

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

МОИ район

НИЖЕГОРОДСКИЙ
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
ВЫПУСК

27.04.2019

№ 1 / 39

12+

Цитата

Сергей Собянин

Программа «Мой район» — это подвижная, постоянно обновляющаяся и постоянно действующая программа для комплексного развития районов Москвы, учитывающая пожелания жителей и возможности нашего города



2

Ревизор По просьбе жителей ржавую лавочку у входа в подъезд заменят

4

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



Воспитание

300

малышей ходят в детский сад на Нижегородской

3

Секрет семейного счастья

6

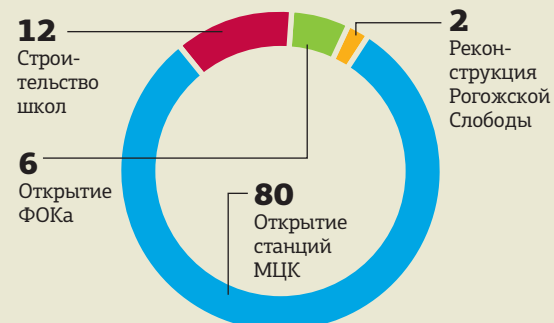
5



ПОЧТА РАЙОННЫХ
КОРРЕСПОНДЕНТОВ

Опрос

Жители оценили достижения в развитии района (%)



Голосование проводилось в сообществе жителей района vk.com/t_yu_n

Уважаемые жители района Нижегородский, правительство Москвы начинает активную фазу реализации городской программы «Мой район».

Эта программа родилась в прошлом году в ходе избирательной кампании по выборам мэра. А ее инициаторами стали москвичи, направлявшие мне указы и предложения по различным вопросам городской жизни. В том числе 37 обращений я получил от жителей района Нижегородский. Обобщив эти указы и предложения, мы получили первый вариант программы «Мой район». И на сегодня уже смогли решить многие поставленные москвичами вопросы. Остальные находятся в стадии выполнения.

Затем мы несколько месяцев внимательно изучали ситуацию в каждом районе. Как обстоят дела с шаговой доступностью скверов и парков? Удобно ли добираться до поликлиники? Хватает ли школ, детских садов и спортивных сооружений? Требуется ли ремонт ЦСО? Насколько комфортен общественный транспорт? Есть ли проблемы экологией? Что уже сделано в районе, а что еще предстоит сделать? Так родился второй вариант программы «Мой район», цель которой — создать комфортные условия для жизни в каждом районе Москвы. Комфортные не по минимуму и не в среднем, а на максимально возможном высоком уровне. Москва должна стать городом без окраин. Разумеется, это задача непростая, но, во-первых, по многим направлениям улучшения районной жизни мы работаем не первый год.

Программа

Во-вторых, важно задать тренд, правильную идеологию развития города на перспективу.

И в-третьих, уже сегодня реализовать совершенно конкретные проекты. В ближайшие дни программа «Мой район» будет опубликована на портале MOS.RU. О ее содержании и реализации, выработке новых решений будут регу-

Москва без окраин



Политика мэра Москвы Сергея Собянина находит отклик у жителей всех возрастов

лярно информировать районные и окружные газеты, другие городские издания. В разрезе каждого района и поселения программа «Мой район» содержит план действий по трем основным направлениям: качество, комфорт и уникальность.

Качественное общественное пространство

Тверская улица и Красная площадь принадлежат всем москвичам. Каждый район тоже имеет право на свой центр — площадь, улицу, набережную. Жителям необходимы променады и видовые места, где приятно погулять или назначить встречу.

Создание таких мест станет одной из задач программы. Будем продолжать и создание фестивальных площадок, как постоянных, так и временных, для проведения городских и районных праздников. Помимо этого, в «Мой район» включено благоустройство многих других районных улиц, парков, скверов, дворов. Уютно должно стать везде.

Качественный отдых и досуг

Для пожилых людей будем расширять возможности занятий по программе «Московское долголетие». Для подрастающего поколения реализуем проект модернизации музыкальных и художественных школ «Искусство — детям» — отремонтируем здания и закупим новые музыкальные инструменты. Расширим возможности

для дополнительного образования детей в средних школах и домах детского творчества.

Комфорт получения услуг

В Москве есть прекрасные поликлиники. Есть поликлиники похуже (и это не вина врачей, а объективные проблемы со старым зданием). Есть районы, в которых жителям сложно добираться до врача.

Для решения этой проблемы мы реализуем программу реконструкции и переоснащения городских поликлиник. Откроем несколько десятков новых поликлиник в тех районах, где их не хватает. В программу «Мой район» вошло и строительство новых детских садов, школ и центров социального обслуживания.

Комфорт для спорта и активного отдыха

Москва — северный город. Значительную часть года лучше заниматься спортом под крышей. Поэтому будем строить новые спортивные комплексы. Для любителей занятий на свежем воздухе будем устанавливать и ремонтировать уличные тренажеры, прокладывать велодорожки, расширять географию велопроката.

Комфорт ежедневных поездок

Реализация программы метростроения и создания московских центральных диаметров сократит число районов, не обслуживаемых

Сделано по просьбам

- Историко-архитектурный ансамбль «Рогожская Слобода» отреставрировали.
- Новую школу построили на улице Басовская. В учреждении оборудованы просторные классы и учебные кабинеты.
- Дороги по Нижегородской улице и Рязанскому проспекту расширили. Здесь обустроили дублер и две полосы для общественного транспорта.

рельсовым транспортом. Более 90 процентов москвичей будут проживать в шаговой доступности от метро. Кроме того, при необходимости мы введем новые и изменим часть существующих маршрутов наземного транспорта, чтобы сделать их более удобными для пассажиров.

