

ЗАКАЛУЖСКОЙ СТАВОЙ

Газета
Юго-Западного
административного
округа Москвы

gazetauzao

№ 17 (537) 27 мая – 2 июня 2024



ФОТО MOS.RU

Сергей Собянин:

«По уровню инновационных решений московский транспорт – бесспорный лидер. Начинаем испытывать беспилотный трамвай»

Пальчики оближешь

Деликатесы «Рыбной недели» можно попробовать на четырёх площадках нашего округа

600
НАИМЕНОВАНИЙ
РЫБЫ
И МОРЕПРОДУКТОВ
МОЖНО
ПОПРОБОВАТЬ
НА ПЛОЩАДКАХ
ФЕСТИВАЛЯ

На фестивальной площадке «Рыбной недели» на Профсоюзной улице, 41, повар Борис готовит разные деликатесы и гарнир к ним.



ФОТО АЛЕКСАНДРА ВДОВЕНКО

100 дней лета начинаются

► 1 и 2 июня в нашем округе пройдут 170 концертов, кинопоказов, экскурсий и квестов.



3

Отдых на свежем воздухе

► В парке «Сосенки» в долине реки Котловки построят современный спортивный кластер.



7

Утиные истории в Конькове

► На пруду на улице Миклухо-Маклая огари «поругались» из-за... «жилплощади».



12

Вперёд, в будущее

Испытание первого беспилотного трамвая началось в Москве

► **Сергей Собянин открыл Центр развития электротранспорта и беспилотных технологий. Там будут разрабатывать транспортные решения будущего.**

Мэр объявил о старте нескольких инновационных проектов. Среди них первый в России беспилотный трамвай, запуск виртуальной карты «Тройка» и старт оплаты проезда по биометрии на МЦД.

ВЫСОКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

«Московский транспорт по уровню инновационных решений является беспорным лидером. В Москве разрабатывают и работают на линиях, перевозят пассажиров одни из самых лучших в мире составов пригородных поездов, метрополитена, трамваев, электробусов и даже речных трамваев, – рассказал Сергей Собянин. – Помимо этого развивается мирового уровня сервис для обслуживания пассажиров, плюс интеллектуальная транспортная система, которая обеспечивает гигантское движение в рамках всего мегаполиса. Мы специально для дальнейшего развития инновационных решений в области транспорта создали этот замечательный центр и сегодня запускаем сразу несколько проектов». Именно этот центр в скором времени станет местом появления передовых технологий, которые определяют облик московского транспорта на десятилетия вперёд.



Сергей Собянин лично проверил, как работает оплата проезда по QR-коду.

Трамваи с автоматизированным управлением поедут и в ЮЗАО. Ожидается, что к 2027 году более 80% трамваев столицы оборудуют автоматизированной системой управления

По словам Сергея Собянина, уже в конце 2025-го трамвай поедет без водителя-дублёра. Предполагается, что к 2027 году более 80% трамваев в Москве оборудуют автоматизированной системой управления.

«ТРОЙКА» В СМАРТФОНЕ

Появился новый сервис для карты «Тройка». Теперь её владельцы могут не носить с собой «пластик», а выпустить виртуальный аналог в смартфоне, в приложении «Метро Москвы», и платить за проезд по QR-коду. Виртуальная «Тройка» работает в метро, на МЦК, МЦД, наземном и регулярных речных перевозках. Также проще стало дистанционное пополнение карты. Теперь пассажиры могут сделать это в мобильном приложении и сразу же картой воспользоваться. Раньше для этого приходилось сначала прикладывать карточку к специальному жёлтому терминалу. Для двух миллионов человек, пополняющих «Тройку» и карту москвича онлайн, экономия времени составит до 20 минут в месяц. Вместе с тем начался первый этап внедрения оплаты проезда по биометрии на МЦД. При таком способе будет действовать бесплатная пересадка на метро и МЦК. Платить по биометрии смогут до миллиона пассажиров диаметров ежедневно. Сократятся очереди перед турникетами.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

ТРАМВАЙ БЕЗ ВОДИТЕЛЯ

Тестирование беспилотных трамваев, которое стартовало в городе, пройдёт в три этапа. Сначала проводят испытания без пассажиров, но с водителем-дублёром. Система станет повторять 90% решений человека и исправит их в случае ошибки. На втором этапе

искусственный интеллект возьмёт на себя функции управления и принятия решений, однако водитель по-прежнему будет находиться в кабине для подстраховки. В заключение планируется обеспечить полностью беспилотное движение с пассажирами внутри и без водителя.

НОВОСТИ

► **Объём специализированной медпомощи москвичам в текущем году увеличится более чем в 1,5 раза.** Об этом Сергей Собянин написал в своём телеграм-канале. «Речь о целевых программах, направленных на повышение качества и продолжительности жизни москвичей. Они реализуются по 14 направлениям, среди которых травматология, сердечно-сосудистая хирургия, урология, нейрохирургия», – уточнил мэр. По его словам, теперь благодаря целевым программам самую современную медпомощь в московских стационарах смогут получить на 40 тыс. человек больше. «Инновационное оборудование и профессионализм столичных врачей позволяют проводить всё больше сложных операций, делать их минимально травматичными», – заключил мэр.

► **Школьники и дошкольники завоевали больше 60 тыс. дипломов на олимпиаде «Музеи. Парки. Усадьбы».** Ребята в течение года выполняли задания на различных площадках Москвы, среди которых Дарвиновский музей, расположенный в нашем округе. «Победители и призёры завершили сезон игрой-прогулкой по центру Москвы. Вместе с родителями и учителями дети искали уникальные адресные таблички и изображения мифических существ на зданиях, рассматривали граффити в городе, определяли стиль архитектуры построек», – написал Сергей Собянин в своём телеграм-канале.

ФОТОФАКТ



Здание возводится на площади 0,66 га на ул. Грина, вл. 1, корп. 3. Оно готово уже на 75%

В зрительном зале предусмотрена система постановочного освещения, дающая возможность проводить концертно-театральные мероприятия

Здесь будут концертный зал на 300 мест, а также артистические, гримёрные, костюмерные и технические помещения

Выполнено остекление объекта, ведутся отделочные и фасадные работы

Вокруг здания будет сформировано качественное общественное пространство

В Северном Бутово появится новый культурно-досуговый центр.

АРХЕОЛОГИЯ

В Москве начался новый археологический сезон

► **Какие артефакты удалось обнаружить с начала года?**

Об этом рассказал **руководитель Департамента культурного наследия Алексей Емельянов** на пресс-конференции, организованной Информационным центром правительства Москвы.

За 4 месяца археологами было обнаружено более 2 тыс. артефактов. «Среди них, например, белоглиняный коник XVI века, найденный на территории Чижевского подворья – современной Николь-

ской улицы. Игрушка покрыта белым ангобом, а росписью выполнен рисунок гривы и уздечек, – уточнил Алексей Емельянов. – Неудивительно, что для создания игрушки выбран именно образ лошади: конь считался символом достатка, успеха, благополучия. И нередко встречается на различных изделиях». Среди других находок – печные изразцы, керамические чаши для питья, свиistles, кувшинчики и многое другое. Более 300 уже законсервированы и отреставрированы, остальные проходят камеральную обработку.

ЕКАТЕРИНА ВОЛКОВИЦКАЯ

Незабываемое время

Сто дней продлится фестиваль «Лето в Москве»

► **Сергей Собянин анонсировал начало самого продолжительного и масштабного городского фестиваля в мире «Лето в Москве. Все на улицу!».**

Он стартует 1 июня и продлится 100 дней на 600 площадках города. В первые выходные лета в нашем округе пройдёт 170 разных мероприятий. Жителей всех районов нашего округа приглашают на кон-

церты, кинопоказы, театральные постановки, спортивные турниры, экскурсии, выставки, квесты и викторины.

ОТ ПЕТАНКА ДО ИГРЫ В ГОРОДКИ

Посоревноваться во французской игре петанк можно будет 1 июня в 14.00 в Обручевском районе на площадке для воркаута на Ленинском просп., д. 107, корп. 3. Инструктор-методист расскажет правила

и покажет технику. А те, кто уже имеет опыт в петанке, смогут посоревноваться. А ещё в течение лета в Ломоносовском районе планируется открыть секцию по петанку и городошному спорту.

ПОЛЕЗНЫЕ ЗНАКОМСТВА

В 10.00 в Ясеневе на площадке для выгула собак (ул. Инессы Арманд, д. 3) эксперты расскажут, как поддерживать физическую активность собак, подбирать нагрузку и проводить профилактику заболеваний питомцев. «Специалисты будут всё лето проводить такие лекции. К нам в гости придут и ветеринары, и зоопсихологи, и кинологи. Расписание будет обновляться на сайте mos.ru», – объяснила **менеджер проекта «Питомцы в Москве» Александра Швецова.**

Завести новые приятные знакомства, послушать аудиокниги и обсудить их можно будет в Яблоневом саду Конькова (ул. Академика Арцимовича, д. 11). Встреча состоится 1 июня в 20.00. В это же время в воркаут-зоне парка «Академический» (ул. Дмитрия Ульянова, д. 9) пройдёт мастер-класс по самбо, и всем желающим покажут приёмы самообороны.

ЕКАТЕРИНА МАГДЫЧ



Поиграть в петанк можно в Воронцовском парке.



ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ПРЕФЕКТУРОЙ ЮЗАО

Столы для настольного тенниса есть в разных спортивных кластерах округа.

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА



Сергей Собянин, мэр Москвы

«С первых дней своей работы мэром я стремился к тому, чтобы у всех жителей Москвы была возможность хорошо отдохнуть и с пользой провести время, не выезжая из города. Поиграть во дворе, погулять в парке или пройтись по набережной, принять участие в фестивале, заняться спортом, покататься на лыжах или коньках, позагорать, ис-

купаться, узнать что-то новое и интересное. Ради этой цели мы ведём масштабное благоустройство тысяч дворов, парков и улиц. Ради этого организовали фестивали «Московские сезоны». В эти дни, когда в городе наконец-то установилась тёплая погода, мы запускаем фестиваль «Лето в Москве. Все на улицу!», который объединит наши летние активности».

Пальчики оближешь

► **На прошлой неделе открылся фестиваль «Москва – на волне. Рыбная неделя», который продлится до 2 июня.**

УСТРИЦЫ, КРАБЫ И ТРЕПАНГИ

Наши корреспонденты посетили площадку в районе Черёмушки на Профсоюзной, 41, и вместе с местными жителями приняли участие в празднике. На фестивале можно не только продегустировать вкусные блюда, но и научиться их готовить. Например, шеф-повара учили всех желающих готовить минтай с овощным кари. «На красочных фестивальных площадках будет представлен широчайший ассортимент рыбы и морепродуктов производителей со всей России и из стран ближнего зарубежья – более 600 наименований», – рассказал Сергей Собянин в блоге на своём сайте. Например, трепанга и краба доставили с Дальнего Востока,

треску и модиолусов привезли из Мурманска, а устриц и кильку выловили в Чёрном море. К мероприятию присоединились более 3 тыс. сетевых магазинов, свыше 140 рынков и ярмарок, а также 300 столичных ресторанов.



ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ Жительница Черёмушек Ирина показы-

вает нам купленную корюшку и селёдку. «Эту рыбу привезли сюда из Магадана, обычно такой продукции в Москве нет. Сейчас присматриваюсь к кальмарам, морской капусте и моей любимой горбуше. У нас вся семья очень любит рыбу. Сегодня вечером порадуем родных морепродуктами», – говорит она. Ещё одна покупательница, **Наталья**, пришла на фестиваль с 7-летней



Трепанга и краба доставили на фестиваль с Дальнего Востока, треску и модиолусов привезли из Мурманска, а устриц выловили в Чёрном море.

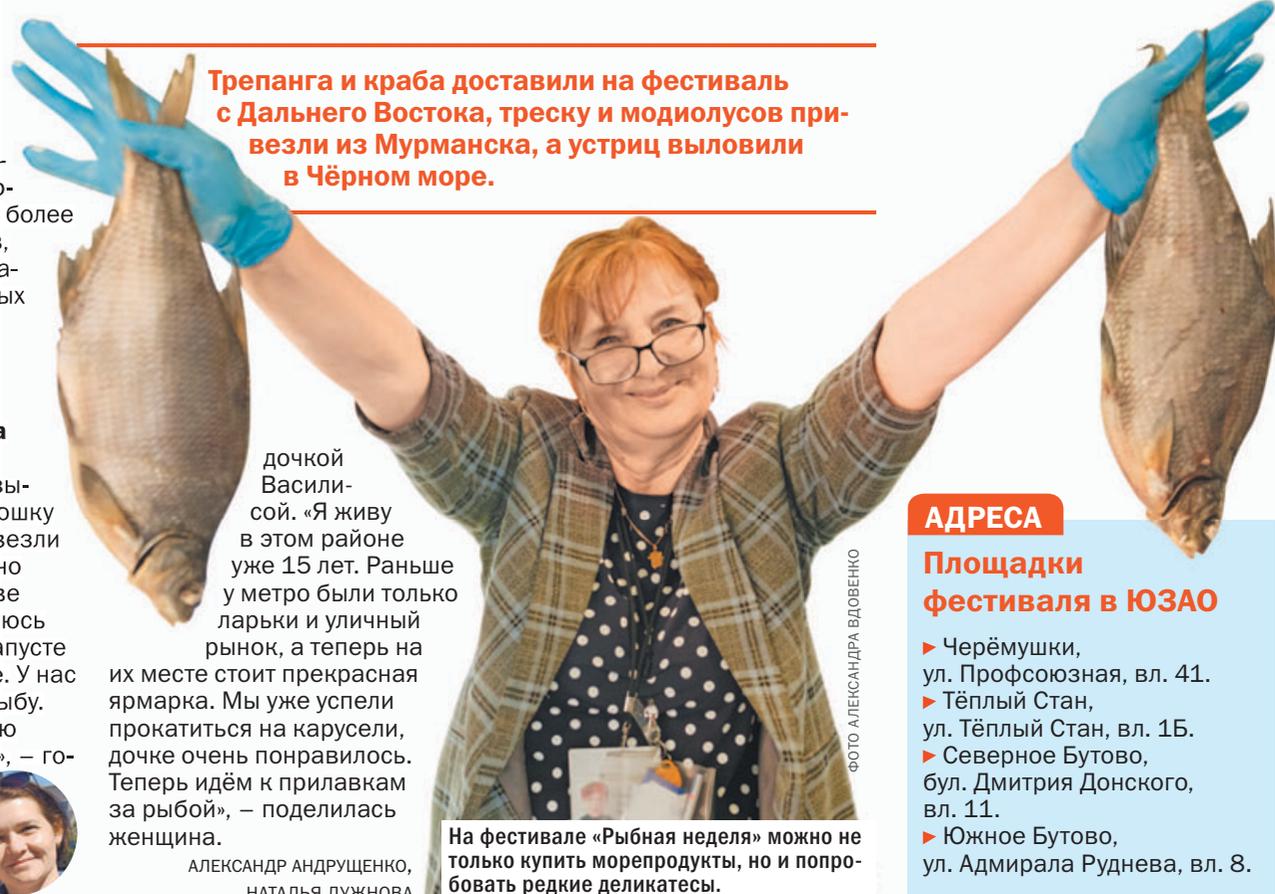


ФОТО АЛЕКСАНДРА ВДОВЕНКО

дочкой Василисой. «Я живу в этом районе уже 15 лет. Раньше у метро были только ларьки и уличный рынок, а теперь на их месте стоит прекрасная ярмарка. Мы уже успели прокатиться на карусели, дочке очень понравилось. Теперь идём к прилавкам за рыбой», – поделилась женщина.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО, НАТАЛЬЯ ЛУЖНОВА

На фестивале «Рыбная неделя» можно не только купить морепродукты, но и попробовать редкие деликатесы.

АДРЕСА

Площадки фестиваля в ЮЗАО

- Черёмушки, ул. Профсоюзная, вл. 41.
- Тёплый Стан, ул. Тёплый Стан, вл. 1Б.
- Северное Бутово, бул. Дмитрия Донского, вл. 11.
- Южное Бутово, ул. Адмирала Руднева, вл. 8.

«Старик Хоттабыч» рулит

Школьный театр из Ломоносовского района победил в фестивале со спектаклем по произведению Лазаря Лагина

► В Театре имени Наталии Сац завершился Фестиваль детских самодеятельных коллективов «Театральная весна – 2024. Искусство – любовь моя».

Из 8 победителей – 5 из нашего округа.

ХРАНИТЕЛИ ТРАДИЦИЙ

Театральный коллектив «Живая цифра» детской школы искусств «Юность» получил 1-ю премию за музыкальный спектакль «Старик Хоттабыч» по мотивам пьесы Лазаря Лагина. «Наше отделение существует более 30 лет. Стараемся хранить традиции и выступаем на сцене под живые музыкальные инструменты. Нашему театру уже 4 года. А в фестивале мы участвуем ежегодно», – отмечает преподаватель по хоровому ансамблю и постановке голоса Светлана Захарова.

Один из победителей – Музыкальный театр «Хорошее настроение» детской школы искусств «Юность» на базе школы № 626 имени Наталии Сац завоевал 1-е место за музыкальный спектакль «Не буду просить прощения» по сказке Софьи Прокофьевой. «Наш коллектив собрался из учеников начальной. Творческое кредо нашего театра – у нас нет главных ролей. Ребята ещё в сентябре не



пели, но мы много занимались, чтобы у них хорошо всё получилось», – рассказывает автор постановки, преподаватель по актёрскому мастерству и сценической речи, концертмейстер Анна Расцветаева.



Театральный коллектив «Живая цифра» показал музыкальный спектакль «Старик Хоттабыч».

ДВАЖДЫ ПОБЕДИТЕЛИ
Театр «Образ» (содружество ученических театров) школы № 1279 «Эврика» стал обладателем 1-й премии за спектакль «Немного о любви» по произведениям Антона Чехова. «У нас занимаются дети от 6 до 18 лет. Они поделены на несколько групп. Часто ребята занимаются с 1-го

класса и до окончания школы. Репертуар в начале – сказки русских и зарубежных авторов. В старшей школе ставим много классических произведений Чехова, Островского, Пушкина. В прошлом году мы стали обладателями 1-й премии на этом фестивале за постановку по рассказам Зощенко «Это было недавно», – улыбается Марина Баранова.



В этом году за 5 дней фестиваля были показаны 44 спектакля 40 коллективов, на сцену вышли более 500 артистов.

ЕКАТЕРИНА МАГДЫЧ

КСТАТИ

Лауреаты фестиваля:

- музыкальный театр «Хорошее настроение» школы искусств «Юность» на базе школы № 626 имени Н. И. Сац;
- коллектив «Живая цифра» детской школы искусств «Юность» на базе школы № 626 имени Н. И. Сац;
- театр «Образ» школы № 1279 «Эврика»;
- студия «Коллаж» школы № 1355;
- студия «Маленькая фея» школы № 1206.

НОВОСТИ

► В Северном Бутове инспекторы ГИБДД провели профилактическое мероприятие «Дорожные знаки – наши друзья» для учеников школы № 1613. Среди прочего полицейские рассказали ребятам о том, что при движении на велосипеде или самокате нужно обязательно спешиться перед переходом проезжей части.

► Сотрудники уголовного розыска из Ясенева задержали мошенника. Злоумышленник пообещал 22-летней жительнице Подмосквы за денежное вознаграждение оказать содействие в успешной сдаче экзаменов на водительские права. Девушка перевела ему требуемую сумму, а также дала в долг 50 тыс. рублей. В итоге мошенник не выполнил взятые на себя обязательства и полученные деньги не вернул. Сумма материального ущерба составила более 200 тыс. рублей. Возбуждено уголовное дело.

► В Тёплом Стане задержали мужчину, пользовавшегося поддельным документом. Во время патрулирования на Профсоюзной улице полицейские остановили 50-летнего приезжего. Для проверки он предъявил документ о регистрации с признаками подделки. В результате проведения проверочных мероприятий документ был изъят и направлен на исследование, которое подтвердило, что регистрация поддельная.

ВЫБОРЫ

В Москве прошло предварительное голосование «Единой России»

► В столице состоялось предварительное электронное голосование по определению кандидатур для дальнейшего выдвижения депутатами в Московскую городскую думу VIII созыва от «Единой России».

Голосование шло в открытом формате для всех москвичей с 20 по 26 мая. Для того чтобы принять в нём участие, избирателям необходимо было зарегистрироваться на сайте pg.er.ru с верификацией через портал mos.ru. За честность и прозрачность всех онлайн-процедур отвечали программисты, которые полностью подготовили цифровые систе-

мы «Единой России» к процедуре. Специальные цифровые ключи раздали и передали их хранителям. После соединения ключей началась процедура подведения итогов. В оргкомитет предварительного электронного голосования вошли депутаты, лидеры общественных организаций, промышленники и предприниматели, экологи, журналисты, активисты молодёжных движений и волонтеры. За ходом голосования наблюдали в ситуационных центрах. Юристы и ИТ-специалисты мониторили происходящее, следили за соблюдением правил ведения агитации, явкой и потенциальными нарушениями.

Для участия в предварительном голосовании в столице подал заявление о выдвижении 431 человек. После сбора и проверки документов успешно были зарегистрированы 379 человек. «Количество заявок в рамках предварительного голосования в Москве – более девяти человек на место», – сообщил член оргкомитета по предварительному голосованию в Москве, первый замсекретаря Московской «Единой России», замуководителя фракции «Единая Россия» в Госдуме Виктор Селиверстов. В сентябре москвичам предстоит выбрать 45 депутатов Мосгордумы VIII созыва.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО



Отдать свой голос можно с любого устройства с доступом в интернет.

