

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

МОЙ район

ЦАРИЦЫНО
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
ВЫПУСК

15.06.2019

№ 3 / 103

12+

Цитата

Сергей Собянин

Программа «Мой район» содержит план действий по трем основным направлениям: качество, комфорт и уникальность. Это не только благоустройство. Речь идет о комплексном развитии жилых районов Москвы



Ревизор Поврежденный столб электросети коммунальные службы демонтировали

4

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



Бабушка всегда актуальна

6

Светлана Гучкова стала победительницей окружного этапа конкурса «Супербабушка-2019»

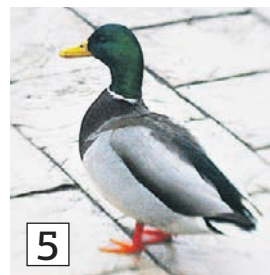


Транспорт



5 километров выделенных полос организовали с 2010 года

3



5

Опрос

«Эльбрус»: что хотят видеть жители в обновленном кинотеатре (%)

9 Магазины

4 Супермаркет

3 Рестораны

83 Кинотеатр

1 Кафе

Голосование проходило в сообществе жителей района vk.com/tsarit

Программа

Удобный сервис

Раздел «Мой район» открылся на портале мэра Москвы MOS.RU. Здесь можно посмотреть планы по благоустройству. Важной составляющей новой платформы станет форма обратной связи

2

Спорт

Время побед

Профессиональный арбитр оценила уровень подготовки школьников-баскетболистов во время турнира ко Дню России

7

Рецепт Надоели шашлыки? Приготовьте мясо в картофельной «шубке»

8

Социальная сфера — наш приоритет



Сергей Белов
Глава управы

История местности, где находится наш район, насчитывает почти 400 лет. Царицыно описывали в своих произведениях многие классики. Благодаря такой замечательной истории к нам приезжают москвичи со всего города и туристы. Но это только одна часть жизни Царицыно, с другой стороны — это жилой район, который должен быть комфортным для своих жителей. Благодаря городской программе «Мой район» мы планируем отремонтировать, а где необходимо, заменить игровые и спортивные комплексы, благоустроить дворы, площадки, парки

Реплика

и скверы. Появятся новые пространства для отдыха всей семьей. Все это будет реализовано в соответствии с пожеланиями и предложениями наших жителей. Также большое внимание в рамках программы уделяется социальной сфере. Будет проведено дооснащение поликлиники современным оборудованием, планируется модернизация школ. Могут ответственно заявить, что развитие социальной сферы — один из наших приоритетных вопросов.

Справка

Программа «Мой район» отвечает не только за благоустройство, но и за открытие новых музеев, школ и поликлиник в Москве.

Раздел «Мой район» открылся на портале MOS.RU

Собственная информационная платформа появилась у городской программы «Мой район». Тематический раздел открыли на сайте мэра Москвы (MOS.RU).

На интернет-площадке будет собрана информация о каждом районе столицы. Здесь горожане смогут найти исторические факты, сведения о состоянии инфраструктуры, а также познакомиться с проектами по запланированному благоустройству. Рассказал об открытии интернет-платформы мэр Москвы Сергей Собянин в прямом эфире телеканала «ТВ Центр».

— Раздел будет состоять из такого интерактивного «кубика Рубика», представляющего разные стороны нашей жизни. Уникальность района — в чем она состоит, какие объекты интересные здесь располагаются, — пояснил мэр. — Комфортность

Программа

проживания в районе — какие объекты социальной сферы, какие услуги там можно получить, реконструкция каких зданий планируется, где сделают ремонт и какие социальные объекты построят.



Мэр Москвы Сергей Собянин рассказал об интернет-платформе, посвященной программе

Аналогов новому сервису пока нет. Его создателям предстоит собрать, обработать и сделать понятным большой массив информации, ведь программа «Мой район» — это комплекс задач в разных направлениях.

Важной составляющей новой платформы станет форма обратной связи. — Человек выходит из подъезда в свой двор, идет по пешеходной дорожке до авто-

бусной остановки, едет на работу, возвращается обратно, идет в поликлинику,

ВАЖНАЯ ЧАСТЬ ИНТЕРНЕТ-ПЛОЩАДКИ — ФОРМА ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

к школе — и ощущение его района, вообще комфорта у него свое. Надо посмотреть в комплексе на район, посмотреть все связи внутрирайонные и, посоветовавшись с жителями, по-другому вообще осмыслить это пространство, — именно на это, по мнению мэра, и направлена программа «Мой район».

Около 80 процентов москвичей любят свои районы и хотят, чтобы их территории продолжали развивать-

ся и становились уютнее. Теперь они сами могут назвать проблемные места, указать на ошибки и поучаствовать в изменении облика своего города.

Уже в этом году запланировано благоустройство 4,5 тысячи дворов и нескольких десятков улиц. Обновление затронет и территорию района Царицыно. Подробную информацию можно найти в разделе (mos.ru/moi-raion/tsaritsyno/).

Александра Морозова



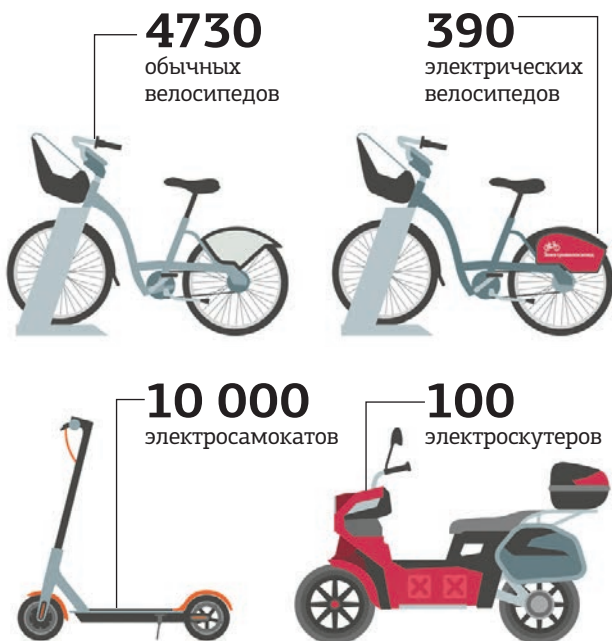
Перспектива

Здание бывшего кинотеатра «Эльбрус» реконструируют. Так он будет выглядеть после завершения работ. Кинотеатр преобразят в современное пространство для отдыха москвичей всех возрастов — от детей до пенсионеров. Как изменится «Эльбрус» — читайте в следующих номерах нашей газеты.

