

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

МОЙ район

ДОНСКОЙ
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
ВЫПУСК

10.08.2019

№ 5 / 183

12+

Цитата

Сергей Собянин

Программа «Мой район» родилась как реакция правительства Москвы на запрос горожан. Только сами жители могут сказать, что им нужно. Поэтому планы по развитию районов будут постоянно обновляться и дополняться



Ревизор Уличный тренажер на спортивной площадке отремонтировали

4

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



Благоустройство



18

дворов благоустроено с начала лета этого года

3



Главней всего погода в доме

6

Семья Владимира и Марии Перешиных недавно отметила 37-летие. Кроме того, супруги вместе посещают мероприятия ТЦСО



5

Опрос

Жители выбрали самое красивое здание района (%)

16

Усадьба Шервудов

11

Минералогический музей имени А. Ферсмана

8

Палаты Ивана Кушашникова

Голосование проходило в сообществе жителей района vk.com/metrotul

Программа

Комплексный подход

С начала года возвели 12 образовательных комплексов, 5 спортцентров, сдали 48 километров дорог. Программа «Мой район» благоустраивает территории в каждой части города

2

Любопытно

«Неизвестная Шаболовка»

Бесплатная экскурсия с таким названием прошла в рамках краеведческого проекта «Гуляем по Москве»

7

Гороскоп Что сулят нам звезды в августе? Читайте советы астрологов

8

Комплексный подход к развитию города

За семь месяцев этого года Комплекс градостроительной политики и строительства вышел на рекордные показатели по вводу жилья, поликлиник и больниц, спортивных центров, метро, строительству дорог и благоустройству. В мегаполисе идет огромная работа по преобразованиям. Каждый район — проект, создающийся в ответ на запросы москвичей.

Программа

— Мы в этом году реализуем самую большую программу благоустройства за всю историю Москвы. Речь идет о 800 улицах, в первую очередь, конечно, в спальных районах, о 140 парках и скверах, о тысячах дворов, об огромном количестве объектов, связанных с транспортом, метро, МЦД, — заявил мэр Москвы Сергей Собянин во время осмотра благоустройства Детского Черкизовского парка.

В 2019 году особое внимание уделяют благоустройству набережных. До 2023-го построят 24 моста через водоемы и создадут 40 новых общественных зон.

Современное и комфортное жилье

С января в городе ввели в эксплуатацию 6,7 миллиона «квадратов» недвижимости, из которых 2,8 миллиона — жилые дома. До конца года запланировано сдать почти десять миллионов «квадратов». Набирает обороты и программа реновации. Сегодня строят 118 домов, 43 уже сдали. Кроме того, подобраны 345 стартовых площадок, из них семь — в процессе согласования.

Места для учебы хватит всем

Активно идет и строительство школ и детских садов, решая проблему нехватки мест для обучения. С января 2019 года возвели пять новых зданий для учеников и девять — для малышей.



Заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Марат Хуснуллин, мэр Москвы Сергей Собянин и руководитель столичного Департамента строительства Андрей Бочкарев (слева направо) осматривают результаты работы по строительству дороги

— Мы продолжаем строить детские сады и школы в тех районах, где их не хватает, 12 новых откроем 1 сентября, — отметил мэр. В ближайшее время откроют самую большую школу в России на территории бывшей промзоны ЗИЛ в Южном округе.

Главное — здоровье горожан

С начала года сдали два объекта здравоохранения. К 2021 году их число возрастет до 35. Ввели и пять спортивных центров.

Результаты, которые показывает столица, оценили и за границей.

— Нельзя недооценивать привлекательность города — людей влечет в краси-

вые места. А также в мире до сих пор не могут оценить по достоинству значимость городской природы. Эти два момента очень важны для жителей мегаполиса. Они должны комфортно жить, работать и восстанавливаться психологически, — заметил директор лаборатории городской повседневности канадского Университета Ватерлоо Колин Эллард во время Московского урбанистического форума — 2019. — Я уже приезжал в Москву и полюбил ее. Это восхитительный город.