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



Кто в ответе за чистоту

Что предпринять, если в вашем дворе постоянно мусорят

► За последние годы московские дворы сильно преобразились. Яркие детские площадки, спортивные кластеры и уютные зоны отдыха радуют глаз местных жителей.

Впрочем, иногда настроение могут испортить окурки на газонах и переполненные урны у подъездов. Мы выяснили, что делать, если в вашем дворе не убирают.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ?

На «горячую линию» газеты «За Калужской заставой» обратилась жительница района Северное Бутово Татьяна Иванова, проживающая по адресу: ул. Коктебельская, д. 2, корп. 2. Наша читательница пожаловалась на то, что её двор не убирают от мусора, и попросила помочь в решении данной проблемы.



Её обращение мы передали ответственным лицам. На запрос редакции ответил **глава управы Алексей Прокудин**:

«Сообщаем, что сотрудниками ГБУ «Жилищник района Северное Бутово» были выполнены работы по уборке двора. Они подместили территорию, собрали случайный мусор и очистили урны. С ответственными лицами проведена разъяснительная беседа».

Придомовая территория – это участок земли, прилегающий к многоквартирному дому. Чаще всего на нём мы можем увидеть пешеходные дорожки, лавочки, автомобильные стоянки, детские и спортивные площадки, цветники и газоны. Пользуются этим пространством все собственники жилья. Однако кто отвечает за чистоту? В ГБУ «Жилищник района Северное Бутово» объяснили, что за порядком во дворе следит управляющая компания. Её сотрудники обслуживают дом и получают за это соответствующую плату. «Ежедневно во время обходов территории наши спе-



Во дворе на ул. Коктебельской, д. 2, корп. 2, навели чистоту.

циалисты следят за чистотой во дворах. Если урны переполнены или на детских площадках разбросан мусор, дворник должен оперативно навести порядок и всё убрать», – подчеркнули в УК.

КАК ПРОВОДЯТ УБОРКУ

В том случае, если вы регулярно наблюдаете в своём дворе беспорядок, разбросанные окурки, пустые пластиковые бутылки и прочий мусор, это повод обратиться в управляющую организацию. В большинстве случаев звонка в диспетчерскую бывает достаточно, чтобы дворнику указали на недочёты. Однако если он по-прежнему продолжает упорно игнорировать ваш двор, попросите в диспетчерской официально зарегистрировать обращение и обязательно запишите его номер. Также имеет смысл сфотографировать грязные скамейки и переполненные урны. В этом случае

будет проще добиться того, чтобы двор снова стал чистым. Управляющая организация обязана навести порядок. Уборка дворов проводится ежедневно. При этом за чистотой дворник должен следить на протяжении всего рабочего дня – с 7.00 до 17.00. Как правило, уборка начинается со сбора случайного мусора. Далее очищают урны, подметают входные группы подъездов, дорожки и тротуары. В завершение убирают на парковках, детских площадках и павильонах для сбора мусора. Отметим, что одна мусорная площадка, как правило, рассчитана на 6–8 подъездов жилых домов. Если подъездов меньше, контейнеры устанавливают при каждом доме. Вывозом мусора занимаются специализированные компании, с которыми у УК должен быть заключён договор. По правилам мусор вывозят с 7.00 до 23.00.

Доводчик двери починили

«В нашем подъезде № 5 по адресу: ул. Островитянова, д. 31, не работает доводчик двери. Прошу его отремонтировать».
Л. Л. Иванова, Коньково



Теперь дверь закрывается без шума.



Ответил первый заместитель главы управы Алексей Трибунский:

– Согласно информации, полученной от организации, занимающейся техническим обслуживанием запирающего устройства, специалисты произвели замену магнита и отрегулировали пластину доводчика двери. В настоящее время запирающее устройство работает в штатном режиме. По вопросам, связанным с работой доводчика, жильцы дома могут обратиться в ПАО «Ростелеком» по телефону 8-800-100-08-00.

Плитка стала как новенькая



Старые плитки на лестнице заменили.

ФОТО КИРИЛЛА ИСКОЛЬДСКОГО

«Прошу заменить две развалившиеся плитки на лестнице первого этажа по адресу: ул. Островитянова, д. 22, корп. 2, подъезд № 4».
Евгения Николаевна, Тёплый Стан



На обращение нашей читательницы дал ответ глава управы Роман Ряченко:

– Сотрудники ГБУ «Жилищник района Тёплый Стан» отремонтировали напольное плиточное покрытие на первом этаже указанного подъезда.

«В нашем подъезде редко проводят уборку. Прошу навести порядок: ул. Новаторов, д. 10, корп. 1, подъезд № 3».
Андрей, Обручевский район



Первый заместитель главы управы Оксана Горбачёва сообщила:

– Выполнена влажная уборка подъезда, а также промывка и дезобработка мусоропровода. Управляющей компании поручено усилить контроль за санитарно-техническим состоянием указанного многоквартирного дома.

Подъезд помыли

Сотрудники УК не только убрали в подъезде, но и продезинфицировали мусоропровод.



ФОТО КИРИЛЛА ИСКОЛЬДСКОГО

МАТЕРИАЛЫ ПОЛОСЫ ПОДГОТОВИЛ
АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Поход за здоровьем

Участники полумарафона прошли пешком через восемь районов нашего округа

► Несколько сот человек во главе с врачом Александром Шишониным приняли участие в оздоровительном марафоне.

От здания Российской академии наук до Ледового дворца Этери Тутберидзе в Ясеневе москвичи преодолели 26 км.

КУЛЬТУРА ХОДЬБЫ

Участники мероприятия за день прошли 8 районов. «Мы проводим первый оздоровительный полумарафон в нашем округе, – отметил перед стартом заместитель префекта ЮЗАО Владимир Промыслов. – Уверен, что этот праздник здорового образа жизни всем понравится. Я надеюсь, что в следующем году совместными усилиями мы сможем реализовать уже полноценный марафон здоровья на территории юго-запада столицы».

Маршрут марафона пролегал через самые живописные места нашего округа: Андреевскую набережную, Московский дворец пионеров, парк «Академический», долину реки Котловки, парк 70-летия Победы, Битцевский лес и Коньковские пруды. Префектура проработала удобный маршрут и проинформировала людей о предстоящем марафоне. А «Мой досуговый центр «Атлант» организовал развлекательную программу и обе-

Маршрут марафонцев пролегал через живописный парк «Сосенки», который благоустроили в прошлом году.



ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ПРЕФЕКТУРОЙ ЮЗАО

СОВЕТЫ

- Начинать оздоровительную прогулку следует с медленного шага, постепенно набирая темп.
- Ходите по часу каждый день. Скорость шага должна быть на 10–15% выше обычной.
- Сначала наступайте на пятку и плавно переносите вес на носок.
- Старайтесь вдыхать и выдыхать через нос. Если дышите спокойно, значит, хорошо переносите прогулку.

спечил участников мероприятия едой и напитками. Проект оздоровительных прогулок под эгидой префектуры действует на юго-западе Москвы уже три года. Специально обученные тренеры проводят занятия на пяти прогулочных маршрутах по 6–7 км. «Мы хотели показать людям, что они могут пройти дистанцию в 26 км. На самом деле это абсолютно нормальное расстояние для организма, и бояться не нужно», – уверен Александр Шишонин. По его словам, сейчас многие страдают от недостатка движения. «Когда люди мало двигаются, начинается процесс разрушения тела. Речь идёт о сердечно-сосудистых недугах, гипертонии, диабете 2-го типа, онкологии и других

ФОТО АЛЕКСАНДРА ВДОВЕНКО



На остановках все делали зарядку и шейную гимнастику.



ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ПРЕФЕКТУРОЙ ЮЗАО

По дороге Александр Шишонин рассказывал о том, что для здоровья необходимо проходить пешком минимум 6–7 км в день.



болезнях. Для того чтобы этого избежать, необходимо внедрить культуру ходьбы в массовое сознание», – объясняет врач.

ОБЩЕНИЕ И НОВЫЕ ЗНАКОМСТВА

Павел Лифанов пришёл на марафон с супругой. «Мы стараемся

регулярно участвовать в оздоровительных прогулках и привлекаем друзей, – говорит мужчина. – Здоровый образ жизни в наше время необходим. Либо ты берёшь здоровье в свои руки, либо придётся тратить на врачей и лекарства».



Первая остановка на длинном маршруте, где марафонцы смогли немного отдохнуть, была организована в парке «Академический». «Настроение у всех отличное, к тому же ясный, солнечный

день, – говорит 69-летняя Римма Некрасова. – Парк «Академический», в котором мы находимся, стал местом, где люди активно занимаются спортом. Здесь есть и уличные тренажёры, и футбольное поле. Этот марафон – просто праздник. Это общение, прогулка и новые знакомства». Во время остановок участники делали шейную гимнастику под руководством доктора Шишонина, смотрели танцевальные выступления, а ещё подкрепились картошкой с тушёной из полевой кухни. Всех дошедших до конца ожидали заслуженные аплодисменты и праздничный концерт. Самой младшей участницей марафона, прошедшей 26 км, стала 6-летняя Оля: «Было немножко тяжело, но я справилась». Её мама, Надежда Кузнецова, объясняет: «Мы с детьми часто ходим в походы, так что для Оли такое расстояние не в новинку».

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

Активный отдых на свежем воздухе

В парке «Сосенки» построят современный спортивный кластер



Арсений Устинов рассказал нашему корреспонденту о масштабном благоустройстве в долине реки Котловки.



Парк «Сосенки» – любимое место для прогулок молодых мам с колясками.

▶ Продолжается благоустройство в долине реки Котловки. К осени здесь появятся большой спортивный кластер.

Вместе с руководителем пресс-службы префектуры ЮЗАО Арсением Устиновым мы прогулялись по обновлённому парку «Сосенки» и узнали, что ещё запланировано в Котловке в этом году.

ЛОСИ, УТКИ И ОГАРИ

В парке «Сосенки» сохранилась часть огромной сосновой рощи, о которой известно ещё с XII века. Здесь очень богатая флора и фауна. На одном из стендов парка размещены фото с информацией о растениях: герань, рогоз, клевер, вербейник и даже малина. «Кстати, недавно в «Сосенках» видели лося. Скорее всего, он пришёл из Битцевского леса. Также в этом году на реку прилетели утки и огари», – отмечает руководитель пресс-службы. Через парк пролегает экотропа, а сама пойма реки Котловки входит в сеть пешеходных связей Юго-Западного округа.

В КОНТАКТЕ С ЖИТЕЛЯМИ

По дорожкам благоустроенного парка доходим до тупика. За ограждением уже установили сваи и металлические рельсы, на которых будет уложен деревянный настил. «Этот маршрут продлится до нового спортивного кластера, который примкнёт к улице Ремизова», – показывает Арсений.

В рамках строительства кластера возведут футбольное поле и теннисный корт, установят столы для пинг-понга и тренажёры. Также рядом реконструируют площадку для выгула собак. Работы планируют закончить уже к концу августа. На сегодняшний день в ЮЗАО открыто 47 спорткластеров. В этом году построят ещё семь и один реконструируют.