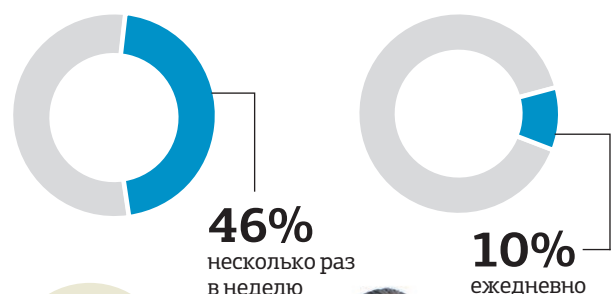
Парк велосипедов растет и развивается

В Южном округе открылось 30 пунктов проката. А выстроить удобный веломаршрут и увидеть на карте станции теперь можно через приложение «Мосгорпасс».

Пункты аренды по городу предоставляют:



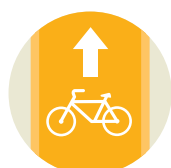
Прокатными велосипедами пользуются:



1,2 тыс.
рублей стоит сезонный абонемент



359 тыс.
раз в этом году москвичи воспользовались прокатными велосипедами



10–15 км
велодорожек появится в Москве в этом году



Власти планируют разработать единое приложение по использованию каршеринга, велопроката и других сервисов



Место, где воспитывают чемпионов

По адресу: улица Ереванская, дом № 20, корпус 2, строение 1, ввели в эксплуатацию новое отделение физкультурно-оздоровительного комплекса «Спортивная школа олимпийского резерва № 42».

Спорт

Светлана Булгакова водит на занятия сюда свою 10-летнюю дочь Злату. Однажды девочке сказали, что у нее удивительно гибкое тело. Именно поэтому Злата среди всех спортивных дисциплин выбрала художественную гимнастику. — Мы считаем, что это одна из лучших спортивных школ нашего города, поэтому отдали дочь сюда. Здание современное и большое, здесь удобные раздевалки. Злата занимается в большом зале с трибунами, зрителям отсюда все видно. Обычно один час она тренируется, а второй восстанавливается в бассейне, — рассказывает о школе Светлана. Помимо Златы, Светлана растит 5-летнего сына Родиона. По ее словам, в будущем она планирует отдать младшего на занятия вольной борьбой. Настолько ей понравилась эта Спортивная школа олимпийского резерва № 42. В физкультурно-оздоровительном комплексе можно еще заниматься тхэквондо, бейсболом, боксом, фехтованием и даже софтболом. Это командная игра с мячом, которая считается разнovidностью бейсбола.



Светлана Булгакова считает, что Спортивная школа олимпийского резерва № 42 — одна из сильнейших в Москве

Площадь всего комплекса составляет 5400 квадратных метров. В здании расположены бассейн, два легкоат-

ШКОЛЬНИКИ ЗАНИМАЮТСЯ АТЛЕТИКОЙ, ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ И ПЛАВАНИЕМ

летических зала и спортивное помещение с трибунами, о котором рассказывала Светлана Булгакова. Ученики этой школы олимпийского резерва не раз становились победителями

и призерами чемпионатов мира, Европы, а также первенств России. Тренеры уделяют внимание каждому. Отметим, что в рамках программы «Мой район» уделяют внимание тому, чтобы в городе появлялось все больше учреждений для развития подрастающего поколения. Открывают новые спортивные школы и физкультурно-оздоровительные комплексы по всей Москве. А те учреждения, которые уже работают, отремонтируют и оснастят современным оборудованием, необходимым для тренировок будущих чемпионов. Территории около спортивных объектов тоже благоустроят.

Алексей Дубровин

Познавательное лето с «Московской сменой»

Центр социального обслуживания «Царицынский» присоединился к программе «Московская смена».

Для детей организуют викторины, экскурсии, походы в театр, спортивные занятия и многое другое. Недавно в центре провели командную эстафету, посвященную Дню России, которая состояла из нескольких этапов. Ребята преодолели полосу препятствий и выполняли упражнения с обручами. — Мне нравятся все спортивные мероприятия, а особенно зарядка, которую здесь проводят, — говорит жительница нашего района, участница программы София Дьяченко.



Во время занятия ребята разделились на команды, чтобы посоревноваться на эстафете

Все площадки «Московской смены» работают по будням с 9:00 до 19:00. Ожидается, что по программе отдохнут 25 тысяч детей по всей столице, в том числе

и ребята с ограниченными возможностями здоровья. По программе «Мой район» проследят, чтобы у каждого ребенка была возможность отдохнуть недалеко от дома.

Алексей Дубровин

Каникулы

Мой район. Царицыно
15.06.2019 № 3 / 103

Новые «Иволги» запустили в столице

На маршруте Подольск — Царицыно появились новые поезда «Иволга».

Составы предназначены для обслуживания Московских центральных диаметров. Технологии поездов обеспечивают плавный ход и низкий уровень шума. Внутри предусмотрены 16 мест для зарядки гаджетов, крепления для велосипедов, система климат-контроля и Wi-Fi.