Сердце района

У каждого района должно быть свое сердце — живое привлекательное пространство, куда можно прийти, чтобы пообщаться и хорошо провести время. Традиционным пространством для общения являются районные библиотеки и дома культуры. Но чтобы они вновь стали привлекательными, их тоже требуется привести в порядок. Первые опыты показывают, что люди с удовольствием приходят в обновленные библиотеки и дома культуры — выпить кофе, по-

ОТКРОЕМ ДЕСЯТКИ НОВЫХ ПОЛИКЛИНИК В ТЕХ РАЙОНАХ, ГДЕ ИХ НЕ ХВАТАЕТ

общаться, почитать книгу, послушать лекцию или поработать на компьютере. Еще одним привлекательным местом могут стать небольшие рынки современного формата, где можно не только купить качественные продукты, но и пообщаться, и даже провести праздник. И, конечно, очень важно поддерживать уникальность каждого московского района. Ведь мы любим свой дом не только за комфорт и порядок, но и за особую атмосферу, которая делает его лучшим местом на земле.

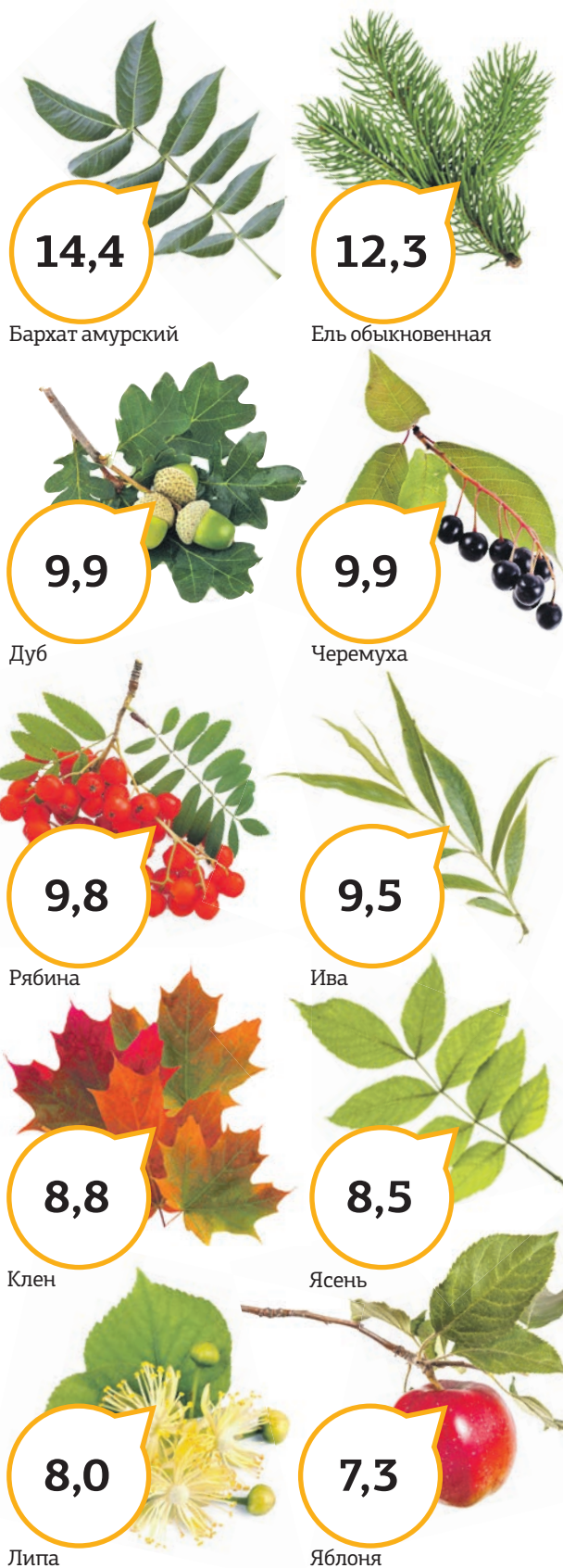
Цифра

260

опор освещения установили на территории района во время благоустройства

В Москве в этом году продолжат благоустройство по программе «Мой район», в рамках которой также предусмотрено озеленение дворов, улиц, скверов и парков. Мы вам расскажем, какие деревья и кустарники планируется высадить в столице.

Топ-10 деревьев (%)



Площадь парков, газонов и цветников в городах мира



Новым детским садом жители довольны

Детские сады в Москве сегодня очень востребованы, поэтому активно строятся новые. Один из них расположился по адресу: улица Нижегородская, дом № 67, корпус 2. По программе «Мой район» за детским садом будут ухаживать и развивать его.

Воспитание

Артем Яковлев — молодой отец. Он водит в детский сад свою дочку Веронику. Это дошкольное отделение образовательного комплекса «Школа № 1222».

— Мы потому и отдали ребенка сюда, что комплекс совсем недавно построили. Это был главный фактор при выборе. А еще то, что садик находится недалеко от дома. Здесь все хорошо, всегда чисто и пахнет вкусно. Никаких нареканий к детскому саду нет. Ремонт, который сделали, нас устраивает, — рассказывает Артем.

Юная Вероника рассказала, что ей нравятся цвета стен в садике и картины на них. По коридорам развешены рисунки и другие творческие работы ребят. Детский сад рассчитан на 300 мест. Здесь могут заниматься одновременно 12 групп. Предусмотрены и места для группы кратковременного пребывания — таких мест 20.

Сотрудники дошкольной площадки делают все, чтобы ребята активно развивались и получали качественное образование с детства. В садике открыты классы



Вероника Варенцова

Артем Яковлев вместе со своей дочерью Вероникой рады, что рядом с домом построили современный детский сад

для занятий физкультурой, танцами и английским языком. А главное — записаться в этот детский сад можно без

РЕБЯТА ЗАНИМАЮТСЯ СПОРТОМ, ТАНЦАМИ, АНГЛИЙСКИМ ЯЗЫКОМ

очереди. Благодаря этому дочь Юлии Трончу Кристина попала именно сюда.