Любопытно, что один из первых спортивных кластеров нашего округа появился именно в Котловке на ул. Ремизова, д. 14. Кроме того, в этом районе впервые установили фонтан из зеркальных

О последних новостях нашего округа можно узнать на страницах ВКонтакте Префектуры vk.com/pref_uzao Заместителя префекта Владимира Промыслова vk.com/promyslov

шаров. Он так понравился жителям, что потом такие же фонтаны стали появляться и в других районах ЮЗАО. На этот год в границах Севастопольского проспекта, улиц Дмитрия Ульянова и Большой Черёмушкинской запланировано благоустройство дворов.

Там обновят 7 детских площадок. «Жителям нужно немного потерпеть неудобства, пока идёт строительство, зато потом они получают полностью готовую зону для отдыха», – уточняет руководитель пресс-службы.

Для того чтобы поддерживать связь с горожанами, пресс-служба префектуры использует различные информационные источники. «Большую роль сейчас играют соцсети. Мы находимся в постоянном контакте с жителями, отвечаем на их вопросы и учитываем пожелания», – рассказал Арсений Устинов.

АЛЕКСАНДР АНДРУЩЕНКО

МНЕНИЯ



Ольга Супольникова:

– Очень люблю этот парк. Живу поблизости, поэтому прихожу сюда каждый день погулять с собакой. Больше всего мне нравятся дорожки с экологичным настилом. Он сухой в любую погоду, никаких луж и грязи.



Ольга Евстафьева:

– Парк благоустроили очень быстро. Мы приходим сюда с сыном после уроков подышать свежим воздухом. Есть река, утки и множество растений. С нетерпением ждём, когда откроют новый спортивный кластер.

БЫЛО



Раньше в парке «Сосенки» рядом с ул. Ремизова были старые гаражи...

СТАЛО



...К концу лета на их месте возведут современный спортивный кластер с футбольным полем, тренажёрами и теннисным кортом.

Мошенник поневоле

Эксперт Банка России рассказала, как не стать соучастником злоумышленников

► В Москве всё большую «популярность» приобретает мошенническая схема с привлечением дропперов.

Чаще всего дроппера просят переводить денежные средства на банковские счета других лиц или снимать деньги в банкомате и передавать их мошенникам. Ситуацию разъяснила эксперт Банка России Анастасия Кривова.

НОВАЯ СХЕМА ОТМЫВАНИЯ ДЕНЕГ

Всё больше людей пользуется платёжными картами и банковскими приложениями. Возможности, которые предоставляют современные технологии, также активно используют и мошенники в целях незаконного обогащения.

Дропперы – подставные лица в нелегальных схемах – не являются инициаторами преступления, а лишь выполняют указания злоумышленников. Чаще всего дроппера просят переводить денежные средства на банковские счета других лиц или снимать деньги в банкомате и передавать их мошенникам. Взамен за свою «работу» дроппер получает вознаграждение, как правило, в виде небольшого процента от суммы.

Такую «работу» нередко предлагают в мессенджерах. Так обманули сестру **Елены Б.** из Академического района. «Ей предложили открыть новую карту на своё имя и привязать к банковскому счёту, – рассказывает Елена. – Вознаграждение обещали небольшое, что-то вроде 2 тыс. рублей. Спустя какое-то время карту попросили передать незнакомому человеку в парке и получить деньги». По словам Елены, «работодатель» убедил сестру девушки, что ничего незаконного в его действиях нет – с помощью этой карточки он собирается покупать криптовалюту.



«Да, действительно, зачастую люди, привлечённые мошенниками, даже не подозревают, что оказываются вовлечены в мошенническую схему. Более того, они становятся соучастниками преступления, так как деньги, которые проходят через их банковский счёт, появились в результате противоправной деятельности», – прокомментировала эксперт Банка России Анастасия Кривова.



Эксперт предупреждает: если подозреваете, что вас используют в схеме отмывания и обналичивания денег, немедленно прекратите операции по своей банковской карте.

Это значит, что дроппер является звеном преступной цепочки и по закону должен быть привлечён к ответственности. Действия дропперов могут быть квалифицированы как мошенничество (статья 159 УК РФ) или как легализация (отмывание) денежных средств или иного имущества, полученных другими лицами преступным путём (статья 174 УК РФ).

ПРЕСТУПНИК ПОД ПРИКРЫТИЕМ

Мошенники могут представляться по-разному. Например, действовать под видом сотрудников правоохранительных органов и предлагать оказывать содействие следствию по выявлению незаконных схем в банковской деятельности. Если человек соглашается, мошенники направляют ему задания и инструкции по их выполнению, а за каждое задание обещают вознаграждение. Другие мошенники представляются работодателями, размещая на улицах и в сети интернет объявления, в которых предлагается работа, связанная с переводом и обналичиванием денег. Также мошенник может сообщить, что он ошибочно перевёл деньги на банковский счёт, а затем попросит их вернуть наличными или перевести на карту. Наконец, действовать могут даже под видом сотрудников банка,

предлагая вывести деньги с якобы замороженных счетов банков, попавших под санкции, на «безопасные» счета. Так пытались обмануть и **Павла Х.** из района Коньково. «Позвонил человек с незнакомого номера, представился сотрудником крупного банка, – рассказал Павел. – Он обратился ко мне по имени и отчеству и сообщил, что все счета банка оказались заморожены, поэтому все деньги с них необходимо вывести. Даже пообещал в награду за помощь карту

с бесплатным обслуживанием». По словам Павла, мошеннику он не поверил сразу – очень часто читал про подобные схемы в интернете. «Очень жаль, что мошенникам нередко верят люди постарше, – признаётся Павел. – Пенсионеры нередко переводят на неизвестные счета все свои сбережения и только потом понимают, что их обманули».

КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ?

Чтобы не стать участником мошеннической схемы и не по-

пасть на уловки злоумышленников, будьте осторожны и внимательны при работе в интернете, общении в социальных сетях и в разговорах по телефону. «Не доверяйте объявлениям, в которых обещают лёгкие деньги. Ни в коем случае не соглашайтесь на перевод чужих денежных средств на ваши банковские карты, – предупреждает Анастасия Кривова. – Помните, что ответственность в первую очередь ложится на владельца счёта. Кроме того, если человек стал дроппером по незнанию, факт неосведомлённости доказать крайне сложно. Запомните, что мошенники всегда выходят на связь сами. Они говорят о деньгах, просят сообщить персональные данные и пытаются оказывать на вас давление».

Эксперт предупреждает: если вы подозреваете, что вас используют в схеме отмывания и обналичивания денег, немедленно прекратите операции по своей банковской карте, а после уведомите полицию и Банк России. В целях борьбы с мошенниками банки имеют право временно приостанавливать онлайн-доступ клиента к управлению счётом при осуществлении подозрительных операций, а Банк России ведёт «базу дропперов». Такая база формируется на основе информации о выявленных нетипичных операциях по картам и счетам, а также включает сведения о денежных переводах, которые соответствуют признакам осуществления перевода денежных средств без согласия клиента.

ЕКАТЕРИНА ВОЛКОВИЦКАЯ

ФОТОФАКТ



ФОТО ЮЛИИ ФЕДотовой

Выставка к 220-летию московской пожарной охраны открылась на станции метро «Воробьёвы горы». Особенность её в том, что в специальных стеклянных колбах, которые размещены на платформе, представлены уникальные артефакты: экипировка и оборудование огнеборцев разных лет, пожарные каски, огнетушители и многое другое. Экспозиция продлится до 13 июня.

Пусть всегда будет солнце

В Зюзине, Бутове и Тёплом Стане 1 июня можно порисовать мелками на асфальте

► 1 июня во всём мире отмечается Международный день защиты детей. В культурных центрах нашего округа к празднованию подошли широко.

В библиотеках пройдут эстафеты, мастер-классы, спортивные турниры.

СУВЕНИРЫ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

Хотите порисовать на воздушных шариках или на асфальте, проверить знание истории своего района, приняв участие в квесте, литературных викторинах или других весёлых конкурсах? Приходите на праздничное мероприятие в библиотеку № 173 (ул. Тёплый Стан, 4). Здесь в 16.00 намечена игровая программа «Мы ребята хоть куда!». «Будем играть с маленькими

гостями в активные игры, проводить эстафеты и конкурсы, – поделилась

ведущий методист библиотеки Анна Башкина. – Порисуем мелками на асфальте во дворе. Не обойдётся без призов: для участников мы приготовили сувениры». В библиотеке ждут юных читателей, их родителей, бабушек и дедушек, а также всех, кто хочет интересно провести время.

КОНКУРС РИСУНКОВ

Первый день летних каникул можно весело провести и в Южном Бутове – здесь сотрудники библиотеки № 194 (ул. Изюмская, 57) подготовили для всех гостей «Летнее настроение». Программа с таким названием пройдёт с 14.00 до 15.30.

«Дети всегда с нетерпением ждут наступления июня.

На ближайшей детской площадке состоится конкурс рисунков на асфальте, поиграем с ребятами в мяч, попрыгаем через нейроскакалку, – рассказала **библиотекарь Елена Мелехина.** – Всех угостим конфетами. На празднике ждём не только наших читателей и их родных, но и всех, кто будет проходить мимо: место найдётся».

А ещё в первый день лета (подробнее о мероприятиях в округе смотрите в инфографике) стартует новый сезон квеста «Обручев-Fest». Он будет проходить ежедневно до 29 июня в 12.00 в парке «Усадьба Воронцово». После подведения итогов победители получат звание «Знатоки района «О».

ЕКАТЕРИНА ВОЛКОВИЦКАЯ,
ЕКАТЕРИНА МАГДЫЧ

КУДА СХОДИТЬ С ДЕТЬМИ В ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ЛЕТА?



ФОТО ОКСАНЫ ДОБРОВОЛЬСКОЙ

Гагаринский

1 Библиотека № 177
Университетский просп., 9 (16.00–17.00)
Литературно-познавательный квест, приуроченный ко Дню защиты детей.



ФОТО ЮЛИИ ФЕДОВОЙ

Академический

2 Библиотека № 186
им. С. А. Есенина
ул. Кржижановского, 15, корп. 5 (15.00–16.00)
Праздничная программа «По дороге с облаками», музыкальная гостиная.

Ломоносовский

3 Библиотека № 179
ул. Марии Ульяновой, 3, корп. 3 (16.00)
Квест по библиотеке в поисках разгадок сюжетов пушкинских сказок.

Обручевский

4 Библиотека № 188
Парк «Усадьба Воронцово» (12.00–20.00)
«Обручев Fest» – познавательный квест об истории района.

Черёмушки

6 Библиотека № 191
ул. Обручева, 51 (15.00–16.00)
Литературно-игровая программа в рамках акции «Безопасность детства».



ФОТО ЮЛИИ ФЕДОВОЙ

Коньково

5 Библиотека № 180
им. Н. Ф. Фёдорова
ул. Профсоюзная, 92 (13.00–14.00)
Тематическая интерактивная программа и мастер-класс.