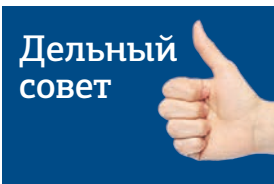
Транспорт

Поезда курсируют без промежуточных остановок и совершают по 30 рейсов в день. Из одного пункта в другой «Иволги» доезжают за 22 минуты. Со станции «Царицыно» первый поезд отправляется в 06:00, а из Подольска — в 05:20. Последние рейсы «Иволги» выполняют в 22:40 и 23:20, соответственно.

Алексей Дубровин

Кстати

Программа «Московская смена» будет работать в три смены. Первая уже стартовала 3 июня. Вторая начнется 1 июля, а третья — 1 августа. Присоединиться смогут дети от 7 до 14 лет.



Как стать волонтером

Присоединиться к общественной жизни города может любой желающий старше 14 лет. Несовершеннолетним понадобится разрешение родителей.

Первый шаг — зарегистрируйтесь на сайте Ресурсного центра «Мосволонтер» (mosvolonter.ru). **Второй шаг** — укажите свои контактные данные для связи: номер телефона и электронную почту. **Третий шаг** — выберите понравившуюся акцию во вкладке «События» и заполните анкету участника.

Капитан всегда остается бдительным

Участковый уполномоченный полиции района Царицыно Илья Никоноров с детства хотел помогать людям, поэтому пошел работать в органы внутренних дел.

Сейчас капитан следит за порядком в 17 домах, в которых проживает более 11 тысяч человек. Здесь же расположены несколько крупных магазинов и офисные здания. Это значит, что ежедневно на его участке бывает много людей. Поэтому полицейскому надо быть внимательным, чтобы вовремя пресекать правонарушения.

Всего за прошлый год на участке Никонорова совершено 59 преступлений. Многие из них он раскрыл самостоятельно. К примеру, недавно участковый выявил несколько квартир, в которых было зарегистрировано несколько иностранных граждан.

— Обычно большое количество постояльцев приносит неудобства соседям по лестничной клетке, поэтому я решил проверить подозрительную жилплощадь, — рассказывает Никоноров. Выяснилось, что в квартире, кроме хозяйки, никто не живет. Женщина призналась, что прописала у себя

Личное дело

Илья Никоноров
Участковый уполномоченный полиции района Царицыно
■ 214 преступников задержано за время службы

Опорный пункт:
Ул. Кантемировская, 33, корп. 2
Прием: ежедневно — с 18:00 до 20:00

(999) 010-64-56
Телефон для жалоб на работу участкового
(495) 325-55-00

приезжих за деньги, но с условием, что они найдут себе другое место. — Это запрещено законом: иностранцы должны жить только по месту регистрации, — объясняет участко-

вый. — Поэтому на хозяйку жилплощади завели уголовное дело за фиктивную регистрацию.

Многие преступления полицейскому помогают раскрыть камеры видеонаблюдения, установленные по программе «Безопасный город». Так, недавно к участковому уполномоченному за помощью обратился жилец одного из домов: кто-то поджег его машину, стоящую во дворе. Илья Никоноров просмотрел записи и установил личность злоумышленника — и вскоре задержал его. Оказалось, что он работал на предприятии потерпевшего. У них случилась ссора, из-за чего мужчина и решил отомстить. В результате против него возбудили уголовное дело за умышленное уничтожение чужого имущества.

Капитан Илья Никоноров уверен, что благодаря камерам стало проще не только раскрывать преступления, но и предотвращать их. К слову, существующая в столице система видеонаблюдения будет комплексно модернизирована в рамках городской программы «Мой район». Камер на улицах станет больше, а значит, работа участкового будет более эффективной.

Андрей Объяков

tsaricino@vm.ru

Будьте осторожны

С первыми днями лета в Москву пришла 30-градусная жара. А значит, самое время отправиться поближе к воде. Но не всякий пляж в столице — купальная зона. Чтобы не попасть в неприятности, внимательно продумайте маршрут.

Купаться запрещено, но очень хочется

С 1 июня в Москве открылся купальный сезон. Поклонники естественного загара уже потянулись к благоустроенным зонам отдыха у водоемов, ведь таких в городе более 100. Но купаться можно далеко не везде. В столице официальных пляжей, где можно поплавать, — восемь. Полный список опубликован на сайте мэра Москвы (MOS.RU). Все эти пляжи находятся в отдалении. Среди них: Строгинская пойма, «Серебряный Бор» и зона отдыха «Мещерское». Их выбрали исходя из требований безопасно-

сти. Здесь Роспотребнадзор внимательно следит за состоянием воды. В случае если ситуация ухудшается, вводится временный запрет. Поэтому даже на утвержденных территориях, прежде чем нырять в воду, стоит проверить, какая табличка установлена на берегу: «Купаться разрешено» или «Купаться запрещено». Есть, конечно, и те, кто игнорирует предупреждения, но чаще всего такие истории заканчиваются в больнице. А это явно не то место, где хочется проводить летние выходные.

Новый столб электропередачи установят во дворе

В редакцию обратились жители дома № 26, корпус 1, на улице Каспийская с жалобой на аварийный столб электросети. Он представлял опасность для прохожих.

Ревизор

Столб был поврежден строительной техникой, выезжавшей с расположенной рядом стройплощадки. Удар пришелся в основание, в результате чего разрушился бетон и погнулась стальная арматура. В таком состоянии столб мог обрушиться целиком, оборвав провода под напряжением. — Это очень опасная ситуация, — прокомментировал произошедшее местный житель Андрей Иванченко. — Здесь постоянно ходят люди по дороге к метро, машины



Рабочие демонтировали старую конструкцию и заделали образовавшуюся дыру

ездят. А столб может упасть в любую минуту. С этим нужно как можно скорее разобраться! В таких случаях надо обращаться напрямую в районную управу или местный «Жилищник», можно также оставить жалобу на портале «Наш город» (gorod.mos.ru).

