с «Единой Россией» было реализовано много важных городских проектов: от строительства метро до создания современных поликлиник. Рейтинг Собянина в последние годы стабильно высокий. Поэтому люди, попавшие в его список, априори вызывали доверие горожан. Есть и ещё одна причина победы «ЕР»: партия активно призывала участвовать в электронном голосовании, что привело на дистанционное

Итоги голосования:

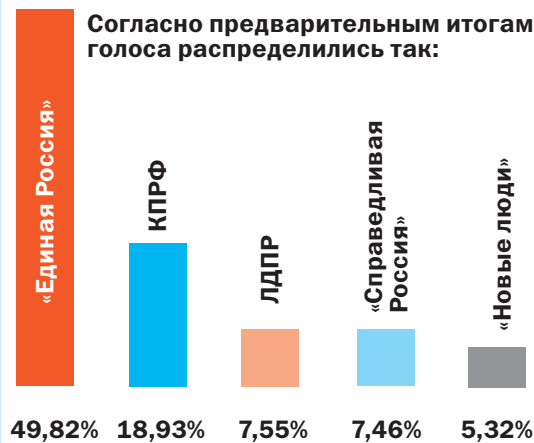
50,3%

Итоговая явка на выборах в Москву

324

мандата у «Единой России» в ГД

Согласно предварительным итогам, голоса распределились так:



Сергей Собянин: «Москвичи проявили очень высокую активность — около 50% избирателей пришли на избирательные участки или отдали свой голос в системе электронного голосования. Спасибо вам, друзья, за то, что проявили свою гражданскую позицию. Итоги голосования отражают всю палитру мнений и убеждений, которых придерживаются жители нашего города. Спасибо всем, кто проголосовал за «Единую Россию». За тысячи наказов, которые вы дали своим депутатам. Проблемы, поднятые во время избирательной кампании, заслуживают внимания, чьими бы сторонниками они ни высказывались. Спасибо огромному отряду наблюдателей и Общественному штабу, которые следили за выборами, контролировали, обеспечивали честность всех избирательных процедур».

голосование людей, которые обычно не ходят на выборы: проголосовать можно было днём и ночью, из Москвы или из любой другой точки мира, не отрываясь от работы или проведения времени с семьёй. Эту простую и удобную технологию почему-то решили игнорировать оппозиционеры — и тем самым оттолкнули от себя «ленивых» избирателей, запретив им голосовать на ДЭГ: эти люди и рады были бы проголосовать за своих кандидатов, но прийти на участки не собрались, а отдать голос онлайн им «запретили» лидеры.

В Госдуме — обновление

В Госдуме — обновление

«Единая Россия» взяла курс на обновление, привлечение в Думу разноплановых людей, специалистов в разных областях (и часто не политиков даже). Там и врачи, и юристы, и журналисты, и специалисты по поиску пропавших людей. Это люди реальных дел, а не пустых слов, как уже неоднократно замечалось.

ЯНА СМЕРНОВА,
ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

Переедем – будем жить

В Черёмушках стартовало строительство ещё одного дома по программе реновации

► Хорошая новость для жителей пятиэтажек Черёмушек, мечтающих переехать в новое жильё: в районе начали строить очередной реновационный дом.

«На улице Новочерёмушкинской, 56/3, ведётся строительство жилого дома для переселения по программе реновации. Ввод в эксплуатацию планируется в 2023 году. В настоящее время на площадке ведутся работы по устройству котлована», – сообщил



**руководитель
Департамента
строительства
Москвы Рафик
Загрудтинов.**



Таким будет новый дом на Новочерёмушкинской, 56/3.

ПО ВСЕМ СОВРЕМЕННЫМ СТАНДАРТАМ

В здании на Новочерёмушкинской, 56/3, будет 201 квартира: 41 однокомнатная, 137 двухкомнатных и 23 трёхкомнатные. Все жилые помещения отделают по стандартам программы реновации. При внешней отделке строители применят систему вентилируемого фасада – с ис-

пользованием керамогранитных плит белого, бежевого и коричневого цветов. На фасадах установят корзины для кондиционеров, а под домом разместят одноуровневую автостоянку. Первые этажи отдадут под офисы, технические помещения, магазины, кафе, салоны красоты, спортклубы, кружки и секции для детей. В вестибюле жилой части разместят колясочную, комнату консьержа, кладовую и зону почтовых ящиков. В каждой секции дома установят лифты грузоподъёмностью 400 и 1000 кг. Новостройку оснастят системами охраны входа в здание, оповещения и управления эвакуацией при пожаре, а также видеонаблюдением. Во дворе обустроят детскую и спортивную площадки, разобьют газоны и цветники, высадят деревья и кустарники, а также разместят плоскостную парковку.

А ЧТО В ОКРУГЕ В ЦЕЛОМ?

Всего в Юго-Западном округе в городскую программу реновации включено 520 жилых домов общей площадью 1 960 620 кв. м. Из них 449 домов по итогам голосования на АГ и в МФЦ, 71 – по итогам общих собраний.



Мэр часто приезжает проверять реновационные дома лично, интересуется мнением жителей о них.



ФОТО MOS.RU

В 42 386 квартирах проживают 99 480 человек. Число стартовых площадок в ЮЗАО на сегодняшний день – 53; больше всего их в Зюзино – 14 (из них на 13 уже идёт строительство). Далее идут Котловка (8 площадок), Коньково (7), Академический район и Южное Бутово (по 6). 14 новостроек уже введены в эксплуатацию, из них заселение завершено в 5 домах, а в 9 заселение идёт. В процессе строительства 22 дома. Горожане переселяются из 32 старых домов, причём переселение завершено из 18 зданий. 16 строений снесено.

ГОРОЖАНЕ ОБЖИВАЮТ НОВОСТРОЙКУ

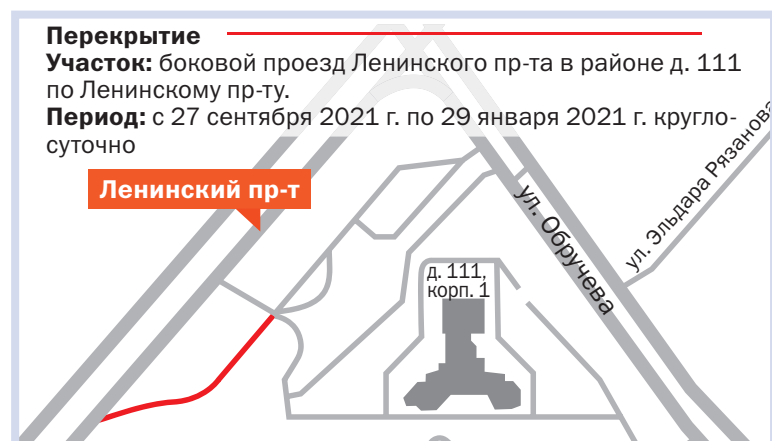
Программа реновации активно реализуется во всех округах Москвы. «В Хорошёво-Мнёвники тоже пришла реновация, это первый дом, построенный для участников программы. Часть горожан, которые жили возле станции метро «Народное

Ополчение», мы переселили. Кроме того что в районе реализуется программа реновации, ещё и построена новая станция метро», – сказал **Сергей Собянин**, осмотрев новостройку, построенную по программе реновации в Северо-Западном округе. Дом на улице Демьяна Бедного передали под заселение в мае этого года. В двух домах завершены строительные работы и планируется начать переезд жильцов. Здания находятся по адресам: ул. Мнёвники, д. 6А, и Карамышевская наб., д. 22А. Ещё 8 объектов строятся или проектируются. «Так что мы делаем всё для тех, кто рядом проживает, чтобы им было комфортно, найдём хорошие дома для переселения, всё будет построено, никому не нужно волноваться», – заявил Сергей Собянин. С таким же подходом – чтобы всем было комфортно и удобно – идёт переселение в ЮЗАО.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

Боковой проезд Ленинского проспекта будет временно закрыт до января

До 29 января нельзя будет проехать по обозначенному на карте параллельному боковому проезду Ленинского проспекта в районе улицы Обручева. Временные неудобства связаны со строительством метрополитена.



ФОТОФАКТ



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Жители одного из домов по улице Академика Пилюгина украшают палисадник перед домом, время от времени меняя композиции. Сейчас там можно увидеть вот такую осеннюю инсталляцию.

ФАКТЫ

► В Зюзине началось строительство жилого дома для переселения по программе реновации. Здание возводят на ул. Керченской, вл. 2. В доме будет 147 квартир: однокомнатных – 34, двухкомнатных – 100, трёхкомнатных – 13. Сейчас там ведутся работы подготовительного периода. Ввод в эксплуатацию предусмотрен в 2023 году.

► В Обручевском районе готовится к открытию Филиал № 1 Городской поликлиники № 11 (бывшая поликлиника № 88). Здание на ул. Архитектора Власова, д. 31, капитально отремонтировано по новому московскому стандарту поликлиник. На благоустроенной территории оборудовали зону отдыха с навесом, создали велопарковку.

► В Тёплом Стане демонтировали незаконную торговую палатку. Она была пристроена к жилому дому 10 по ул. Академика Бакулева. Снос завершён, территория уже благоустроена.

► Школьники из Южного Бутова привели в порядок самую большую в стране братскую могилу. Речь идёт о воинском захоронении в деревне Вериго Зубцовского района Тверской области. В работах приняли участие старшеклассники школы № 1354 из поискового отряда «Стерх».

► В Гагаринском районе можно будет найти себе домашнего питомца. На площадке возле Черёмушкинского рынка на ул. Вавилова, д. 64/1, 10 октября с 13.00 до 18.00 пройдёт выставка – пристройство животных в добрые руки «Любимые друзья».

ЦИФРА

37

поющих соловьёв насчитали орнитологи минувшим летом в Ясеневе. Это число самое большое по Москве. Всего в городе специалисты зафиксировали 176 голосистых птиц.

Выбор по щелчку мышки

Половина избирателей в Москве проголосовала онлайн



ФОТО АГН МОСКВА

За ходом голосования в Москве следили 16 тыс. наблюдателей.

► **Явка на электронное голосование в Москве побила все рекорды: из 2 014 765 зарегистрировавшихся человек пришли на «электронные участки» и проголосовали 1 943 590 человек – то есть 96,5%!**

Онлайн проголосовали и большинство первых лиц: президент Владимир Путин и его пресс-секретарь Дмитрий Песков (выигравший, кстати, в акции «Миллион призов» 10 000 баллов), премьер-министр Михаил

Мишустин, мэр Москвы Сергей Собянин. «Очень удобно, – поделился впечатлениями мэр. – Это комфортный, надёжный и безопасный способ выразить свою гражданскую позицию, особенно в условиях пандемии».

Претензий к системе дистанционного голосования нет: она сработала чётко, отлаженно и эффективно. «Попытки взлома были, но они не удалась», – рассказал **руководитель Общественного штаба по наблюдению за**

выборами Алексей Венедиктов. Для тех, кто сомневается в чистоте подсчётов, Венедиктов предложил провести аудит системы голосования.

Высоко оценили механизм электронного голосования зарубежные эксперты. И пускай ещё не для всех москвичей такой метод изъяснения своей воли привычен, за ним однозначно будущее – в такой оценке сходятся все эксперты.

ЯНА СМЕРНОВА,

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Мнения жителей



Людмила Теплинская, сотрудник библиотеки № 179, жительница Ломоносовского района:

– Я проголосовала дистанционно, потому что это очень удобно. Я сильно занята на работе, а тут предоставили возможность никуда не ходить и при этом принять участие в выборах. Кроме того, сейчас достаточно серьёзная ситуация с коронавирусом, и лучше по возможности избегать общественных мест. Я использовала смартфон, никаких технических сбоев не было, всё прошло очень хорошо. К сожалению, я ничего не выиграла по акции «Миллион призов», но совсем не расстраиваюсь по этому поводу.



Вячеслав Ванев, житель района Черёмушки:

– Я физически не мог быть на своём избирательном участке, поэтому проголосовал дистанционно с ноутбука. Считаю, что нельзя упускать такое важное мероприятие для нашей страны, как голосование, ведь на выборах мы все показываем, каким хотим видеть наше государство. Сейчас с каждым новым голосованием увеличивается явка избирателей. Это говорит о том, что граждане стали более внимательно относиться к будущему страны. С технической точки зрения дистанционное голосование прошло хорошо, никаких проблем не было.

МНЕНИЯ ЭКСПЕРТОВ



Александр Левашов, главный редактор TAdviser:

– Раньше ДЭГ

проводилось только в столице. На этих выборах – ещё в 6 регионах.

– Как вы считаете, будет ли московский эксперимент ДЭГ распространяться и дальше по субъектам РФ? Связано ли это с масштабной цифровизацией разных сфер жизни?

– Уверен, что электронное голосование в ближайшее десятилетие полностью вытеснит бумажные выборы. Но конструкторам, технологам и маркетологам ДЭГ ещё предстоит выработать комплекс мер, правил, методик, нацеленных на максимальную прозрачность, надёжность и безопасность процесса, чтобы минимизировать возможные вопросы общества и максимизировать доверие.



Дмитрий Орлов, гендиректор Агентства политических и экономических коммуникаций:

– Главное, что это легитимные выборы. Это адекватное отражение воли избирателей. В Москве не удалили ни одного наблюдателя, была спокойная атмосфера. А ДЭГ усиливает возможность граждан выразить своё мнение, повлиять на кампанию. Я согласен, что это технология будущего. Думаю, что на выборах 2034 года 80% голосов будут подаваться электронно. При этом наблюдатели не ставят под сомнение итоги выборов. Это высокая и технологичная процедура. Нет людей, спикеров и политиков, которые сомневаются в итогах. Очевидно, что эти выборы приняты политическим классом и обществом.

Каждый восьмой из голосовавших онлайн выиграл подарок

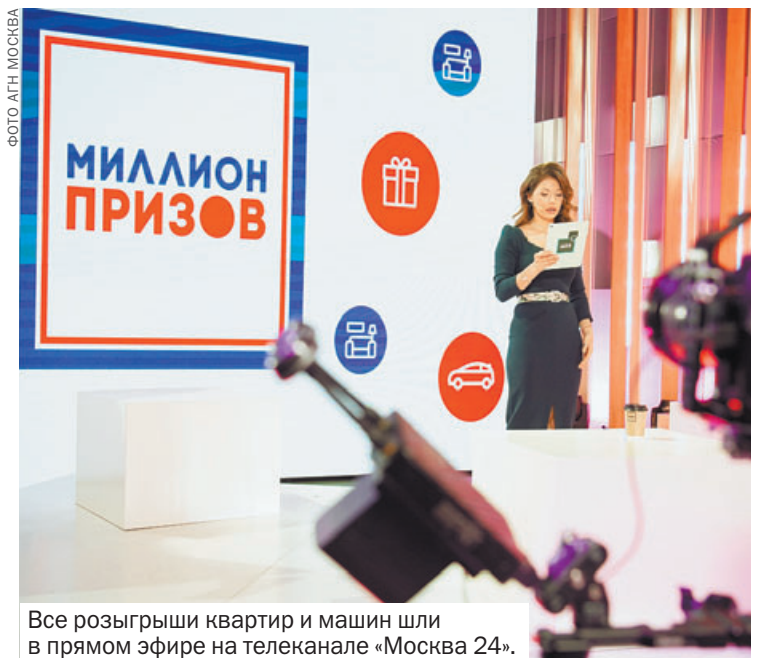
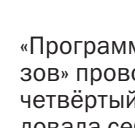


ФОТО АГН МОСКВА

Все розыгрыши квартир и машин шли в прямом эфире на телеканале «Москва 24».

► **Всего в акции #ВыбираемВместе программы «Миллион призов» приняли участие более 1,9 млн проголосовавших онлайн на выборах в Госдуму. Призы выиграли более 250 тыс. человек. Об этом рассказал вице-президент**

Московской торгово-промышленной палаты Владимир Мохте.



«Программа «Миллион призов» проводится в Москве уже четвёртый раз. И зарекомендовала себя как эффективный социально-экономический инструмент, – подытожил Владимир Мохте. – В этот раз программа получилась более масштабной – впервые были разыграны квартиры. Кроме 21 квартиры были разыграны 100 автомобилей и 250 тыс. призов».

Победителей определил генератор случайных чисел – как и на всех предыдущих розыгрышах. Все призы разыгрывались в течение трёх дней. Так, например, квартиры распределили так: в первый день было разыграно 10 квартир, во второй – пять и в третий – шесть.

А в октябре в Московской торгово-промышленной палате состоится торжественное вручение ценных призов. А вот выигранные призовые баллы можно тратить уже сейчас самостоятельно – обменять их на купоны или

Очень важно!

Всем победителям обязательно до 30 сентября нужно зайти на сайт ag-vmeste.ru и активировать промокод. Все неактивированные коды аннулируются.

использовать иным образом необходимо до 31 декабря, чтобы баллы не сгорели. Уже более 200 тыс. победителей акции активировали свои призовые коды на сайте, рассказал **руководитель**



государственного казённого учреждения города Москвы «Новые технологии управления» Александр Пищелко.



Ресторатор Алексей Васильчук, чей бизнес участвовал в акции, поделился, что выигрыш тут двусторонний:

«Эта акция проходит успешно – она поддерживает людей и стимулирует бизнес. К нам приходят люди и тратят свои баллы. Я помню, что после последней акции 10% гостей приходили к нам с купонами, и это была нам хорошая поддержка, особенно в период локдауна. И сейчас это будет хорошая поддержка», – сказал он.

