

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

МОИ район

ЦАРИЦЫНО
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
ВЫПУСК

18.05.2019

№ 2 / 60

12+

Цитата

Сергей Собянин

Программа «Мой район» — набор действий по созданию комфортных условий для жизни москвичей. Комфортных не по минимуму, не как «средняя температура по больнице» — а конкретно в каждом районе



Ревизор Коммунальные службы отремонтировали ступеньки у подъезда

4

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



Медицина

9

учреждений здравоохранения принимают жителей

3

5



ПОЧТА РАЙОННЫХ
КОРРЕСПОНДЕНТОВ

Опрос

Жители назвали самые ожидаемые обновления (%)



Наши респонденты выбрали реконструкцию кинотеатра «Эльбрус»

Алексей Орлов

Танцуем
под ретро 7

Первые выпуски наших газет вызвали живые отклики читателей. Мы получили сотни писем, как на электронную почту, так и написанных от руки, что особенно приятно в век цифровых технологий. Вы также звонили нам на горячую линию (499) 557-04-24 (доб. 244). Эта реакция означает, что наша целевая аудитория — жители столичных районов — остро нуждается в таком средстве массовой информации.

От редакции

Мы благодарны Вам не только за сообщения о недоработках, совершенных на территориях, но и за Вашу критику. Только вместе,

общими усилиями, мы сделаем лучше не только нашу газету, но и каждый район, и весь город в целом. На самом деле, одна из основных проблем крупных изданий состоит именно в налаживании коммуникаций с потребителем информации. Невозможно лично поговорить с каждым читателем в метрополитене или за кухонным столом, расспросить его о газете, о том, насколько верно изложен материал, исправилась ли ситуация после публикации. Ваши звонки — это огромная помощь для нас. Они позволяют нам контролировать выполнение обещаний городскими властями.

В целом налаживание коммуникаций с читателем — сложный процесс. И он характерен для газет во всем мире. Каждый по-своему решает, как лучше наладить это общение. Кто-то ограничивается комментариями на сайтах. Кто-то принимает телефонные звонки или ориентируется на внутреннее понимание аудитории. Редакция «Вечерней Москвы» давно думала издавать районные газеты. Мы изучали международный опыт, смотрели на работу печатных изданий в регионах России. И пришли к выводу, что издание

Вам, Читатели!

аналогов районных газет — это мировая тенденция. Так, только в прошлом году такие локальные издания появились в Великобритании, США, Германии и во Франции. Глобальные федеральные издания повсемест-

но испытывают трудности, ведь сложно конкурировать с телевидением или интернетом в скорости подачи новостей. А в районах, где все мы проводим большую часть нашей жизни, наоборот, люди испытывают острый дефицит информации.

Кроме того, мэр Москвы Сергей Собянин инициировал масштабную программу благоустройства «Мой район». Настолько глобальную, что преобразования коснутся всего мегаполиса. Значит, самое время обратить внимание издателям на локальную прессу, и наша идея об издании районных газет — как никогда к месту.

Так мы, журналисты, сможем стать ближе к читателям, буквально постучимся в каждую дверь, услышим Ваши голоса. Да и что скрывать — в то время как печать изданий дорожает, районные газеты вполне могут не только способствовать наращиванию совокупных тиражей газеты, но и увеличить число потенциальных рекламодателей. Именно поэтому

мы решили издавать спецвыпуски газеты «Вечерняя Москва» за деньги издательского дома «Вечерняя Москва».

Пишите нам, мы очень ждем Ваших откликов! Мы рады Вашим звонкам! Голос каждого горожанина крайне важен. Может быть, именно без Вашего мнения не обойдется всему мегаполису, и только Вы знаете, как можно решить ту или иную проблему. Искренне Ваши, сотрудники редакции газет «Мой район»

Справка

«Вечерняя Москва» — одна из старейших городских газет, она была основана в 1923 году. На протяжении десятилетий газета из номера в номер рассказывала о событиях городской жизни. Сейчас кроме ежедневного делового номера и портала городских новостей vm.ru редакция выпускает: вечерний и еженедельный номера, три окружные газеты «Новые округа», «Москва. Центр» и «Южные горизонты», а также спецпроекты — «Пресса в образовании», «Москва безопасная», «Народы Москвы».



Коллектив спецвыпуска «ВМ» районных газет (слева направо): бильд-редактор Василий Джапаридзе, выпускающие редакторы Анастасия Лопушанская и Галина Кузнецова, верстальщик Алла Ильичева, цветокорректор Марина Пельтцер, старший редактор Екатерина Серова, корреспондент Иван Петрушин, шеф-редактор районных газет Александра Кирчанова, главный редактор «ВМ» Александр Куприянов, старший редактор Ирина Аникина, редактор Анастасия Ассорова, корреспондент Дарья Смольникова, корректоры Наталья Малютина, Клавдия Кулакова и Людмила Малышева, дизайнер Ольга Белых (верхний ряд); корреспонденты Алексей Дубровин, Сергей Дружинин и Андрей Объедков, верстальщик Алексей Гаврилец, редактор Андрей Беляк, корреспонденты Людмила Малолетнева и Дмитрий Малов, корректор Наталья Шляпкинова (нижний ряд) (1). Первые номера газеты «Мой район» (2)

Возможности карты «Тройка»

«Тройка» — популярный и удобный способ оплаты проезда в московском транспорте. В 2018 году для пользователей карты разработали программу лояльности «Город». Теперь за ее пополнение пассажиры могут получать бонусы. Их можно потратить на оплату проезда, а также — при покупке товаров и услуг партнеров.