Зюзино

7 Библиотека № 168
ул. Херсонская, 1 (14.00)
Подвижные игры, конкурс рисунка на асфальте, автограф-сессия на «стене дружбы».



Любимая детская забава – рисовать на асфальте разноцветными мелками.

ФОТО PHOTOPRESS.RU

Тёплый Стан

8 Библиотека № 169
Ленинский просп., 127 (18.00–19.00)
Выставка картин на тему детства, игровая программа для всей семьи.

Северное Бутово

9 Библиотека № 193
ул. Грина, 11 (15.00–16.00)
Программа «Пусть всегда будет солнце»: загадки и игры на свежем воздухе.



ФОТО DREAMSTIME/PHOTOPRESS.RU

Южное Бутово

10 Библиотека № 189
«Патриот»
ул. Маршала Савицкого, 12, корп. 1 (13.00–14.00)
и ул. Брусилова, 27 (16.00–17.00)
Творческие конкурсы и викторины, караоке и подвижные игры.

Инфографика
Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

«Донбасс – наша земля»

«Малыш» из Южного Бутова ушёл добровольцем на СВО

► Житель Южного Бутова Максим Измер, боец СВО, капитан, командир штурмовой бригады, рассказал нашему корреспонденту о буднях на передовой в Донбассе и жизни на «гражданке».

«МОЛОДЁЖЬ НА ПЕРЕДОВОЙ ВЗРОСЛЕЕТ БЫСТРЕЕ»

– Вы пошли добровольцем на СВО?

– Да, как бывший военнотружующий, побывавший в горячей точке (в 2004 году воевал в Чечне, где получил ранение), хотел поддержать нашу Родину, наших людей в Донбассе. С другими добровольцами мы прошли обучение, после чего попал в нашу штурмовую бригаду. Так я оказался на передовой. Иногда задания были настолько сложные, что даже мне с моим боевым опытом казалось, что они невыполнимы. Но мы их выполняли: взяли село Красное, потом входили в сам Бахмут, освободили Артёмовск.

– Вы командовали штурмовой бригадой, в вашем подчинении были и молодые ребята. Как молодёжь меняется на передовой?

– Взрослеет быстро и больше начинает ценить свою Родину. Патриотизм появляется. Когда ко мне приходили молодые бойцы, я видел в их глазах страх. Я-то уже бывалый, у меня за плечами Вторая чеченская, поэтому такой страх видел не раз. Как с ним бороться? Никак! Он пропада-

ет где-то через месяц, когда бойцы понимают, что там за варвары на Украине пришли к власти и какие там жестокие порядки. Ребята знают: Донбасс – наша земля. А когда какой-то город освобождают и видят, как мирные люди и дети приходят им сказать спасибо, они становятся ещё храбрее.

– Из-за чего пришлось прервать службу в Донбассе?

– В июне 2023-го под Клещевкой меня ранило. В госпитале Вишневого меня прооперировали, вставили штифты в тазобедренные суставы. Прекрасные врачи, очень хорошо ко мне отнеслись. И совершили врачебный подвиг – по прогнозам, мне были нужны 3 операции, а сделали всё за одну. Теперь могу ходить, всё нормально, заживает. После ранения и операции я не прошёл военную комиссию и не мог вернуться. Поэтому теперь стараюсь помогать солдатам СВО. Я много раз ездил на передовую, отвозил генераторы, медикаменты, разную помощь.

ПРИВЕТ ОТ «МАЛЫША»

– Среди бойцов вам встречались жители нашего округа?

– Я сам житель нашего округа (смеётся). Сначала ютился в «однушке» недалеко от станции метро «Калужская». Потом женился, и мы с супругой перебрались в двухкомнатную квартиру на Южнобутовской улице. У нас чистый, зелёный

ФОТО ЮЛИИ ФЕДОВОЙ



Максим Измер награждён орденом «За взятие Бахмута», медалями «За мужество» и «Защитнику Отечества».

и удобный округ. Всё в шаговой доступности, и всегда есть куда сходить. Хотя чаще всего мы с женой выбираемся в кино рядом с домом. Моя супруга Ольга – бывшая военнослужащая, сейчас по состоянию здоровья, как и я, на «гражданке». Со мной служили три парня – не просто земляки-москвичи,

а именно жители юго-запада. Например, старший лейтенант Виктор. Сержант Никита в госпитале со мной лежал. Обратно в Донбасс уехал. Сказали: «До победного будем там, пока не окончится СВО». Я просил его передать ребятам привет. Каким? Всем, кто помнит «Малыша» – таков был мой позывной.

– Не откроете секрет: почему у вас был такой позывной? Вы вроде ростом выше среднего?

– Мой рост не маленький, да, 1,70 м. Как-то вот так получилось (улыбается). А я и не стал спорить. «Малыш» так «Малыш».

ОЛЬГА ШАБЛИНСКАЯ

СОЦИУМ

В Музее Победы наградили авторов рассказов о героях

► В рамках проекта «Многостранная победа» подготовлен пятый сборник рассказов о героях Великой Отечественной войны «Незабытые истории Победы».

В него вошёл 101 рассказ, свидетельствующий о подвигах солдат и офицеров, а также о межнациональной дружбе в годы войны.

«Проект начал свою работу в 2020 году. С тех пор в нём приняли участие более 70 тыс. человек со всей страны и ближнего зарубежья. В первый год число участни-

ков было порядка 4,5 тыс. человек, сейчас – более 10 тыс. В этом году самому младшему участнику 6 лет – он воспитанник детского сада из Нижнего Новгорода. А самая старшая – жительница Калмыкии, ей 94 года, она написала о своём муже. Параллельно с проектом прошёл марафон в соцсетях, где жители нашей страны делились снимками и рассказами о своих родственниках», – отметил руководитель Департамента национальной политики и межрегиональных связей города Москвы Виталий Сучков.

ЕКАТЕРИНА МАГДЫЧ

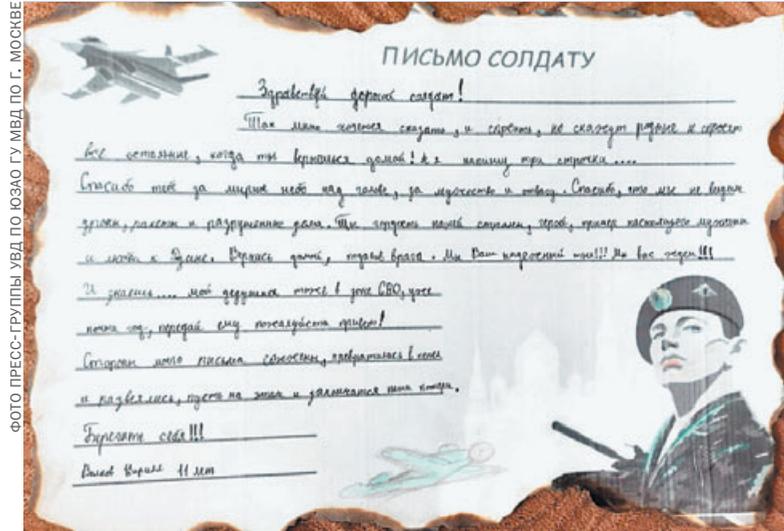
ПОМОЩЬ

Дети полицейских юго-запада столицы написали письма участникам спецоперации

► Дети сотрудников УВД по ЮЗАО написали письма-восточки военнослужащим, находящимся в зоне СВО.

Неравнодушные дети, детсадовцы, школьники подготовили письма военным, выводя аккуратным почерком каждую букву, чтобы бойцы могли разобрать слова. Ребята от всей души пожелали бойцам крепкого здоровья, сил и стойкости духа. А ещё пожелали вернуться поскорее к родным и близким. Мероприятие прошло в рамках Всероссийского конкурса «Письмо солдату».

ИЛЬЯ ТИТОВ



Открытка с пожеланиями здоровья и победы напомнит о родном доме.

Королева дачного стола

В комплексе «Юго-Запад» рассказали, как правильно готовить окрошку

► 30 мая празднуется День окрошки. О рецептах «королевы дачного стола» рассказали в образовательном комплексе «Юго-Запад».

МЯСО ИЛИ РЫБА

Название блюда происходит от слова «крошить», ведь ингредиенты супа следует нарезать достаточно мелко. По одной версии, окрошка появилась благодаря бурлакам: они размачивали воблу, которую

получали на обед, в квасе. Со временем в такую похлёбку начали добавлять огурцы, картошку и другие овощи. По другой версии, окрошку готовили крестьяне из остатков еды, заливая их жидкостью.

«При приготовлении окрошки существует одно негласное правило: все ингредиенты нужно нарезать одинаково. Например, мелким кубиком или соломкой, – объясняет мастер производственного обучения Елена Филатова. – Если всё нарезать по-разному, это не только придаст блюду неэстетичный вид, но и ухудшит его вкусовые качества».

Докторскую колбасу, частый современный ингредиент окрошки, в блюдо добавлять начали в советское время. До этого в суп принято было класть мясо. «Главное достоинство этого блюда вне зависимости от рецепта – возможность одновременно насытить и освежить человека, – считает Елена Владимировна. – Кроме того, приготовление окрошки – полёт фантазии, ни один из ингредиентов её не испортит. Поэто-

му в зависимости от того, что человеку больше нравится, рецепт можно менять. Например, добавлять туда больше огурцов, капусту или даже рыбу».

КЕФИР ИЛИ КВАС

Общепринятого правила, по которому заливать окрошку можно только квасом или только кефиром, нет. Но окрошка на квасе считается более традиционной. Елена Филатова рекомендует использовать квас натурального брожения, а в кефир, тан или айран для более жидкой консистенции добавлять немного газированной воды. «Окрошка – это не только вкусное, но и полезное блюдо. Она нормализует функции желудочно-кишечного тракта, оказывает небольшое слабительное действие и даже, по некоторым данным, предотвращает появление предраковых клеток.

Однако, конечно, есть и противопоказания: окрошку лучше не есть тем, кто страдает от гастрита, панкреатита и других болезней, – объясняет эксперт. – Кстати, в окрошку можно добавлять заправку. Например, в суп на квасе можно добавить немного сметаны. Также можно 5 сваренных вкрутую яичных желтков растереть с солью, 3–4 чайными ложками дижонской горчицы и добавить немного кваса. Кроме того, зелень (укроп, лук или петрушку) можно растереть с солью, это придаст окрошке характерные вкусовые качества и аромат».

В последнее время стали появляться новые способы приготовления и подачи окрошки. Елена Филатова уверена:

В последнее время стали появляться новые способы приготовления и подачи окрошки. Елена Филатова уверена: любой из вариантов допустим



Окрошка – полезное блюдо: нормализует функции желудочно-кишечного тракта.