ЯНА СМЕРНОВА

За ними будущее

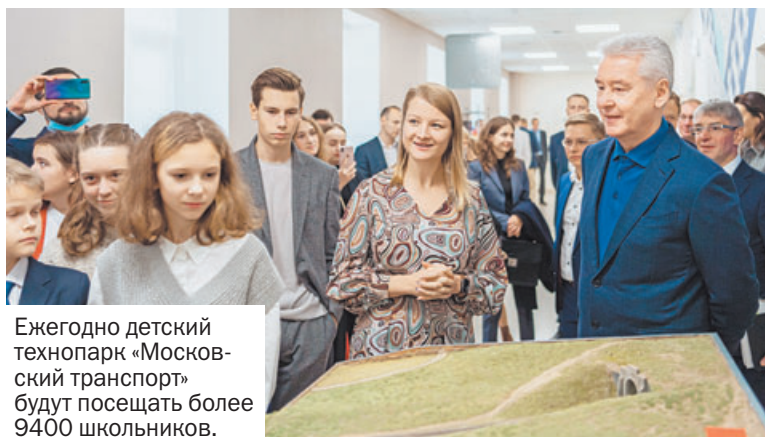
Как устроены детские технограды столицы и кто может туда попасть

► Детскому технопарку МФЮА «Наукоград», что на ул. Введенского, д. 1А, скоро исполнится четыре года. За это относительно короткое время к миру высоких технологий приобщились здесь более 15 тыс. школьников, и многие из них уже достигли признания в качестве изобретателей.

Недавно ученики школы № 1205 в Черёмушках, которыми руководит педагог «Наукограда» Алексей Чумаченко, на XXIV Московском международном салоне изобретений и инновационных технологий «Архимед-2021» стали обладателями золотой медали и победителями в номинации «Лучшее изобретение научно-технического творчества молодёжи». Ребята создали проект «Мобильный, быстроразворачиваемый, автономный госпиталь», что во время пандемии крайне актуально.

МИССИЯ ВЫПОЛНИМА

«Миссия детского технопарка – помочь ребёнку самоопределиваться и самореализоваться. Здесь учащиеся пробуют себя в разных областях науки, пробуют разобраться в новых технологиях. Также «Наукоград» готовит учащихся к различным творческим конкурсам, чемпионатам WorldSkills, KidSkills и другим, позволяющим участникам сделать ещё один шаг к построению карьеры в профессиональной среде. В детских технопарки было вложено много и средств, и души – всё это для поддержки будущих двигателей прогресса», – рас-



Ежегодно детский технопарк «Московский транспорт» будут посещать более 9400 школьников.



сказывает директор «Наукограда» Светлана Забелина.

Директор уточнила, что в детском технопарке реализовываются более 20 программ. Из новинок – курс биотехнологий. Ребята с интересом осваивают профессии будущего. А ещё на базе «Наукограда» реализуется проект семейных мастер-классов. Взрослые и дети занимаются вместе, а творчество детей с родителями – это ещё и отличный способ коммуникации и налаживания семейных связей. Надо лишь успеть записаться на сайте naukograd.mfua.ru.

СТОЛИЦА ПРИРАСТАЕТ ТЕХНОПАРКАМИ

На днях Сергей Собянин открыл новый, 19-й детский технопарк столицы. Он создан на базе Российского университета транспорта (МИИТ), а называется «Московский транспорт». Расположился новый технопарк в историческом

здании университета на улице Образцова.

«Это совместный проект Правительства Москвы, Министерства транспорта и ведущего транспортного университета нашей страны. Надеюсь, что ребята, которые побывают в технопарке, пройдут уроки, которые здесь очень интересные, классные, современные, полюбят и железнодорожный, и городской транспорт», – отметил мэр Москвы.

ПРОДУКТИВНАЯ ПЯТИЛЕТКА

За 5 лет существования детских технопарков их слушателями стали 344 тыс. учащихся. «Многие из них получили навыки инженерной работы, мно-

гие поступили в федеральные вузы, в том числе и в Бауманку, и в МГУ, и в другие ведущие институты. Многие пока учатся в школах, но те уникальные современные навыки, которые получают ребята в этих технопарках, конечно, останутся на всю жизнь, привьют им интерес к занятиям наукой, техникой, новейшими технологиями», – подчеркнул Сергей Собянин. В детских технопарках обучение ведут по 350 программам в рамках 41 направления. На электронной платформе technopark-kids.ru зарегистрировано более 181 тыс. уникальных посетителей и проведено 2868 мероприятий, что было особенно важно в период действия эпидемиологических ограничений.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



В «Наукограде» посетителей встречает весёлый и общительный робот.

ФАКТЫ

► Цифровой двойник Москвы стал лауреатом всероссийской премии «Проф-IT.2021». Это один из ключевых проектов в сфере цифровизации столичного Стройкомплекса. Он позволяет не только получить подробную и наглядную информацию о зданиях и инженерных системах, но и спрогнозировать, как новый объект впишется в существующую городскую застройку.

Более 2200 дворов планируется благоустроить в столице в 2022 году.

Прокладываются дорожки и тропинки, меняется асфальт в междворовых проездах, ремонтируются и оборудуются детские игровые площадки. По запросу жителей столицы специалисты создают дополнительную инфраструктуру: оборудуют воркаут-площадки, спортивные поля, устанавливают столы для пинг-понга, фонтаны и декоративные фигуры.

В Нескучном саду и на участке между улицей Косыгина и Воробьёвской набережной специалисты привели в порядок тропинки и дорожки.

Строители обновили ливневую систему, укрепили склоны. Также работы были проведены у Андреевского пруда: на набережной восстановили разрушенное асфальтовое покрытие, сделали новый каркас и ступени лестницы, поставили современные опоры освещения.

На Андреевском мосту смонтируют конструкцию протяжённостью почти 222 м с 6-метровыми панелями.

Она станет продолжением уже существующего экрана. А в общей сложности длина нового шумозащитного ограждения на мосту составит почти 316,5 м. А старые панели экранов также заменят новыми.

ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

66 спасённых жизней

► Скоро в Южном Бутове у водоёмов будут нести дежурство подвижные спасательные посты.

В Информационном центре Правительства Москвы о своей работе в летний период отчитались сотрудники столичных спасательных служб. Лето-2021 выдалось жарким: зной стоял в общей сложности 58 дней. Люди купались – и далеко не всегда там, где это разрешено. Тем не менее по отношению к прошлому лету-2020 число происшествий на воде в нынешний купальный сезон снизилось на 17%. К сожалению, 34 человека утонули. Да, это меньше, чем

в 2020-м (тогда жертв было 38), но это не повод расслабляться. «За купальный сезон сотрудники водной инспекции смогли добиться снижения числа погибших на 11% по сравнению с прошлым годом. Всего за лето спасатели смогли сохранить 66 человеческих жизней», – сообщила



руководителя территориального органа МЧС России по Москве Надежда Ершова. В нашем округе популярностью пользуются Большой Тропарёвский пруд в Тёплом Стане и Черневский пруд в Южном Бутове. К сожалению, и там

и там минувшим летом зафиксированы трагические случаи. В частности, вечером 26 июля отдыхающие на Черневском пруду заметили, что женщина ушла под воду и длительное время не выныривает. Прибывшие по вызову спасатели подняли со дна безжизненное тело. К слову, в Черневском пруду купаться запрещено, о чём сообщают соответствующие знаки. В столице сейчас действуют 24 стационарные поисково-спасательные станции. В их арсенале находятся 169 плавсредств и 33 автомобиля. Но правильным было бы, отметил замглавы столичного Департамента по делам



гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности

Андрей Иванов, чтобы в городе было больше подвижных спасательных постов. – Без наземной группировки и правильного мониторинга ситуации не обойтись. Поэтому подвижные спасательные посты со специализацией водолазного дела, наличием беспилотного летательного аппарата, небольшого плавсредства необходимы. Всё это при помощи ПСП может оперативно доставляться в разные точки акватории. У нас есть предложения о том, как обновить парк техники и скорректировать работу на купальный сезон 2022 года, – отметил Иванов.

ЦИФРА

60 тыс.

водных растений высадили специалисты Комплекса городского хозяйства на благоустроенных прудах в 2021 году. В частности, новое «зелёное убранство» получил Верхний Коньковский пруд.

Долгожданное «КОЛЬЦО»

Сергей Собянин провёл технический пуск южного участка Большой кольцевой линии

► **Запуск отрезка Большой кольцевой, проходящего по территории нашего округа, всё ближе. Речь идёт о новых станциях «Новаторская», «Воронцовская» и «Зюзино», а также реконструированной «Каховской».**

Синергетический эффект

Мэр Москвы подчеркнул, что завершение строительства южного участка БКЛ длиной в 6,4 км стало серьёзным рубежом в реализации программы развития метро. С 2011 года в городе построили 100 новых станций – это значит, что столичное метро стало в 1,5 раза больше.

«Когда запустим всё кольцо, это, конечно, даст огромный синергетический эффект: снизятся нагрузки на радиальные направления, на улично-дорожную сеть, совершенно другая ситуация будет в целом в метрополитене. Так что мы последовательно, шаг за шагом, идём к тому, чтобы завершить этот огромный проект строительства Большой кольцевой линии метро, самой большой кольцевой линии в мире», – добавил Сергей Собянин.

Последние нюансы

«В предыдущие две недели мы запустили шесть станций на БКЛ, и сегодня ещё четыре станции запущены в пробную



Сергей Собянин поблагодарил метростроителей за проделанную работу (на фото – станция «Каховская» БКЛ).

ФОТО MOS.RU

эксплуатацию. Ходят внутри поезда, обкатываются линии, начинаются пусконаладочные работы. Я надеюсь, что в скором времени поедут уже пассажиры. Запуск одновременно 10 станций – уникальный случай в истории метростроения, надеюсь, что он состоится. Остались следующие работы: убрать строительные площадки, благоустроить станции и обкатать пути», – отметил Сергей Собянин. Обкатка уже вовсю идёт. Специалисты смотрят, как работают устройства автоматики, телемеханики и управления движением поездов. Также профессионалы оценивают работу тяговой сети, поездной и диспетчерской радиосвязи, следят и за работоспособностью системы жизнеобеспечения станций. После испытаний мастера устранят все неисправности, наладят инженерные системы и устройства на станциях и в тоннелях.

Несомненное удобство

«Эти четыре станции, которые мы сегодня запускаем, улучшают транспортное обеспечение 700 тыс. человек из семи районов Москвы, давая возможность перемещаться между районами», – заявил Сергей Собянин. Метро шаговой доступности получают в том числе жители Ломоносовского, Обручевского районов, а также Черёмушек, Конькова и Зюзино. Просчитано, что вблизи новых станций проживает около 220 тыс. человек. Время, которое местные жители ежедневно тратят на поездки по городу, сократится до 40%. Кроме того, с открытием нового участка БКЛ существенно разгрузятся действующие станции метро «Калужская» (на 44%)

и «Севастопольская» (на 61%). Снизится нагрузка и на магистрали: улица Каховка станет свободнее на 15%, Профсоюзная улица и Севастопольский проспект – на 6%.

Три из четырёх станций южного участка будут пересадочными. С «Воронцовской» можно будет пересесть на «Калужскую» Калужско-Рижской линии, с «Каховской» – на «Севастопольскую» Серпуховско-Тимирязевской линии. В перспективе «Новаторская» станет пересадочной на одноимённую станцию строящейся Троицкой линии метро.

В оранжевых тонах

Станция «Новаторская» БКЛ расположена на пересечении улицы Новаторов и Ленинского проспекта и имеет два под-



В отделке станции «Воронцовская» БКЛ использованы высокопрочные и долговечные материалы.

ФОТО MOS.RU

На что идут деньги от платных парковок?

► **В нашем округе до конца этого года благоустроят более 185 дворов на деньги, полученные от платных парковок. Работы будут проведены во всех районах округа, причём не важно, есть ли в районе платные парковки или же нет.**

ОБНОВА ДЛЯ ДВОРОВ И УЛИЦ
В частности, во дворах района Черёмушки обновят асфальт, в Южном Бутове появятся новые парковочные карманы, а в Ясенево установят игровые городки и спортивные площадки для воркаута. На ряде улиц также появятся новые лавочки

и фонари, будут расширены тротуары. Средства, полученные от платных парковок, в полном объёме поступают в столичный бюджет и направляются на благоустройство придомовых территорий.

РЕШАЕМ МЫ САМИ

Администрация Московского парковочного пространства напоминает: чтобы принять участие в выборе проектов для благоустройства, местным жителям нужно проголосовать на портале «Активный гражданин» или обратиться к муниципальным депутатам.

Подробные сведения о планах и проведённых работах публикуются на сайтах управ районов в разделе «Благоустройство на средства от платных парковок».

БУДЕТ УДОБНЕЕ

Уже этой осенью в приложении «Парковки Москвы» появится функция синхронизации с календарём смартфона. Она поможет отслеживать сроки действия резидентных разрешений и абонементов, чтобы автомобилисты не забывали вовремя их продлевать. Приложение будет предла-

гать пользователям, которые с его помощью купили абонемент на уличные парковки или внесли плату за круглосуточное резидентное разрешение, отметить срок окончания их действия в календаре на мобильном устройстве. Если пользователь согласится, откроется окно календаря, где можно будет отредактировать параметры будущего уведомления – например, добавить напоминание за неделю, чтобы успеть продлить в срок. Кроме того, в приложение планируется добавить интерактивное меню со списком всех дру-

гих городских приложений на транспортную тематику: «Московский транспорт», «Помощник Москвы», «Велобайк», «Аэроэкспресс», «Метро Москвы».

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

По всем вопросам, связанным с платным парковочным пространством, можно обратиться в единый контакт-центр «Московский транспорт» по номерам: **+7 (495) 539-54-54** либо **3210** (бесплатно с мобильных телефонов).

земных вестибюля. Главный акцент дизайна – подвесной потолок, выложенный разноформатными панелями из триплекса с плёнкой трёх оттенков оранжевого цвета. Путевые стены закрыты навесной системой шумоглушения, центральный ряд колонн прямоугольного сечения облицован серым мрамором, пол выложен плитками из светло-серого гранита и чёрного габбро-диабазы.

С мечтой о звёздах

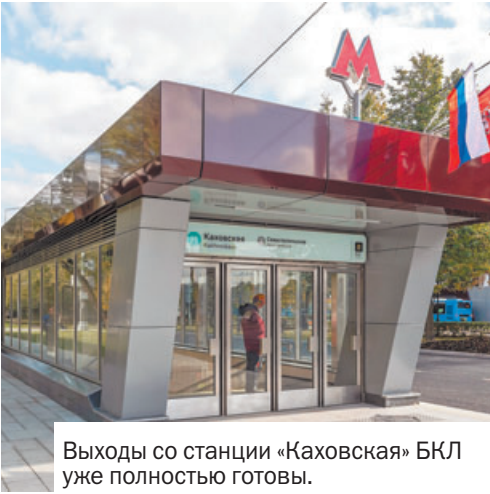
Станция «Воронцовская» БКЛ расположена на пересечении Профсоюзной улицы со Старокалужским шоссе. В октябре 2018 года за наименование «Воронцовская» проголосовало большинство жителей, принявших участие в опросе в проекте «Активный гражданин». Интерьеры станции ассоциируются с космической тематикой. Напомним, что рядом находится Институт космических

исследований РАН. Подвесной потолок на станции выполнили из алюминиевых элементов, расположенных на разной высоте. В конструкцию встроены неоновые светильники, создающие ощущение непрерывного движения – потока, напоминающего Млечный Путь.

Пчелиные соты

Станция «Зюзино» расположена на пересечении улицы Каховки с Севастопольским проспектом. Из двух вестибюлей можно выйти на обе стороны улицы Каховки и к Севастопольскому проспекту. В дизайне «Зюзино» использованы серые, чёрные и жёлтые цвета. Стены оформлены алюминиевыми панелями, колонны

ФОТО MOS.RU



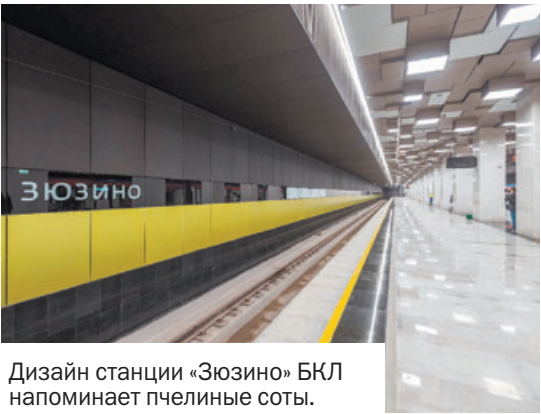
Выходы со станции «Каховская» БКЛ уже полностью готовы.

Сохранён исторический облик

На пересечении улиц Каховки, Азовской и Чонгарского бульвара находится станция «Каховская». Её построили по типовому проекту, популярному в 1960–1970-х годах, однако её отличительной

особенностью стали колонны в форме правильного восьмиугольника. Обычно на станциях, построенных по этому типовому проекту, колонны в сечении квадратные. Путевые стены «Каховской» украшены оригинальными литыми панно-барельефами, посвящёнными Гражданской войне. Во время реконструкции, которая началась весной 2019 года, исторический облик станции был максимально сохранён.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



Дизайн станции «Зюзино» БКЛ напоминает пчелиные соты.

ФОТО MOS.RU

Этапы ввода станций Большой кольцевой линии



МНЕНИЯ ЖИТЕЛЕЙ



Андрей Семёнов (Обручевский район):

– Вся моя семья безусловно ждёт открытия «Новаторской». Ребёнка на автобусе в школу приходится возить, теперь он на метро будет ездить. Станция будет в паре минут ходьбы от нашего дома. Теперь на метро и в центр города будет легко добраться, и в другие районы Москвы. Это будет очень удобно.



Алексей Челябин (Коньково):

– Я живу недалеко от «Калужской» и по работе часто езжу в Мневники, сейчас это проблематично: долго и неудобно. Теперь за полчаса добираться буду. Родственники мои на «Варшавской» живут, тоже выиграш по времени. Да и в принципе приятно видеть, как развивается столичное метро. Для мегаполиса это очень важно.



Майя Данилова (Зюзино):

– Работаю я в Печатниках, и, когда вся Большая кольцевая откроется, я по прямой буду доезжать за 20 минут до работы. Сейчас с пересадками трачу больше часа в одну сторону. А родители мои в Сокольниках живут, тоже напрямую будем ездить в гости. Очень удобно! Ну и другие ветки метрополитена наверняка разгрузятся.