— Этот садик мы выбрали, потому что были к нему прикреплены. С очередью проблем нет, — объясняет

Юлия. — Здесь все хорошо, жаловаться не на что. Все новое, садик хороший, продуманный по расположению групп. Внутри сделали все модно, стильно, по-современному. Еще тут красивый актов зал, в нем висит большой проектор, да и столовая дочке тоже нравится.

Детский сад действительно современный, предусмотрено все до мелочей. К примеру, в помещениях групп оборудовали теплый пол, чтобы ноги детей не мерзли. А лифт в здании говорящий — в нем озвучивают номера этажей. В рамках программы «Мой район» таких современных дошкольных образовательных учреждений в столице станет еще больше.

Вероника Варенцова

мой район

3

ГЛАВНОЕ

Мой район. Нижегородский
27.04.2019 № 1 / 39

Родители посадят именные деревья

Столичным семьям предложили высадить именные деревья в парках в честь рождения ребенка.

Сделать это смогут те родители, дети которых появились на свет с 1 января 2019 года.

Акцию назвали «Наше дерево». Чтобы присоединиться к ней, нужно оставить заявку на сайте мэра Москвы. Ее можно подать в течение трех лет с момента рождения ребенка. Затем на интерактивной карте родители определят парк, участок и поро-

Зеленый город

ду дерева, которое высадят. Жителям предлагают выбрать между ивой, сосной, липой, кленом и другими растениями. Информацию о дате, времени и месте высадки отправят в личный кабинет на сайте мэра Москвы MOS.RU.

Ирина Анисова

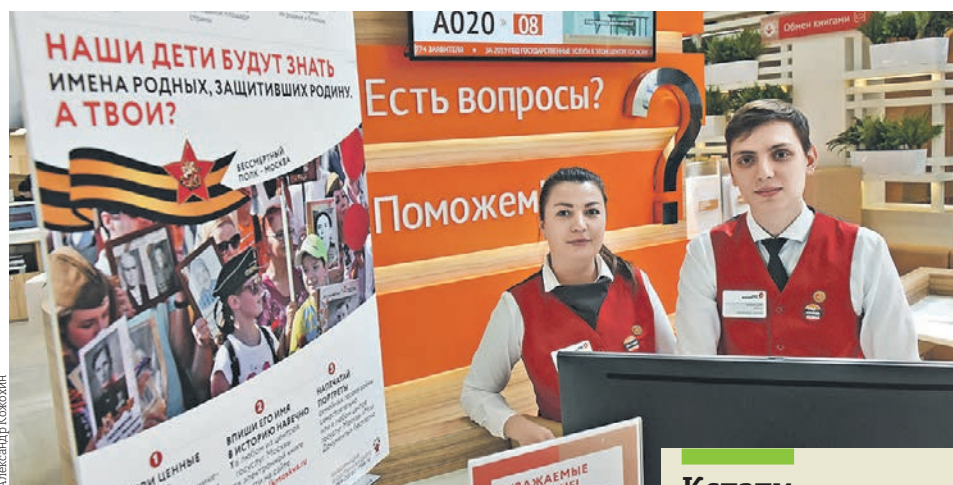
Военные фотографии и письма можно передать в архив

У многих дома хранятся вещи с фронта: газеты, письма, фотографии. Теперь все это можно передать в Главное архивное управление города в рамках акции «Москва — с заботой об истории». Материалы оцифруют и будут использовать в образовательных целях.

Теперь москвичи могут передать в архив для создания музея или просто на хранение вещи родственников-фронтовиков, сохранившиеся после Великой Отечественной войны.

Акцию запустили в рамках «Бессмертного полка» в центрах «Мои документы».

Память



Сотрудники центров «Мои документы» помогут передать материалы времен войны Главному архиву

Валерий Коровичев — пенсионер. Он уже участвовал в «Бессмертном полку», к этой акции у него особое отношение. — Память о Великой Отечественной вой-

не должна быть вечной, не только во время марша. Я, например, отражаю это так: пишу стихи о войне. Это очень трогательная тема для меня, — говорит Валерий.

Вероника Варенцова

Кстати

В центрах «Мои документы» можно создать анкету ветерана в электронной книге памяти «Бессмертный полк — Москва» и распечатать его фотографию к шествию 9 Мая.

4

мой район

ДЕЖУРНЫЙ
ПО РАЙОНУМой район. Нижегородский
27.04.2019 № 1 / 39Дельный
совет

Что делать, если соседи шумят по ночам?

Первый вариант — поговорить с нарушителями порядка. Иногда проблема решается легко, так как многие не подозревают, что неумный топот детских ножек или скрипы сдвигаемой мебели слышны жильцам снизу.

Второй способ — вызвать наряд полиции. То, что соседи шумные, не говорит о том, что они неадекватны. Нужно позвонить по номеру 112.

Третий — пожаловаться участковому. Участковый может поставить квартиру на учет и регулярно ее проверять.

Если никакие уговоры не срабатывают, убедите полицейских завести административное дело. Итогом может стать штраф для хозяина квартиры. Телефон дежурной части отдела МВД по району Нижегородский

(495) 670-76-31

nizhegorodsky@vm.ru

Кроме
того

Куда обращаться, если прорвало трубу

Диспетчерская Департамента жилищно-коммунального хозяйства по аварийным ситуациям:
(495) 681-73-67
(495) 681-05-49
Телефон Единой справочной службы города Москвы
(495) 777-77-77
Или позвоните на горячую линию:
(499) 557-04-24
(доб. 244)

Майор держит все под контролем

Старший участковый уполномоченный полиции района Нижегородский Сергей Сидоров старается досконально разбираться в жалобах жителей.

Личное дело



Сергей Сидоров

Старший участковый уполномоченный полиции района Нижегородский
■ 148 преступников задержано за время службы

Опорный пункт:

Ул. Нижегородская, 90, корп. 2

Прием: среда и пятница — с 18:00 до 20:00

(926) 361-03-35

Телефон для жалоб на работу участкового
(495) 670-27-02

ведут себя неподобающим образом или не хотят соблюдать график уборки квартиры. Полицейскому приходится проводить с ними

профилактические беседы о правильном поведении. И это дает результат.