Время в пути сократится

Отдельная тема — развитие транспортной инфраструктуры. С января открыли во-

семь станций метро и проложили 18 километров подземки. До 2020 года сдадут еще шесть станций на Большой кольцевой и Некрасовской линиях. Ключевым транспортным проектом в ближайшие

ОДНИМ ИЗ КЛЮЧЕВЫХ ПРОЕКТОВ СТАНЕТ ЗАПУСК МОСКОВСКИХ ЦЕНТРАЛЬНЫХ ДИАМЕТРОВ

пять лет станет запуск Московских центральных диаметров. В 2019 году начнут работу первые два маршрута: Одинцово — Лобня и Нахабино — Подольск.

МЦД будут представлять собой сеть маршрутов городского железнодорожного транспорта, которые свяжут между собой радиальные направления железной дороги. Это позволит значительно быстрее передвигаться по городу.

Разветвленная сеть общественного транспорта — одно из главных условий комфортной городской среды. Большое внимание развитию этой инфраструктуры уделено в программе «Мой район».

— Москва никогда не развивалась так быстро и так интенсивно, как на протяжении всех последних лет. В течение последних восьми лет, если говорить только о транспортном строительстве, в городе реконструированы все основные трассы и развязки, завершается создание хордового кольца, запущено МЦК, и вот вот можно будет говорить об удвоении протяженности всего московского метрополитена, — поделился президент фонда ветеранов-строителей столицы Рафаил Родионов.

Но самое важное, что все работы ведут с учетом идей, мнений и предложений жителей. Узнать о преобразованиях в Донском районе или предложить свою идею обустройства можно с помощью раздела «Мой район» www.mos.ru/moi-raion/donskoj/ на сайте мэра Москвы.

Ирина Аникина

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Данила Гришин
Житель района

Москва за последнее время сильно преобразилась. Есть моменты, над которыми, конечно, надо работать. В целом горжусь своим городом и мэром. Он работает именно в тех направлениях, в которых нужно. Появляются новые больницы, детские сады и новостройки.



Илья Новиков
Житель района

Программа «Мой район» принесла много положительных изменений в Москве в целом и в Донском районе в частности. Стало больше пространства, которое жители могут использовать, в городе появились новые больницы. Еще стало больше возможностей для проведения мероприятий, на которые можно сходить.

Раздельный сбор мусора сэкономит природу

Столица переходит на систему раздельного сбора мусора. Чтобы позаботиться об окружающей среде, можно начать сдавать на переработку стекло и пластик. Во дворах и парках уже начали устанавливать контейнеры для сбора этого вторичного сырья.

Что можно сдать на переработку



Пластик: бутылки, пленки, пакеты



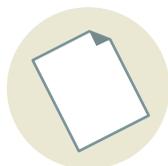
Стекло: банки, бутылки, стеклобой

Совет

для удобства разделяйте дома отходы на два пакета или две коробки — перерабатываемые и неперерабатываемые



Сдавать на переработку в специальные пункты можно



макулатуру



металлические изделия



батарейки

Интересно



Из 670 переработанных алюминиевых банок можно сделать велосипед



Из 3000 переработанных стеклянных бутылок — стекловату для теплоизоляции одного частного дома