Как работает программа лояльности «Город»

1

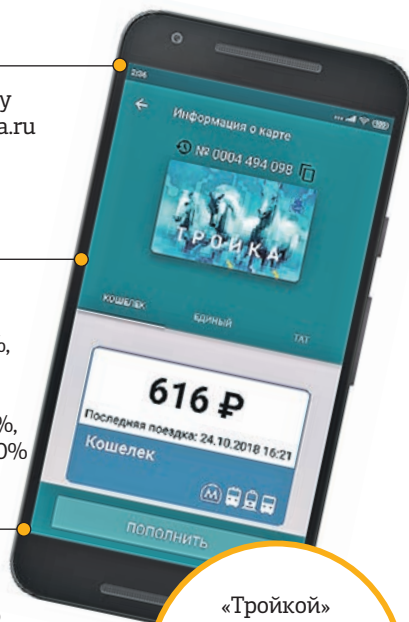
Регистрируем карту на сайте gorodtroika.ru или в мобильном приложении

2

Копим бонусы с пополнения от 250 рублей — 3%, с покупок в магазинах-партнерах — до 30%, в интернете — до 50%

3

Накопленные бонусы можно положить на тариф «Кошелек» или обменять на скидки у партнеров (1 бонус = 1 рубль)



«Тройкой» можно оплатить метро, автобус, троллейбус, трамвай, пригородный поезд

Виды «Тройки»



Традиционный (пластиковая карта синего цвета с изображением трех белых коней)

Тематический (дизайн пластиковой карты, посвященный какому-либо событию)



Брелок (с традиционным дизайном или посвященный какому-либо событию)



Кольца разных цветов (теперь и со стразами)



Пластиковые браслеты различных цветов

Жетоны



Наклейка на телефон



Карта «Тройка+Стрелка»

Филиал детской поликлиники ждет ремонт



Наталья Феодотова

В медучреждении создадут комфортные пространства как для врачей, так и для пациентов

В Москве стартует программа комплексного капитального ремонта поликлиник по новым стандартам.

Медицина

В районе Царицыно отремонтируют филиал № 2 детской поликлиники № 23, расположенный по адресу: улица Тимуровская, дом № 3. Здание ждет комплексный капитальный ремонт и благоустройство территории. Ремонт подразумевает, помимо полного обновления всех инженерных систем, создание комфортных пространств, удобных кабинетов для пациентов и врачей. Благодаря новой интуитивно понятной навигации у пациентов больше не возникнет проблем с поиском

необходимого кабинета или отделения вне зависимости от поликлиники, в которой они находятся. Проект капитального ремонта каждого здания разрабатывается специалистами Департамента здравоохранения Москвы совместно с главными врачами поликлиник, которые знают конструктивные особенности зданий, потребности пациентов и пожелания своих сотрудников. График проведения работ, а также алгоритм приема пациентов на время ремонта будут обсуждаться с жителями.

Программа капитального ремонта поликлиник будет завершена к 2023 году. С полным списком городских поликлиник, которые войдут в программу капитального ремонта, можно ознакомиться на сайте MOS.RU.

Андрей Чернов

Новые стандарты оказания услуг

Доступность



Востребованные врачи



Специалисты узкого профиля



Дооснащение оборудованием

Комфортность



Понятная навигация



Специалисты ближе к кабинетам диагностики



Эргономичная мебель

Технологичность



Электронные карты



Получение результатов анализов по e-mail

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Анжела Кабулова

Главный врач детской поликлиники № 23

Дети — одна из самых требовательных категорий пациентов. Для них важно чувствовать заботу. В филиале нашей поликлиники появятся зоны для комфортного пребывания пациентов. Расширится и пространство для врачей: кабинеты станут более просторными.



Виктория Сухотерина

Посетительница поликлиники, водит сюда дочь Аню

Я сама все детство ходила в эту поликлинику. Теперь к ней прикреплена и моя дочь. Тут работают приветливые, квалифицированные врачи. Нам все очень нравится. Если во время капитального ремонта процедурные кабинеты разместят на первом этаже, пациентам будет удобнее.

Кантемировскую улицу расширят

Участок Кантемировской улицы планируют реконструировать.

Ширину проезжей части определят в соответствии с расчетными транспортными потоками, сообщил Игорь Бахирев, руководитель транспортного центра Института Генплана Москвы. Кроме того, реконструируют Каспийскую улицу, часть Юго-Восточной хорды от

Каспийской улицы до Павелецкого направления Московской железной дороги. Дополнительно запланиро-

Транспорт

вано формирование магистрали параллельно улице Бехтерева. Благодаря таким изменениям улучшится транспортная доступность района.

Улично-дорожную сеть будут улучшать вдоль Курского направления железной дороги по направлению Каспийской улицы.

В результате в районе организуют дополнительные удобные маршруты общественного транспорта. Их сделают как в сторону центра города, так и в другие районы Москвы для удобства горожан.

Мария Газарян

мой район

3

ГЛАВНОЕ

Мой район. Царицыно
18.05.2019 № 2 / 60

Москвичи посадят именные деревья

Жители столицы, в том числе из района Царицыно, ставшие родителями с 1 января 2019 года, смогут посадить дерево в честь своего ребенка. Заявки принимают на сайте мэра Москвы MOS.RU.

Стать участником экологической акции можно будет в течение 3 лет с момента появления малыша на свет.