Артём Закиров (Черёмушки):

– С интересом наблюдаю, как сейчас благоустраивается площадь у станции метро «Зюзино». Раньше она была безликой, теперь приобретает индивидуальный облик. Метро теперь будет в 5 минутах ходьбы от моего подъезда, это прекрасно. Раньше до ближайшей станции «Новые Черёмушки» полчаса шли или на автобусе 15 минут добирались.

ФОТОФАКТ



По серой ветке начал ходить тематический поезд в честь 125-летия Российского университета транспорта. Жителям нашего округа можно сесть в него на станциях «Нагорная», «Нахимовский проспект» и «Чертановская». Внутри вагонов – главные кадры о развитии РУТ (МИИТ): от Императорского московского инженерного училища до крупнейшего отраслевого университета. Прокачаться на уникальном поезде можно будет в течение полугода.

Реклама 12+ № лицензии ЛО-77-01-013191 от 29.09.2016

ВЕРАСТОМ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА

Москва, ул. Островитянова д. 9
ст. м. «Коньково»
8(499)737-3077, 8(495)795-9323,
8(985)226-0015 | www.verastom.ru

НОВЫЕ ЗУБЫ без обточки за 10 дней

Многие пациенты боятся лечить зубы, а уж тем более их обтачивать. Но современные технологии позволяют не прибегать к обточке зубов. Что предлагают в «Верастоме»?

Отвечает главный врач клиники «Верастом», доктор стоматологии высшей категории, ортопед **Сергей Александрович БЕЛИКОВ**.

У нас в клинике предлагают восстановить утраченные зубы при помощи мягких протезов, не требующих обточки, всего за 10 дней. Также активно применяется немецкая технология вантового протезирования, биосовместимые коронки из циркония, а также пломбы будущего из сверхпрочной керамики. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонтитом.

А как можно помочь этим пациентам?

Пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение и проводим процедуру плазмолифтинга для укрепления кости и десны.

Сейчас на эту процедуру идет акция: скидка 50%.

Подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. Так же делаем виниры которые не требуют обточки, закрывают все дефекты, в том числе оголение шейки и устраняют чувствительность зубов.

Переходите дорогу без наушников в ушах



ФОТО MOS.RU

С 20 сентября проходит Всероссийская неделя безопасности дорожного движения

сократилось на 40% – с 1043 до 634 человек. «Рассказываю, что мы делаем для дальнейшего

снижения количества ДТП с участием детей и подростков, – написал мэр. – Прежде всего продолжаем наводить порядок на дорогах. Интеллектуальная транспортная система обеспечивает автоматизированное управление транспортными потоками. А камеры фото- и видеофиксации нарушений ПДД и патрулирование сотрудников ГИБДД являются важнейшими инструментами профилактики опасной езды. Шаг за шагом наводим порядок в работе такси. Недавно внедрённая информационная система «Аналитика работы такси» позволяет контролировать режим труда и отдыха таксистов, не допуская переработок и чрезмерной усталости за рулём». За последние 10 лет в Москве построили 271 внеуличный пешеходный переход и организовали более 2,5 тыс. новых наземных переходов. Установили несколько тысяч новых светофоров. «Ежегодно вместе с ГИБДД проводим анализ пешеходных маршрутов, которыми активно пользуются дети и подростки, – продолжил мэр. – По итогам разрабатываются и реализуются рекомендации – как сделать их безопаснее: установить «лежачего полицейского» или островок безопасности, снизить разрешённую скорость движения или организовать

новый пешеходный переход». Рядом с образовательными учреждениями устанавливают контрастное освещение переходов, что помогает водителям вовремя увидеть пешеходов даже в тёмные зимние дни.



► «За последние 10 лет мы добились радикального снижения детской смертности и травматизма на дорогах Москвы», – написал в своём блоге Сергей Собянин. И рассказал, что в городе будет делаться дальше для безопасности юных пешеходов.

Число детей, погибших в ДТП, снизилось в 4 раза – с 12 человек в 2010 г. до 3 человек в 2020 г. Число пострадавших

снижения количества ДТП с участием детей и подростков, – написал мэр. – Прежде всего продолжаем наводить порядок на дорогах. Интеллектуальная транспортная система обеспечивает автоматизированное управление транспортными потоками. А камеры фото- и видеофиксации нарушений ПДД и патрулирование сотрудников ГИБДД являются важнейшими инструментами профилактики опасной езды. Шаг за шагом наводим порядок в работе

ВАЖНО

Недавние исследования показали (да вы и сами это видите каждый день), что 72% старшеклассников по дороге в школу используют смартфон: слушают музыку или сидят в сети. Конечно, так идти веселее, но, к сожалению, чревато огромной опасностью на дороге. Необходимо не устывая объяснять детям, что при переходе улицы использовать смартфон ни в коем случае нельзя.

ФАКТЫ

► Москва помогает предпринимателям развивать онлайн-бизнес по всему миру. Московский экспортный центр (МЭЦ), созданный Правительством Москвы, поддерживает тренд на онлайн-торговлю. Предприниматели могут совершить через крупнейшие в мире онлайн-платформы свои первые экспортные сделки или нарастить уже имеющийся объём продаж за рубеж. Стать участниками программы могут производители пищевой продукции, потребительских товаров и других категорий, зарегистрированные больше, чем полгода назад, и не имеющие задолженностей.

► Летом в Москве высадили 12 тыс. кустов роз. Чтобы растения хорошо перезимовали, их подкормят удобрениями, обрежут и укутуют специальным защитным материалом. В городе сейчас растут кустовые и почвопокровные розы – всего 20 различных сортов. Они отличаются цветами и формой кустов и бутонов. Например, светло-розовые розы «Леонардо да Винчи» похожи на пионы своей формой, а пудровые бутоны «Принца Монако» имеют бордовую окантовку.

В Москве благоустроили четыре тысячи дворов

► Масштабные работы завершены. Город получил порядка 4,2 тыс. га новых дворовых пространств.



Об этом рассказал заммэра по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Пётр Бирюков. Специалисты заменили асфальтобетонное покрытие, обновили тротуары и пешеходные дорожки, отремонтировали

существующие и установили новые детские площадки, а также поставили удобные лавочки и опоры освещения с энергосберегающими лампами. Осенью в обновлённых дворах высадят деревья и кустарники. Ранее все дворовые территории Москвы (более 24 тыс.) привели в порядок в соответствии с разработанным стандартом. Здесь создали необходимую инфраструктуру для отдыха и занятий спортом, качественное освещение.



Новая площадка-самолёт была установлена.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО



ФОТО ЕЛЕНА КРАСНОВОЙ

Дорожные работы завершат к 1 октября

► 23 млн кв. м дорожного покрытия должно быть отремонтировано в этом году. Большую часть работ закончат уже на этой неделе, до холодов.

Главная задача дорожников – убрать колеи, которая образовалась из-за интенсивного движения и перепадов температуры. Иначе она может стать причиной ДТП. Так, уже отремонтировали участки Садового кольца, 1-й Тверской-Ямской улицы, Ленинградского проспекта, шоссе Энтузиастов, автомобильной дороги МЗ «Украина», Ленинградского, Варшавского, Каширского, Щёлковского, Осташковского, Киевского и Новорязанского шоссе. 150 дорожных объектов ждут завершения. После укладки асфальтобетонного покрытия везде нанесут новую разметку.

Развязки на МКАД обновят за 3 года

► К середине 2024 года планируется закончить реконструкцию ещё четырёх транспортных развязок на МКАД. В следующем году будет открыта развязка на пересечении с Осташковским шоссе, в 2023-м – с Алтуфьевским, а в 2024-м – с улицами Верхние Поля и Липецкой.

Таким образом, модернизация МКАД будет полностью завершена. Об этом рассказал заммэра по вопросам градостроительной политики и строительства Андрей Бочкарёв. «Всего за последние 10 лет в Москве модернизировали 18 развязок с МКАД общей протяжённостью более 150 км. Как правило, в ходе работ расширяется проезжая часть за счёт строительства боковых проездов и переходно-скоростных полос», – пояснил он.

ФОТОФАКТ



ФОТО MOS.RU

Строительство инновационного кластера «Ломоносов» на территории научно-технологического центра МГУ планируется завершить до конца 2022 года. Про проекту на площади 65 тыс. кв. м разместятся офисы высокотехнологичных компаний с лабораториями, центрами сертификации и испытаний.

Прививка от гриппа по дороге на работу

В ЮЗАО заработали два мобильных пункта вакцинации от гриппа

► В Москве открылись 45 мобильных пунктов вакцинации, где можно сделать прививку от гриппа, потратив всего 10–15 минут. Два таких пункта расположены в нашем округе: рядом со станцией МЦК Площадь Гагарина и метро «Бульвар Дмитрия Донского». График их работы по будням – с 8.00 до 20.00, по субботам – с 9.00 до 18.00 и по воскресеньям – с 9.00 до 16.00.

КОМУ НЕЛЬЗЯ ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ?

Главный внештатный специалист по инфекционным



заболеваниям ЮЗАО Департамента здравоохранения Москвы Татьяна

Черняева рассказала, что в мобильных пунктах сделать прививку может любой желающий, в том числе иностранный гражданин. Для этого понадобится только паспорт. «Перед

прививкой человека осматривает врач, ему измеряют температуру, задают вопросы о хронических заболеваниях, и он подписывает согласие на вакцинацию, – объяснила она. – После введения вакцины выдаётся сертификат». Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. «Нельзя прививаться при заболевании ОРВИ и повышенной температуре, – рассказала Черняева. – Также от прививки следует воздержаться онкобольным при прохождении курса химиотерапии. В других случаях вакцинироваться людям с онкологическими заболеваниями можно и нужно». Кроме мобильных пунктов прививку от гриппа бесплатно можно сделать во всех городских поликлиниках.

КАК СОЧЕТАЮТСЯ ПРИВИВКИ?

В Москве продолжается вакцинация от COVID-19. Необходимо иметь в виду, что между прививками от гриппа

и от коронавирусной инфекции должно пройти 30 дней, одновременно их делать нельзя. По словам главного врача поликлиники № 121 Андрея Тяжельникова, COVID-19 в сочетании с гриппом может вызвать серьёзные осложнения. «Особенно важно сделать прививки лицам с высоким риском возникновения осложнений, – говорит доктор. – Многие спрашивают, какую прививку сделать первой – от гриппа или от коронавируса. В первую очередь необходимо привиться от коронавируса, поскольку он более опасен».

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ПОМОГУТ?

Чтобы обезопасить себя от заражения гриппом, Татьяна Черняева советует носить

маски и принимать противовирусные препараты, которые рекомендуют врачи в качестве профилактического средства. А вот народные средства лечения при гриппе не помогают. «Малина и мёд – это гипераллергены, – объяснила врач-инфекционист. – При заболевании любой вирусной инфекцией эти продукты могут усугубить состояние организма, добавляя нагрузку на иммунную систему».

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО



Ищите такую машину у метро – и заходите сделать прививку.



Заместитель мэра Москвы по вопросам социально-

го развития Анастасия Ракова сообщила, что в столице заработали мобильные пункты вакцинации против гриппа. «Как и в предыдущие годы, они расположены в точках с максимально высокой проходимостью – возле станций метро, Московского центрального кольца, Московских центральных диаметров и железнодорожных станций. Опыт показывает, что такой формат лучше всего подходит жителям столицы. Всего мы открыли 45 точек, они будут работать ежедневно», – подчеркнула она.

Шесть километров здоровья

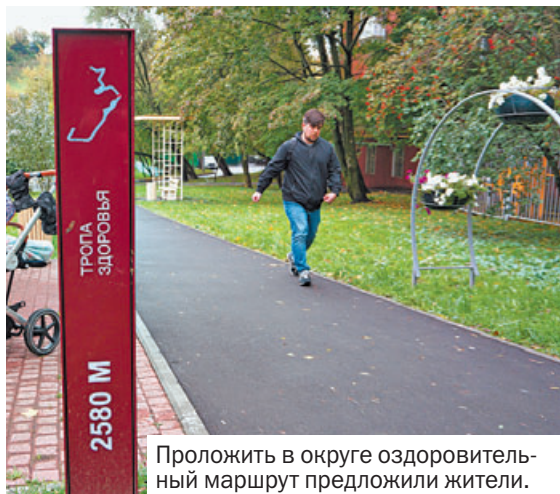


ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

Проложить в округе оздоровительный маршрут предложили жители.

► В Котловке закончено обустройство «Тропы здоровья». Пешеходный маршрут, пролегающий через весь район, имеет длину 5685 м. Это не просто пешеходная дорожка, а целый комплекс, имеющий промежуточные «станции» в виде спортивных площадок и мест тихого отдыха.

«Тропа здоровья» начинается от дома 11-1 на ул. Большой Черёмушкинской и заканчивается у дома 49 на Севастопольском проспекте (см. инфографику). Основная часть маршрута пролегает вдоль берегов рек Коршунихи и Котловки. Примечательно, что через каждые

несколько десятков метров по маршруту установлены указатели, из которых можно и пройденное расстояние узнать, и сориентироваться, где ты находишься. «Тропа» создана по программе «Мой район». Идея оздоровительного маршрута была предложена самими жителями Котловки, а проект формировали и реализовывали по результатам встреч с горожанами. В нынешнем году на маршруте были обновлены дорожки: теперь по ним удобно передвигаться не только пешком, но и на велосипеде или самокате. Добавлен ещё один комплекс с тренажёрами у дома 19, корп. 5, на ул. Нагорной. К тому же (район изобилует перепадами высот) спуски оборудованы удобными пандусами с перилами из нержавеющей стали.



Виктор Баранов живёт в Котловке с 1957 года и хорошо помнит, что было раньше там,

где теперь пролегает «Тропа здоровья». – Где-то пустыри, где-то свалки строительного мусора. А то и нагромождения гаражей. Очень был рад, когда наконец-то запущенные уголки района начали облагораживать. Гуляю здесь два, а то и три раза в день – и не нарадуюсь, – признаётся Виктор Николаевич.



На одной из «станций» на тренажёрах занимается молодая мама Александра Вол-

чек. Рядышком, на детской площадке, резвятся двое её детишек. – Хочу сказать, что пешеходный маршрут хорошо осветили. Фонари теперь через каждые несколько метров стоят, очень удобно гулять. Мы от Коршунихи до парка «Сосенки» и обратно ходим и всегда получаем заряд бодрости, – говорит Александра.



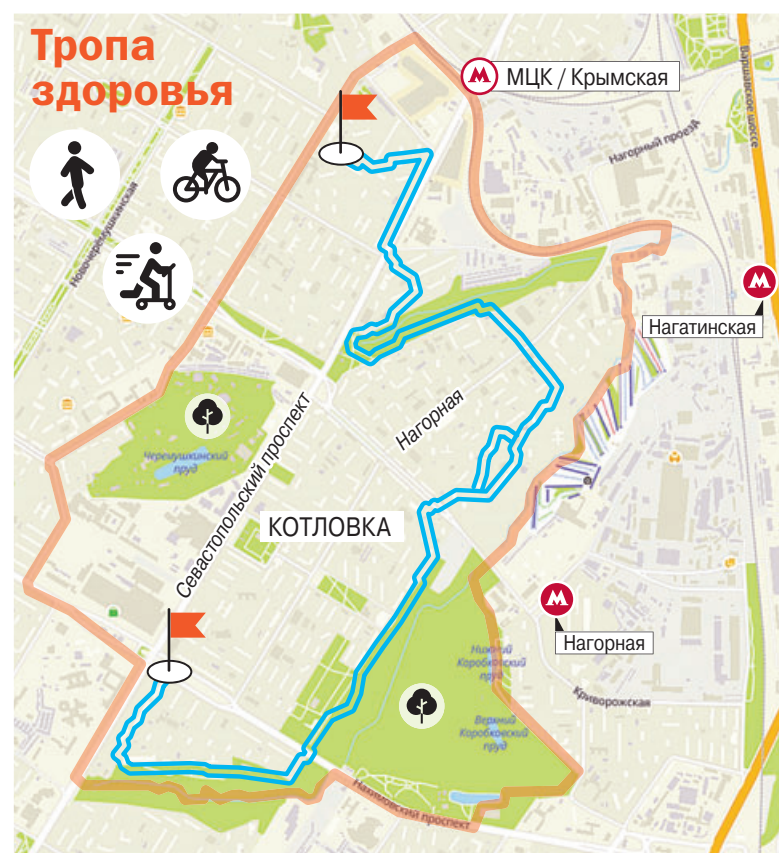
– С умом продумано всё, – добавляет котловчанин Влад Шабанов, – ибо сам маршрут пролегает по природным уголкам. Воздух чистый, да и оформленье неплохое. Лавочек очень много. Прежде всего отмечу солидное спортивное основание: не забыли

даже про воркаут-комплексы. Здорово, что закрывается много потребностей людей разных возрастов, интересов и увлечений. – А ещё радует, – утверждает жительница Котловки Виктория Литовина, – что саму



«Тропу здоровья» постоянно улучшают. То есть проект не только живёт, но и совершенствуется в соответствии с веяниями времени.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



После прививки танцевать не страшно

Житель Академического района Михаил Стрельников сделал прививку от COVID-19, чтобы участвовать в Танцевальном марафоне проекта «Московское долголетие»

НУЖНО ДОВЕРЯТЬ ВРАЧАМ

В феврале этого года 74-летний Михаил Степанович сдал анализ на антитела и узнал, что бессимптомно переболел коронавирусной инфекцией. Однако с вакцинацией решил не затягивать и, как только уровень антител снизился, пришёл в поликлинику. В семье у Михаила Стрельникова по вопросу вакцинации полное единодушие. «У меня привились жена и дочь, – говорит мужчина. – Я не верю болтунам, всегда нужно слушать специалистов, врачей, учёных. Они говорят, что вакцинация необходима, значит, так оно и есть». Михаил Степанович рассказывает, что видел, как тяжело болели люди в его окружении. «У меня есть знакомые, которые переболели, некоторые из них еле выжили, – поделился он. – Один мой товарищ 18 дней про-

вёл в реанимации. Спросите у него, как тяжело протекает болезнь, и всё сразу станет ясно. Сейчас многие люди умирают. Если те, кто сомневается в эффективности вакцинации, увидят страдания заболевших, возможно, у них проснётся совесть и понимание того, насколько страшна эта зараза, распространившаяся во всём мире». Михаил Стрельников уверен в необходимости вакцинации.