Однажды Сидоров выяснил, что хозяйка одной из квартир на его участке прописала в квартире восемь иностранцев. При проверке старший участковый обнаружил, что на самом деле там никто не живет. А это нарушение закона, ведь иностранные граждане должны проживать именно по месту регистрации. Хозяйку квартиры привлекли к уголовной ответственности за фиктивную регистрацию. Теперь ей грозит штраф от 100 до 500 тысяч рублей или условный срок. А недавно с помощью камер видеонаблюдения Сергей Сидоров раскрыл преступление.

— Позвонили сотрудники торгового центра, сказали, что неизвестный украл товар и пытался скрыться. При попытке заставить мужчину заплатить тот оказал сопротивление, оттолкнул продавщицу и убежал. Я просмотрел записи с камер и вычислил путь передвижения преступника, после чего задержал его. На злоумышленника возбудили уголовное дело по статье «Грабеж», — рассказал участковый.

Андрей Обьедков

nizhegorodsky@vm.ru

Будьте осторожны

В последнее время участились случаи, когда горожан заставляют преждевременно менять счетчики. Мошенники представляются сотрудниками управляющей компании и обходят дома, грозят штрафами и отключением воды.

Не торопитесь менять счетчики!

Прежде всего необходимо узнать срок действия ваших счетчиков. Есть три способа: можно сходить в центр госуслуг «Мои документы», посмотреть на верхнюю часть единого платежного документа или изучить техническую документацию прибора. Менять счетчики раньше положенного срока не нужно. Если же срок истек, то можно выбрать компанию, которая заменит счетчики. Важно! Эти организации должны пройти государственную аккредитацию. На официальном сайте госзакупок можно найти список недобросовестных поставщиков или подрядных организаций.

Мошенники маскируют свои листовки под документы коммунальных служб.

Если в документе нет ваших фамилии, имени, отчества и номера лицевого счета, который вам присвоили для оплаты коммунальных услуг, значит, перед вами подделка. Как правило, в квитанции указывают, когда срок поверки истекает. Отсутствие этой информации должно вас насторожить.

Если поведение и документы нагрянувшей к вам проверки настораживают — откажитесь от замены и обратитесь в управляющую компанию или полицию.

Видавшую виды лавочку у подъезда наконец заменят



Андрей Обьедков

Жители дома № 2 по Боевскому проезду обеспокоились тем, что у подъезда стоит ржавая лавочка, которую коммунальные службы не торопятся менять.

В редакцию газеты позвонила местная жительница Надежда Широкова. Она утверждает, что эта лавочка стоит у дома уже очень много лет.

— Сколько живу в доме, столько и помню эту лавочку, — рассказывает женщина. — Сегодня ее железная основа уже насквозь прогнила.

Поэтому многие уже боятся на нее присаживаться. А ведь это одно из немногих мест у входа в подъезд, где можно посидеть и подышать свежим воздухом.

— А вдруг от тяжести лавочка совсем разломается? — задает вопрос Надежда. Она обращалась за помощью на портал «Наш город». Власти отреагировали: приходили сотрудники управляющей компании, но они просто покрасили многострадальный объект.

— Она же так и осталась гнилой! — сетует женщина. Корреспондент выехал на место и убедился в этом.

С одной стороны основание у лавочки сгнило уже почти полностью.

Проблему может решить звонок в отдел жилищно-коммунального хозяйства управы района Нижегородский.

— Мы занимаемся заменой лавочек, но для этого необходимо написать заявление, — сообщил главный специалист Николай Трусковин. Редакция газеты направила официальный запрос в управу района, поэтому в ближайшее время изда-

вшую виды лавку должны заменить на новую. Тем более что в отделе жилищно-коммунального хозяйства

Ревизор

управы обещают, что этот вопрос решится в течение нескольких недель. Кстати, благоустройство дворовых и придомовых территорий взято под особый контроль в рамках программы «Мой район».

Андрей Обьедков

Цифра

89

дворов, расположенных на территории района, благоустроили по просьбам жителей

Эту страницу мы делаем вместе с вами, дорогие читатели. Здесь вы становитесь корреспондентами. Делитесь своими проблемами, идеями, впечатлениями и красивыми кадрами. Ведь никто лучше вас не знает свой район, двор, дом. Присылайте свои сюжеты на nizhegorodsky@vm.ru

Группа «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» «ВКонтакте»

Этой светлой фотографией с сообществом «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/t_yu_n) поделил-



ся пользователь netuglaz. Видно, что на улице уже вовсю бушует весна. И чем ближе май, тем прекраснее становится наш район. К сожалению, эта красота недолговечна, поэтому успевайте насладиться свежими весенними деньками уже сейчас!

Группа «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» «Фейсбук»

В группе «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» в социальной сети «Фейсбук» (facebook.com/tyunmos) выложили фото пользователя danu_travel96 с перламутровыми птицами, которую он сделал на платформе «Новохохловская». В сентябре прошлого года платформа связала между собой железную дорогу и МЦК. На ней сделали энергосберегающее освещение, навигационные стелы, лифты для маломобильных людей, установили лавочки. А благодаря надземному переходу пересадка на МЦК занимает не более 3 минут.



На контроле

Светлана Васильева
Улица Верхняя Хохловка

В нашем многоквартирном доме № 39/47 по улице Верхняя Хохловка при входе в подъезд плохо работают лампы. Светит очень слабый свет, когда идешь, практически ничего не видно. Просим исправить ситуацию и помочь нам и нашим соседям не бояться вечером возвращаться домой.

Ответили в управе района Нижегородский:

Сообщаем, что после вашего обращения на место выехали специалисты и подтвердили факт неисправности элементов освещения. В результате по указанному адресу выполнены работы по замене перегоревших ламп. В настоящее время освещение находится в исправном состоянии.

Елена Дунаева
Рязанский проспект

В доме № 2/1, корпус 2, отсутствуют указатели с наименованием улицы и номером дома.