Одному из родителей нужно зарегистрироваться на сайте мэра Москвы MOS.RU, ввести данные ребенка и свои. Затем не-

Зеленый город

обходимо выбрать природную зону для посадки дерева и его породу. Жителям предложили девять вариантов: груша, ель, яблоня, дуб, клен, липа, рябина, сосна и ива. Все деревья — крупномеры, 10-летние саженцы с комом земли.

После отправки заявки в личный кабинет пользователя сайта придет информация, в которой будут указаны дата, время и место проведения экологического мероприятия. Родителям останется только прийти в выбранный лесопарк и посадить именованное дерево. В этом всем участникам будут помогать специалисты. Они выдадут необходимый инвентарь и объяснят, как правильно им пользоваться. Впоследствии всем участникам придет электронный сертификат семейного дерева и точные данные его геолокации. Высаживать растения начнут осенью: в этот сезон они приживаются лучше всего.

По программе «Мой район» за высаженными деревьями будут ухаживать. Всего до конца 2019 года в Москве планируют высадить около 30 тысяч деревьев.

Вероника Варенцова

Дельный
советКак
установить
камеру
у подъезда?

Первый шаг — узнайте, оборудован ли ваш дом камерами видеонаблюдения и в каком количестве.

Второй шаг — инициируйте собрание жильцов дома и составьте протокол. Не менее 2/3 собственников помещений должны поддержать идею установки камер.

Третий шаг — обратиться в Департамент информационных технологий. Это можно сделать, отправив письмо на почту dit@mos.ru или придя по адресу: улица Новая Басманная, дом № 10, строение 1. Приложите к обращению протокол собрания.

Через месяц вы получите официальный ответ о возможности установки. Консультацию можно получить по телефону горячей линии городской системы видеонаблюдения

(495) 587-00-02

dit@mos.ru

Кроме
тогоКуда обращаться,
если вы потеряли
вещи или доку-
менты на улице

Главное управление МВД России по Москве (бюро находок документов):
(495) 694-86-20
Адрес: 2-й Колобовский переулок, дом № 8. Или в ближайшее отделение полиции.

Позвонить в отдел МВД по району Царицыно можно по телефону
(495) 325-55-00

Капитан пошел по стопам отца

Участковый уполномоченный полиции района Царицыно Сергей Смирнов решил служить в органах внутренних дел еще в школьные годы.

Примером для него был отец Николай Михайлович, который работал в патрульно-постовой службе. Сергей гордился своим папой и хотел быть похожим на него.

Участковым Сергей Смирнов стал в 2009 году. Сейчас он следит за порядком в 24 домах, в которых проживает 3748 человек.

Ежегодно полицейский проводит поквартирный обход на своем участке. Порой при этом выявляются нарушения. Например, в прошлом году Смирнов выявил 18 квартир, которые сдаются владельцами без оформления необходимых документов. Так они избегают уплаты налога на получаемый с аренды доход. Капитан зафиксировал нарушения и всю информацию о них направил в налоговую инспекцию.

— С каждым из владельцев провожу профилактические беседы, напоминаю им о том, что договор должен быть оформлен официально, — говорит Смирнов.

Личное дело



Сергей Смирнов

Участковый уполномоченный полиции района Царицыно
■ 87 преступников задержано за время службы

Опорный пункт:

Ул. Кантемировская, 5, корп. 4

Прием: ежедневно — с 18:00 до 20:00, суббота — с 16:00 до 18:00

(999) 010-64-62

Телефон для жалоб на работу участкового:

(495) 325-35-71

Но бывают в практике участкового и другие случаи. Так, недавно он обнаружил, что в одной из квартир было зарегистрировано во-

семь иностранных граждан. Оказалось, что на самом деле они там не проживали. Хозяйка призналась, что она прописала гостей из ближнего зарубежья за деньги, но с условием, что жить они будут в другом месте. А это запрещено российскими законами. На женщину завели уголовное дело за фиктивную регистрацию. Теперь ей грозит штраф от 100 до 500 тысяч рублей или условный срок.

Всего за прошлый год полицейский получил 320 обращений от местных жителей. Многие жалуются на соседей, которые курят в подъезде, или на шумные компании, распивающие спиртные напитки прямо на детских площадках. Капитан всегда выходит на место, задерживает нарушителей и составляет на них административные протоколы.

Сергей Смирнов уверен, что скоро на его участке станет еще безопаснее благодаря городской программе «Мой район». Ведь по итогам масштабного благоустройства на столичных улицах во дворах появится больше хорошо освещенных мест, где жители смогут гулять без опаски и в темное время суток.

Андрей Обьедков

Коммунальщики отремонтировали ступеньки у подъезда



По просьбе жильцов покрытие ступенек заменили на асфальтовое

Жители пожаловались на плохое состояние лестницы, ведущей к подъезду дома № 3, корпус 2, на улице Луганская.

По словам жильца дома Олега Семенова, бетонные ступеньки на входе в подъезд треснули и рассыпались.

— Ходить здесь стало страшно. В любой момент ожидаешь, что ступенька под твоими ногами разрушится и ты упадешь, — рассказывает мужчина.

В таких случаях надо обращаться с заявлением в районную управу или оставлять заявку на портале «Наш город» (gorod.mos.ru). По действующим правилам отследить заявку на портале и вынести по ней решение местные власти должны в восьмидневный срок. При этом во многих управах действуют и свои, более жесткие сроки реагирования.