У всех москвичей старше 65 лет есть возможность получить в подарок коробку «С заботой о здоровье». Для этого необходимо в период с 23 июня по 1 октября 2021 года получить первый компонент вакцины от коронавирусной инфекции, а затем полностью завершить вакцинацию. Также подарок получают те, кто в этот период пройдёт повторную вакцинацию. Как сообщает Управление социальной защиты населения ЮЗАО, подарочные наборы выдают во всех центрах социального обслуживания или в поликлиниках округа, где была сделана прививка.

«Прививайтесь, – говорит он. – И не слушайте тех, кто врёт про вакцину».



После прививки Михаил Стрельников получил подарочную коробку «С заботой о здоровье».



Все участники Московского танцевального марафона должны иметь сертификат о прививке или результаты теста, подтверждающие высокий уровень антител.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО

ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ МАРАФОН

Сам мужчина сделал прививку в поликлинике, времени это заняло совсем немного. «Записался, и сразу можно было идти на укол, – рассказывает он. – Там всё очень хорошо организовано, не было никаких очередей. Перед вакцинацией я заполнил анкету, со мной поговорил врач, который спросил о хронических заболеваниях, измерил давление и уровень кислорода в крови. Все медики были очень внимательны». Температуры или побочных реакций у Михаила Стрельникова после постановки первого компонента вакцины не было. Главным увлечением в жизни Михаила Степановича являются бальные танцы. «Сейчас мы готовимся к Танцевальному марафону «Московского долголетия», – говорит мужчина. – Очень надеемся с партнёршей попасть в финал. Для участия

в танцевальном марафоне обязательно нужна прививка или тест на антитела».

ПРИЯТНО ПОЛУЧАТЬ ПОДАРКИ

После вакцинации Михаил Стрельников получил карту на тысячу баллов по программе «Миллион призов» и подарочную коробку «С заботой о здоровье». «Куплю по этой карте гостинцев внукам», – поделился он. В подарочном наборе Михаилу Степановичу особенно понравился тонометр. «Это нужная вещь для людей моего возраста, хороший подарок, – говорит мужчина. – Ещё там были прибор для измерения уровня кислорода в крови, витамины, маски и много других необходимых для здоровья вещей. Конечно, вакцинироваться нужно вне зависимости от подарков, но всё равно приятно такое внимание».

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

ФАКТЫ

► Сергей Собянин презентовал на своём сайте программу, которая призвана за 5 лет обновить половину амбулаторного фонда Москвы. «Уже три десятка поликлиник реконструировали, научились делать их в течение 6–12 месяцев, – написал мэр. – В основном за 9 месяцев». На выходе, как отмечает Сергей Собянин, получаются новые поликлиники, которые гораздо лучше тех, что были 30–50 лет назад.

► Жители ЮЗАО, переболевшие COVID-19, через 60 дней после выздоровления могут проверить здоровье в павильонах «Здоровая Москва».

Пройти медицинский чекап можно в скверах у станции метро «Беляево» и КЦ «Вдохновение» (м. «Ясенево»), а также в парке «Южное Бутово» и ландшафтном заказнике «Тёплый Стан».

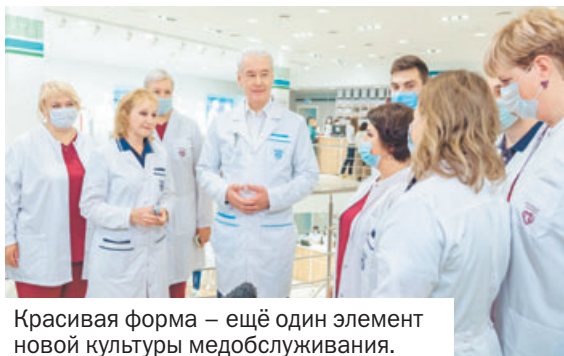
► Первый филиал Городской поликлиники № 11 в Обручевском районе подготовили к открытию.

На благоустроенной территории медицинского учреждения оборудовали зону отдыха с навесом и создали велопарковку. Поликлинику оснастили новой медицинской техникой и мебелью, а помещения внутри отремонтировали.

► В центрах госуслуг ЮЗАО можно проверить сердце на кардиокреслах. Оборудование позволяет быстро провести диагностику без участия медперсонала. В нашем округе кардиокресла установлены в центрах по адресам: ул. Академика Волгина, д. 25, корп. 1; ул. Академика Варги, д. 26А; ул. Горчакова, д. 11.

У медиков появилась единая форма

«Врачи и медсёстры проводят в униформе целый день, поэтому мы старались сделать её максимально комфортной. Дизайнеры выслушали все их пожелания, подобрали лёгкую «дышащую» ткань и продумали разные фасоны», – рассказал



Красивая форма – ещё один элемент новой культуры медобслуживания.

мэр в своём аккаунте в соцсети Инстаграм.

Каждому ребёнку – цифровой паспорт

► Врачи детских поликлиник и медработники школ и детских садов начали использовать новый сервис – цифровой паспорт ребёнка.

Он позволяет всем врачам быстро увидеть подборку с важными данными о юном пациенте и сформировать тактику лечения, рассказала вице-мэр Анастасия Ракова. «Новый сервис – паспорт ребёнка – запустился в рамках единой цифровой



платформы московского здравоохранения и теперь доступен врачам всех детских поликлиник города. Он позволяет получить удобный свод всей важной информации о ребёнке – как медицинского, так и немедицинского характера. Например, врач может сразу увидеть группу здоровья ребёнка, группу крови, наличие льгот, хронических заболеваний и наблюдения по ним у других специалистов. Раньше вся эта информация хранилась разрозненно», – отметила вице-мэр.

ЦИФРА

100 ТЫС.

телемедицинских консультаций прошло для посетителей павильонов «Здоровая Москва», в том числе жителей ЮЗАО. Широкое применение такого рода консультаций вошло в практику в период пандемии. Опыт оказался очень полезным, и теперь он активно применяется при сопровождении москвичей, у которых были выявлены отклонения в ходе обследований.

Ждать трамвая холодно и мокро

? Нет павильона на трамвайной остановке «Улица Ляпунова». Когда его установят?
Эльвира Боровкова,
ул. Ферсмана, д. 3, корп. 1

► **Пресс-служба ГУП «Мосгортранс»:**
— Сообщаем, что работы по монтажу павильона на остановке «Улица Ляпунова» будут произведены до конца 2021 года. Также добавим, что все предложения и замечания по состоянию остановочных павильонов можно направлять на Единый транспортный портал – www.transport.mos.ru, в контакт-центр «Московский транспорт» по тел. 3210 («Билайн», МТС, «МегаФон», Tele2) и в чат-бот Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры г. Москвы @to_deptrans_bot.

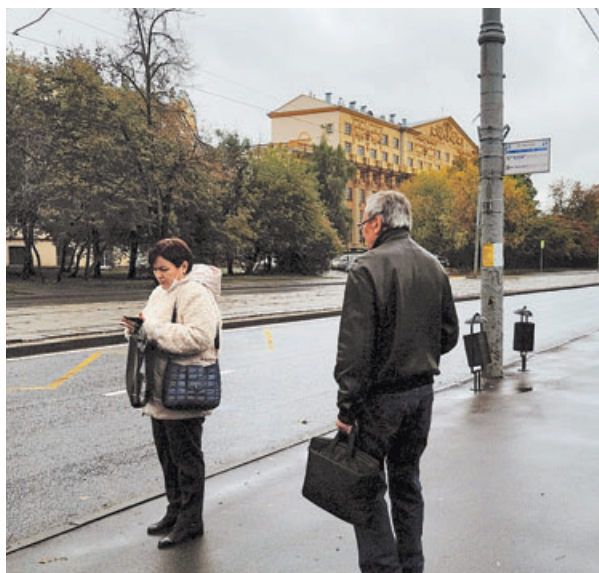


ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Ждать своего трамвая без крыши над головой мокро и некомфортно. Мы обязательно проследим, чтобы павильон появился в обещанный срок.

Дорогие читатели!

У вас есть вопросы, жалобы, предложения?

Звоните или присылайте их нам, и мы вместе будем добиваться изменений!

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

Положен ли площадке забор?



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Ограждения сейчас стараются не ставить, зонирова территории так, чтобы было безопасно.

? Рядом с корп. 1, 2 и 5 д. 3 расположена детская площадка. Возможно ли по её периметру установить ограждение?
Татьяна К.,
ул. Знаменские Садки, д. 3, корп. 1

► **Глава управы района Северное Бутово Регина Захарова:**

— По периметру данной детской площадки расположен широкий газон, отделяющий её от дороги. Также на внутридворовых проездах установлены искусственные дорожные неровности, препятствующие развиту машинами больших скоростей. В случае возникновения дополнительных вопросов жители могут обратиться в управляющую компанию ГБУ «Жилищник района Северное Бутово» по тел. +7 (495) 711-18-18 или в управу по телефонному каналу «Горячая линия»: +7 (495) 711-17-90.

Когда тополь приведут в порядок?

? Напротив подъезда № 1 растёт старый тополь. У дерева много корявых сучьев, которые портят вид двора.
Долорес Арская,
ул. Болотниковская, д. 45, корп. 3

► **Глава управы района Зюзино Вера Горлова:**

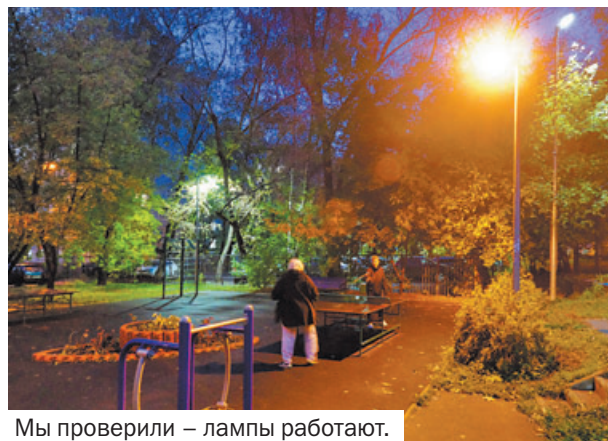
— Омолаживающая обрезка данного тополя будет выполнена в период с 15 ноября 2021 года по 31 марта 2022 года. Благодарим жителей за обращение.



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Старые ветви, мешающие жителям, подрежут.

Да будет свет!



Мы проверили – лампы работают.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

? Во дворе дома не горят фонари.
Валерия Малова,
ул. Профсоюзная, д. 26/44

► **И. о. директора ГУП «Моссвет» Алексей Чиненков:**

— Выполнены работы по восстановлению освещения двора. В настоящее время фонари работают в штатном режиме.

Ступени восстановлены

? У входа в подъезд № 1 ступени находятся в плохом состоянии. Прошу отремонтировать лестницу.

Наталья Синдеева,
Черноморский бул., д. 22, корп. 1



ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Заходить в подъезд теперь удобно.

► **Глава управы района Зюзино Вера Горлова:**
— Сотрудники ГБУ «Жилищник района Зюзино» выполнили работы по восстановлению ступеней. В настоящее время вход в подъезд находится в удовлетворительном состоянии.

Воскресная школа: от шахмат

Воспитанники воскресных школ нашего округа помимо церковных предметов изучают основы мультипликации и бисероплетение



Перед началом учебного года проводят молебен с участием детей из воскресной школы.

«Сейчас дети получают много негативного опыта через интернет и социальные сети. Нужно постараться отвлечь их от этого, – считает отец Николай. – Для нас воскресные школы являются главным приоритетом после богослужения. Мы стараемся избежать сухого преподавания, необходимо заинтересовать ребят и разнообразить учебный процесс». На сегодняшний день при воскресных школах нашего округа действуют такие кружки и секции, как авиамоделирование, квиллинг, плетение волос, ментальная математика, театр теней, мультипликация, бисероплетение, футбол, шахматы и многие другие. По словам протоиерея Николая, в XIX веке церковноприходские школы занимались общим образованием детей. «В советское время их деятельность, конечно,

была приостановлена. А с 90-х годов воскресные школы снова стали открываться, но уже с ориентиром именно на духовное воспитание», – рассказал священник.



Светлана Гришак возглавляет воскресную школу при храме Живоначальной

Троицы в Старых Черёмушках. Она любит работать с детьми и считает, что самое главное – научить их любви и милосердию. «В нашей школе старшие дети изучают Закон Божий, Священное Писание, жития святых, знакомятся с устройством храма и основами богослужения. В начале занятий мы читаем короткую молитву, – говорит она. – Для младших есть много разнообразных творческих кружков и мастерских». По сло-

► В конце сентября начинается новый учебный год в воскресных школах столицы. Сегодня эти учебные заведения оборудованы по последнему слову техники – здесь комфортные классы с современными проекторами, мультимедийная аппаратура, удивительные кружки и секции. Однако главной особенностью воскресных школ, конечно, является тёплая, дружеская атмосфера. В нашем округе воспитанники школ при храмах могут выбрать занятия на любой вкус: от секции шахмат до студии плетения волос.

Молитва и настольные игры

С вопросом о том, чему сегодня учат в воскресных школах, мы обратились к настоятелю храма



Живоначальной Троицы в Старых Черёмушках отцу Николаю Карасёву.

«В первую очередь воскресная школа даёт детям духовное воспитание и, конечно, знания о православии, – говорит священник. – Можно сказать, что воскресные школы учат детей жить правильно и любить друг друга». Разумеется, в светских школах преподаватели занимаются нравственным воспитанием детей, однако зачастую этого бывает недостаточно.



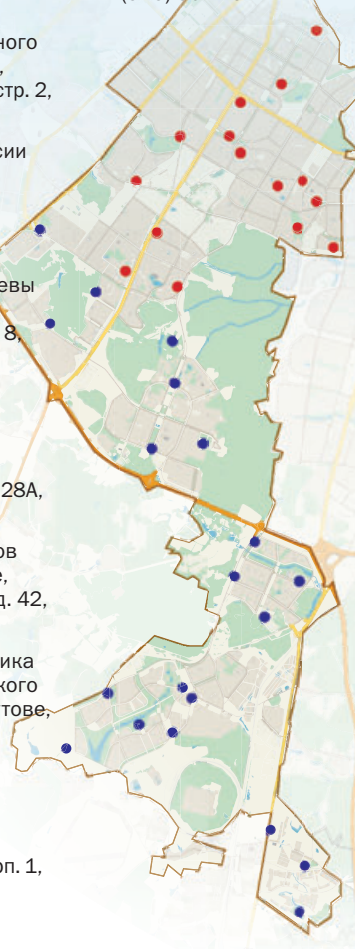
Воскресные школы при храмах Андреевского благочиния

- 1 Храм Живоначальной Троицы в Старых Черёмушках, ул. Шверника, д. 17, корп. 1, +7 (965) 309-17-34
- 2 Храм Всех Преподобных отцев Киево-Печерских в Старых Черёмушках, ул. Кржижановского, д. 24, +7 (925) 081-56-57
- 3 Храм Святых мучеников и страстотерпцев Бориса и Глеба в Зюзине, ул. Перекопская, д. 7, +7 (499) 122-84-10
- 4 Храм Священномученика Ермогена, Патриарха Московского и всея Руси, чудотворца, в Зюзине, Симферопольский бул., вл. 28, +7 (917) 567-87-83, +7 (985) 088-76-38
- 5 Храм Священномученика Вениамина, митрополита Петроградского и Гдовского, в Зюзине, ул. Каховка, вл. 13, корп. 9, +7 (925) 330-35-21
- 6 Храм иконы Божией Матери «Отрада и Утешение» на Каховке, пересечение ул. Каховки с ул. Азовской, +7 (963) 684-25-70
- 7 Храм Живоначальной Троицы в Конькове, ул. Профсоюзная, д. 116, +7 (916) 393-40-21
- 8 Храм Священномученика Василия, протоиерея Московского, ул. Островитянова, д. 45, +7 (926) 259-05-86
- 9 Храм иконы Божией Матери «Умягчение злых сердец» в Конькове, ул. Профсоюзная, вл. 67, +7 (985) 782-48-09
- 10 Храм Преподобной Евфросинии, великой княгини Московской, в Котловке, ул. Болотниковская, д. 31, корп. 1, +7 (903) 729-03-10
- 11 Храм Живоначальной Троицы в Воронцово, ул. Академика Пилюгина, д. 1 (Воронцовский парк), +7 (985) 765-77-36
- 12 Храм Преображения Господня в Старом Беляеве, ул. Академика Челомея, вл. 3Б, +7 (916) 836-54-30
- 13 Храм Всех Святых, в земле Российской просиявших, в Черёмушках, ул. Новочерёмушкинская, д. 58А, +7 (926) 225-00-63
- 14 Храм Святых Праведных Симеона Богоприимца и Анны Пророчицы в Черёмушках, Черёмушки, квартал 32А (ул. Матушкина), +7 (904) 674-27-21
- 15 Храм Святой Равноапостольной Нины в Черёмушках, ул. Профсоюзная, вл. 21/23, +7 (916) 114-70-38



Воскресные школы Параскево-Пятницкого благочиния

- 1 Храм преподобного Моисея Мурина в Южном Бутове, Симферопольское ш., д. 1Б, +7 (925) 020-62-59
- 2 Храм Введения во храм Пресвятой Богородицы в Череве, Южнобутовская ул., вл. 62–66, д. 1, +7 (906) 754-06-12
- 3 Храм свв. Царственных Страстотерпцев в Ясенево, ул. Тарусская, вл. 22, и ул. Ясногорская, вл. 21 (между), +7 (916) 524-88-77
- 4 Храм Святой равноапостольной Марии Магдалины в Южном Бутове, пересечение Чечерского проезда с Проектируемым проездом 1114, +7 (977) 861-12-14
- 5 Храм Святителя Алексия, митрополита Московского, всея России чудотворца, в Северном Бутове, ул. Куликовская, вл. 23, корп. 3, +7 (916) 652-97-21
- 6 Храм Владимирской иконы Божией Матери в Южном Бутове, ул. Остафьевская, вл. 44, +7 (499) 724-94-68
- 7 Храм Иверской иконы Божией Матери в Беляеве ул. Профсоюзная, д. 132, корп. 7А, +7 (926) 885-12-40
- 8 Храм Святителя Стефана Пермского в Южном Бутове, ул. Ак. Семёнова, д. 1, стр. 1, +7 (901) 567-22-73
- 9 Храм Казанской иконы Божией Матери в Тёплом Стане, ул. Островитянова, вл. 1–2, +7 (903) 711-51-76
- 10 Храм Св. блгв. вел. кн. Дмитрия Донского в Северном Бутове, Проектируемый пр-д, д. 585, вл. 1, +7 (495) 799-65-75
- 11 Храм Святого праведного воина Феодора Ушакова, ул. Южнобутовская, д. 6, стр. 2, +7 (916) 155-95-46
- 12 Храм Св. вмч. Анастасии Узорешительницы в Тёплом Стане, ул. Тёплый Стан, д. 2, +7 (495) 424-11-98
- 13 Храм Св. вмч. Параскевы Пятницы в Качалове, ул. Старокачаловская, д. 8, +7 (495) 711-01-09
- 14 Храм Знамения иконы Божией Матери в Захарьине, воскресная школа № 33, ул. Николая Сироткина, д. 28А, +7 (495) 659-22-90
- 15 Храм Святых апостолов Петра и Павла в Ясенево, Новоясеневский просп, д. 42, +7 (495) 422-27-77
- 16 Храм Священномученика Владимира, митр. Киевского и Галицкого, в Южном Бутове, ул. Маршала Савицкого, напротив д. 22–24, +7 (962) 935-01-04
- 17 Храм Рождества Христова в Череве, ул. Черневская, стр. 1, корп. 1, +7 (495) 714-69-54
- 18 Храм Казанской иконы Божией Матери в Узком, ул. Профсоюзная, д. 123Б, +7 (495) 427-09-90
- 19 Храм Покрова Пресвятой Богородицы в Ясенево, Литовский бул., вл. 7, +7 (915) 309-32-47
- 20 Храм пророка Божия Илии в Северном Бутове, ул. Куликовская, д. 16А, +7 (925) 007-19-77

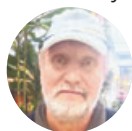


ДО КВИЛЛИНГА

вам Светланы, очень важно, чтобы ребята могли общаться со сверстниками и находить новых друзей. «После занятий у нас дети имеют возможность поиграть в настольные игры, – говорит педагог. – Например, они очень любят известную игру «Уно» и классическое домино. Это позволяет детям свободно общаться друг с другом и весело проводить время». Также в школе проходят занятия шахматами. «У нас есть прихожанин, который очень любит эту интеллектуальную игру и с большим удовольствием обучает детей», – рассказала Светлана.