Из 25 переработанных пластиковых бутылок — флисовый свитер



Адреса

Детский парк на Загородном шоссе (Загородное ш., 2А и 13), парк у пруда Бекет



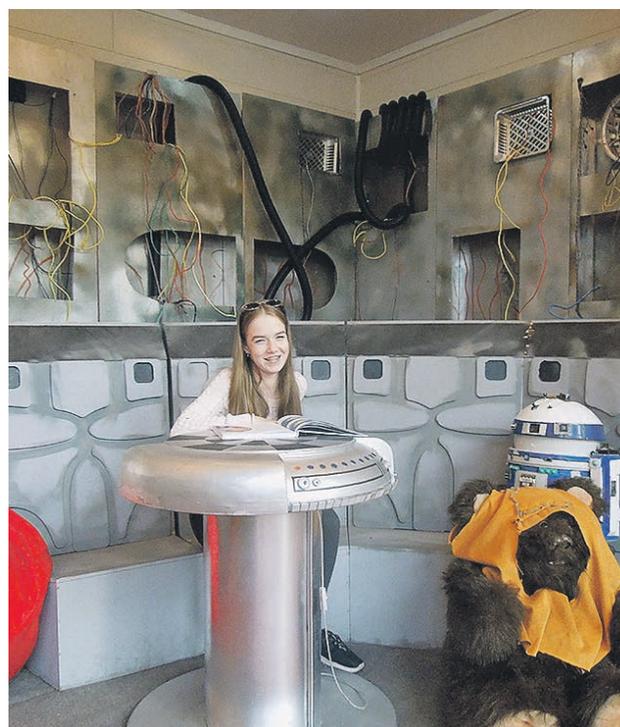
Библиотека с марсианским полом

За последнее время столичные читальни превратились из тихих и скромных мест в полноценные культурные центры. Библиотека № 161 теперь одна из таких.

Модернизация

Находится она по адресу: Загородное шоссе, дом № 9, корпус 1: это здание 1937 года постройки раньше было военным госпиталем. Уже сейчас там, помимо чтения книг, можно посетить лекторий, записаться в кружок, посмотреть кино, отдохнуть в уютном кафе, поработать в коворкинг-зоне. Такой удобный для разных занятий формат библиотека приобрела благодаря программе «Мой район», в рамках которой читальни превращают в полноценные культурные центры рядом с домом. Десятиклассница Ирина Козлова учится в школе № 630. В библиотеке девушка любит провести время за книгой, когда на улице дождливо.

— Я обожаю читать и смотреть фильмы в жанре фантастики. Это помогает отвлечься от подготовки к экзаменам, — рассказывает Ира. После ремонта в прошлом году в библиотеке появились уютные зоны для чтения или написания научной работы. А большой зал — особенная гордость сотрудников учреждения. Там проводят литературные вечера, кинопоказы, а в скором времени организуют тематические выставки по произведениям,



Дарья Смольникова

Школьница Ирина Козлова увлекается фантастическими рассказами и кино в жанре фэнтези

ставшим классикой фантастики: «Властелин колец» Джона Толкиена, «Человек

ПОСЛЕ РЕМОНТА ЧИТАЛЬНЯ СТАНЕТ ПОХОЖА НА КОСМОЛЕТ

амфибия» Александра Беляева, «Приключения Алисы» Кира Булычева. Заведующий библиотекой Владислав Резков поддерживает идею тематических выставок в большом зале.

— У нас есть место с персонажами «Звездных войн», есть стеллажи, посвященные любителям «Ночного дозора», будем продолжать совершенствовать это пространство, а в дальнейшем, может, получится организовать кафе с вендинговыми аппаратами на крыше учреждения, — делится планами Владислав Резков. Пространство библиотеки стилизовано под космический корабль. Даже пол здесь напоминает песок на Марсе — новое необычное покрытие сделали во время ремонта. Впрочем, еще не все обновления завершены: в библиотеке заменят окна, покрасят стены и отремонтируют потолок.

Дарья Смольникова

Двор украсила новая детская площадка

Работы по благоустройству в рамках программы «Мой район» идут во многих дворах. Территорию дома № 10, корпус 6, по Загородному шоссе не обошли стороной.

Теперь во дворе есть новая детская площадка с безопасным покрытием и разными каруселями.

— Мне нравится, как получилось. До этого была пара качелей, а сейчас и новая песочница, и горки, — рассказывает жительница Марина Михайлова. Как сообщил Константин Первушев, специалист отдела по вопросам ЖКХ и благоустройства управы, до 15 августа запланировано благо-



Дарья Смольникова

Жительнице Марине Михайловой нравится, как выглядит площадка у дома

устройство по 21 адресу района, на 18 из них работы уже выполнены.

Например, работы прошли по адресам: Севастопольский проспект, дом № 5,

корпус 2, 1-й Рощинский проезд, дом № 4, корпуса 1 и 2, Варшавское шоссе, дом № 29 и дом № 18, корпус 1, дом № 18, корпус 2, и дом № 18, корпус 3.