В управе района Царицыно нам сообщили, что проблемный вопрос уже взяли в работу, нарушение устранят в самые короткие сроки. В тот же день коммунальные службы демонтировали аварийную конструкцию, а провода электросети закрепили на тросовой рас-

тяжке. Контрольный визит корреспондента на место подтвердил качество выполненных работ — столб убрали аккуратно, обрезав все торчащие из земли элементы.

При этом в районной управе такое решение назвали временным. Там уточнили, что вместо сбитого столба установят новый в ближайшее время. На месте происшествия специалисты «Жилищника» уже провели инспекцию, сейчас определяется подрядчик и исполнитель для установки нового столба.

Кстати, вопросы благоустройства, содержания и комплексного развития столичных дворовых территорий контролируются в рамках городской программы «Мой район». При реализации проектов учитываются мнения и предложения местных жителей.

Павел Воробьев

Цифра
330
дворовых территорий комплексно благоустроили с 2010 года

Кроме того

Как вызвать экстренные службы с мобильного телефона:
101 — спасатели
102 — полиция
103 — скорая помощь
Нужно набрать комбинацию из трех цифр для каждой отдельной

службы или позвонить на универсальный номер **112**. После этого в тоновом режиме нужно нажать клавишу **1, 2** или **3** в зависимости от ситуации. И четко ответить на вопросы оператора.

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»

Вот такой пернатый сосед каждое утро важно шлепает по тротуару. Наблюдает за опаздывающими на работу москвичами. Он привык к здешним жителям, поэтому без опаски позирует прохожим.



«Царицыно»
«Фейсбук»

Житель района dishistudio вот так приветствует Солнце. С йогги в парке он начинает каждый свой день. Парень опубликовал эту фотографию в группе «Царицыно» в социальной сети «Фейсбук» (facebook.com/caricino). Как говорят, хороший пример заразителен! Смотришь на снимок и хочется взять яркий коврик, плеер с хорошей музыкой и отправиться в ближайший сквер, чтобы присоединиться к занятиям. Можно сразу несколько зайцев убить: спортом позаниматься, немного загореть и с кем-нибудь познакомиться. После такой зарядки точно хватит сил на все важные переговоры, встречи и дела.



На контроле

Иван Косарев
Улица Бакинская

Детскую игровую площадку около дома № 27 на Бакинской улице уже давно не приводили в порядок. Коммунальщики очищают урны на постоянной основе. Пачки от сигарет, окурки и пробки разбросаны вокруг мусорных баков. Иногда мы даже не хотим во двор выходить. Могут ли ответственные лица принять меры и решить нашу проблему?

Ответили в управе района Царицыно:

После того как мы получили обращение жителя, с ответственным сотрудником провели разъяснительную беседу о строгом соблюдении регламента уборки. Рабочие собрали весь мусор на детской площадке, очистили урны. Сейчас территория находится в надлежащем состоянии.

Юлия Чижкова
Улица Севанская

В доме № 9, корпус 3, лифт часто работает неисправно. Когда его вызываешь с первого этажа, он останавливается и открывает двери на втором. Такая проблема бывает почти каждый день.

Ответили в управе:

Выполнены работы по замене платы управления, ламп на лампы более высокого уровня освещенности, плафона, а также по окрашиванию кабины лифта. Лифт находится в технически исправном состоянии, причина сбоев в работе лифта устранена.

Фот-так!

«Царицыно»
«ВКонтакте»



Пользователь социальной сети «ВКонтакте» Life Elements опубликовал в группе «Царицыно» (vk.com/tsarit) этот снимок. Да, урбанистический пейзаж нашего района действительно завораживает, но сейчас, в жаркую погоду, хочется все-таки наслаждаться видом на пруд за городом. Чтобы поскорее добраться до желанных дач, жители под фотографией желают друг другу пустых дорог, как на снимке.

«Царицыно»
«Инстаграм»

Вот это шишка! Наша новая достопримечательность! Кажется, что именно она — настоящая визитная карточка Царицына. Сразу понятно, что вы попали в район, где в парках живет много белочек. Кстати, о хвостах: интересно, пытались ли они унести такую добычу к себе в дупло? И силы скольких белок для этого нужны? Фотографией поделилась в группе «Царицыно» в социальной сети «Инстаграм» (instagram.com/tsaritsino) пользователь murisia713.



Екатерина Всеволодова
Аршиновский парк

В Аршиновский парк переехал с Кантемировской улицы всеми любимый «кораблик» — популярная детская площадка. Мой сын очень любит играть на ней. Но раньше судно находилось далеко от нашего дома, поэтому мы редко приходили к нему. А теперь любимая детская площадка моего ребенка будет стоять в парке, до которого нам идти несколько минут. Игры в пиратов и капитанов продолжаются! Приятно, что по программе «Мой район» происходят подобные изменения. Например, строят современные детские площадки для игр, а старым находят новые места в парках или во дворах. Жить в нашем районе становится приятнее и комфортнее.

Так просто

Житейские советы по решению бытовых мелочей

1. Разбилось что-то стеклянное? Не беда! Отрежьте кусок хлеба потолще — чтобы не поранить пальцы — и соберите осколки мякишем.
2. Молодым мамам на заметку: чтобы ребенок не пролил красный компот на белоснежный ковер, оберните стакан пищевой пленкой и воткните в нее трубочку.
3. Если под рукой нет ластика, вас спасет канцелярская резинка. Просто намотайте ее на незаточенный конец карандаша. От грифеля и следа не останется!



4. Очистить кружку от чайного или кофейного налета поможет обычная пищевая сода.
5. Чтобы избавиться от запаха чеснока или лука на руках, просто потрите их о какой-нибудь металлический предмет.

Евгений Мирошенко
Улица Каспийская

Хочу отметить, что мы уже замечаем изменения в районе, которые происходят в рамках программы «Мой район». Например, недалеко от дома № 28 около автомобильной мойки и заправки на Каспийской улице перенесли пешеходный переход подальше от АЗС. Это очень удобно!