любой из вариантов допустим, всё зависит только от желания и предпочтений. Так, например, многие подают картошку отдельно. «Вместе с окрошкой кто-то ставит на стол жареный картофель или картофель в мундире, а кто-то и вовсе делает пюре. Другие добавляют в окрошку капусту. Это тоже вполне допустимо, но

важно помнить, что для летних блюд больше подходит свежая капуста, а для зимних – квашеная. Некоторые даже готовят окрошку на компоте, добавляя туда груши, яблоки и абрикосы. Этот рецепт тоже имеет право на существование. Главное – не перебить компотом вкус салатной части».

ЕКАТЕРИНА ВОЛКОВИЦКАЯ

Окрошка по старинному рецепту

Ингредиенты:

мясо 300 г
(рекомендуется использовать свинину, курицу или индейку)
солёное
и вяленое мясо по 100 г
яйцо 6 шт.
свежий огурец 4 шт.
квас 2 л
сметана 15% 200 г
горчица 1 ч. л.
укроп, петрушка 1 пучок
лук зелёный 3 шт.
соль и перец по вкусу

1. Яйца сварить вкрутую и остудить.
2. Сырое мясо промыть, промокнуть салфеткой и обжарить в духовке, на сковороде или гриле до готовности, остудить.
3. Квас перелить в открытый кувшин, чтобы ослабить брожение.
4. Пять яиц нарезать кубиками. У шестого отделить желток, соединить его с горчицей и сметаной и перемешать, чтобы получился густой однородный соус. Влить немного кваса и поставить в холодильник.
5. Нарезать огурцы, вяленое и солёное мясо кубиками. Измельчить лук, укроп, петрушку.
6. Смешать и тщательно перемешать все ингредиенты. Все ингредиенты окрошки должны быть одной температуры, а жидкость для заправки – очень холодной.
7. Положить порцию салатной части в тарелку, залить её заправкой и квасом.

РЕКЛАМА

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

28 ФИЛИАЛОВ В МОСКВЕ.
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ.

585-я проба – 5.200 р. за 1 г., 750-я проба – 7.700 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого.

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» – одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственному образцу. Ориентирует на цену золотовалютной биржи, современный и точный процесс оценки.

1. Разбираем отличия скупки «Аурум» от ломбарда. Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государствен-

ным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

2. Чем скупка «Аурум» отличается от других.

28 филиалов по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровка, недалеко от Большого театра и Высокого Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них.

А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут всё как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

3. Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?), бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе, в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



Выездная скупка, насколько это удобно? Спросим у читателя, Растигуевой Валентины Ивановны.

Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артём разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге, предложил мне 73.000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!

8 (800) 551 84 34 Вызов ювелира

000 «Аурум» 1023-0019-77000256 от 22.12.2021 г.

ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 РУБ. К ОЦЕНКЕ!



Ближайшие к Вам филиалы: • м. Чистые пруды, ул. Мясницкая д. 30/1/2ст.; • м. Китай-город, ул. Маросейка, д. 9; • м. Павелецкая, ул. Валовая, д. 2-4/44, стр. 1»; • м. Трубная, ул. Петровка, д. 26, стр. 2, магазин «Кристалл Мечты»; • м. Тёплый Стан, Новоясеневский проспект, д. 25 стр. 2; • м. Беляево, ул. Миклухо-Маклая, д. 47-А; • м. Коньково, ул. Профсоюзная, д. 109 корп. 2; • м. Варшавская, Варшавское ш., д. 87. ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 11:00 ДО 20:00

Утиные истории

Огарь на пруду в Конькове отнял птенцов у сородичей

► **Трагическая и одновременно мелодраматичная история произошла на небольшом пруду, который находится на улице Миклухо-Маклая в Конькове.**

Здесь самка огаря (красная утка) вынуждена одна воспитывать 17 утят разного возраста. А всё потому, что самцы поругались между собой из-за... «жилплощади».

БОЛЬШОЕ СЕМЕЙСТВО

Раннее утро. На берегу пруда под присмотром мамы-утки греется на солнышке внушительная стайка птенцов. При приближении людей они шустро плюхаются в воду и быстро сбиваются в группу, плавающую недалеко от берега. Как рассказывают местные жители, раньше на этом прудике жили обычные серые утки. Но пару лет назад здесь поселились огари и выгнали обычных крякв. А этой весной огари вообще обустроили гнёзда

на технических этажах близлежащих девятиэтажек, и люди каждое утро просыпались под их оглушительное кряканье, как в деревне под крик петуха. С наступлением тёплых дней на этот небольшой водоём перебрались жить три утиные семьи. Но пруд оказался слишком маленьким для такого количества семейных пар. Пару дней между селезнями шли жёсткие баталии, после чего двое проигравших вынуждены были ретироваться, прихватив с собой своих самок. А вот их птенцы летать ещё толком не умели (только учились ходить и плавать) и поэтому остались в семье победителя.

ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР

«Огари – обитатели южных районов России, – объяснил начальник управления охраны и мониторинга объектов животного мира Департамента природопользования и охраны окружающей среды Москвы Сергей Бурми-



Чужих утят огари-победители вырастят как своих.

стров. – В Москву их завезли в середине прошлого века. Произошла интродукция – вселение нового вида. И огари начали теснить местных серых уток».



По словам Сергея Бурмистрова, огари более крупные, «мускулистые», чем кряквы. И в департамент постоянно поступают жалобы от жителей на то, что огари убивают крякв.

«Да, это естественный отбор, – признаёт Бурмистров. – Огари заklёвывают крякв. Один вид начал вытеснять другой. Но время идёт, и я уже вижу, как на одном водоёме огари и кряквы мирно плавают, правда, без птенцов. Возможно, что эти два вида в итоге придут к сосуществованию». Что касается поведения самца огаря на пруду в Конькове, то, по словам Сергея Бурмистрова, этим уткам нужно большее

по сравнению с кряквами жизненное пространство. И происходит как межвидовая, так и внутривидовая конкуренция. Чужих утят победившие супруги вырастят и обучат всему как своих – тем более что птенцы, которые начали плавать, уже могут сами найти себе пропитание. А «приёмные родители» обеспечат им защиту. Папа-селезень уже доказал, что делать это он умеет.

АННА СОКОЛОВА

ОБЪЯВЛЕНИЯ

прием рекламы по телефону 8 (968) 532-21-17

РЕКЛАМА 12+

АНТИКВАРИАТ

● СТАТУЭТКИ, СЕРВИЗЫ, ИКОНЫ, ЧАСЫ, НАГРАДЫ, МОНЕТЫ, БИЖУТЕРИЯ, ГРАМПЛАСТИНКИ, АУДИОКАССЕТЫ. ТЕЛ: 8 (925) 626-97-59

● Гжель, фарфоровую посуду, ЛФЗ, хрусталь, стекло, мельхиор, статуэтки, подстаканники. Тел: 8 (903) 105-72-01

● Куплю хрусталь, фарфор, бижутерию, мельхиор, ткани, модели машинок, аудиокассеты. Тел: 8 (925) 448-47-68

● Книги иностранные куплю до 1917г. Тел: 8 (985) 275-43-33

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

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

● Куплю старинные фотографии, грамоты. Тел: 8 (917) 533-57-50

● КУПЛЮ ДОРОГО ВИНТАЖ, ДУХИ, ФАРФОР, ЗНАЧКИ, СЕРЕБРО СТОЛОВОЕ, ИКОНЫ, КАРТИНЫ, БРОНЗУ, ЮВЕЛИРКУ, КОНЬЯКИ ВРЕМЕН СССР, СТАТУЭТКИ, СПОРТ. НАГРАДЫ, БРЕНДОВЫЕ ВЕЩИ. ДЕНЬГИ СРАЗУ. ТЕЛ: 8 (926) 050-12-40

● АНТИКВАРИАТ. КНИГИ, ЗНАЧКИ, СТАТУЭТКИ, ПОДСТАКАННИКИ, ИКОНЫ, ИГРУШКИ, САМОВАРЫ КУПЛЮ. ТЕЛ: 8 (495) 643-72-12

● Солдатики, значки, автомодельки, железную дорогу, генеральские вещи, старинные предметы, радиоаппаратуру, календарики. Тел: 8 (495) 508-53-59

● Куплю книги, журналы, документы, ноты, марки, фотографии до 1940 года. Тел: 8 (985) 275-43-33

● ЧАСЫ, ЗНАЧКИ, ЯНТАРЬ, МОНЕТЫ, ФОТОАППАРАТЫ, БИНОКЛИ, ИКОНЫ, КНИГИ, ФАРФОР. ВЫЕЗД. ТЕЛ: 8 (965) 397-31-37

● Антиквариат куплю. Монеты. Военные вещи. И другие предметы старины. Антикварная лавка в ТЦ "Панорама", павильон 2-СТ4, второй этаж. М. «Новые Черёмушки». Тел: 8 (966) 145-46-45, Игорь

● Куплю пластинки, ёлочные игрушки, календарики, открытки, книги и детские журналы. Тел: 8 (915) 401-64-88

● Покупаю книги до 1945г. от 1 000 р. до 500 000 р. Полки, ноты, фото, архивы, иудаику. Тел: 8 (964) 585-40-04

● Радиоэлектроника. Аудиотехника любая. Тел: 8 (916) 774-00-05, Дмитрий

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

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

● Антенна, настройка ТВ, ремонт телевизора. Тел: 8 (977) 575-85-64

● Ремонт техники: стиралки, холодильники и пр. Тел: 8 (995) 222-15-28

● Ремонт стиральных машин, электроплит и холодильников. Диагностика бесплатно. Тел: 8 (930) 333-81-42, Сергей

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

● КАЧЕСТВЕННЫЙ РЕМОНТ ТЕХНИКИ «MIELE». ТЕЛ: 8 (903) 156-00-29

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

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

● РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. НЕДОРОГО. ТЕЛ: 8 (925) 517-95-42, 8 (985) 987-05-99

РАБОТА

● Требуется консьержка пенсионного возраста, посменно 2 суток/через 6 суток, строго без вредных привычек, 1100 р/сут., круглогодично, м. «Б-р Дмитрия Донского», строго гражданство РФ, московская регистрация, Тел: 8 (903) 961-56-57, звонить только с 9 до 19 ч.