Ответили в управе района Нижегородский:

На входных группах подъездов дома управляющей организацией размещены временные указатели. Указанный в обращении дом — новостройка. По имеющейся информации, постоянные указатели номеров подъездов и номеров квартир будут установлены в срок до 15 мая 2019 года.

Фот-так!

Группа «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» «ВКонтакте»



Эту ретрофотографию опубликовали в сообществе жителей «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/t_yu_n). На снимке, сделанном в промежутке между 1957 и 1960 годами, запечатлен вход в Карачаровский клуб, любимое место всех комсомольцев района. В этот день жители пришли с цветами на показ фильма венгерского режиссера Ласло Раноди «Пропать». Картина посвящена героизму советских солдат, проявленному во время Венгерского восстания 1956 года. Сегодня на месте клуба на улице 1-я Карачаровская стоит административное здание.

Группа «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» «Фейсбук»

В группе «Текстильщики-Южнопортовый-Нижегородский» в социальной сети «Фейсбук» (facebook.com/tyunmos) опубликовали фото пользователя putnik_mira. Кадр, который в сообществе озаглавили «Солнце мира над МЦК», выглядит то ли как иллюстрация к философскому произведению, то ли как кадр из драматического кино. В любом случае, этот красивый рассвет не оставит вас равнодушными.



Светлана Абраимова
Улица Нижегородская

Как здорово, что дворовая территория домов № 59 и № 61 на нашей улице преобразилась благодаря программе «Мой район»! Я — молодая мама, и мне важно, чтобы моему пятилетнему сыну было комфортно гулять и развлекаться на улице. А теперь для его активных игр здесь есть все условия: современная детская площадка с горкой, качелями и даже целым замком. После благоустройства она стала более интерактивной, а также безопасной благодаря новому резиновому покрытию. Теперь мой ребенок доволен, а значит, и я тоже. Также во дворе заменили асфальт и обновили газон, и сейчас мы с сыном с удовольствием гуляем рядом с домом.

мой район

5

РАЙОННЫЙ
КОРРЕСПОНДЕНТ

Мой район. Нижегородский
27.04.2019 № 1 / 39

Так просто



**Житейские
советы по реше-
нию бытовых
мелочей**

1. Чтобы тюльпан стоял в вазе ровно, не падал и не сгибался, вставьте его стебель в толстую соломинку.
2. Чтобы найти маленькую вещь — серезжку или кольцо, закатившееся за диван или под тумбочку, — натяните на насадку пылесоса чулок (на фото).



Пропылесосьте то место, где, предположительно, может быть кольцо. Оно останется в чулке, не попав внутрь пылесоса.
3. Чтобы помыть блендер за несколько секунд и не пораниться об острые лезвия, залейте в него теплую воду, добавьте моющее средство и включите прибор.
4. Хотите, чтобы рыба получилась с золотистой корочкой? Тогда при жарке обмажьте маслом не сковороду, а сам продукт.

Евгения Матвейкина
Перовское шоссе

Двор рядом с домом № 18, корпус 1, наконец-то благоустроили! Его теперь просто не узнать. Теперь мы с внуком постоянно проводим время на детской площадке, которая тоже стала гораздо лучше благодаря проведенному здесь ремонту. Спасибо за это программе «Мой район»!

Подготовил
Андрей Беляк

Жительница Нижегородского района Ирина Савчук получила титул «Самая стильная» на окружном конкурсе «Самая обаятельная и привлекательная». И это — далеко не первая ее победа. О том, как успеть все — от общественной деятельности до модного дефиле, Ирина Анатольевна рассказала нашим корреспондентам.

Ирина Анатольевна показывает нам фотографии на планшете.

— Вот это я на конкурсе «Супербабушка», а здесь — участвую в КВН, — рассказывает она. — Здесь я с Еленой Малышевой на программе. Говорят, что она очень резкая женщина, но со мной была вежлива. А это — на подиуме в белой шляпке, ох, и люблю я шляпы...

— Какие у вас шикарные портреты, — присвистывает наш фотограф Миша. — Можно на обложку газеты ставить! Пожалуй, моя работа вообще не нужна, я пойду. — Стойте! — строго приказывает Ирина Анатольевна. — Никуда вы не пойдете! Зря я сегодня прическу делала, что ли?!

Все дело — в шляпе

За 62 года своей жизни Ирина Анатольевна не может вспомнить периода «ничегонеделания». Кажется, она постоянно в движении: конкурсы, дача, дети, внуки, работа...

— Вы еще и работаете? — удивляюсь я.

— Конечно! — отвечает она. — Сейчас я секретарь избирательной комиссии района и уполномоченная по вопросам переписи населения. Несмотря на то, что перепись состоится лишь в 2020 году, подготовка к ней ведется уже сейчас! Активную женщину знают не только в районе, но и далеко за его пределами.

— Недавно была на мероприятии, — вспоминает она. — Ко мне подошла Инна Маликова и попросила со мной сфотографироваться. Я так удивилась. Говорю, это я должна просить вас о снимке, а не вы меня! Поэтому нет ничего удивительного, что на городской конкурс «Самая обаятельная

и привлекательная» от района отправили именно ее.

— Соревнование состояло из нескольких этапов, — рассказывает Ирина. — Один из них — продемонстрировать образ в одежде, а второй — прическу. Вероятно, я выиграла потому, что отличалась ото всех.

Дело в том, что Ирина была единственной участницей в шляпе. Москвичка просто обожает этот головной убор, поэтому выйти в свет без него не может.

— Рада, что они возвращаются в моду, — говорит она. — Я мечтаю, чтобы уже поскорее настал тот момент, когда можно будет надевать шляпы и в повседневной жизни. Например, хочу ехать в общественном транспорте в шляпе с вуалью и не выглядеть при этом странно...

Секрет счастья

Успевать делать миллион дел в день Ирине Анатольевне помогает солидный родительский стаж: у женщины

шестеро детей! В свое время она была даже награждена орденом «Родительская слава».