Очень нежная, красивая песня доносится до Веселой улицы из-за ограды уютного, тенистого дворика. И хочется поскорее зайти, подойти поближе, послушать... А нам ведь как раз туда, в Центр соцобслуживания «Царицынский»! Спешим познакомиться со Светланой Леонидовной Гучковой — победительницей окружного этапа конкурса «Супербабушка».

После репетиции вокального ансамбля «Надежда» его участницы расходятся не спешат. Расположившись на лавочке в саду под раскидистой яблоней, они продолжают вполголоса напевать, и так хорошо, что невольно забываешь обо всем. Светлана Леонидовна приветливо машет нам рукой: подходите, мол, милости просим! — Только с девочками меня сфотографируйте обязательно! — говорит она. — И нашего руководителя Раису Рагозину тоже с нами! У нас такой хор замечательный! Коллективное фото, конечно, состоялось: вот они — улыбочивые, веселые. Стоят, мило кокетничают, как и положено барышням, добродушно подтрунивая над молодым фотографом Алексеем. И даже в голову не приходит спрашивать, сколько же им всем лет. Впрочем, Светлана Леонидовна возраст свой не скрывает: ей 68. Двое взрослых внуков зовут ее Светик, души не чают в своей замечательной бабушке и правнучки — 8-летняя Соня и 5-летняя Катюша.

Всюду с песней

Когда стоматолог с 45-летним стажем работы Светлана Леонидовна Гучкова вышла на пенсию, дети и внуки насторожились: что же она делать-то будет?

— А теперь шутят про меня: на работе была номер один, а сейчас — артистка номер один, — улыбается пенсионерка. — Петь я всегда любила, у нас вся семья музыкальная, певучая была. Я и на гитаре со студенческих лет играю, в художественной самодеятельности с удовольствием участвовала, в агитбригадах.

Супербабушка всегда современна



Михаил Подкобел

Работала всегда много: 40 лет — на одном месте, в поликлинике № 55, что на северо-западе столицы. Светлана Леонидовна — ветеран труда, награждена медалью «Задоблестный труд». В район Царицыно переехала, уже будучи на пенсии, 3 года назад. Никого здесь не знала. А однажды увидела красивый двор, заглянула. Оказалось: ЦСО.

— Я тут же с вопросом: «Где у вас здесь можно попеть?» — рассказывает она. — Теперь с удоволь-

ствием пою, стала участницей сразу двух коллективов — в «Надежде» и в литературно-музыкальном салоне «Безымянная звезда». Практически каждый день сюда прихожу на ре-

Победа шарма и оптимизма

Вся семья — дочь, внуки и правнуки — очень болели за свою бабушку-конкурсантку. И она не подвела. О себе на презентации рассказала все, как есть.

А уж за песенный конкурс совсем не волновалась. Для выступления подготовила настоящее театрализованное представление. Шляпка с вуалью, мех на плечах... С юмором и непревзойден-

Старшему поколению

Организация качественного отдыха и досуга для горожан «серебряного» возраста стала одной из важных задач проекта «Мой район». В каждом центре социального обслуживания планируется открыть новые направления занятий по программе «Московское долголетие».

А чтобы представители старшего поколения получили возможность подышать свежим воздухом в шаговой доступности от дома, в городе появятся новые скверы, бульвары, места для прогулок. Реализуются эти задачи программой «Мой район» и в Царицыно.

ным шармом Светлана Леонидовна исполнила песню «Я милого узнаю по походке». И буквально покорила своим артистизмом зрителей и жюри.

— У меня целых три платья на конкурсе было, — рассказывает она. — Для дефили выбрала черное в пол, со шлейфом, расшитое камнями. А на презентацию



Пресс-служба УСН Южного округа

Светлана Гучкова в саду ТЦСО «Царицынский» (1). Светлана Леонидовна (в центре) на награждении победителей окружного этапа конкурса «Супербабушка» (2)

ярко-синее надела. Тоже очень красивое.

— Нравились себе?

— А я всегда себе нравлюсь, — смеется в ответ. — За собой слежу, спортом занимаюсь: зарядка — обязательно! Бассейн, фитнес, велосипед, беговая дорожка. Шпагат, правда, уже не сделаю... Но делала ведь когда-то!

Она — стопроцентный оптимист. И даже когда тяжело болела, не унывала и не сдавалась, демонстрируя потрясающее жизнелюбие. — В больнице к врачам приставала: «Доктор, а я пет-то смогу?» — вспоминает то непростое время.

Совсем скоро Светлана Леонидовна будет отстаивать честь Южного округа в финале городского конкурса «Супербабушка». И у нее, несомненно, есть все шансы победить!

Быть интересной

Дочь Елена подарила внучку Галю, когда Светлане Леонидовне было всего 40. А 6 лет спустя родился внук Костя.

— Молодая я тогда была, и как внуков-то их не воспринимала, — говорит она. — Они мне как дети были. Мы вместе с моей мамой помогали Лене их растить: она училась, муж ее работал, а внуки были с нами на пятидневке. Раньше ведь часто бабушкам и дедушкам внучат отдавали, не то что сейчас.

Стоит заговорить о правнучках, Светлана Леонидовна тут же расцветает.