● Консьерж. 2/2, 12 000 р., м. «Б-р Дмитрия Донского». Тел: 8 (905) 519-45-45

● Водителей категории «С» приглашаем на постоянную работу в Москве, области и России. Зарботная плата от 90.000 руб. без задержек. График работы: полная занятость, сменный. Проживание, питание, соц. пакет. Оформление по ТК РФ. ООО "АБС ЦДС" Тел: 8 (925) 425-07-61

● Раздача газет «Метро». Оплата 550 руб./смена. Тел: 8 (495) 190-71-07

● Требуется: комплектовщица, водитель а/м Газель. Тел: 8 (964) 586-19-07

● Консьерж в подъезд. Университетский проспект. Тел: 8 (985) 914-89-91

ЗНАКОМСТВА

● Сваха! Тел: 8 (495) 772-19-81

РЕМОНТ

● Ремонт комнаты, квартиры недорого и поэтапно: Обои. Покраска. Шпатлевка. Плитка. Сантехника. Электрика. Циклевка и ремонт паркета, ламината. Натяжной потолок. Окна. Выбор и доставка материалов. Тел: 8 (495) 978-03-44

ЗАМКИ вскрытие замена
8 (495) 507-11-81
КРУГЛОСУТОЧНО

● Мастер на час. Сверлим, крепим! Тел: 8 (925) 737-01-33

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

● ЗАМЕНА, РЕМОНТ ЗАМКОВ. ТЕЛ: 8 (925) 664-55-71, ВАЛЕНТИН

АВТОВЫКУП

● Куплю автомобиль в любом состоянии. Тел: 8 (915) 100-53-35

ТРАНСПОРТ

● Газель на дачу недорого, грузчики. Тел: 8 (499) 755-58-68

● А/грузоперевозки. Дача. Утилизация. Недорого. Тел: 8 (495) 728-69-81

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

КУПЛЮ

● Куплю книги физмат. Тел: 8 (916) 574-79-27

● КНИГИ. ВЫЕЗД ОТ 130 ЭКЗ. ОПЛАТА СРАЗУ. ТЕЛ: 8 (495) 128-50-09

НЕДВИЖИМОСТЬ

● Крупная компания снимет квартиру для сотрудников (семейная пара РФ, славяне, Калининград) на долгосрочной основе, возможна предоплата за несколько месяцев вперед. Тел: 8 (495) 188-87-70, Дмитрий

● Сниму квартиру, комнату. Тел: 8 (977) 821-99-86

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

ЮРИСТЫ

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

● Дежурный адвокат Вашего района. Тел: 8 (925) 772-56-64. ИИН 7728209593.

● Юристы! Бесплатная консультация! Подробности по Тел: 8 (495) 201-25-12 ИИН 026106797573

Когда спорт – это жизнь

Учительница из школы № 1354 «Вектор» победила во Всероссийском конкурсе «Гуру физкультуры»

► **Анастасия Георгиевская – кандидат в мастера спорта по художественной гимнастике и мастер спорта по стрельбе из лука – ведёт занятия по физкультуре в школе № 1354 «Вектор». Нам педагог рассказала, как после профессионального спорта можно прийти работать в школу.**

УЧИТЕЛЬ И УЧЕНИКИ

Всероссийский конкурс «Гуру физкультуры» в октябре прошлого года организовало «Движение первых», в нём могли принять участие учителя физкультуры в возрасте от 21 года. Необходимо было подать заявку со ссылкой на видеовизитку, снятую учениками



В школе № 1354 «Вектор» Анастасия Георгиевская работает первый год. Кроме уроков физкультуры ведёт занятия в секциях «Подвижные игры» и «Художественная гимнастика». «Когда я начала работать, я поняла, что мне это нравится. Обмен энергией с учениками придаёт сил, – признаётся Анастасия. – А когда видишь, что у ребёнка что-то получилось в том числе благодаря тебе, это доставляет массу удовольствия. Так я поняла, что школа – это то место, в котором я могу принести реальную пользу».

СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ

Анастасия Георгиевская родилась в Южном Бутове. Училась в школе № 2006, ходила в спортивную школу олимпий-

ского резерва № 42. «Младшие брат и сестра тоже всегда занимались спортом. то, что мы такие спортивные, заслуга мамы. Она мотивировала нас, всегда умела найти правильные слова, – вспоминает Анастасия. – Родители никогда не были профессиональными спортсменами, но понимали важность здорового образа жизни: мама увлекалась волейболом, а папа – велосипедным спортом».

Получив серьёзную травму спины, Анастасия

«Не могу представить себя без спорта», – говорит учитель.

начала ходить на плавание в школу № 1945 «Синяя птица» в Северном Бутове, а когда травма спины усугубилась, там же, в «Синей птице», занялась стрельбой из лука. В 14 лет Анастасия стала кандидатом в мастера спорта по художественной гимнастике, спустя год – по стрельбе. В 11-м классе девушка завершила карьеру в гимнастике, окончила школу с золотой медалью и поступила в МПГУ на тренера и учителя физкультуры. «Это было неожиданно даже для меня самой. В детстве я не мечтала преподавать. Думаю, этому тоже поспособствовали родители: видя, что мне нравится общаться с детьми и что-то объяснять, они предложили мне рассмотреть эту стезю», – объясняет Анастасия. Работать Анастасия начала ещё на первом курсе. До школы № 1354 «Вектор» девушка успела даже потрудиться в родной спортшколе № 42.

ФОТО АЛЕКСАНДРА ВДОВЕНКО

Ролик об Анастасии Георгиевской на конкурс сняли третьеклассники. В нём они вместе с учительницей, например, садятся на шпагат

НАЙТИ «КЛЮЧИК» К КАЖДОМУ

Прививать любовь к спорту насильно нельзя, считает Анастасия. «Ребёнок должен захотеть заниматься им сам, и только тогда родители должны поддерживать его увлечение, – поясняет девушка. – А оказавшись в спортшколе, надо довериться тренеру. Только профессионал, посмотрев на ребёнка, может определить, подходит ему этот вид спорта или нет». Анастасия уверена, что к каждому можно найти ключик. Кому-то нужно сказать правильные слова, кому-то нужно подбодрить, а кому-то лучше дать отдохнуть и немного перезагрузиться. Сейчас, видя среди своих учеников способных ребят, она иногда советует им поговорить с родителями и попробовать свои силы в гимнастике, волейболе или футболе. «Сама я не могу представить себя без спорта, – добавляет девушка. – И хочу, чтобы мои ученики с каждым уроком становились чуть сильнее и выносливее. Всё-таки спорт – это жизнь».

ЕКАТЕРИНА ВОЛКОВИЦКАЯ

в поддержку своего педагога. Ролик об Анастасии Георгиевской сняли третьеклассники: в нём ребята забираются по канату, забрасывают мяч в баскетбольную корзину, вместе с учительницей садятся на шпагат. «Я собрала детей из параллели третьих классов, среди которых много спортивных ребят. Мы вместе продумали сюжет ролика и сняли визитку, – рассказывает Анастасия. – И конечно, моя победа стала для нас полной неожиданностью».

В школе № 1354 «Вектор» Анастасия работает первый год: ведёт уроки физкультуры и занятия в секциях «Подвижные игры» и «Художественная гимнастика».

ФОТО АЛЕКСАНДРА ВДОВЕНКО

ВЕРНИСАЖ

Новая выставка открылась в галерее «Беляево»

► На прошлой неделе в галерее «Беляево» открылась новая выставка «Творческая среда: мир видимый и невидимый». Корреспондент «ЗКЗ» посетила вернисаж и выяснила, что представили гостям в этот раз.

Художникам важно находиться в творческой среде – вдохновляться, общаться друг с другом, учиться у старших коллег. Поэтому на новой выставке было решено показать эту среду зрителям: галерея стала пространством, где уживаются разные стили и техники, новые материалы и технологии уживаются с классикой, а между ними всегда есть место эксперименту. Экспозиция получилась

пёстрой, разношёрстной и удивительной. Кто-то из художников использует акрил в своей живописи, а кто-то дополняет холст ковровой вышивкой, приклеивает к нему дополнительные объекты или вообще выходит за пределы места для рисования и продолжает картину прямо на раме. В галерее можно увидеть творческий поиск таких художников, как Лариса Акулина, Марина Бухаева, Леонид Гландин, Анна Гришина, Искан Ильязов, Виктор Корженевский, Борис Симкин, Иванна Степанова, и других. А всего для выставки объединились более 60 художников. Вернисаж – дело приятное, но волнительное для живописцев. Так что в день его

проведения зал потихоньку заполняется людьми, а сами художники спешно наводят последний лоск.

Наконец время начинать! Слово берёт руководитель галереи «Беляево» Елена Антропова: «Мы очень благодарны,

что вы все здесь сегодня с нами! Очень хочу поблагодарить всю свою команду, потому что без них ничего бы не получилось». Выставка продлится до 9 июня по расписанию работы галереи. Также запланированы мастер-классы, выступления и концерты. Информация о них появится на сайте и в соцсетях «Беляево».

НАТАЛЬЯ ЛУЖНОВА

ФОТО ОЛЕГА СЕРЕБРЯНСКОГО



Новая экспозиция знакомит зрителей с творческим поиском сразу 60 художников.

«Самая родная улочка»

Актриса Юлия Такшина рассказала о жизни на улице Марии Ульяновой и о воспитании сыновей настоящими мужчинами

► **«Моё первое жильё в столице было в Ломоносовском районе на улице Марии Ульяновой, с атмосферными старыми домами, где квартиры с высокими потолками и большими комнатами», – призналась Юлия Такшина.**

С тех пор она жила в разных местах Москвы, но эта улочка – тихая и зелёная, по словам актрисы, – самая родная для неё и по сей день.

Сыновья мои роли «утверждают»

– А когда я снимала «однушку» на Ленинском проспекте, 101, мне казалось, что это самое элитное жильё, которое только на свете может быть. После моего Белгорода бульвары и проспекты юго-запада потрясли воображение.

– **Вы много снимаетесь. С кем советуетесь по поводу выбора ролей?**

– С сыновьями! Особенно когда меня приглашают в детские проекты, недавно вот сказка была. Иван и Федя прочитали сценарий, сказали: «Да, здоро-

во, хорошо, если бы ты сыграла там». Особенно Федя принимает активное участие: приходит со мной на пробы, рассматривает костюмы. Он только пошёл в школу. Привыкает. Кстати, в спектакле к 8 Марта играл царя – главную роль.

– **Куда любите ходить со своими детьми?**

– Мы всегда любили Цирк на Вернадского. Когда родились мальчики, был период, когда мы ходили к братьям Запашным на каждое представление. Ещё периодически возжу сыновей на балет или оперу в Театр имени Наталии Сац. Нам там в своё время очень понравился спектакль «Чипполино». Ну а если хочется просто прогуляться, то Воронцовские пруды – классное место. Там так спокойно и хорошо, будто за городом оказываешься.

– **Во многих ваших интервью читала, что отпуск проводите с отцом детей, известным актёром Григорием Антипенко. Лично для меня это женский героизм. Всё-таки муж – бывший, люди ведь из-за чего-то всё-таки развелись в своё время. Неужели не возникает напряжения в таких поездках?**

– Напряжение прошло – не то чтобы быстро, но сейчас его нет. Сейчас мы – семья. У нас двое мальчиков, которые спрашивают: «Мама, ты любишь папу? Папа, а ты любишь маму?» Для них мы – родители. И полноценны, когда мы вчетвером. Вместе нам так комфортно, мы к этому привыкли.

Бывший муж – близкий человек

– **Получается, вам удалось стать партнёрами с отцом детей?**

– Это уже степень родства – я искренне переживаю за него, хочу, чтобы Гриша был счастлив. Если он будет счастлив, и дети будут счастливы. Когда он приходит хмурый, это же отражается на настроении всей семьи. А мне хочется, чтобы мальчишки получали больше положительных эмоций, поэтому стараюсь, чем могу, всегда помочь Грише эмоционально. То же самое и он для меня делает. Да, мы не живём вместе, но сохраняем семью, она наша крепость. Я не позволю обидеть Гришу, он никогда не позволит обидеть меня. И дети это ценят и учатся у нас этому.