В воскресные школы принимают детей не только в начале учебного года, записаться можно в любое время. Сюда приходят и некрещёные дети, которые с удовольствием учатся рядом с православными сверстниками. «Никаких отборов и собеседований мы не проводим, принимаем всех», – говорит Светлана.

корабль к берегам истинного знания и просвещения, поэтому важно постараться не опоздать подняться на его борт». Кстати, воскресная школа при храме Дмитрия Донского является одной из крупнейших в нашем округе. В числе прочего девочки здесь могут научиться вязать спицами, а для мальчиков предусмотрен кружок труда. Разумеется, никто не упускает из виду изучение Библии и сугубо церковных дисциплин, однако при этом можно научиться мастерить модели самолётов и даже освоить английскую грамматику.



Вячеслав Каюков ведёт кружок мультипликации при воскресной школе храма святого праведного воина Феодора Ушакова в Южном Бутове. «Я много лет работал мультипликатором на студии «Союзмультфильм», – рассказывает он. – Сейчас делюсь опытом с детьми. Мне это доставляет большое

что им это нравится, – поделилась женщина. – В старших классах ставят оценки, но это нужно только для того, чтобы организовать детей и как-то их поощрить. Мне кажется, что дочка о православии уже знает намного больше, чем я». По словам Екатерины, часто родители акцентируют внимание на учёбе и достижениях ребёнка, однако не это главное в жизни. «Важно просто искренне любить детей и всегда быть с ними заодно», – считает она. Дочь Екатерины Таисия в разговоре с нашим корреспондентом честно призналась, что любит воскресную школу, потому что там рассказывают о Боге. «Ещё у меня там есть друзья, мы вместе играем, гуляем и ставим интересные спектакли», – сказала девочка.

Весь мир – театр

Практически во всех воскресных школах на церковные праздники дети готовят театральные сценки. Однако в черёмушкинском храме к этому процессу подходят с серьёзностью профессионалов. «Мы стараемся делать хорошие, яркие представления, – говорит преподаватель воскресной школы **Евгения**



Турасова. – Сами пишем сценарии, музыку, шьём костюмы, мастерим декорации. У нас есть хорошая звуковая аппаратура для спектаклей, сцена, занавес. Одним словом, всё необходимое для хорошего представления». Евгения Турасова – мама троих детей. Старшие – 12-летняя Матрёна и 8-летний Максим – занимаются в воскресной школе, младшей, Марине, пока всего 3 года. По словам Евгении, для малышек в школе есть прекрасные книги, игрушки и кукольный театр. «Мы стараемся преподнести нашим воспитанникам яркую живую картинку, часто привлекаем занятия к церковным праздникам, – уточнила преподаватель. – Если мы не напол-



удовольствие». На занятиях ребята используют пластилин и фигурки из картона для создания настоящих мультфильмов по собственным сюжетам. Как правило, это небольшие истории или музыкальные клипы на детские песни. «Мы обрабатываем полученные при помощи фотоаппарата кадры в специальной компьютерной программе и получаем мультфильмы. Я всегда радуюсь, когда у детей получается сделать то, что они задумали», – говорит Вячеслав.

Екатерина Гушина уже 5 лет приводит свою 10-летнюю дочь **Таисию** в школу при храме Животворящей Троицы в Старых Черёмушках. «Преподаватели у нас очень хорошие. Это не случайные люди, они работают с удовольствием. И видно,

ФОТО ИЗ АРХИВА ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ



К Дню матери ребята из воскресной школы в Черёмушках разучили песню «Подсолнухи».

нением детей чем-то добрым, то, скорее всего, они почерпнут из жизни противоположное. Мы обязательно учим детей состраданию, заботе, уважению к старшим, много говорим о важности добрых отношений в семье, дружбе, умении помочь и заботе. Мы хотим видеть наших детей в первую очередь достойными людьми. И тут на помощь родителям приходит воскресная школа».



Дочь Евгении, 12-летняя **Матрёна**, рассказала, что жизнь их семьи тесно связана с храмом и воскресной школой. «Мы приходим сюда не только на службу, – поделилась девочка. – С самого

моего рождения именно здесь мы гуляли с родителями, а потом и с первыми друзьями. Здесь крестили моих братишку и сестрёнку. Кроме того, мы с братом учимся в воскресной школе, а наша мама в ней преподаёт. Несколько раз в год мы ездим на экскурсии, посещаем храмы, монастыри и исторические места». Одной из самых запоминающихся поездок стала экскурсия на Бородинское поле, где для детей из воскресной школы был организован исторический квест. На свежем воздухе, передвигаясь с места на место, ребята решали исторические ребусы и задачи на тему войны 1812 года, а в конце все, конечно, получили призы и подарки. Отдельного внимания заслуживает фольклорная студия «Дорога» при черёмушкинском храме. Там дети не только поют и танцуют, но и изучают историю Руси, быт предков, постигают основы игры на народных музыкальных инструментах. «У нас происходит настоящее погружение в русскую культуру, – говорит Светлана Гришакова. – Дети сами шьют уникальные костюмы, а раньше мы ездили по деревням и специально собирали всё, что относится к древнерусскому фольклору». В изостудии при храме малыши с 3 лет учатся чувствовать цвет и формы, а детям с 9 лет профессиональные художники преподают основы академической живописи. Пока дети находятся в воскресной школе, взрослые могут принять участие в «круглых столах», которые проводят священники. Это беседы о вере, обсужде-

ФОТО ИЗ АРХИВА ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЫ



Перед Рождеством Христовым в воскресных школах проходят познавательные викторины, посвящённые празднику.

Когда оценки помогают



Настоятель храма святого благоверного князя Дмитрия Донского в Северном Бутове протоиерей Андрей Алексеев считает, что воскресная школа может быть первым местом встречи человека с Богом. «Нам необходимо создать условия для живого диалога с родителями и детьми о самом главном, – говорит отец Андрей. – Именно здесь могут быть заданы первые вопросы и получены первые ответы о смысле жизни, о целях и задачах человека. Здесь открывается дверь сердца в особый духовный мир. Отсюда отправляется удивительный

ние Евангелия и нравственных вопросов современной жизни. Также взрослые с удовольствием участвуют в подготовке праздников, помогают готовить спектакли и выступают на сцене вместе с детьми. Например, Екатерина Гушина призналась, что воскресная школа во многом помогает ей организовать выходной день. «Утром мы идём в храм на службу, потом трапеза и занятия в воскресной школе. Оставшее время мы стараемся проводить всей семьёй вместе», – поделилась женщина.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Найти подход к каждому

27 сентября отмечается День воспитателя и дошкольного работника

► Эти люди дарят детям тепло своей души и становятся «второй мамой». О буднях, трудностях и радостях профессии воспитателя мы поговорили с Еленой Вячеславовной Зелениной. Она 30 лет работает воспитателем в дошкольном отделении школы № 625, в корпусе «Созвездие».

СБЫЛАСЬ ДЕТСКАЯ МЕЧТА

В далёком 1990 году 19-летняя выпускница педагогического училища № 4 (сейчас колледж «Черёмушки») точно знала, что хочет работать с дошкольниками — об этом она мечтала ещё в детстве.

«В школе, наверное, все девочки говорят, что любят детей, поэтому хотят работать учителем или воспитателем. Я не передумала: уже в подростковом возрасте я знала, с какой сферой свяжу свою жизнь, — признаётся Елена Вячеславовна. — Именно в работе воспитателя в детском саду есть удивительная особенность — ты берёшь малыша 3 лет, который практически ничего не умеет, а выпускаешь через 4 года взрослого человека. Мы видим результат своей работы, это чувство нельзя описать словами». Она признаётся, что свой первый рабочий августовский день вспоминает с радостью — никаких сюрпризов, расстройств, ужасных историй. «Начала работать со старшей группой. В первый день, конечно, ребята не очень слушались, проверяли, — улыбается воспитатель. — Но потом нашли общий язык».

Позади десятки выпускников, сотни выученных стихов, спетых детских песен, проведённых концертов и ещё больше слов благодарности от тех, кому она повязывала шарф или помогала завязать шнурки.

ОБЪЯТИЯ ПОМОГАЮ АДАПТИРОВАТЬСЯ

«Работать с малышами намного сложнее, они порой не хотят тебя слышать, постоянно зовут маму, — рассказывает Зеленина. — В этом случае уже стараешься их отвлечь, рассмешить, побольше задавать вопросов, чтобы вывести ребёнка на контакт. Выручают пёстрые и красивые игрушки, комплименты. Дети очень любят обниматься, поэтому я каждого успеваю прижать к себе или взять на руки. Это успокаивает». Елена Вячеславовна разрабатывает с детьми различные проекты: история естественно-научных открытий, эволюция животного мира, профессии, города России, древние цивилизации. Особенно ребят увлекают виртуальные экскурсии, после которых они своими



Работа воспитателя сродни магии: за 4 года карапуз становится взрослым, самостоятельным ребёнком.

руками создают экспонаты. «Бывают дни, когда тяжело или устала морально, но это происходит редко, — рассказывает Елена Вячеславовна. — Дети

своим тонким юмором нас заряжают, я прихожу и своим домашним пересказываю все забавные истории, которые происходят в группе. Отды-

хоть от работы мне помогают хобби. Я увлекаюсь вышиванием, оформляю костюмы для выступлений наших детей». ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

Советы от воспитателя

Если ребёнок не хочет ходить в сад, то не расстраивайтесь — попробуйте поработать с ребёнком.

- Адаптация должна проходить постепенно. Первые две недели малыша оставлять в группе нужно всего на два часа, третью неделю — до обеда, в течение четвёртой недели забирать после дневного сна, и только после месяца можно оставить на весь день.

- Начните беседовать с малышом о детском саде, рассказывая, что в это время сейчас делают детки вместе с воспитателем. Например: мы сейчас с тобой вышли на прогулку, и они — тоже.
- Поделитесь личным опытом, вспомните свои детские годы и весёлые истории из сада. Чаще говорите о том, что сад хороший и как там много интересных красивых игрушек, внимательный воспитатель, увлекательные сказки. Это замотивирует ребёнка.

- Приводя ребёнка домой после сада, посадите его на колени, пусть расслабится от прикосновений. Не пожалейте немного времени для того, чтобы побыть с ним вдвоём, почитать или поиграть. Постарайтесь не слишком спешить, забывая ребёнка домой, — небольшой круг, совершённый по окрестным дворам, позволит ему перейти на вечерний режим, перестроиться с детского сада на домашнюю обстановку.

ФОТОФАКТ



Скульптуру у галереи «Нагорная» периодически переодевают. Вот и сейчас Галатея Нагорная, как называли каменную девушку, приделась в короткий топик. Видимо, ждёт наступления бабьего лета.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО

Чтобы финансы не спели романсы

► В Москве стартовал V Фестиваль финансовой грамотности и предпринимательской культуры.

Социально-просветительскую акцию для москвичей и гостей столицы пятый год подряд организуют городской Департамент образования и науки и Банк России при участии Минфина. Уже стартовал чемпионат финансовых компетенций для старшеклассников FinSkills. А с 29 сентября по 5 октября учащиеся 6–11-х классов узнают от специалистов Банка России, как начать собственный бизнес. Об этом на пресс-конференции

в Информационном центре Правительства Москвы сообщил **руководитель Департамента образования и науки Александр Молотков.**

Министр уточнил, что в связи с эпидемиологической ситуацией все мероприятия фестиваля проходят онлайн. Когда в 2019 году Фестиваль финансовой грамотности проводился офлайн, эпицентром был Гагаринский район, а именно Московский дворец пионеров. — Масштабность фестиваля этого года проявилась в разнообразии и многообразии программ и спикеров. Просмотры интернета позволяют

неограниченной аудитории очень быстро перемещаться между разными фестивальными событиями, — отметил Молотков. Отдельная программа была подготовлена для москвичей старшего возраста. В этом году специальные программы финансовой грамотности организованы для ребят из детских домов и для людей с определёнными ограничениями по здоровью. Горожане начали лучше понимать, как функционирует финансовая система Москвы, на какие сферы деятельности она влияет и как поведение каждого из нас сказывается на развитии города.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

Здесь чувствуешь морской прибой

В Зюзине приобрёл новый облик Черноморский бульвар

► Работы по благоустройству в рамках программы «Мой район» велись минувшим летом, и теперь бульвар можно назвать одной из самых ярких достопримечательностей Москвы.



Сергей Собянин
в своём личном блоге минувшим летом писал:

«Свежими красками заиграет Черноморский бульвар от Азовской улицы до Симферопольского бульвара. Здесь будет создано несколько рекреационных зон, в том числе для детей, молодёжи, пожилых жителей. Украшением обновлённого бульвара станет фонтан, стилизованный под шхуну».

Прошло совсем немного времени, и все планы воплотились. Работы завершены, и горожане осваивают новое общественное пространство.

ОТ АЗОВСКОЙ ДО СИМФЕРОПОЛЬСКОГО

Работы коснулись всей части Черноморского бульвара,



ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

Детская площадка напротив д. 13, корп. 1, на Черноморском бульваре впечатляет.

что добро пожаловать любителям этой древней игры. Ещё здесь появилась необычная клумба: там полукругами высажены декоративные кустарники и многолетние цветы, — уточняет Матвеева.

И таких рекреационных зон на бульваре три, причём соединены они дорожками, вдоль которых установлены лавочки.

же мы его сделали безопасным, — говорит Анна Матвеева. — Обновлённый бульвар выглядит отлично, и он, по крайней мере, не хуже, чем в центре города. Если честно, я стал гордиться теперь, что живу в районе Зюзино, — говорит **Артём Крашениников**, живущий неподалёку.



ФОНТАН ВПЕЧАТЛИТ ДАЖЕ СКЕПТИКОВ

Со стороны Симферопольского бульвара Черноморский бульвар украсил фонтан в форме шхуны. Льющиеся струи создают ощущение развещающего на ветру паруса. Но это лишь часть «водной феерии». Вокруг корабля из отверстий в гранитных плитах тоже бьёт вода, причём струи то и дело меняют силу. Это так называемый «сухой фонтан».

Он оборудован художественной подсветкой. Вечерами горожане могут любоваться свето-водно-музыкальными представлениями.

— На месте этого выдающегося фонтана, — говорит



ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

«Фонтан-корабль» уже стал достопримечательностью ЮЗАО.

расположенной на территории нашего округа. Проект всех изменений формировался на основе пожеланий жителей района Зюзино.

Об особенностях обновлённого общественного пространства рассказала **ведущий специалист ГБУ «Автомобильные дороги ЮЗАО»**



(именно эта организация является заказчиком работ) **Анна Матвеева:**

— Мы применили принцип зонирования. Например, зона тихого отдыха отделена от мест скопления людей, поэтому здесь комфортно будут себя чувствовать люди старшего возраста или мамы с детишками грудничкового возраста, — поясняет Анна Матвеева.

ЗЕЛЕНИ МНОГО НЕ БЫВАЕТ

— В зоне тихого отдыха поставили шахматные столики. Так



стве, мы очень довольны, — утверждает **жительница Зюзино Анна Давбинян.**

УЮТНО И СВЕТЛО

Общая площадь благоустроительных работ — 3,27 га. В сквере устроено 210 кв. м цветников, высажено 1277 кустарников и 45 деревьев. Установлено 149 опор освещения. Обновлена тропинопная сеть, причём часть дорожек сделана по «протопам».

— По инициативе горожан устроен дополнительный выход из сквера, у д. 21 на Симферопольском бульваре. Раньше там был стихийный переход через проезжую часть, теперь



В сквере даже есть уголок для любителей шахматной игры.