В управе сообщили, что вопрос взят на контроль. Буквально в течение 3 дней специалисты коммунальных служб отремонтировали лестницу. Об этом сообщил Игорь Разинкин, главный специалист отдела жилищно-коммунального хозяйства управы района Царицыно.

tsaricino
vm.ru @

Будьте осторожны

Майские праздники традиционно открывают в столице сезон шашлыков и пикников. Отправляясь на отдых с компанией или семьей, важно не забыть, что беспечность на природе может привести к неприятным, а иногда и трагичным, последствиям.

Пикник и шашлык
без вреда для здоровья

Первым делом нужно выяснить, можно ли разводить костер или использовать мангал там, куда вы направляетесь. Всего в Москве около 250 пикниковых зон. Полный список можно найти на портале открытых данных data.mos.ru. Эти точки оборудованы для комфортного и безопасного отдыха.

Тех, кто решит пренебречь правилами, ждет неприятный сюрприз. Штраф за костер и мангал в неположенном месте — 5 тысяч рублей. Еще 5 тысяч заплатит тот, кому захочется поджечь траву или хворост просто ради развлечения. Игры с огнем, как извест-

но, ни к чему приятному не приводят. Перед отходом на всякий случай убедитесь, что все участники пикник-команды знают, куда звонить в случае пожара. Напомним, что номер 01 поможет только тем, у кого под рукой городской телефон. Владельцам мобильных нужно набрать 101 (пожарная охрана) или 112 (экстренные службы). Есть и другие запреты, о которых стоит помнить. Употребление крепких напитков в парках неминуемо приведет к финансовым потерям. Кроме того, на охраняемых природных территориях нельзя охотиться на животных и птиц. Даже с рогадкой.

— При обследовании ступеней и приподъездной площадки стало ясно, что цементное покрытие не выдерживает сильных нагрузок. После зимнего периода, из-за перепадов температур и влажности, оно трескается и разрушается, — сказал Разинкин. — Было принято решение заменить покрытие на асфальтовое, более долговечное. Кроме того, накануне Дня Победы рабочие покрасили пандус и перила на входе в подъезд дома.

Ревизор

ской программы «Мой район». При этом при проведении работ будут учитываться мнение и предложения самих горожан.

Павел Воробьев

Цифра

447

новых опор уличного освещения установили на улицах и во дворах с 2010 года



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

«Царицыно»
«ВКонтакте»

В сообществе жителей «Царицыно» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/tsarit) опубликовали фотографию пользователя [_annagolubeva](#). Запечатлеть подобный кадр довольно непросто, ведь



варакушка — птица очень быстрая. Да и встретить ее в Москве удастся нечасто. От обыкновенного соловья ее отличает необычный окрас зоба. Не все пользователи узнали птицу и развернули бурное обсуждение в комментариях.

«Царицыно»
«Фейсбук»

Эту архивную фотографию, снятую в послевоенные годы, опубликовали в сообществе жителей «Царицыно» в социальной сети «Фейсбук» (facebook.com/caricino). Так когда-то выглядели дома на улице Сосновая (ныне Луганская). Возможно, жители старшего возраста еще помнят то время, когда на улице стояли деревянные дома дореволюционной постройки. До наших дней они не сохранились, оставшись лишь в нашей памяти и на старых фотографиях. При взгляде на этот снимок вспоминаются резные ставни, печи и бабушкины пироги. На миг появляется ощущение, что ты возвращаешься в беззаботные дни детства.



Стоит отметить, что этот дом когда-то был частью рабочего поселка Ленино. Отрадно, что горожане все больше интересуются историей своего района. Помимо этого снимка, в социаль-

ных сетях все чаще можно встретить фотографии, сделанные еще в прошлом столетии. В комментариях пользователи часто обсуждают, что же изображено на фото.

На контроле

Наталья Волкова
Улица Севанская

Во дворе дома №17 постоянно скапливается мусор у подъезда и на газонах. Иногда его становится так много, что мы, жители дома, начинаем опасаться разгула крыс и тараканов. И потом, эти горы пластиковых бутылок и макулатуры портят общий вид нашего двора, да и пахнет неприятно. Сплошная антисанитария! Прошу убрать мусор и провести разъяснительную беседу с дворниками о том, что мусор недопустимо складировать за пределами специально предназначенных для этого контейнеров.

Ответили в управе:
По указанному адресу выполнены работы по уборке дворовой территории. Мусор убран. В настоящее время дворовая территория находится в надлежащем состоянии.

Татьяна Голотина
Улица Луганская

В вечернее время не включается вовремя свет в подъезде дома № 9 на первом этаже. Становится так темно, что спуститься и подняться по лестнице почти невозможно! Пока в других домах свет включают уже в 19:00, у нас становится светло только после 21:00. Решите, пожалуйста, проблему!

Ответили в управе:
По указанному адресу выполнены работы по замене ламп освещения и установке дополнительных осветительных приборов.

Фот-так!

«Царицыно»
«ВКонтакте»

Вот такую фотографию от пользователя [_afoniya_](#) опубликовали в сообществе «Царицыно» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/tsarit). Жителям нашего района повезло жить рядом с такими живописными местами и чистым воздухом. Отсюда, например, открывается отличный вид на Царицынские пруды. В таком месте не думаешь о том, что находишься в шумном мегаполисе, и на какое-то время забываешь о проблемах и суете.