— Детские сады, школы, курсы, кружки — все нужно было успевать, — вспоминает она. — Я как-то привыкла жить в таком бешеном темпе, поэтому с тех пор и не могу остановиться! Вырастив детей, Ирина плавно переключилась на внуков.

— С ними попроще, — признается женщина. — У каждого из моих детей собственные взгляды на воспитание, поэтому я предпочитаю

ШЕСТЕРО ДЕТЕЙ, А ТЕПЕРЬ УЖЕ И ВНУКИ — ЛУЧШЕ ЛЮБОГО ТАЙМ-МЕНЕДЖЕРА

в педагогический процесс не вмешиваться. Хотя с радостью посижу с внуками, когда нужно.

И это уважение к выбору близких людей — пожалуй, главный рецепт семейного счастья от Ирины Савчук.

— Мы с мужем 33 года в браке. И я не знаю, сумели бы мы столько времени про-

жить вместе, если бы диктовали друг другу свои условия, — объясняет она.

Муж Ирины прекрасно понимает супругу, потому что и сам увлеченный человек: он — адвокат, в свободное время изучает казачество. — И я в эти его «игрушки» никогда не вмешиваюсь, —

Круг интересов

улыбается женщина. — Точно так же и он лояльно относится к моим конкурсам красоты и модным дефиле.

Нет времени на лень

Все праздники огромная семья Савчук отмечает на даче. Ирина печет фирменный торт «Наполеон» из 11 коржей и открывает банки с соленьями, которые успевает заготовить за лето.

И глядя на эту «супербабушку», невольно поражаясь ее сверхспособностям все успевать. Неужели она приобретенная, или с этим талантом надо родиться?

— Я мало сплю, встаю в 6 утра, день кажется длиннее, и времени на все хватает, — улыбается она. — Ну и кроме того, дети и внуки — лучшие тайм-менеджеры: с таким богатством у меня просто нет времени лениться.

Виктория Филатова

Супербабушками не рождаются, а становятся

Ирина Савчук постоянно участвует в различных городских конкурсах и модных дефиле — «Супербабушка», «Самая обаятельная и привлекательная». На последнем она получила титул «Самая стильная»

Справка

Первый конкурс среди московских бабушек прошел в 2011 году и сразу же стал популярным. За прошедшие годы за право выйти в финал боролись более тысячи конкурсанток. Каждая из участниц финального этапа становится членом клуба «Московская супербабушка», который работает по нескольким направлениям. Создание всех условий для досуга и творчества москвичей «серебряного» возраста — один из приоритетных вопросов программы «Мой район». Для старшего поколения будут организовывать новые направления для активного отдыха.



У каждого района должно быть свое сердце — пространство, куда можно прийти, чтобы пообщаться и хорошо провести время. Ведь мы любим свой дом не только за комфорт, но и за особую атмосферу. Создание таких мест и станет одной из задач программы «Мой район».

Шекспировские герои выступили на «Библионочи»

Каждый год в апреле проходит акция «Библионочь». Во время нее залы превращаются в образовательные площадки, лектории или даже театры. В библиотеке № 116 мероприятие посвятили юбилею Уильяма Шекспира и назвали его «Ночь главных героев».

«Библионочь» тут проводят совместно с театральной студией школы № 1222. Перед выходом на импровизированную сцену юные актеры немного волнуются. Никита Малахов играет Ромео. Юноше 16 лет, он готовится к поступлению в театральный университет. Никита считает, что выступить на «Библионочи» — хороший опыт.

— Волнение, конечно, всегда есть, хоть я и занимаюсь театром уже 3,5 года. В библиотеке мы выступаем только второй раз, но бываем здесь часто, берем книги по школьной программе, — рассказывает Никита. В этот раз на акции организовали мастер-классы по росписи



Мария Куклай сыграла Джульетту в спектакле, который показали участникам акции в библиотеке

стекла и рисованию, исполнили песни, а ребята из детской студии показали отрывки из нескольких спектаклей.

Ирина Шамотко — пенсионерка. На выходные она попросила внучку найти интересное мероприятие недалеко от дома.

— Внучка убежала гулять с друзьями, а меня отправила сюда. Когда я была молодая, в библиотеках мы просто чи-

тали, вели себя тихо, чтобы никому не мешать. А сейчас тут столько интересного происходит! — делится Ирина. Библиотекой заведует Наталья Пилипенко. Она рассказывает, что мероприятия проводят со школами и досуговыми учреждениями.

— Читальни сегодня — это скорее библиоцентры. У нас открыты кружки и студии, проходят мастер-классы и интерактивы, — говорит Наталья. И акции вроде «Библионочи» это только подтверждают.

Вероника Варенцова

Любопытно

Скандинавская ходьба — шаг к здоровью и долголетию

Одно из популярных направлений программы «Московское долголетие» — скандинавская ходьба. Чтобы научиться правильно выполнять упражнения, старшее поколение горожан дважды в неделю приходит в школу № 1222 имени Маршала Советского Союза И. Баграмяна.

Аниса Рахимова пришла на тренировку в прошлом году и с тех пор не пропустила ни одного занятия.

Возрасту вопреки

— Честно скажу, от занятий в восторге! Мы всегда на свежем воздухе и всегда в окружении интересных людей. Мы все ходим сюда в первую

очередь за общением, за новыми знакомствами и, конечно, ради здоровья, — делится впечатлениями Аниса. По ее словам, самым сложным было уговорить себя прийти на занятие впервые. — Думала, зачем куда-то идти? Но заставила себя, сказала: «Надо!» Теперь четко знаю, что два раза в неделю — тренировки, где и здоровье поправлю, и с подругами встречу, — добавляет она.

Лариса Чеплакова — учитель физкультуры со стажем более 20 лет. В прошлом году ей предложили вести занятия по скандинавской ходьбе в рамках «Московского долголетия», и тренер не смогла отказаться.