— Малышня меня обожает! — воодушевленно говорит она. — Девчушки — чудо! И обе, кстати, с очень хорошим слухом. Они весь мой репертуар знают. Очень любят у меня гостить, просятся постоянно: «Бабуль, ты когда нас к себе возьмешь?» Беру с удовольствием. Вечерами пробираются ко мне в комнату вместе с рыжим котом Шнапом, мы с ними играем, книжки читаем. Бабушки сегодня очень нужны. Но, наверное,

по-другому, не как раньше было. Посидеть, щи сварить, сводить на занятия какие-нибудь — это, согласитесь, не слишком интересно. Да и что при такой

ТВОРЧЕСКАЯ АТМОСФЕРА, ЦАРЯЩАЯ В ЕЕ ДОМЕ, ВЫЗЫВАЕТ ВОСТОРГ У ПРАВНУЧЕК

помощи бабушка сможет дать своим внукам? А наше поколение — во-первых, читающее. Вот тут роль бабушки сегодня трудно переоценить. Вообще, надо отметить: сейчас очень хорошее время для пенсионеров. Столько возможностей для нас открыли! На экскурсии ездить, в музеи, театры, на выставки разные можно ходить. И непременно с собой нужно брать внуков! Когда живем на нашей даче, мы с Соней и Катей часто ходим гулять в лес, цветы собираем, пикник на полянке устраиваем. Я им что-то рассказываю. Они слушают внимательно. Вот такое общение — очень полезно, необходимо и безумно приятно! Нужно стараться быть интересной для своих внуков. И внешний вид у современной бабушки должен быть соответствующий. Надо постараться не превращаться в старушек, а оставаться дамами.

Вместе с друзьями Светлана Леонидовна часто устраивает различные костюмированные вечера. Творческая атмосфера, царящая в ее доме, понятно, вызывает восторг у малышей. А их неугомонная супербабушка тем временем мечтает... побывать на Байкале.

— А еще очень хочу спеть на свадьбах своих правнучек! — добавляет, улыбаясь, Светлана Леонидовна.

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 стало одной из задач программы «Мой район»

Профессиональный арбитр оценила уровень школьников



Баскетболисты в красных футболках из команды «Бостон» стараются не упустить мяч, ведь они настроены обыграть «Феникс»

Четыре баскетбольные команды разыграли мяч на спортивной площадке на улице Медиков.

Спорт

Турнир по баскетболу «Время побед» приурочили ко Дню России. Сегодня здесь играют команды, в составе которых в основном школьники.

— Я долгое время была завучем в школе, а еще занималась с детьми баскетболом, — вспоминает организатор мероприятия, заместитель директора центра досуга «Личность» Галина Попова. — После того как я перешла работать в «Личность», у меня появилась идея провести такой турнир. На площадку по очереди выходят команды: «Бостон», «Юг», «Феникс» и «Название». Между «Бостоном» и «Фениксом» развернулась нешуточная борьба. С минимальным преимуществом побеждает «Бостон». Ведь

сегодня в команде — отец одного из спортсменов. Он решил помочь ребятам, потому что им не хватало одного игрока.

— Я не пытался перехватить инициативу на себя, только помогал ребятам, — рассказывает Алексей Гордеев. За ходом любительских матчей следила профессиональный арбитр.

— Хочу отдать должное учителям физкультуры: дети умеют вести мяч, отдавать пас, бросать по кольцу, хорошо знают основные правила, — оценивает игру спортивный судья всероссийской категории Наталья Белоножкина. В финале сразились «Бостон» и «Название». Команда с шуточным именем показывает серьезный результат: 32 очка за 10 минут. Первое место достается ей.

Сегодня в городе становится все больше площадок для занятия спортом рядом с домом. По программе «Мой район» планируется сделать их более современными и комфортными.

Дмитрий Малов

Жара не должна мешать работе

- 1 Пьем как можно больше воды
- 2 Не нервничаем и не переутомляемся
- 3 Проверяем регулярно давление
- 4 Проветриваем периферический офис
- 5 Отказываемся от жареных блюд

Сезон

Наступило лето, а вместе с ним и жара. Из-за повышения температуры организм теряет больше влаги. Главный помощник в таких условиях — вода. Пейте ее как можно больше, а заодно смачивайте затылок. Так нормализуется тепловой баланс организма. А вот стресса стоит избегать. При переутомлении может «скакать» давление, что очень опасно в жару. Для хорошего самочувствия нужен кислород, проветривать помещение нужно регулярно, даже если есть кондиционер. А лучше ненадолго выйти на улицу и подышать свежим воздухом. От выпечки и жареных блюд лучше отказаться. При расщеплении такой пищи вырабатывается энергия, поэтому становится еще более жарко.

Ирина Аникина

Городской выпускной

Традиционный ежегодный праздник для всех одиннадцатиклассников Москвы организуют 20–21 июня в Парке Горького.

Уже сейчас на него зарегистрировались 22,6 тысячи выпускников столичных школ. Их будут сопровождать более 4 тысяч учителей и родителей. Программа праздничной ночи начнется в 20:00, а завершится в 6:00. В парке установят две большие сцены, где выступят популярные российские артисты. Среди них: Егор Крид, Feduk, Ольга Бузова, Burito, Анна Седокова, Елена

Темникова. Участников концерта выбрали сами одиннадцатиклассники с помощью электронной системы «Активный гражданин». На территории обустроят семь тематических зон, 35 интерактивных точек, арт-объектов и фотозон. Ровно в полночь прогремит фейерверк, после которого продолжится концерт. Попасть на городской выпускной можно будет только по индивидуальному браслету, для всех остальных вход в зону отдыха в эту ночь закроют. Это необходимо для безопасности школьников.

Александра Морозова

Импровизируем под ритмы зумбы

Заниматься танцами никогда не поздно. Классические, балльные и современные: участники проекта «Московское долголетие» могут выбрать любое направление.

В Территориальном центре социального обслуживания «Царицынский» пенсионеры знакомятся с зажигательной зумбой. Руководитель группы Галина Таболич включает ритмичную музыку, и танцоры синхронно начинают выполнять уже знакомые связки.

Пенсионерка Галина Финакова, кроме зумбы, занимается еще рисованием, скандинавской ходьбой и учит английский язык. Она очень рада, что в городе существует такой проект. И стала его участницей сразу, как только о нем узнала.