«Царицыно»
«Фейсбук»

Житель нашего района Антон Бухбиндер в майские праздники устроил себе марш-бросок на велосипеде на 70 километров. Об этом он рассказал в группе «Царицыно» в социальной сети «Фейсбук» (facebook.com/caricino). Участники сообщества активно начали комментировать смелость Антона. — Я с 25 километрами только справлюсь, — сказала Елена Павлова. А вы занимаетесь спортом в выходные?..



Екатерина Малышкина
Улица Деловая

Я часто хожу пешком вдоль улицы Деловая. На работу и домой или просто прогуливаюсь. Раньше я наблюдала, как люди перебегали проезжую часть, если им нужно было перейти на противоположную сторону, так как пешеходного перехода здесь не было. Иногда приходилось таким образом переходить улицу даже пешеходам с детьми. А ведь это же очень опасно! Но все изменилось благодаря программе «Мой район», которая исправила ситуацию. Теперь на Деловой улице есть «зебра», а это значит, что жителям теперь не придется рисковать своими жизнью и здоровьем и опасаться попасть под колеса проезжающих мимо автомобилей.

Так просто

Житейские
советы по решению бытовых мелочей

1. Чтобы натуральный пух в куртке не скомкался при стирке, загрузите в стиральную машину три теннисных мячика, они позволят аккуратно распределить наполнитель внутри вещи.
2. Очистить труднодоступные места вазы и бутылки можно при помощи



риса: просто насыпьте внутрь столовую ложку крупы, добавьте теплой мыльной воды и потрясите.

3. Чтобы пыль после уборки не так быстро оседала на поверхностях, капните на тряпку немного кондиционера для белья. Это еще и оставит в доме приятный аромат.
4. Если вы случайно сели на жевательную резинку, положите вещь в морозилку на несколько часов. Так резинку будет проще удалить с ткани.

Елизавета Макарова
Кавказский бульвар

Никак не нарадуюсь детской площадке в нашем дворе. Большая, яркая, интересная! В детском «замке» есть горки, мостики и много разных каруселей. Теперь моим детям есть чем заняться и где поиграть. Спасибо администрации и программе «Мой район» за наши дворы.

Вы когда-нибудь видели сальто на мотоцикле? Кажется, абсолютно легко дается этот свободный полет. Но миг невесомости — результат серьезной подготовки. Воспитанники мото-клуба «Ферзь», созданного в районе Царицыно более 20 лет назад мастером спорта СССР по мотокроссу Олегом Ярыгиным, знают об этом не понаслышке.

На площадку для экстремальных видов спорта клуба приезжаю в разгар показательных выступлений, организованных для ветеранов района. Олега Ивановича нахожу не сразу, потому что тут же попадаю в ряды восхищенных зрителей, среди которых и пацаны лет шести, и пенсионеры, сидящие на почетных местах.

Сложнейшая связка

— Что творят, красавцы! — слышу довольный возглас пожилой дамы. Что ни говори, а трюки мотофристайла заворачивают любого. Президента клуба ловлю между заездами. — Давайте потом, чуть позже, после поговорим... Не успеваю ответить, а он уже что-то сосредоточенно командует в рацию, следит за выезжающими на трассу ребятами... Прыжок, еще один. Вдвоем! Синхронно, четко, лихо. А вот еще

Роль личности

один — вытягивается над трамплином в стойку. Сколько метров над землей? Двадцать? Не может быть! — Сложнейшая связка! — комментирует дуэт ведущий шоу. Ярыгин не отрывает глаз. Волнуется за каждого. И как будто сам совершает каждый головокружительный мотокульбит вместе с учениками. Ведь он — это они. «Все они мне как дети», — скажет он потом, чуть позже.

Принцип воспитания

Когда-то, еще в советские годы, Ярыгин мальчишкой



Прыжок, полет и рев мотора

пришел заниматься в мото-клуб при МИФИ.

— Туда брали всех, — рассказывает наставник, пока его ученики, завершив выступление, общаются со зрителями и, к радости детворы, дают посидеть на своих железных конях. — Когда служил в армии, занимался в ЦСКА. Но в 90-е годы клубы стали закрываться. Тогда и возникла идея открыть мото-клуб для таких же пацанов, каким и я был когда-то. Чтобы без дела не болтались. Сегодня созданный в 1992 году «Ферзь» — одна из баз российского мотофристайла. А его площадка — единственная такого уровня не только в Москве, но и в стране. Клуб

Свободное время

Основная цель спортивного мото-клуба «Ферзь» — развитие спортивных и культурно-досуговых форм общения детей и подростков в соответствии с интересами и способностями. Таким образом, этот подростковый клуб выполняет одну из важнейших задач городской программы «Мой район» — организация досуга детей и подростков по месту жительства. Воспитанники клуба бесплатно осваивают технику управления и ремонт мотоцикла, участвуют в спортивных сборах и соревнованиях различного уровня по мотоциклетному кроссу и мотофристайлу.



Мастер спорта СССР по мотокроссу, руководитель и тренер подросткового мото-клуба «Ферзь» Олег Ярыгин (1). Показательные выступления воспитанников клуба «Ферзь» для ветеранов (2, 3)

уникален не только тем, что «мальчишки с нашего двора» тренируются бесплатно рядом с райдерами-профессионалами. Обслуживанием техники и территории базы здесь занимаются сами воспитанники.

— А как иначе? Мотоспорт — это воспитание характера, чувства коллективизма, если хотите, — говорит Олег Ярыгин. — Вообще, по большому счету это — образ жизни. Мы все делаем сами. И лопатами ребята, если надо, работают, и технику чинить учатся. Выступления — это да, романтика. А на самом деле — труд. Не могу удержаться и спрашиваю у тренера: как вообще можно научиться делать головокружительное сальто на мотоцикле? В чем секрет?