МНЕНИЯ ЖИТЕЛЕЙ



Светлана Никитина:

— Помню наш Черноморский бульвар 30-летней давности. Такой жалкий был, невзрачный. Теперь я искренне горжусь нашим зелёным уголком, который стал таким ярким и современным. Удобные дорожки, замечательные островки тихого отдыха. Даже шахматные столики есть. А зелени-то сколько!

Алексей Кудрявцев:



— Находясь здесь, чувствуешь морской прибой. На мой взгляд, дизайнеры и архитекторы хорошо всё продумали — и корабли очень даже в тему. Целый парк получился, где и маленьким, и взрослым комфортно.

Роман Гаврилов:



— Детские площадки просто отличные. Очень много разных качелей, лазалок, горок. Мне даже немного обидно, что во времена моего детства Черноморский бульвар таким не был. Зато есть повод порадоваться за младшее поколение: расти будут в красивой обстановке.



зюзинец Дмитрий Иванов, — была убогая, маловразумительная клумба. То, что сделали, — это настоящий шедевр. Качественное покрытие — видно, что материал долговечный. Смотришь — и душа отдыхает.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

ФАКТЫ

► В Гагаринском районе завершены работы по очистке и углублению акватории Андреевской набережной. Необходимость в проведении таких работ была связана с загрязнением дна реки различным мусором. Это могло привести к повреждению теплоходов и негативно повлиять на безопасность перевозок.

► В Академическом районе создано новое общедоступное парковочное пространство. Участок площадью 1,5 тыс. кв. м на улице Ферсмана ранее использовался под незаконные склады. Незаконные постройки и объекты демонтировали, территорию освободили и обустроили на ней бесплатную парковку на 100 машино-мест.

► В Конькове демонтировали объект долгостроя. Здание было снесено по адресу: ул. Введенского, вл. 23А. Новый правообладатель уже расчистил площадку от строительного мусора. На участке планируется разместить объект того же функционала — станцию технического обслуживания автомобилей.

► В Южном Бутове, в квартале, ограниченном улицами Скобелевской, Поляны и Венёвской, а также бульваром Адмирала Ушакова, завершается обустройство спортивного кластера. Работы ведутся в рамках реализации программы «Мой район». Изюминкой дворового стадиона стало футбольное поле размером 42 на 25 м. Вокруг поля устроили беговую дорожку с освещением.

► В Тёплом Стане в сквере у школы № 1532 появились боксы с пакетами для уборки собачьих экскрементов.

ЦИФРА

19 тыс.

дорожно-уборочных машин будут задействованы в Москве в зимний период. Вся техника прошла диагностику, при необходимости ремонт и модернизацию и полностью готова к работе.

ФОТО ГЕННАДИЯ МИХЕЕВА

На вопросы наших читателей отвечает Регина Лазаревна Коган, руководитель офиса «Академическое» ИНКОМ-Недвижимость.



Регина Лазаревна, ИНКОМ-Недвижимость недавно отметила 30-летний юбилей. Для компании это более чем солидный срок, и я хочу поздравить Вас с этой датой!

Спасибо! Действительно, в сентябре нашей компании исполнилось 30 лет. Это свидетельствует о том, что она, с одной стороны, имеет солидный опыт, а с другой – все лучшее еще впереди. А самое главное, ИНКОМ-Недвижимость всегда соответствует требованиям, предъявляемым жизнью, какими сложными они бы ни оказались. И мы всегда готовы прийти на помощь всем, кому нужно решить квартирный вопрос.

О состоянии рынка недвижимости чего только не говорят. По мнению одних аналитиков, он стабилен. Другие высказывают соображения о грядущем росте цен. Разнятся и рекомендации потенциальным участникам операций с жильем: от немедленных действий до ожидания лучших времен. Очень интересно ваша точка зрения как специалиста, знающего ситуацию изнутри.

Если быть точными, то рост цен на вторичное жилье в

столице начался в 2020-м, после окончания периода самоизоляции, когда активность покупателей резко увеличилась. С тех пор средняя стоимость предложения увеличилась не менее чем на 20%. Нынешнее лето было спокойным, но с наступлением осени традиционно начинается период деловой активности. Мы не ожидаем оживления резкого роста цен, но мы уверены в оживлении рынка недвижимости.

Как вы считаете, имеет ли смысл тем, кто собирается продавать недвижимость, «придержать» ее до лучших времен? Или нет смысла ждать?

Я полагаю, что совершать операции с недвижимостью нужно, когда в этом есть необходимость. И жизнь только подтверждает правильность этого тезиса. Ведь люди вступают в брак и разводятся, рождаются и вырастают дети, меняется работа и другие жизненные обстоятельства – и все это никак не зависит от цен на нефть, результатов выборов и прочих факторов. Нет никакого смысла откладывать жизнь «на завтра», если ее можно изменить к лучшему уже сегодня.

Что можно посоветовать планирующим приобретение квартиры?

Мой совет однозначен, если вы хотите купить квартиру, ее нужно покупать здесь и сейчас. Потому что, покупка квартиры, это процесс. Не все квартиры, которые нравятся покупателям, их нужно проверять, проверять юридическую чистоту, документы. Рассчитывать на то, что цены подешевеют не надо, надо решать жилищный вопрос, когда есть финансовая возможность, желание и необходимость.

Какие квартиры пользуются наибольшим спросом у покупателей?

Это вопрос несколько риторический. Пользуются спросом те квартиры, которые люди хотят купить для себя. Если говорить об инвестиционной стороне, то это квартиры, которые стоят ниже рынка. Но таких квартир очень мало. Пользуются популярностью сейчас квартиры с ремонтом, из категории «Заезжай и живи». Покупатели понимают, что сделать ремонт, это достаточно долгосрочный процесс. Поэтому квартиры с отделкой быстрее уходят с рынка при прочих равных условиях. Если говорить про простоту покупки



квартиры, в юридическом отношении, то это юридически и физически свободные квартиры, то есть те квартиры, в которых никто не зарегистрирован.

Востребованы различные категории жилья. Причем покупатели проявляют интерес как к столичной недвижимости, так и к расположенной в пригороде. Поэтому хочу посоветовать всем читателям, планирующим приобретение недвижимости, не ждать, пока ее стоимость упадет. Вероятность этого крайне мала. Постарайтесь не упустить шанс приобрести жилье. А мы с удовольствием в этом поможем. Готовы предложить клиентам ипотечные кредиты от банков-партнеров нашей компании, предоставляемые на особых условиях. Таким образом, можно осуществить мечту о собственной квартире, причем сделать это выгодно и уже сегодня.

Офис «Академическое» ИНКОМ-Недвижимость.

Услуги: покупка, обмен, продажа квартир.

Телефон: 8 (495) 363-08-82

Адрес: м. Новые Черемушки, ул. Гарибальди, д. 24, корп. 2

Ежедневно с 9:00 до 21:00

Бегом по осеннему лесу

В Северном Бутове прошли окружные соревнования «Кросс нации»



Кросс по Битцевскому лесу – сплошное удовольствие.

► **Осенние старты в Битцевском лесу близ улицы Поляны были посвящены Всероссийскому дню бега. Это не только праздник здоровья и активного образа жизни, но и кросс: в зависимости от возрастной категории спортсмены должны были преодолеть дистанцию от 1 до 5 км.**

На подиуме – Татьяна Котельникова, Елена Хельдерт и Елена Малинкина.



Всего в окружном первенстве «Кросса нации» приняли участие более 1,5 тыс. жителей ЮЗАО в возрасте от 6 до 70 лет. Кстати, желающие могли сдать нормы физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в дисциплине передвижения по пересечённой местности.

БЕЖАЛИ ЦЕЛЫМИ СЕМЬЯМИ Многодетная мама из Обручевского района **Елена Хельдерт** одержала победу в своей возрастной категории. Свои дистанции пробежали и двое её детей, **Лукьян и Матвей**. Елена Вячеславовна, между

прочим, создала у себя в районе клуб спортивного ориентирования «Тропа», в котором занимаются юные жители ЮЗАО. По этому виду она имеет звание «мастер спорта». – Бег лежит в основе нашей тренировочной деятельности, мы ежедневно совершаем пробежки в Тропарёвском лесопарке. Поскольку спор-

тивное ориентирование невозможно без умственной работы на скорости, мы отработываем на тренировках различные беговые упражнения в сочетании с интеллектуальными заданиями. Дело в том, что, когда соревнования идут в высоком темпе, отключается голова. Чтобы этого не произошло, нужно постоянно держать себя в хорошей физической форме.

БУДЬТЕ В ТОНУСЕ Спортивная **семья Комаровых** из Северного Бутова тоже с удовольствием приняла участие в окружном празднике бега. **Марина Комарова**



Семья Комаровых: «Бегайте на здоровье!»

в детстве занималась художественной гимнастикой, сейчас много бегаёт. **Илья Комаров** – профессиональный тренер по спортивным единоборствам. Их сын **Владимир** занимается лыжными гонками на базе центра спорта и образования «Самбо-70». Именно этот центр предоставил свою базу для проведения окружного праздника бега.

– Спорт – прежде всего работа над самим собой, преодоление своих слабостей. В основе всякого спорта лежит именно бег. Благодаря бегу мы за относительно короткое время можем подготовить своё тело к любым стартам или физическим упражнениям, – утверждает Илья Комаров.

Советы тренера Ильи Комарова тем, кто хочет заняться бегом:

- Составьте личный график пробежек и продумайте маршруты.
- В интернете посмотрите ролики о правильной технике бега.
- Подберите для себя подходящие беговые одежду и обувь.
- Перед бегом обязательно разминка.
- Для начала чередуйте бег с ходьбой.
- Начинайте с небольших дистанций, не более 1 км.
- Нагрузки повышайте постепенно.
- Следите за самочувствием: пульс, дыхание, есть ли болевые ощущения в спине или ногах.
- Каждый день бегать не стоит, достаточно для начала 2–3 раз в неделю.
- Бегайте в безопасных местах, там, где нет автомобильного трафика.
- Если ваша цель – сбросить вес, не забывайте, что после бега не стоит плотно есть.
- Бегайте в удовольствие!

И, конечно же, бег способствует поддержанию тонуса. А воспитывается любовь к активности, считает Комаров, на личном примере. Если родители не бегают – не побегут и их дети. «Какие яблони – такие и яблоки».

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ

ФАКТЫ

► **Городошники из Ясенева стали первыми на Кубке России.** Соревнования по городошному спорту проходили в Крыму, в Евпатории. Победительницы: Нина Елисеева, Жанна Акрымова, Лидия Саттарова, Анастасия Сподырева и Елена Бардина.

► **Ушусты из Черёмушек привезли домой целую россыпь наград.** В городе Анапе Краснодарского края прошли XIII открытые Всероссийские юношеские игры боевых искусств. На одном мероприятии встретились спортсмены по 25 видам спортивных единоборств. Команда центра спорта и образования «Московская экспериментальная школа» Москомспорта вернулась с соревнований с прекрасным медальным зачётом. Спортсмены выступили в двух возрастных категориях – 12–14 и 15–17 лет, в которых завоевали: 18 золотых, 9 серебряных и 10 бронзовых медалей.

► **В Обручевском районе пройдёт Первый кубок мира среди студентов по пауэрлифтингу.** Более 200 студентов из 40 стран приедут в Российский университет дружбы народов в июле 2022 года бороться за награды. Шансы на победу есть у студентов из ЮЗАО: в сборной университета по пауэрлифтингу – 19 студентов: 6 девушек и 13 парней.

► **Команда из Академического района победила на городских соревнованиях по стритболу.** Парни возраста 16–17 лет, занимающиеся в центре спорта и досуга «Орион», защищали честь ЮЗАО на финальном турнире Московской комплексной межокружной спартакиады.

ЦИФРА

136

новых спортивных объектов (с учётом введённых в эксплуатацию в 2021 году) появились в столице с 2011 года. До конца 2023 года в Москве планируют построить ещё около 50 спортивных сооружений.

Реклама | Лицензия ЛО-77-01-004865 от 10.04.2017

Наш адрес:
ул. Крылатские холмы, д. 37
ЖК Крылатская Панорама

Новая стоматология в Крылатском
SAFE DENTAL CLINIC

СКИДКА на протезирование и имплантацию 10%

Консультация всех специалистов - **БЕСПЛАТНО**
Современное оборудование для точнейшей диагностики.

+7(985)22-000-42 +7(495)22-000-42

Сole Dental Clinic

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Баба-яга и «Робин Гуд» по имени Зюзя

Рассказываем о древнем прошлом района Зюзино и его окрестностей



Один из символов юго-запада – церковь святых благоверных Бориса и Глеба в Зюзине.

► **Предания об истории образования и развития Зюзина передаются из поколения в поколение. А память о них сосредоточена в музее Зюзинской волости. Он находится на втором этаже флигеля усадьбы Прозоровских – Бекетовых на ул. Перекопская, д. 9. Это культурное пространство – часть спортивно-досугового центра «Ратмир». Завесу над прошлым района нам приоткрыла директор центра Лилия Скороходова.**

Когда Москвы ещё не было

О древности Зюзина говорят местные курганы, которые были раскопаны 70 лет назад экспедициями М. Г. Рабиновича. Курганные захоронения распространились среди вятичей в XII веке, вытеснив погребение «на столпах, на пнях», а значит, они почти что ровесники Москвы. Самые богатые курганы находились на месте, где теперь стоят до-

ма 48 и 52 на ул. Болотниковская и дом 7 на ул. Азовская. Особенно интересны женские захоронения, в которых были найдены сердоликовые и хрустальные ожерелья, витые, решётчатые, пластинчатые, рубчатые кольца, браслеты, гривны и височные кольца. Именно по этим находкам был составлен образ женщины из славянского племени вятичей, представители которого тысячелетие назад населяли нынешнюю территорию Москвы.

Вотчина лесной колдуньи

За рекой Котловкой были своеобразные выселки Зюзина – Грачи. Там находилось местное кладбище. И для коренных жителей выражение «унести в Грачи» означало похоронить. Народная молва связывала это заповедное, сплошь заросшее сосняком место с именем... Бабы-яги. Там же имела

СОХРАНИТЬ ИСТОРИЮ ДЛЯ ПОТОМКОВ



– Музей Зюзинской волости не стоит на месте, – рассказывает директор «Ратмира» Лилия Скороходова. – Он уже стал важной частью культурного мира Юго-Западного округа. И нам хочется, чтобы здесь бывали не только представители старших поколений, но и молодёжь. В музее созданы все условия для того, чтобы дети и подростки под руководством опытных наставников делали что-то сами: рисовали, вышивали, лепили, сочиняли.

– У нас был опыт организации школы экскурсоводов, и он удался. Дети, втянувшиеся в краеведение, много узнали о районе, в котором они живут. Мы нашего сотрудника Татьяну Носову отправили на курсы профессиональной переподготовки, и она сейчас получает квалификацию экскурсовода, – добавляет Лилия Скороходова. Помогает и руководитель районной краеведческой студии, профессиональный историк, автор нескольких книг об истории столичного юго-запада Светлана Ярославцева. Более того, музей становится интерактивным. Гостей встречают молодые люди в костюмах вятичей – и получается, что посетители погружаются в атмосферу глубокой древности. Обновляется и часть экспозиции, посвящённая периоду Великой Отечественной войны. Там появится много новых экспонатов, рассказывающих о Битве под Москвой, 80-летие которой отмечается в этом году.



Зюзинские старожилы экспонаты музея собирали по крупицам.

ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ
потребительский кооператив

8 (495) 908-64-05

www.invkap.ru

ул. «1905 года», 7 мин. пешком.
г. Москва, Студенческий пер., д. 3
Мы работаем с 9.00 до 18.00
сб-вс выходной.

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ
ДО 5 МЛН. РУБЛЕЙ ЗАСТРАХОВАНЫ

от 15% до 20%
годовых в рублях

• 15% ГОДОВЫХ НА СРОК 6 МЕСЯЦЕВ
• 18% ГОДОВЫХ НА СРОК 1 ГОД
• 20% ГОДОВЫХ НА СРОК 2 ГОДА

Пенсионерам: выезд консультанта на дом, бесплатное такси.

Предложение действует только для членов Потребительского кооператива «Инвестиционный капитал». Вступительный взнос 100 руб. Принимаем Сбережения от 50 тыс. руб. до 5 млн. руб. Со ставкой от 15% до 20% годовых. Сбережения (денежные средства) принимаются по договору займа. Страхование финансовых рисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТСТРАХ». Полную информацию можно получить по телефону. ИНН 9703003636, ОГРН 11977466228309

Реклама



ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...
...село Зюзино столетие назад увековечил русский художник-авангардист Аристарх Лентулов. Его полотно «Сельский домик в Зюзине» считается одним из самых выдающихся шедевров отечественной живописи.

ФОТО WMUSEUM.RU

крепостные получили земельные наделы. Все важные вопросы решал сход, а исполнительной властью наделялось правление во главе со старшиной.

ли принцип районирования. Так, к примеру, возник За-москворецкий район, который постепенно захватывал Подмоскowie. В 1930-м его переименовали в Москворецкий, а в 1934-м, после убийства Сергея Кирова, – в Кировский. В 1960-м, когда границы Москвы стали определяться кольцом МКАД, административное деление стало более пёстрым. Появились Октябрьский, Советский и Черёмушкинский (не-

«Типичное Зюзино» 100 лет назад.

пустошь Ягутина, считавшаяся проклятым местом. Те, кто знаком с арийской мифологией, знает: наша Бабка-ёжка (на местном наречии – Ягута) – владычица Царства мёртвых, проводница в загробный мир. Вятичи были язычниками, причём представители этого племени дольше всех сопротивлялись христианизации.

в ближних лесах завелась разбойничья шайка, ведомая неким Зюзей. Последний отличался особенным благородством: грабил на Серпуховской и Калужской дорогах купцов, а добытое раздавал крестьянам. Так гласит легенда. Село и его окрестности славились великолепными «государевыми» садами, один из которых дожил до наших

дней под названием «Коробковский».

Что такое волость?