Возрасту вопреки

— На зумбе нужно улавливать и музыку, и ритм. Это непросто! За год тренировок я смогла улучшить координацию, осанку, — рассказывает Финакова. — Но главное — эмоции, которые я здесь получаю.



Участница программы Ирина Макакина легко выполняет элементы танца

Тренер Галина Таболич на занятии просит учениц не закидываться на одном движении, а просто повторять за ней, танцевать в комфортном для себя ритме. Ведь главное, по ее мнению, — получать удовольствие от процесса.

— Зумба дает участникам хорошее настроение. Сюда ведь приходят не только позаниматься танцами, но и пообщаться, — объясняет тренер. — Зумба позволяет улучшить подвижность суставов и привести себя в форму.

Многие на занятии рассказывают, что их жизнь поменялась благодаря программе. Это отмечает и преподаватель Галина Таболич. — Благодаря «Московскому долголетию» я познакомилась со своим будущим мужем, — улыбается она. — Мы с ним встретились на проекте «Искусство жить», который реализуется в рамках программы. Записаться на занятия можно в центрах соцобслуживания, офисах госуслуг «Мои документы», поликлиниках и госучреждениях

Алексей Дубровин

ЧАСТНОСТИ

Реклама

Недвижимость

Горячая линия по недвижимости. Продажа — получите прибыль дважды абсолютно законно. Аренда — страхование квартиры бесплатно. Ипотека — пониженная ставка. Т. 8 (495) 943-9314

Работа и образование

- Работа в оф. 7000 р./день. Свобод. график. Т. 8 (965) 365-49-17
- Упаковщики, 30 000 руб./м. Вахта. Т. 8 (800) 500-69-86

Коллекционирование

МосГорСкупка ДОРОГО КУПИТ!

- ♦ Иконы. Статуэтки Будды.
 - ♦ Янтарь, янтарные бусы.
 - ♦ Статуэтки, фарфор.
 - ♦ Серебро, бронзу.
 - ♦ Монеты, значки.
 - ♦ Картины, книги, часы.
 - ♦ Старинную мебель.
 - ♦ Любой антиквариат и мн. др.
- Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8-925-403-68-83

- Янтарь, посуду, статуэтки, значки. Т. 8 (916) 155-34-82

Гороскоп

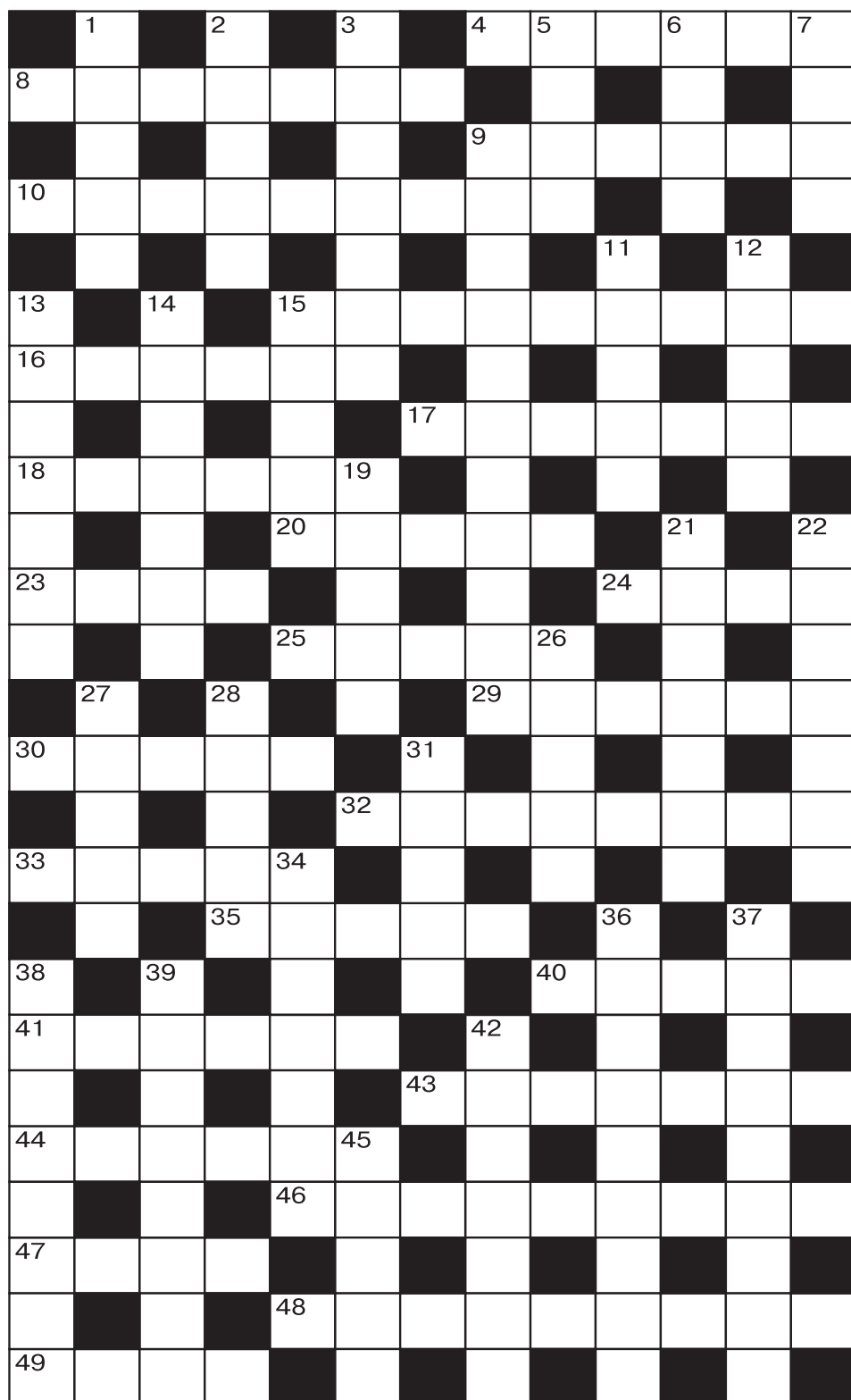
01.06 30.06

Девиз **Овнов** на этот месяц: тише едешь — дальше будешь. Воглощите текущие планы, а более глобальные приберегите. Многим Овнам вернут долги, о которых вы уже и забыли. **Тельцам** выпадет возможность отдохнуть и провести время так, как давно хотелось. Звезды сулят дальние поездки и приятные встречи. **Близнецам** предстоит серьезно поработать, но результат оправдает все усилия. Важные приобретения лучше планировать на конец месяца.