— Для меня главная мотивация — отдача от учениц. Они действительно влюблены в занятия! Мы вместе укре-

Полезная информация

Занятия в филиале «Нижегородский» территориального центра соцобслуживания «Южнопортовый» проходят бесплатно. Записаться можно, оставив заявку на сайте мэра Москвы MOS.RU или же в администрации учреждения. Телефон горячей линии (495) 777-77-77

пляем дыхательную и сердечно-сосудистую систему, и мышцы поддерживаем в тонусе, — заключила Лариса. Сегодня в группе занимается 24 человека. И, судя по востребованности встреч, это только начало.

Иван Петрушин



Аниса Рахимова полюбила занятия по скандинавской ходьбе за общение с новыми друзьями

Авитаминоз, или Как пережить весну

Сезон

- 1 Очищаем организм от токсинов
- 2 Пьем больше витаминов
- 3 Больше гуляем на свежем воздухе
- 4 Активно занимаемся спортом
- 5 Соблюдаем правильный режим сна

Первые цветы уже радуют москвичей. Весна вступила в свои права, а значит, самое время сбросить кокон пуховиков и курток и оценить состояние здоровья. Помочь организму пережить пору авитаминоза и простуд по силам каждому. Пейте в течение трех дней зеленый чай без сахара вместо воды, ешьте продукты, богатые витаминами.

Весной над Москвой наконец появляется солнце, благодаря которому гибнут многие болезнетворные организмы и стимулируется выработка витамина D — секрета бодрости. Проведите выходной не в кино, а в парке на скамейке. Особое внимание уделите расписанию дня. Сон — самая лучшая косметика.

А вот садиться на диету не стоит. Не время.

Ирина Аникина

Ответы на кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Тостер. **8.** Запонки. **9.** Миссис. **10.** Паттинсон. **15.** Маковский. **16.** Раскол. **17.** Гимнаст. **18.** Пырьев. **20.** Матье. **23.** Вуду. **24.** Овал. **25.** Мотив. **29.** Кавказ. **30.** Лавры. **32.** Каскадер. **33.** Вакса. **35.** Сталь. **40.** Веник. **41.** Каллас. **43.** Копейка. **44.** Решето. **46.** Атмосфера. **47.** Хата. **48.** Синедрион. **49.** Дюйм.
ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Сахар. **2.** Почта. **3.** Скандал. **5.** Один. **6.** Тест. **7.** Русь. **9.** Морозильник. **11.** Осина. **12.** Чипсы. **13.** Крапива. **14.** Эстрада. **15.** Модем. **19.** Вагон. **21.** Авокадо. **22.** Глазурь. **26.** Варка. **27.** Казак. **28.** Брасс. **31.** Масло. **34.** Атланта. **36.** Резерфорд. **37.** Пинкертон. **38.** Скороход. **39.** Глашатай. **42.** Соловей. **45.** Отчим.

Гороскоп 01.05 31.05

Овнам звезды советуют отдохнуть в начале мая: дальше будет не до того. В целом месяц будет удачным, особенно в деловой и финансовой сферах.

Тельцов май готов приятно удивить.

Но помните: один в поле не воин. Принимая важные решения, прислушайтесь к советам близких. Для **Близнецов** май — время новых начал. Все перемены, на которые вы решитесь, окажутся к лучшему.

Ракам удастся укрепить финансовое положение. Середина месяца удачна для различных приобретений.

Львам очень поможет умение находить нужных людей и договариваться с ними. Вопросы решатся быстрее, если вы не будете «изобретать велосипед».

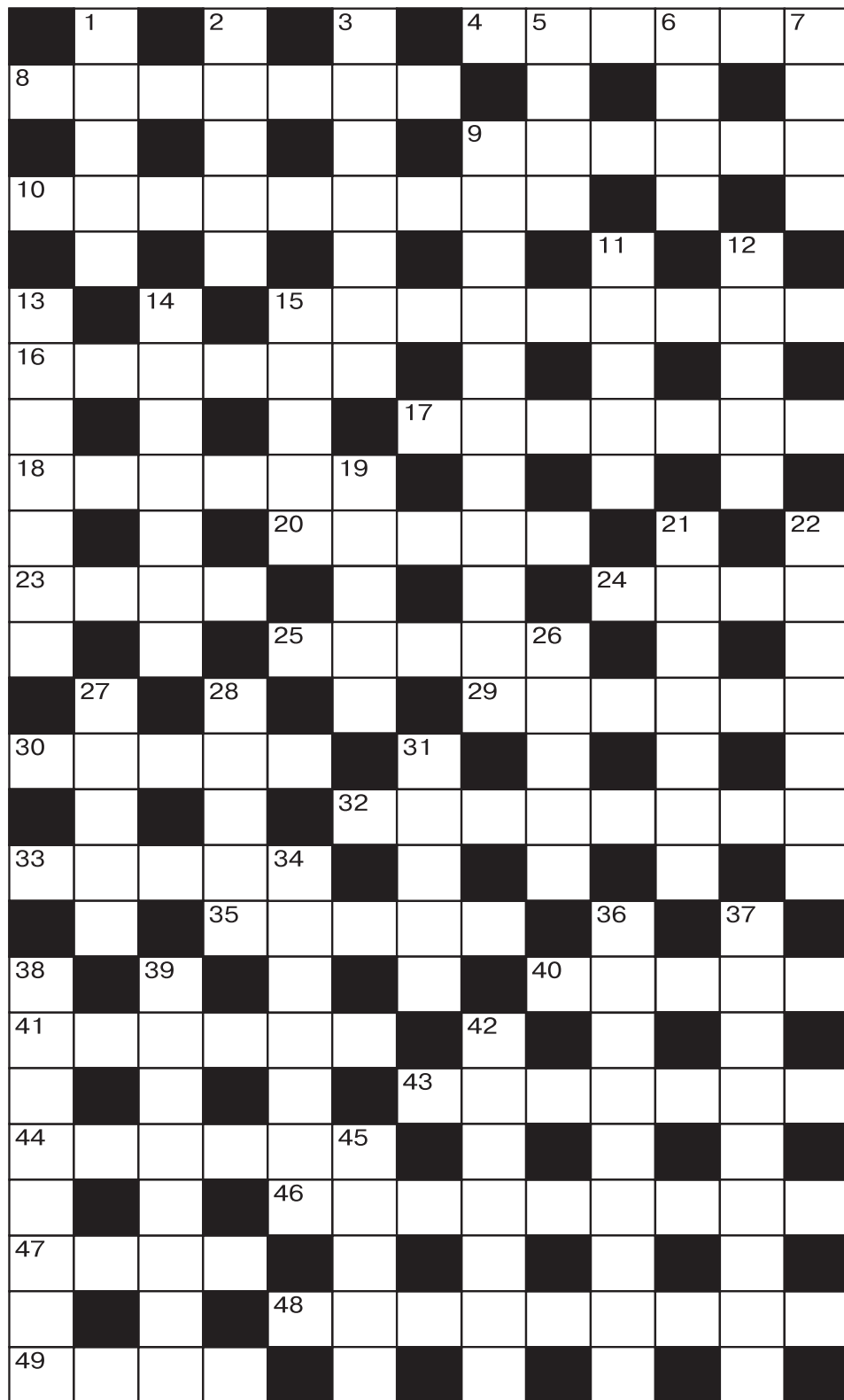
Девам фортуна улыбнется, если они не станут размениваться по мелочам, а будут четко следовать выбранному курсу.