Само понятие «волость» менялось с течением времени. Изначально данное слово означало земли, которые князь благосклонно выделял «своим» людям для ведения какого-либо промысла. Существовала ещё такая форма территориального деления, как станы. Это уже было территориальное деление государственного образца – для обеспечения правопорядка. Земли к юго-западу от Москвы относились к Ратуеву, Сосенскому и Чермневу станам. Во главе станов стояли становые приставы, а более мелкими единицами являлись уряды, где порядок наводили урядники. «Волости» в новом смысле появились после реформы 1861 года, когда бывшие



Старинные изразцы из ушедшего в прошлое усадебного дома.

Есть предположение, что в основном бору между Ягутиной и Грачами находилось древнеславянское капище. Парк «Сосенки» на Нахимовском проспекте – остаток священной рощи далёких предков многих из нас.

Щедрый разбойник

Зюзино упоминается в писцовой книге 1627—1628 годов как «сельцо Скрыбино, Скорятино, Зюзино тож...». Как-то



Флигель усадьбы Прозоровских – Бекетовых недавно отреставрирован.

Кроили и перекраивали

Поскольку Москва росла, власти вынуждены были придумывать новые административные единицы и деления. Когда в 1917-м к власти пришли большевики, они сначала сохранили структуру волостей. Но позже всё же примени-

которое время он именовался Брежневским) районы. А позже ещё и Севастопольский, к которому и относилось бывшее село Зюзино, остатки которого можно было лицезреть и в начале 1970-х. Нынешние районы ЮЗАО образованы в 1991 году. С формальной точки зрения они уже долгожители. Правда, до вековой истории Зюзинской волости им ещё далеко.

ГЕННАДИЙ МИХЕЕВ



Слонихе Николь, которая живёт в Цирке на проспекте Вернадского, подарили 350-килограммовую тыкву. Сама 4-летняя слониха, как рассказал Эдгард Запашный, сейчас весит 1490 кг. Подаренная тыква пришлась ей по вкусу – Николь с удовольствием её ест.

РЕКЛАМА | Лицензия №77-01-002274 от 28.06.2007 г.

ООО «ДЕНТАЛ-ПРЕСТИЖ»
@dentalprestige.stom

Хотите иметь белоснежную улыбку? Идите к нам!
У НАС АКЦИИ!

Всего 5700 руб. – КОРОНКА МЕТАЛЛОКЕРАМИЧЕСКАЯ, Германия
16 000 руб. – ИМПЛАНТАЦИЯ, Германия
16 500 руб. – СОВРЕМЕННЫЙ, УДОБНЫЙ, СЪЕМНЫЙ ПРОТЕЗ, Германия

Семейные скидки на лечение 7%.
Предъявите данный купон чтобы получить скидку!

М. АКАДЕМИЧЕСКАЯ, УЛ. НОВОЧЕРЁМУШКИНСКАЯ, ДОМ 18
(7 минут пешком от метро)
ТЕЛЕФОН ДЛЯ ЗАПИСИ: 8 (495) 201-37-27

Онлайн консультация с главным врачом по 8 (915) 138-01-87

«Прогулки здесь – это моя батарейка»

Актёр Максим Аверин приезжает в Нескучный и гуляет по Ленинскому, чтобы восстановить силы

► С заслуженным артистом Максимом Авериним наш корреспондент встретился на фестивале «Амурская осень» в Благовещенске, куда известный актёр приехал со спектаклем «Лев зимой».

Идти по Ленинскому, свернуть в Нескучный

– Максим, какие места на юго-западе Москвы вам дороги?

– Моё самое любимое место не только на юго-западе Москвы, но и во всей столице, – это Воробьёвы горы и Нескучный сад. Это моё место силы. Мне не просто нравится туда приезжать – мне необходимо там бывать. Зачастую ночью еду на Воробьёвы горы после спектакля или съёмок и просто хожу, разгружаю мозг. Горят огни, красота невероятная, вся Москва как на ладони.

– Давно у вас любовь к этим местам?

– Давно! С юности. Когда учился в Театральном училище имени Щукина, каждый день после учёбы пешком шагал на Воробьёвы горы и в Нескучный. Там гулять можно бесконечно долго. И одному, и с собакой. Было, помню, очень страшно, когда в 1990-е пошла слухи, что на Воробьё-

вых горах построят особняки. Слава богу, этого не случилось. Вся красота и естественность природного заказника сохранились. Позже я специально приезжал сюда в перерывах между съёмками, чтобы съесть шаурму – она там была лучшая в городе. Кафешку эту снесли, когда шла подготовка

Родом из детства

– Максим, в последние годы Москва значительно поменялась. А какие изменения вы замечаете в своих любимых местах сейчас?

– Там сегодня всё очень благоустроено, обустроено. Лавочки, фонари. Хожу по центральной аллее до Ленинского проспекта и люблю, у меня там душа отдыхает. Воробьёвы горы – это моя батарейка. Чудесной стала Андреевская набережная с её цветниками.

Я очень рад, что восстановили станцию метрополитена «Воробьёвы горы», расположенную на границе Гагаринского района. Долго её строили, но результат потрясающий.

– А в детстве вы какие места любили в Юго-Западном округе?

– Большой Московский цирк, конечно же, как любой ребёнок. Много раз был в Цирке на Вернадского, смотрел практически все представления, которые выходили. Каждый поход в цирк – это был празд-

В спектакле «Лев зимой» Аверин сыграл стареющего короля Англии Генриха II.

к чемпионату мира по футболу. Второй такой вкусной шаурмы я больше не нашёл.

тически все представления, которые выходили. Каждый поход в цирк – это был празд-



Принцип Максима Аверина: «Улыбайтесь, господа!».

ФОТО ANATOLY LOMOKHOV/GLOBALLOOKPRESS.COM

ник. Любовь к цирку у меня до сих пор. Этим летом, когда я получил Зимний театр в Сочи, друзья познакомили меня с Гией Эрадзе (Максим Аверин был назначен художественным руководителем Сочинского

MINISTRY OF CULTURE RUSSIA/GLOBALLOOKPRESS.COM



Максим участвовал в акции «Дарите книги с любовью».

ДОСЬЕ

- Родился 26.11.1975 в Москве.
- Вырос на «Мосфильме» – там работали родители.
- Известен по к/ф «Глухарь», «Горюнов», «Служу Советскому Союзу!», «Склиф», «Фурцева», «Жила-была одна баба».

концертно-филармонического объединения. – **Ред.**) У него несколько коллективов, и он переворачивает впечатление о цирке. Три часа длится про-

грамма, я и плакал, и смеялся. Потом артист меня вывел на арену. Это такой кайф был! Природа такого цирка мне нравится. У нас с Гией мечта: сделать цирковой спектакль. А вообще планов очень много.

ОЛЬГА ШАБЛИНСКАЯ

СБЕРЕЖЕНИЯ В МОСКВЕ

14%

годовых

МАКСИМАЛЬНЫЙ ПЕНСИОННЫЙ | Выгодная сберегательная программа

Оплата платежей ЖКХ без комиссии
Отделение «Черёмушки», г. Москва, ул. Профсоюзная, д. 27, стр. 1
8 (800) 301-20-81

ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ КООПЕРАТИВ ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЕ ОБЩЕСТВО ПО РАЗВИТИЮ ЭКОНОМИЧЕСКИХ И СОЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ «НАКОПИТЕЛЬНЫЙ КАПИТАЛ - СБ»
Предложение действует только для членов Потребительского кооператива «НАКОПИТЕЛЬНЫЙ КАПИТАЛ - СБ».
Вступительный взнос 50 руб. Срок размещения от 3 мес. до 2 лет. Суммы от 10 тыс. руб. до 5 млн. руб.
Со ставкой 14% годовых. Страхование финансовых рисков осуществляется НКО «МОВС».
Полную информацию можно получить по телефону. ИНН 9731058676 ОГРН 1197746733502

РЕКЛАМА

ФОТОФАКТ



В Ясеневе на минувшей неделе прошёл Московский фестиваль колокольного звона «Архангельский глас». На праздник съехались лучшие звонари России. На площадке у Покровского храма выступили профессиональные и самодеятельные артисты.

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНКОГО

Репинская плеяда



«Постановка натуры в мастерской И. Е. Репина», коллективная работа учеников Репина, 1903 год.

► До 5 декабря в Музейно-выставочном комплексе Академии акварели и изящных искусств Сергея Андрияки (ул. Академика Варги, д. 15) работает уникальная выставка «Великие репинские ученики».

В грандиозном проекте академии принимают участие свыше 20 ведущих музеев и частных коллекций со всей страны. Вес и авторитет Репина как живописца и преподавателя трудно переоценить – его мастерская в Академии художеств всегда была вдвое переполнена. Удивительно, но такие непохожие, подчас диаметрально противоположные, блистательные художники – Серов и Малявин, Фешин и Сомов, Кустодиев и Грабарь – оказались «птенцами одного гнезда».

Подробности смотрите на сайте академии <https://academy-andriaka.ru>. При посещении не забывайте о соблюдении противоковидных правил!

Вечер оперы

► 1 октября празднуется Международный день музыки.

В честь этого события культурный центр «Вдохновение» (Литовский бул., д. 7) приглашает прикоснуться к музыкальному миру великого австрийского гения Вольфганга Амадея Моцарта. На сцене Большого зала в 19.00 будет представлена музыкальная постановка «МОЦАРТ. Оперные инсталляции» в исполнении солистов и оркестра оперной студии Московского государственного института музыки им. А. Г. Шнитке. Зрителей ждут искромётный юмор героев шуточной оперы, бессмертная музыка Моцарта, виртуозная игра артистов в сочетании с современными режиссёрскими решениями.

Вход бесплатный, но необходима предварительная регистрация на сайте центра <https://v-v.ru>.



Тайна музыки Моцарта до сих пор остаётся для нас непостижимой.

Весь мир – корпорация

Выставка заставляет задуматься о существовании человека в эпоху глобализма.



► До 21 ноября галерея «Нагорная» (ул. Ремизова, д. 10) предлагает посмотреть выставку «Единая команда».

Организаторы ставили перед собой две цели для исследования. Первая – изучить, как формируются связи между участниками процесса, когда они превращаются в одну команду (сверхорганизм). Вторая – посмотреть на весь мир и все связи в нём как на огромную корпорацию, в которой даже противоречия дополняют друг друга. Во время работы выставки пройдёт несколько кураторских экскурсий и перформансов «Пять шагов к Единой команде».

Вход на выставку возможен только по онлайн-билетам, которые приобретаются на сайте галереи www.gallery-nagornaya.com.

ОБЪЯВЛЕНИЯ прием рекламы по телефону 8 (916) 668-14-20 РЕКЛАМА 12+

РЕМОНТ

- Ремонт квартир косметический и капитальный. Тел: 8 (905) 725-40-30
- Замена замков. Ремонт дверей. Тел: 8 (926) 341-27-27
- Косметический ремонт квартир. Недорого. Тел: 8 (916) 463-21-19
- Циклёвка паркета Тел: 8 (985) 994-48-10
- Абразивная циклевка и ремонт паркета. Укладка массива, ламината. Ремонт квартиры поэтапно. Помощь в выборе и доставке материалов. Натяжной потолок. Окна и остекление балконов. Тел: 8 (495) 978-03-44
- Обои. Тел: 8 (963) 976-11-85
- Мастер на час. Ремонт. Тел: 8 (915) 471-17-42
- Циклевка паркета ТРИО без пыли. Тел: 8 (495) 162-03-81

- Частный мастер, москвич, русский. Работа с потолками, выравнивание стен, поклейка обоев, ламинат, плитка. Рекомендации. Тел: 8 (909) 667-58-76

АНТИКВАРИАТ

- Автографы, книги, золото, коронки, серебро, медали, монеты, статуэтки куплю Тел: 8 (903) 666-33-55.
- Старьевщик купит винтаж и антиквариат Тел: 8 (905) 579-43-84
- БИБЛИОТЕКУ ДОМАШНЮЮ. СТАРЫЕ И СОВРЕМЕННЫЕ КНИГИ КУПЛЮ. ВЫЕЗД. Тел: 8 (495) 724-30-45

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

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

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

- 8 (985) 769-74-09 БУДДУ, ИКОНЫ, КАРТИНЫ, КОРОНКИ, МЕБЕЛЬ, АРХИВЫ, СЕРЕБРО, ФАРФОР, ПАТЕФОН, САМОВАР, ЧАСЫ, ЗНАЧКИ, И ДРУГОЙ АНТИКВАРИАТ, КУПИМ 8-495-769-74-09

- Купим книги, журналы, документы, плакаты, открытки, фотографии до 1940 года. Тел: 8 (985) 275-43-33
- Покупаем антикварные предметы: открытки, фотографии, книги, мебель и др. Выезд. Тел: 8 (965) 434-04-05
- Купим часы СССР. Тел: 8 (985) 275-43-33

- Книжки, открытки, иконы, статуэтки, сервизы, хрусталь, мельхиор, антиквариат, фотоаудиорадиоаппаратуру. Тел: 8 (915) 287-71-38
- Куплю Дорого старые янтарные бусы до 150 000р. Шар. Овал. Жёлтые. Тел: 8 (929) 216-44-24
- Покупаем книги и журналы. Тел: 8 (925) 656-49-72

- Антиквариат, предметы советского периода фотовидеоаудиовелотехнику купит дорого коллекционер Тел: 8 (495) 295-99-42; 8 (916) 540-44-95
- Часы любое состояние, значки. Тел: 8 (495) 723-19-05
- Винтаж советский-фарфор, фигурки, мебель, часы, картины куплю Тел: 8 (495) 205-19-58; 8 (926) 512-69-96

- Букинист купит книгу до 1927г. за 50000р. Журналы, архивы, рукописи до 1945г. Тел: 8 (925) 795-57-97

РАБОТА

- Няня в детский центр. Тел: 8 (903) 577-30-56
- Сотрудники на склад. Опыт необязателен. Заработная плата от 50000 руб. на испытательный срок. График: 5/2. Метро Кунцевская, Озерная, Молодёжная. Тел: 8 (967) 145-67-78, 8 (985) 250-94-12

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

- Ремонт стиральных машин и холодильников. Тел: 8 (977) 000-68-92
- Телемастер, аудио, бытовая техника. Тел: 8 (495) 506-89-21
- Ремонт: Телевизоров! Плит! Швейных! Тел: 8 (499) 703-4194
- РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, НЕДОРОГО. Тел: 8 (495) 517-95-42; 8 (985) 987-05-99
- Ремонт техники: стиралки, холодильники и пр Тел: 8 (985) 636-91-89
- Срочный ремонт стиральных машин Тел: 8 (977) 327-65-08
- Ремонт швейных машин. Тел: 8 (495) 142-20-58

РЕМОНТ от 300 руб. скидка 30%
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ! ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО
ЗВОНИТЕ! 8-499-213-48-20

● РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ И ЭЛЕКТРОПЛИТ. ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО. Тел: 8 (499) 964-69-64

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- А/ Газель, перевозки на дачу и с дачи. Тел: 8 (499) 394-30-60
- Автогрузоперевозки. Дачи. Утилизация. Недорого. Тел: 8 (495) 744-78-52
- Автогрузоперевозки. Квартирные переезды. Тел: 8 (926) 979-99-15 Анатолий
- Автоперевозки. Тел: 8 (495) 589-00-78
- А/грузоперевозки. Недорого. Тел: 8 (495) 728-69-81

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Куплю квартиру в вашем районе Тел: 8 (903) 501-02-47
- ПОМОГУ ПРОДАТЬ, КУПИТЬ, ОБМЕНИТЬ КВАРТИРУ, КОМНАТУ, ДОМ, ГАРАЖ БЫСТРО И ВЫГОДНО. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА. Тел: 8 (495) 779-17-57

- 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

КУПЛЮ

- Куплю автомобиль в любом состоянии. Тел: 8 (915) 100-53-35
- Куплю монеты Тел: 8 (916) 595-91-78

- РАДИОДЕТАЛИ ЛЮБЫЕ, ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ, Тел: 8 (903) 125-40-10
- Книжки, фотовидеоаудиовелотехнику, пианино, музыкальные инструменты, швейную машинку, куплю Тел: 8 (495) 205-19-58; 8 (926) 512-69-96

ЗНАКОМСТВА

- Мужчина 49л. познакомится с девушкой 33-42 года верующей христианкой, без детей для создания семьи. Тел: 8 (916) 356-21-18

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

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 50/01161901, ОГРН 1207700327647

- Московская социальная юридическая служба. Тел: 8 (499) 408-21-03

ГОРОДСКОЙ МЕЖВЕДОМСТВЕННЫЙ ПРАВОВОЙ КОМИТЕТ

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

8 (499) 961-01-42

Дентал Визит

Реклама | Лицензия №77-01-003789

Наш адрес:
Ул. Профсоюзная, 83, к. 1
1-2 мин. от ст. метро «Беляево»

Стоматологический центр «Дентал визит»

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

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

Горячая кружка для промозглой осени

Сезонные напитки: как быстро и с пользой прогреть горло и защитить тело от переохлаждения

► Получить заряд бодрости, тепла и отличного настроения в дождливый день помогут полезные согревающие напитки. Вкусными и необычными рецептами поделилась нутрициолог, член Национальной ассоциации клинического



питания, педагог проекта «Московское долголетие» района Ясенево Татьяна Акимова.

ЩЕПОТКУ ПРЯНОСТЕЙ И СПЕЦИЙ

«В основе большинства напитков содержатся пряности и специи, такие как корица, кардамон, имбирь, перцы, куркума, гвоздика. Согревающий эффект достигается за счёт расширения микрососудов, улучшения кровотока и обмена веществ, — объясняет Татьяна Акимова. — За основу для напитка можно взять компот из сухофруктов или свежих фруктов и ягод, заваренный шиповник, чёрный, зелёный или травяные чаи».

СМОРОДИНА С БАДЬЯНОМ И КОРИЦЕЙ

Хорошо согревает, поддерживает иммунитет и обладает антибактериальным действием. Подойдёт для профилактики простуды и если уже заболели. Обратите внимание — лучше брать именно корицу, а не кассию. За основу можно взять как процеженный морс,

так и заваренные толчёные ягоды. Добавьте бадьян и корицу. Дайте настояться.