— Поролоновая яма, — хитро улыбается Ярыгин. — Сначала новички тренируются в ней. Ее, кстати, мы тоже строили сами, все вместе.

Секрет достижений

Подростков (в клуб принимают с 12 лет) тренируют члены первой российской команды по мотофристайлу. Среди них и сыновья Олега Ярыгина. Владимир, Михаил и Николай — участники крупнейших мотошоу, многократные призеры российских и международных соревнований. Всех достижений тренеров клуба «Ферзь» не перечислить. Владимир — первый из российских райдеров, выполнивший сальто назад на мотоцикле, сегодня

он возглавляет комиссию мотофристайла при Федерации мотоциклетного спорта России. Михаил с Николаем впервые в России выступили «тандемом» на одном мотоцикле. Николай Иванов — победитель чемпионата России по мотокросс-фристайлу 2018 года.

Такие разные ученики

— Мы всех берем, — говорит Олег Иванович. — Занимаются у нас и девочки. Мария, например, пришла в клуб трудным подростком. Сейчас она — наш тренер. А однажды приходит бабушка и говорит: «Хочу у вас заниматься!» Опешил. И попросил принести справку от кардиолога. Принесла. «Страховку, — говорю — оформите!» Оформила! И научилась на мотоцикле ездить. Она учительницей работала, а как на пенсию вышла, решила экстремальными видами спорта заняться. Ярыгин вспоминает еще одного ученика: подросток, на вид «ботаник», когда пришел в клуб, не умел даже на велосипеде ездить. — Ребята его долго просто по полю на мотоцикле катали, — рассказывает тренер. — Потом я ему го-

ЗДЕСЬ МАЛЬЧИШКИ С НАШЕГО ДВОРА ТРЕНИРУЮТСЯ ВМЕСТЕ С МАСТЕРАМИ

ворю: «Ты ноги-то на педали поставь». Он и поставил. Мотоцикл завелся, парень поехал сам. А как остановиться, не знает. Когда притормозили его, думал, занот. А он с восторгом кричит: «Можно еще?!» — А травмы? — мама двоих парней, не могла я и этот вопрос не задать.

— Как в любом спорте, бываю, — отвечает Ярыгин. — Но у нас — крайне редко. Главные качества в мотоспорте — дисциплина и самоконтроль. Наши ребята это понимают. ...Уходить с площадки, остывающей от адреналина экстремального шоу, совсем не хочется. Здесь сразу ощущаешь себя в очень дружной семье. И понимаешь: ее хозяйину со спокойной улыбкой абсолютного уверенного в себе человека я бы своих мальчишек на воспитание доверила.

Наталья Покровская

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».

Всех желающих приглашают потанцевать под ретромузыку

На открытой танцевальной площадке возле сцены парка «Сосенки» сотрудники Центра досуга «Личность» провели ретро-дискотеку для всех, кто любит хорошую погоду, танцы и отличную музыку.

Сезон танцев на открытом воздухе в самом разгаре. Москва пестрит афишами концертов, творческих и танцевальных вечеров. Есть мероприятия для молодежи, где звучит музыка R&B. Есть классические балльные вечера, для более консервативной публики, на которые приходят в костюмах и платьях. А есть музыкальные встречи для всех, где нет ограничений ни в возрасте, ни в танцевальных стилях. Если вы еще не успели сходить ни на одну площадку, знайте — сейчас самое благодатное время для подобных начинаний, у вас точно будут единомышленники. Центр досуга «Личность» каждую неделю устраивает дискотеки в стиле ретро «Веселая пятница» на танцполе в парке «Сосенки».



Москвичи Антонина Дементьева, Любовь Алексеева, Виктор Орлов, Тамара Новикова, Виктор Салтыков (слева направо) пришли на танцы в парк «Сосенки»

Любовь Алексеева и Виктор Орлов на сцене далеко не в первый раз. Танцевальные мероприятия, проходящие в районе, они

не пропускают. В прошлом профессии Любви и Виктора никак не были связаны с теперешним увлечением. Любовь Георгиевна работала в сфере продовольствия, а Виктор Николаевич был специалистом по электро-

механике. Танцевать по пятницам в парке они ходят уже второй год. — Судовольствием, помимо танцев, посещаю фитнес, стараюсь поддерживать себя в тонусе, — говорит Любовь Георгиевна. У Виктора Николаевича трое детей и шестеро заме-

чательных внуков. Но дедушкой он себя совершенно не чувствует. — Мой секрет молодости — активный образ жизни, — заявляет он. — Пока на улице такая погода, приходите все танцевать!

Дарья Смольникова

Любопытно

Занятия йогой улучшают осанку и поднимают настроение

Приятная музыка, приглушенный свет. Преподаватель йоги сидит в особой позе и читает нараспев мантры... Так проходят занятия по программе «Московское долголетие».

Окончив Ленинградский военно-механический институт, Людмила Кузьмина более 20 лет проработала в военно-конструкторском бюро, создавала военную

— С самого детства я мечтала заниматься гимнастикой, уметь хоть что-то элементарное, но мне ничего не удавалось. Хотелось просто улучшить самочувствие и настроение. В итоге очень довольна. Теперь главное — удерживать такую физическую форму, — говорит Людмила. Преподаватель следит, чтобы пришедшие правильно выполняли не только разминку вместе с основным комплексом, но и не забывали про медитацию. — Упражнения поначалу даются нелегко. Попробуйте просидеть с вытянутыми руками пару минут, это сложнее, чем кажется, — говорит тренер Людмила Алексеева. Как сказала нам тренер, организм можно сравнить с маленькой вселенной.