Для **Раков** подругой станет спонтанность. Если хотите добиться успеха в любой сфере — не планируйте, импровизируйте!

Львы в середине месяца получают известие, которое может повлиять на их планы. Новые деловые перспективы откроет встреча с другом. **Девы** вновь обретут то, что считали потерянным. Творческие люди найдут необычное решение вопроса, который их беспокоит. **Весам** звезды советуют быть осторожнее с финансами: не стоит брать кредиты и влезать в долги. **Скорпионам** стоит проводить больше времени на природе, но от дальних поездок лучше отказаться. **Стрельцы**, сейчас лучшее время для получения новых знаний и навыков. Избегайте спонтанных трат. **Козероги**, гоните сомнения и дурные мысли — и сможете поймать удачу за хвост.

У **Водолеев** появится новый источник доходов, удастся вернуть долги. Для **Рыб** наступит время приятных перемен в разных сферах. Возможен финансовый рост.



Кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Кто из русских художников «нарисовал» фантик для конфеты «Мишка косолапый»? **8.** С чем советуется Шемаханская из телефильма «Чародеи»? **9.** Какую гору поэты штурмуют? **10.** Самый плодовитый джазовый композитор Соединенных Штатов. **15.** Текст для музыкального исполнения. **16.** От какого ветра «крышу сносит»? **17.** Английский химик, придумавший газировку. **18.** Что происходит с имуществом при разводе? **20.** Любимое блюдо Шолом-Алейхема. **23.** Пушкинский Нулин. **24.** «Твоя рука тербит недопитый бокал, а вечер плещется в ... зеркал». **25.** Какая часть кометы всегда направлена в сторону от Солнца? **29.** Тростниковая лодка, объединившая Юрия Сенкевича с Туром Хейердалом. **30.** С какой профессией в Древнем Китае часто совмещалось ремесло фармацевта? **32.** «Лиза из Лувра». **33.** «Наметился заметный ...». **35.** С какой республикой связана военная линия фильма «12» Никиты Михалкова? **40.** Эскиз в журналистике. **41.** Кто из наших карикатуристов использовал «ежовые рукавицы» в политических целях? **43.** «Пишущая машинка» компьютера. **44.** «Бесплатный ...» для пенсионеров. **46.** С кем больше всего ссорил-

ся Леонид Гайдай на съемках комедии «Бриллиантовая рука»? **47.** Английский «заседатель в палате». **48.** «Кто все успел, тот зря потратил время, а ... предпочла змею». **49.** «Дни такие длинные, а годы такие короткие!» (мировой классик).

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Одна из четырех стихий, что поделили между собой зодиак. **2.** Бумага, чтобы на бирже продавать. **3.** Лидер отрасли. **5.** Какой царь утвердил первый в России воинский устав? **6.** Великий философ Иммануил ... кушал только один раз в день. **7.** Ледяная глазурь. **9.** «Нечистая сила» домашнего масштаба. **11.** Последнее прозаическое творение Михаила Лермонтова. **12.** Какую деталь Ники имитирует логотип «Найка»? **13.** «Дражайшая половина». **14.** Советский кинорежиссер, чей отец считался «лучшим мастером фрка», а потому Сергей Эйзенштейн заказал ему костюмы бояр для своего фильма «Иван Грозный». **15.** Что соединяет шатун и поршень? **19.** Какая страна «отрезала от нас» Калининград? **21.** Никитич среди богатейрей. **22.** В какой комнате делают ремонт перед пополнением семейства? **26.** «За виски да в ...». **27.** Швейцарское кушанье, для приготовления которого на стол ставят особую керосинку. **28.** «И в каком столетии не живи — нигде не денешься от любви» (наш песенник). **31.** Исполнитель желаний из волшебной лампы. **34.** Смелость, достойная награды. **36.** Вор государственного масштаба. **37.** «Огненный фонтан». **38.** Отец Тани Гроттер. **39.** Источник изюма. **42.** Какая часть речи может быть поводом? **45.** Первая клонированная овечка.

tsaricino
vm.ru @

«Инстаграм»



Совсем скоро в Москве стартует фестиваль «Цветочный джем». Уже с 20 июня жители района Царицыно смогут побывать на площадках и попробовать самое необычное варенье. Например, из еловых шишек или тархуна. Вы еще никогда не были на главном празднике лета или забыли, как это было? Тогда листайте фотоподборку прошлогоднего фестиваля на странице «Московских сезонов» в «Инстаграме» (moscowseasons). Лето возвращается в столицу!

Легко и просто

Свинина в «шубке»

Свинина: 400 г
Картофель: 300 г
Яйцо: 2 шт.

Сыр: 100 г
Специи



1

Это блюдо получается вкусным. Мясо — очень сочное и мягкое. Кстати, в «шубку» можно завернуть и курицу.

2

Мясо отбиваем, а картофель трем на крупной терке и смешиваем с яйцами. Не забываем поперчить и посолить.



3

На пергамент выкладываем картофель, на него мясо и сверху вновь картофель. Обжариваем с двух сторон.

4

«Котлетки» выкладываем на противень, посыпаем сыром и выпекаем 15 минут в разогретой до 190 градусов духовке. Приятного аппетита!