Весам пора решиться на перемены. Пойдите на новые курсы, найдите хобби или посетите место, где раньше не были.

Скорпионы, будьте активны и открыты. Предложений будет много — сумеете быстро принять правильное решение, чтобы потом не кусать локти.

Стрельцам пора избавиться от того, что тяготит и не дает двигаться вперед. **Козероги** смогут избежать проблем, если будут проводить больше времени с семьей и поменьше откровенничать с коллегами.

Водолеям стоит уделить время здоровью и обзавестись новыми полезными привычками. **Рыб** ждет неожиданное финансовое поступление.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Что позволяет приготовить пригоревшие или недожаренные гренки? **8.** Съёмные пуговицы. **9.** Англичанка, «сходившая под венец». **10.** «Я никогда в действительности не имел никакого стремления стать актером, когда я был маленьким. Я хотел играть на фортепиано в баре, быть эдаким старым приятелем с бокалом виски, всклокоченным» (голивудская звезда). **15.** С его легкой руки период расцвета русской литературы стали называть Серебряным веком. **16.** «Огуречный эликсир» с большого бодуна. **17.** Кто из спортсменов упражняется на коне? **18.** Режиссер и муж Марины Ладыниной. **20.** Для какой певицы карьера «Демон»? **30.** Перина славы. **32.** Кто на трюках зарабатывает? **33.** «Обувная тушь». **35.** Мартеновский стлав. **40.** Что таскает в портфеле герой комедии «Ирония судьбы»? **41.** Оперная примадонна, чей грех, согласно завещанию, развеяли над Эгейским морем. **43.** Народное прозвище первой модели «жигулей». **44.** «Новая посуда, а

вся в дырках» (русская загадка). **46.** «Дыхательная оболочка» Земли. **47.** «Полна ... детей, так и счастливо в ней». **48.** Иудейский суд, приговоривший к распятию Иисуса Христа. **49.** «Не продвинуться ни на ...»

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Что дорожает из-за того, что все варенье варят? **2.** Что в сумке у Печкина из Простоквашино? **3.** «Лакомая информация» для папарацци. **5.** Божественный герой Энтони Хопкинса из фантастического боевика «Тор». **6.** «Экзотическая виолетта». **7.** «И ... все так же будет жить, плясать и плакать у забора». **9.** Куда кладут перед игрой хоккейную шайбу, чтобы не пружинила? **11.** Какое дерево не любят вампиры? **12.** С какой закуской связана жизнь и смерть американского химика Фреда Бора? **13.** С каким сорняком трудно сладить голыми руками? **14.** За какой жанр шоу-бизнес отвечает? **15.** Аппарат, чтобы входить в интернет. **19.** Пассажирская общага. **21.** Груша из овощных салатов. **22.** Стекло на глине. **26.** Способ приготовления макарон. **27.** Житель станицы. **28.** Плавание «лягушкой». **31.** На чем поджаривают? **34.** В каком городе состоялась премьера культового фильма «Унесенные ветром»? **36.** Кто из нобелевских лауреатов полагал, что «все науки можно разделить на две группы: физику и коллекционирование марок»? **37.** Шерлок Холмс американского образца. **38.** Курьер сказочной быстроты. **39.** Царской воли вестник. **42.** Какой певчий птице посвящен целый музей в Курске? **45.** Кто в детстве лупил будущую звезду Эдиту Пьеху «как сидорову козу»?

nizhegorodsky
vm.ru @

«Инстаграм»



Россию в 2019 году на конкурсе «Евровидение» представит Сергей Лазарев. Жители района Нижегородский желают ему в «Инстаграме» победы. А за кого болеете вы?

Сергей уже представил песню Scream, с которой он выступит, своим поклонникам. Они встретили ее очень тепло. Артист обещает предстать на «Евровидении» в новом свете, потому что ему «не хотелось быть копией самого себя».

Легко и просто

Московский борщ

Говядина: 700 г
Ребрышки: 300 г
Капуста: 700 г

Свекла: 400 г
Томатная паста: 100 г
Морковь, лук, специи



1

Сварить бульон из говядины и копченых ребрышек. Они, кстати, и отличают московский борщ от прочих.

Капусту варим самой первой, затем добавляем жарку из моркови и лука, потом — картофель и свеклу.



3

Чтобы свекла не потеряла свой яркий цвет, потушите ее минут пять с парой ложек уксуса.

Специи, чеснок и соль добавляйте в самом конце варки, минут за пять до готовности супа. Тогда вкус блюда получится более насыщенным.