Полезная информация

Занятия в центре социального обслуживания проводятся бесплатно. Записаться можно, оставив заявку на сайте мэра Москвы или же в администрации учреждения. Телефон горячей линии (495) 777-77-77

Например, даже от косых мышц живота зависит осанка и прямота позвоночника. Ослабление мышц спины ведет к зажимам межпозвоночных дисков, что может повлиять на работу внутренних органов. Поэтому важно следить за здоровьем.

Дарья Смольникова



Поддерживать физическую форму Людмиле Кузьминой помогает курс тренировок

Возрасту вопреки

технику. Себя она называет технарем по образованию, но гуманитарием в душе. Поэтому вступив в «серебряный» возраст, начала осваивать творческие увлечения, а также йогу.

Укусил клещ? Без паники!

Сезон

- 1 Не поддавайтесь панике
- 2 Воздержитесь от народных средств
- 3 Обработайте рану спиртом или мазью
- 4 Выкрутите паразита рукой или ниткой
- 5 Проверьте клеща на наличие вирусов

В мае активно просыпаются от зимней спячки клещи. Если вас укусил этот паразит, нужно знать несколько правил, чтобы достать его без обращения в травмпункт. Самый надежный способ — выкрутить его из тела. Возьмите нитку, обвяжите ее между клещом и кожей, завяжите концы, а затем вращайте в одну сторону. Когда паразит отцепится, важно его не потерять и положить в банку.

Про народные средства, например масло, лак и фен, лучше забыть. Из-за них больше вреда обычно получает не паразит, а сам человек. Довезти до врача клеща нужно живым и в сохранности. В баночку положите травинку или ватку, смоченную водой. Если клещ все-таки умер, положите его в термос со льдом.

Ирина Аникина

Ответы на кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Глобус. **8.** Козлова. **9.** Призыв. **10.** Диктатура. **15.** Чирлидинг. **16.** Агония. **17.** Стиляга. **18.** Парник. **20.** Капри. **23.** Няня. **24.** Сыск. **25.** Багаж. **29.** Тирада. **30.** Вьюга. **32.** Алентова. **33.** Прада. **35.** Артек. **40.** Яство. **41.** Арахис. **43.** Архаизм. **44.** Погреб. **46.** Дифаграма. **47.** Лувр. **48.** Александр. **49.** Вера.
ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Фобия. **2.** Плеть. **3.** Австрия. **5.** Лира. **6.** Бесе. **7.** Сова. **9.** Пролетариат. **11.** Адель. **12.** Книга. **13.** Шампунь. **14.** Сопрано. **15.** Чижик. **19.** Кабан. **21.** Рыбаков. **22.** Аксакал. **26.** Жизнь. **27.** Пьеро. **28.** Ягода. **31.** Аллен. **34.** Архимед. **36.** Исламабад. **37.** Квазимодо. **38.** Вампилов. **39.** Разговор. **42.** Префект. **45.** Битлз.

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».

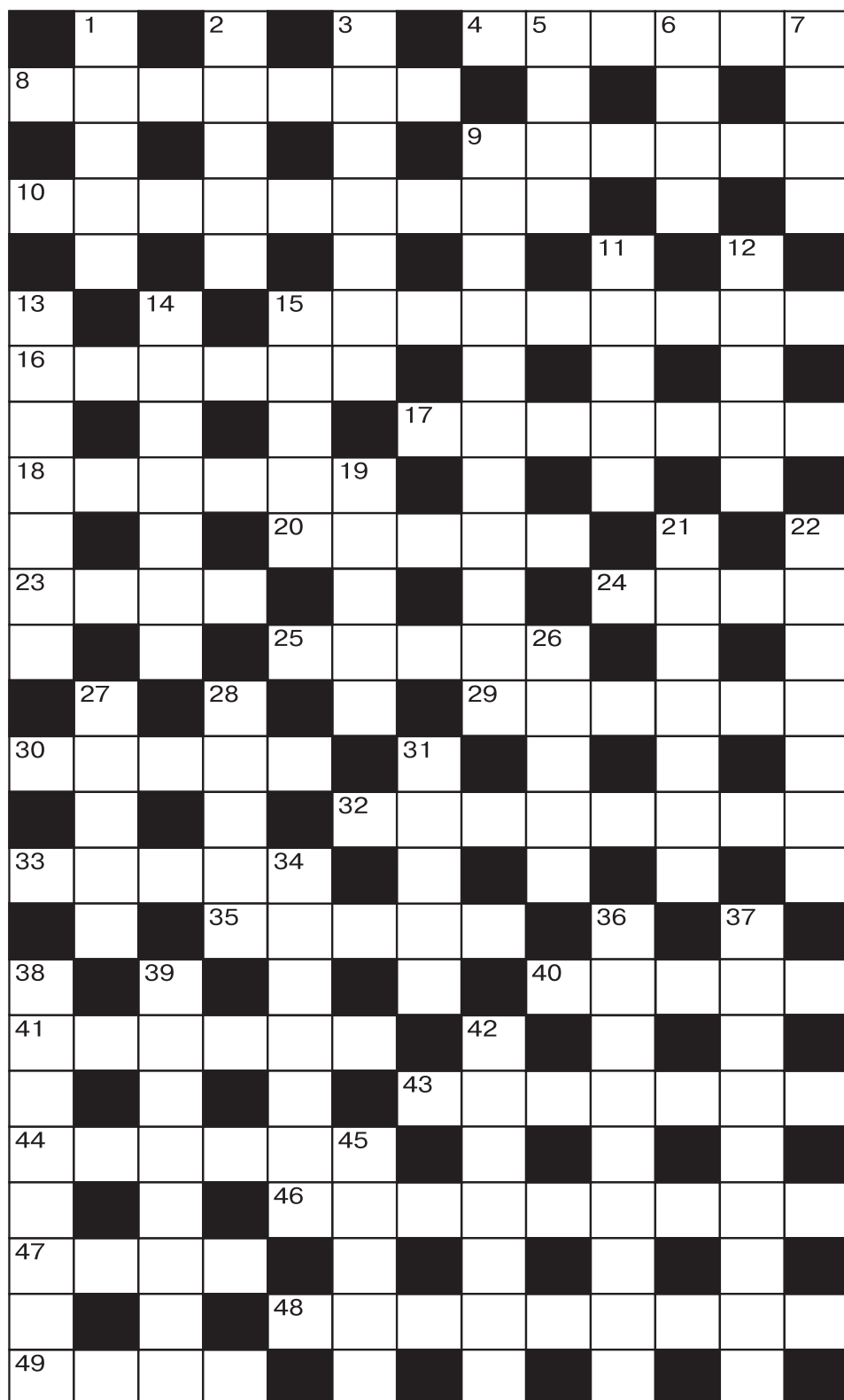
Девам фортуна улыбнется, если они не станут размениваться по мелочам, а будут четко следовать выбранному курсу. **Весам**