ФОТО CREATIV STUDIO HEINEMANN/IMAGEDROKER.COM/GLOBALLOOKPRESS.COM

ЧАЙ С ИМБИРЁМ И ПРЯНОСТЯМИ

Напиток придаст сил и бодрости, укрепит иммунитет и защитит от сезонных вирусных и простудных заболеваний.

Ингредиенты

- Чай — 1–2 ч. ложки
- Вода — 400–500 мл
- Корица — 1 шт.
- Бадьян — 1 шт.
- Лайм — ½ шт.
- Цедра апельсина — ½
- Имбирь — 2 ч. ложки

В чайник для заваривания выложите специи: одну палочку корицы, звёздочку бадьяна, половинку лайма и цедру половинки апель-



сина, 2 ч. ложки натёртого имбирного корня. По желанию добавьте 1–2 ч. ложки любимого чая. Залейте кипятком на 15–20 минут. Наслаждайтесь!

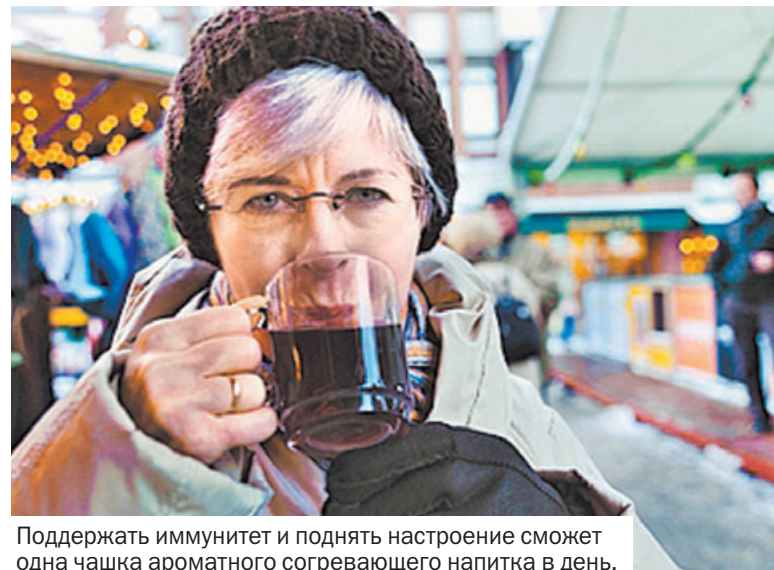
ГРОГ БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЙ

Его можно использовать при простуде, для повышения тонуса организма, а также после долгих прогулок на холоде.

Ингредиенты

- Крепко заваренный чай — 300 мг
- Яблочный сок — 1/3 стакана
- Вишнёвый сок — 1/3 стакана
- Мускатный орех, корица, гвоздика — на кончике ножа
- Бадьян — 1 шт.
- Мёд — 1–2 ч. ложки

Заваренный чай смешиваем с соками, доводим до кипения, прибавляем специи и томим при еле заметном кипении около 10 минут. Напиток настаиваем 5–10 минут.



Поддержать иммунитет и поднять настроение сможет одна чашка ароматного согревающего напитка в день.

ФОТО FRANK RÖDER/IMAGEDROKER.COM/GLOBALLOOKPRESS.COM

ГОРЯЧИЙ МОХИТО

Освежающий напиток с лёгким ароматом мяты летом любят многие, но вот согревающую версию коктейля, который подаётся горячим, пробовали далеко не все.

Ингредиенты

- Вода — 150 мл
- Клубничный сироп — 1 ст. ложка
- Лайм — 2 дольки
- Мята — 1 шт.

- Клубника — 3 шт.

Клубнику разомните вилкой или обработайте блендером до пюре. В ступке разотрите мяту с лаймом, к ним добавьте клубничное пюре и сироп.

Массу переложите в сотейник, залейте водой. Затем разогрейте напиток, не доводя его до кипения. Потом процедите и подавайте горячим.

ЗЕЛЁНЫЙ ЧАЙ С ЧЁРНЫМ ПЕРЦЕМ

В нашей стране чай — один из самых популярных напитков. Выпиваешь кружку горячего чая — по телу разливается блаженное тепло.

Ингредиенты

- Зелёный чай — 2 ст. ложки
- Вода — 400–500 мл
- Молотый чёрный перец — 5–7 г

При заваривании чая добавьте немного чёрного перца — молотого, если любите поострее, или в горошинах (не переусердствуйте с перцем, лучше начинать с небольшого количества и прислушаться к своему самочувствию). Дайте настояться 20 минут. Процедите. Такой чай согреет и укрепит иммунитет.

Для согревания хорошо подойдут ягодные морсы, например, на основе клюквы с добавлением лимона, палочки корицы и имбиря. Эти ингредиенты помогут поддержать иммунитет, усилить кровообращение и за счёт микроциркуляции согреть организм. Чтобы подсластить напитки, добавьте немного мёда.

ЮЛИЯ ВАКУЛЕНКО

ООО "Металл-Инвест"

**ЗАВОД
МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ**

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

**КИТАЙСКИХ
ДВЕРЕЙ НЕТ!**

ОТДЕЛКА: порошковое напыление
NEW! КРОКОДИЛ, винилискожа,
ламинат, МДФ, шпон, филенка
массив дуба, кованые изделия

**ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ
СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ
ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ**

ЗАМЕР, доставка, установка — БЕСПЛАТНО

АКЦИЯ*
завязка и
утеплитель
в подарок



8-495-792-29-89 • 8-925-147-48-17

СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛЕРАМ

• 24 ч • СКИДКИ

**ГАРАНТИЯ
10 лет**

*Акция действует с 01/09/2021 по 31/12/2021. Подробно об организаторе акции, правилах ее проведения, скидках по т.8 (495) 792-29-89, 8 (925) 147-48-17

Дорогие читатели! Наша страничка для детей поможет отвлечь ребят от гаджетов. А чтобы было интереснее, решайте головоломки вместе с ними! 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.

Расставьте в словах буквы в правильном порядке.



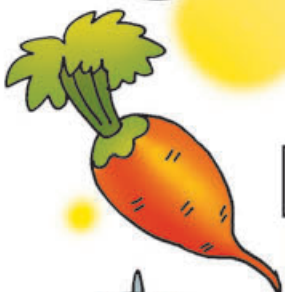
Г Б И Р
[] [] [] []



Ш У Р Г А
[] [] [] [] []



К Ш А Ч А
[] [] [] [] []



М Ь К Р О В О
[] [] [] [] [] [] []



Н О З Т
[] [] [] []



З К М О А
[] [] [] [] []



К О Л О Б Я
[] [] [] [] [] []



Ш Н Я И В
[] [] [] [] []

Как муравью обойти опасности и попасть к друзьям?

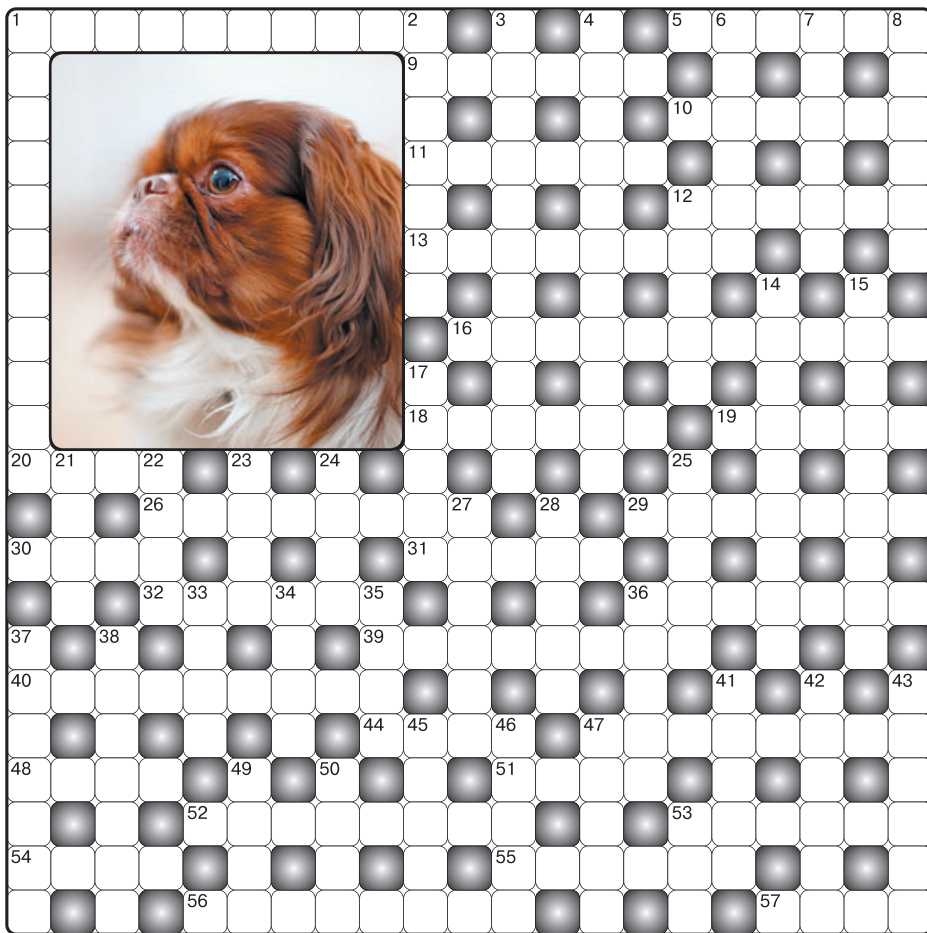


Найдите среди перемешанных букв перечисленные слова.

шайба, кошка, суп, восток, сон, клад, шторм, кран, ствол

Ш	А	Й	Б	А	К	А	Ш	Ш	Р	П	С
П	Р	В	Ы	Ф	О	В	Т	М	Ы	А	Т
К	Л	А	Д	А	Ш	С	О	В	К	Е	В
У	Й	Ы	З	Р	К	В	Р	И	О	Н	О
Ц	Ф	О	Л	О	А	Ф	М	С	У	П	Л
Т	А	К	Р	А	Н	Ц	П	Р	Л	Д	Ж
В	О	С	Т	О	К	У	Х	Х	Б	Ж	Л
Ы	В	А	М	С	С	О	Н	К	А	Р	Ц

Ответы: гриб, груша, чашка, морковь, зонт, замок, яблоко, вишня.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. «Это не специальность, это судьба». 5. Бутик эконо-класса. 9. Кто любит себя больше ближнего своего? 10. Кто «культуру игнорирует»? 11. В какой стране агент британской разведки Сомерсет Моэм выполнил своё последнее задание? 12. «Зубная щётка» в артиллерии. 13. Библейское чудовище, чьё убийство запечатлено на гравюре Юстава Доре. 16. Метод создания художественного объекта. 18. Мадагаскарская валюта. 19. Что писатель Генри Торо считал «настоящим возрождением» и «кусочком бессмертия»? 20. Дневное застолье. 26. Бодрок с оптимистичным уклоном. 29. Карточная игра для тех, у кого очень хорошая память. 30. Певица и старшая сестра олимпийской чемпионки Марии Шурочкиной. 31. Каким оружием гусары когда-то откупоривали бутылки с шампанским? 32. Что в глазу при ярком свете уменьшается? 36. Какая собачка «умеет лаять по-китайски»? 39. Игра

в числе спортивных предпочтений актёра Фёдора Добронравова. 40. Огнемёт в кармане. 44. Французская романистка, отправленная бабушкой на перевоспитание в монастырь. 47. Экзотическая вещь. 48. Что даёт возможность артисту побывать в чужой шкуре? 51. Скульптура Homunculus Loxodontus. 52. «Чечевичная цена» первородства Исава. 53. Кого за дурака держат? 54. Поле с осенними посевами. 55. Где Джона Кеннеди пуля настигла? 56. Философская доктрина «об исключительности чёрной расы». 57. «В парке ... расцветает миндаль».

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Что позволяет подать на развод? 2. Творец Зазеркалья. 3. «Дальний ...». 4. Стезя будущего кандидата наук. 6. «Терминатор среди ветров». 7. «Растёт как снежный ком». 8. Грудная клетка. 12. «Пещерный город» V–XIII веков в Крыму. 14. Кто стоит на втором месте по количеству писем среди адресатов Александра Пушкина? 15. Гонец за при-

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!

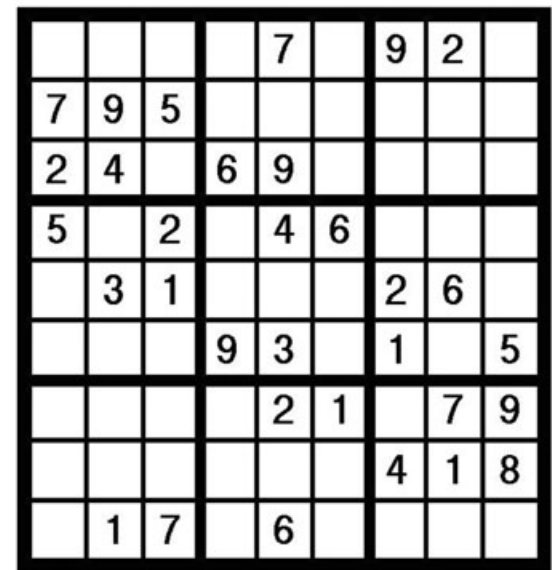
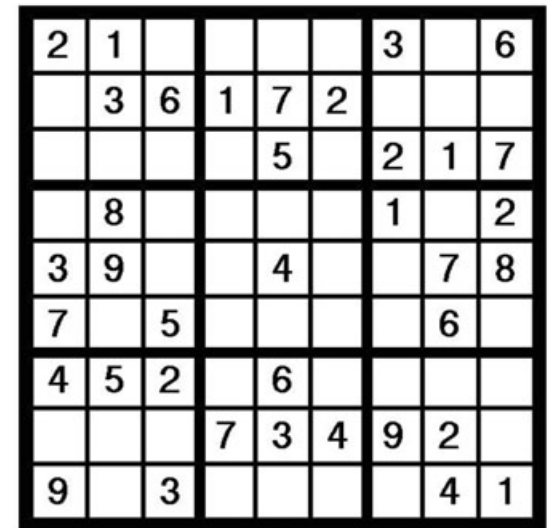
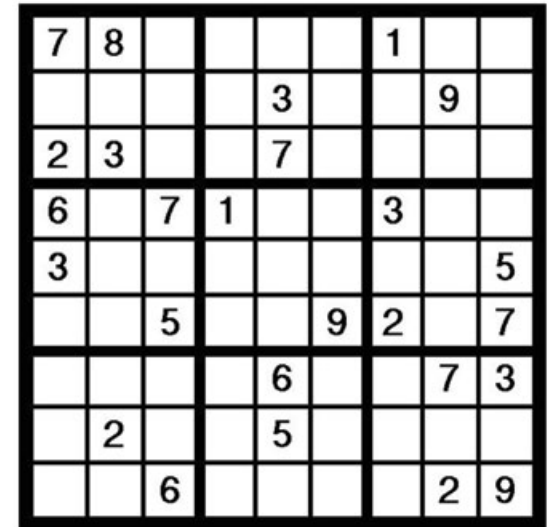
– А у меня сосед холодной водой обливается...
– Ух, он что, «морж»?
– Нет... Хулиган он.

– Вовочка, ты вот написал в своём сочинении, что тебе нравится мальчик из нашего класса. Скажи, это правда? И тут Вовочка вдруг понял, как опасно списывать у Машеньки!

Никто из сотрудников зоопарка не переваривал директора. А вот питон смог.

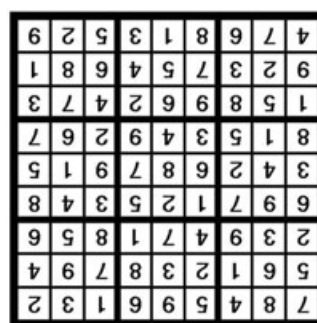
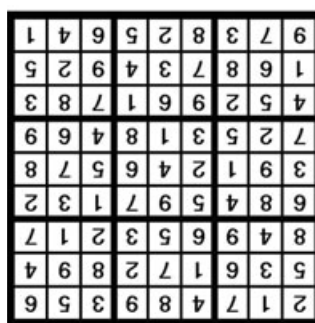
– Зря я спорил вчера с женой на желание...
– У тебя есть жена?!
– Теперь уже есть.

– Мне гибэдэдэшники фото прислали. Получилась хорошо. Но фотки у них дорогие...



ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ
И ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

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



47. Дуэль. 49. Горь. 50. Хлоп. 53. Бал.
Болос. 42. Плинка. 43. Батт. 45. Батт.
Волос. 42. Плинка. 43. Батт. 45. Батт.
41. Кле. 36. Почин. 37. Вазы. 38. Джильда. 41.
или. 36. Почин. 37. Вазы. 38. Джильда. 41.
25. Пепел. 27. Бадлон. 28. Вейк. 33. Рора. 34. Чили.
17. Папос. 22. Бакан. 23. Мзда. 24. Дёфо.
8. Родственник. 4. Аспирин. 6. Ураган. 7. Лавина.
Неприят. 57. Чепр.
52. Похлёбка. 53. Болван. 54. Звёз. 55. Дамас. 56.
жизни. 44. Санд. 47. Дюкования. 48. Роль. 51. Ждун.
3а. 32. Зрочок. 36. Поклес. 39. Болонбол. 40. 3а-
Обед. 26. Жизнелюб. 29. Поклес. 30. Нюма. 31. Са-
вафана. 16. Истатиния. 18. Ариди. 19. Весна. 20.
Стон. 10. Варвар. 12. Россия. 13. Ле-
по ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Срепозничник. 5. Аутлет.

ЗА КАЛУЖСКОЙ
ЗАСТАВОЙ №37 (415)

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» И. А. ЧЕРНЯК

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. 52
Телефон +7 (495) 646-57-57
E-mail: uzao_readers@aif.ru

Распространяется бесплатно
на территории ЮЗАО г. Москвы

Дата подписания номера: 24.09.2021
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: № 3006

Тираж 509 250 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