– **Какими вы стараетесь вырастить детей?**

– Мы растим будущих мужчин. Сильных, смелых, спортивных. Считаю очень важным в воспитании правильно занять детей. Я рада, что оба мальчика у меня спортивные. Старший занимается ушу, у него в школе очень хороший педагог, и сын туда ходит после занятий. Тренер по ушу всегда присылает видео с каждого урока. Недавно получила запись, где дети на время вставали из положения лёжа. И вот они вставали 10 раз, и все 10 раз Ваня был первый. Я такую гордость испытала, что Ваня лучший, вы себе представить не можете. Он к восточным практикам предрасположен, любит йогу, может часами сидеть медитировать. Ещё оба сына хорошие пловцы. Они легко переплывают залив метров 300 от берега до берега, когда мы в отпуске. Многие мамы, когда видят нашу семейную группу пловцов, спрашивают меня: «В чём ваш секрет? Как дети в столь раннем возрасте так хорошо плавают?» Я отвечаю, что секрета нет, это всё природа.

ОЛГА ШАБЛИНСКАЯ

На счету Юлии Такшиной более 40 ролей, включая работы в «Кухне», «Неадекватных людях», «Убийстве на троих» и других.



ФОТО МИЛЫ ЛАКТИОНОВОЙ

КСТАТИ

- Юлия Такшина родилась 9 июля 1980 года.
- В 2006-м окончила Театральный институт имени Б. В. Шукина.
- В 2000-м снялась в клипе Дмитрия Маликова на песню «Бисер», а в 2003-м – в клипе поп-группы «Стрелки» на песню «Ветерок».
- В 2005-м дебютировала в кино, снявшись в роли Вики Клочковой в телесериале «Не родись красивой». На съёмках познакомилась с актёром Григорием Антипенко.
- У них родились двое сыновей: Иван (27 июня 2007 года) и Фёдор (3 июля 2009 года).
- В 2012 году пара распалась.



ФОТО PHOTOPRESS.RU

С гражданским мужем Григорием Антипенко, сыновьями Иваном (старшим) и Фёдором. 2009 год.

detali **Кабинет ПОДОЛОГА**
косметологов «Здоровая стопа»

Решение проблем стоп и ногтей любой сложности:

- Диабетическая стопа
- Вросший ноготь лечение без операции
- Удаление стержневых мозолей без боли
- Заболевания ногтевых пластин
- Грибок/ Онихомикоз
- Трещины/ Натоптыши

Консультация БЕСПЛАТНО при проведении процедуры

м. Академическая, ул. Винокурова, д.2
Пн-Вс: 10.00-22.00 | 8 (495) 988-59-90 | www.detali.com

РЕКЛАМА | ИНН 7727592024 | ООО БЬЮТИ | Лицензия 10-77-01-000342 от 22.07.2008 г.

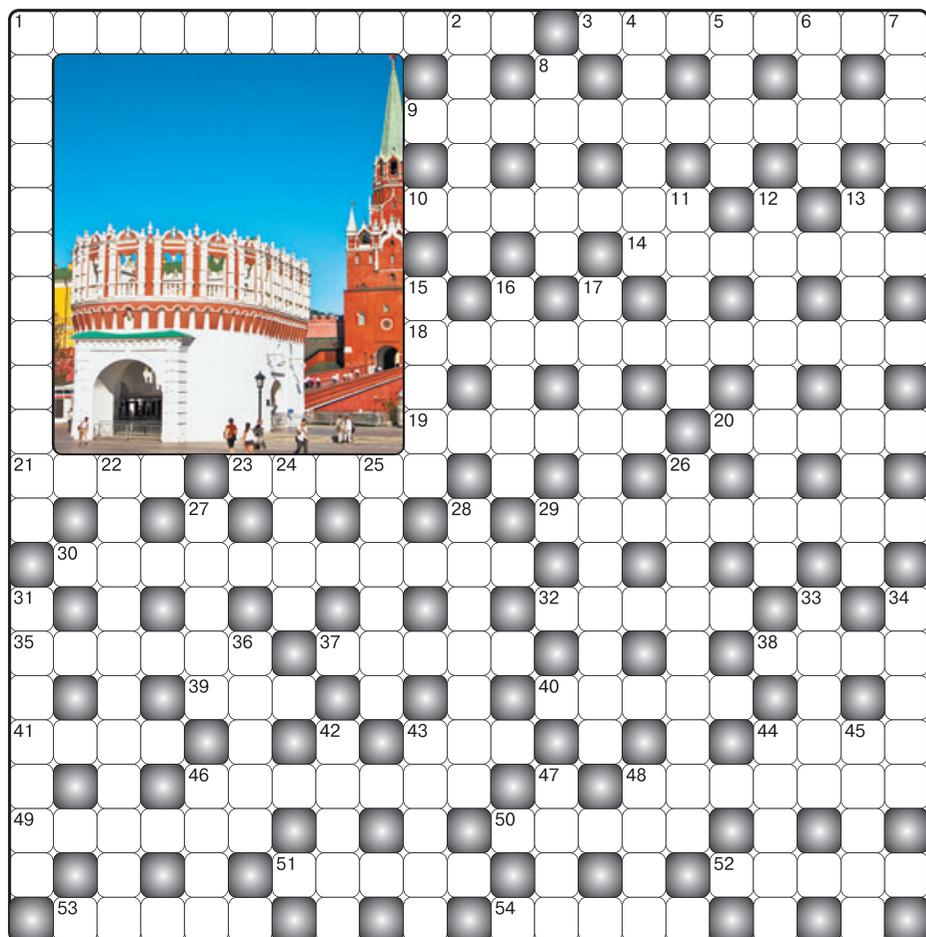


ФОТО IRINA AFONSKAYA / GLOBALLOOKPRESS.COM

ГЕОМАГНИТНЫЙ ФОН



Прогноз с 27 мая по 2 июня

Ожидаются геомагнитные возмущения силой 4 балла. У людей с хроническими заболеваниями возможно обострение недугов. Может быть ухудшение самочувствия: головная боль, слабость. В эти дни старайтесь не перенапрягаться, больше отдыхайте, гуляйте на свежем воздухе.

– Я бы с радостью была красивой и тупой, это избавило бы меня от моральных дилемм и внутренних противоречий. Я бы и слов-то таких не знала.

– Вот, возьми эти таблетки.
– Ой, такие горькие, а от чего они?
– От комаров.

◆ ◆ ◆
Деньги – зло, если они чужие. Попадая к тебе, они сразу переходят на сторону добра.

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!

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

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

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

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. От кого заявление в полицию принимают? 3. Что страсти выводят из строя? 9. Где пережидают воздушные налёты? 10. «Голос за кадром» из фильма «Берегись автомобиля». 14. Издание со скандальной репутацией. 18. К чему подруливают водители ради пополнения топливом бензобака? 19. Музыка с ковбойскими мотивами. 20. Ширпотреб на эстрадных подмостках. 21. «Тянется ... журавлей в вышине, справа темнеют еловые чащи». 23. Сын самурая, основавший первую японскую компанию по производству органов. 29. Какое вещество придаёт жгучесть перцу? 30. Морская змея. 32. Чёрная, но не дыра. 35. Компьютерная принадлежность. 37. Шест с пожарного щита. 38. Что в теннисе короче сета? 39. Румынская флейта. 40. «Больше верь мужикам – вместо волос ... будет расти!» 41. Сбруя для строптивного. 43. Какая экранизация стала последним фильмом для Валерия Золотухина и Нины Руслановой?

44. Кто из классиков, бывало, за вечер превращал в руины пару концертных роялей? 46. Барбакан среди башен Московского Кремля. 48. Подходящий головной убор для верховой езды. 49. Илья Ильф и Евгений Петров. 50. Газ имени Солнца. 51. Телеведущая ... Скабеева. 52. Какое дерево в «старом возрасте» становится прибежищем чертей и водяных? 53. Какое слово может филологически связывать истину с пшеницей? 54. «Держалка» для плодов.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Силовое троеборье. 2. Что подталкивает напёрсток? 4. «Спасатель» от неприятностей. 5. «Единственное лекарство против тщеславия» для Анри Бергсона. 6. У кого попросил дать на счастье лапу Сергей Есенин? 7. Чем наполнен эклер? 8. Что мы переносим на ногах? 11. Разбойник в друзьях графа Монте-Кристо. 12. Каждый из судей на античных Олимпийских играх. 13. Интеллектуальное столкновение вкусов.

15. «Хранилище» бриллиантов из романа «Сто лет пути» Татьяны Устиновой. 16. Где спортивные стрелки соревнуются? 17. Страна, где снимали фильм «Айболит-66». 22. Куда приглашают супругу героя мелодрамы «Вокзал для двоих»? 24. Кто автор классического плаката «Ты записался добровольцем»? 25. Основатель группы «Браво». 26. «... обязан отвечать мне, горят ли, кто хуже меня». 27. Легендарный бегун ... Болт. 28. Коммерческий ресторан, где муровки повязали Фокса из телефильма «Место встречи изменить нельзя». 31. Сородичи Елизаветы Туктамышевой. 33. Чью картину окрестили «Энциклопедией смеха»? 34. Фестиваль достижений. 36. «Ядовитая буря» в пустыне. 42. Чем конопатят? 43. Буйная метель. 44. Чью спину видят все участники забега? 45. Увеличитель калорийности выпечки. 46. «Вавилонская блудница» из пушкинских писем. 47. Пирожное без муки. 48. Здание с манежем.

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

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

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

45. Споба. 46. Керн. 47. Беже. 48. Цирк. 36. Самум. 42. Пакля. 43. Вьюга. 44. Лидер. 28. «Астория». 31. Удмурты. 33. Релин. 34. Слотр. 24. Моор. 25. Хавена. 26. Всевишский. 27. Уейн. 16. Стенд. 17. Азербайджан. 22. Теневидеяне. 11. Вилма. 12. Элиаидон. 13. Дикси. 15. Чаш. 4. Амлет. 5. Смед. 6. Джим. 7. Крем. 8. Обувь. 10. Инока. 11. Паурфинтин. 2. Инока. 51. Олчя. 52. Барба. 53. Зорно. 54. Бетка. 46. Кутяфья. 48. Цилиндри. 49. Тандем. 50. Релин. 39. Най. 40. Лавша. 41. Урга. 42. Бин. 44. Лист. 32. Вдова. 35. Девейс. 37. Барор. 38. Рейм. 21. Нильс. 23. Ямхав. 29. Канива. 30. Пискокок-ид. 18. Автопарковка. 19. Кантри. 20. Понса. 9. Бомбоубойщик. 10. Кювелев. 14. Табло. 3. Пас-попозиталин. 1. Пострадавший. 3. Пас-попозиталин.

ЕСТЬ ВОПРОСЫ, ЖАЛОБЫ И ПРЕДЛОЖЕНИЯ?

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