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 — сумейте 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.



Кроссворд



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** На чем «страны без людей, а леса без деревьев»? **8.** Радистка Кэт из «Семнадцати мгновений весны». **9.** «Страда» для военкомата. **10.** Власть «без тормозов». **15.** Шоу-программа для болельщиков. **16.** Последний ужас жизни. **17.** Вася в оранжевом галстуке из песни группы «Браво». **18.** «Огород под крышей». **20.** На каком итальянском острове учреждена премия имени Максима Горького? **23.** Кому певец Энрике Иглесиас посвятил свой первый сольный альбом? **24.** Задача опера. **25.** Вещи в камере хранения. **29.** Затянувшаяся фраза. **30.** «Звонит январская ... и ливни хлещут упруго». **32.** Чья студенческая свадьба в Владимиром Меньшовым обошлась в тридцать рублей? **33.** Что носит дьявол в модном фильме с Мерил Стрип? **35.** «За такую ночь, ребята, за ... веселый ваш наша армия когда-то ночью шла через Сиваш». **40.** Что гурмана радует? **41.** Каких орехов можно наковырять из «сникерса»? **43.** Какое слово «вышло на пенсию»? **44.** В какой «темнице» картошка хранится? **46.** Барьер между дыханием и пищеварением. **47.** Откуда итальянец Винченцо Перуджи 21 августа 1911 года похитил «Джоконду»? **48.** Официальный Шурик.

49. Что хотел возродить кровавыми методами герой романа «Ангелы и демоны»?

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Страх на пути к безумию. **2.** неподходящий предмет, чтобы перешибить обух. **3.** В какой стране впервые сделали «гнутой мебель»? **5.** Валюта с музыкальной тезкой. **6.** Основа популярного во всем мире торта «Анна Павлова». **7.** Какая пернатая хищница способна услышать, как по стене ползет таракан? **9.** «Могильщик буржуазии». **11.** Какую эстрадную звезду уже окрестили «новой Эми Уайнхаус»? **12.** Памятник русской литературы «Степенная ...». **13.** Состав для головной боли. **14.** Голос оперной певицы. **15.** «И, как ... в клетке тесной, дома буду горевать и Наташу вспоминать». **19.** Любимый объект охоты для Леонида Брежнева. **21.** Чья трилогия стала основой телесериала «Дети Арбата»? **22.** «Гуру в ауле». **26.** На что жалуется обиженный судьбой? **27.** Служитель Мельпомены из сказки про золотой ключик. **28.** Какой нарком «воздвиг себе» памятник за строительство Беломорканала? **31.** Кто из голливудских патриархов панически боится туалетов в отелях? **34.** Какому из античных гениев принадлежит понятие «центра тяжести тела»? **36.** Где живут «столичные штучки» из Пакистана? **37.** Горбун из воздыхателей Эсмеральды. **38.** Кто из классиков советской литературы утонул в озере Байкал? **39.** «Ты говоришь мне о любви, а ... напрасно начат. Слова я слушаю твои, но ничего они не значат». **42.** Шеф столичного округа. **45.** Кто поднялся к вершинам мировой славы с подачи Брайана Эпштейна?

tsaricino @
vm.ru

«Инстаграм»



Где в Москве живет больше всего соловьев? Может, в районе Царицыно? Давайте посчитаем! Ежегодную акцию «Учет соловьев» анонсировал в своем «Инстаграме» Департамент природопользования столицы (есо.мос). Как поучаствовать? Очень просто! Если в парке, где вы гуляете, или прямо в вашем дворе поют соловьи, запишите их трель на телефон и пришлите отчет. Подробности на сайте mosprroda.ru.

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 за 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.