Дарья Смольникова

Благоустройство

мой район

3

ГЛАВНОЕ

Мой район. Донской
10.08.2019 № 5 / 183

Столичные светофоры проходят проверку

Сотрудники Центра организации дорожного движения (ЦОДД) подготовят к осени столичную транспортную инфраструктуру.

Особое внимание специалисты уделяют улицам, вблизи которых расположены вузы, школы, детские сады. Уже начались работы по восстановлению и замене дорожных знаков. Кроме того, проведена проверка около 15 тысяч московских светофоров. У жителей есть возможность самостоя-

Транспорт

тельно сообщить о неисправности дорожных объектов по телефону единого контакт-центра «Московский транспорт» (495) 539-54-54. Также заявить о проблеме можно в социальных сетях, выложив пост с хештегом #цоддвработу.

Дмитрий Черкасов

Кстати

До конца лета пройдет благоустройство двора на Варшавском шоссе, дом № 16, корпус 1, корпус 2, корпус 3. Создание комфортной городской среды — одна из задач программы «Мой район».



Показания счетчиков

Передавать показания электросчетчиков нужно с 15-го по 26-е число одним из предложенных способов.

Первый вариант — через сайт мэра Москвы (MOS.RU), выбрав раздел «Получить услугу».

Второй — по телефону (499) 550-95-50 контактного центра Мосэнергосбыта.

Третий — в личном кабинете на сайте (lkkybt.mosenergosbyt.ru).

Четвертый — лично через терминал в клиентском офисе Мосэнергосбыта или в центре госуслуг «Мои документы».

Свободное время посвящает спорту

Участковый уполномоченный района Донской Игорь Симонов служит в органах внутренних дел два года.

Он первый в семье, кто выбрал эту непростую стезю. Одним из аргументов в пользу такого решения была перспектива профессионального роста. Сейчас на территории, за которую он ответственен, находится 11 домов, где проживают 2860 человек.

— Свою работу в полиции я начал с обхода квартир, чтобы познакомиться с жителями, — рассказывает лейтенант. — Ведь участковый должен знать свой район и людей, в нем живущих. Кроме того что познакомился с жителями, я выявил девять квартир, которые сдаются в аренду без договоров. Полицией направил информацию о том, что владельцы квартир уклоняются от уплаты налогов, в налоговую инспекцию.

Кроме этого Игорь Сергеевич регулярно ведет прием населения. А приходят к нему по самым разным вопросам.

— Чаще всего обращаются по факту утери документов, — сообщает участковый. — По правилам, чтобы восстановить паспорт,

Личное дело



Игорь Симонов

Участковый уполномоченный полиции Донского района
■ 7 преступников задержано за время службы

Опорный пункт:

Ул. Вавилова, 6
Прием: вторник, четверг — с 17:00 до 19:00, суббота — с 15:00 до 16:00

(999) 011-51-21

Телефон для жалоб на работу участкового

(499) 123-62-47

нужна справка, что не было умышленного хищения документа. Еще к нему часто приходят автолюбители, чтобы полу-

чить справки для страховых компаний по поводу повреждений автомобилей. Страж порядка в этом случае должен также провести проверку, что имущество не было повреждено специально. А недавно позвонили из одной организации: их сотрудница отсутствовала на рабочем месте несколько дней, не сообщив ничего руководству, а при выходе на работу предъявила больничный лист. У руководства возникли подозрения, что документ поддельный. Лейтенант Симонов отправил его на экспертизу, и выяснилось, что листок о временной нетрудоспособности на самом деле ненастоящий. Девушку привлекли к уголовной ответственности.

Также бывает много вызовов из супермаркета, где часто происходят драки. Участковый выезжает туда разбираться и проводит профилактические беседы с посетителями о достойном поведении в общественных местах. А в свободное время Игорь любит заниматься фитнесом. Он отмечает, что по программе «Мой район» в последнее время рядом с домом появились тренажеры, с которыми легко поддерживать спортивную форму.

Андрей Обьедков

Будьте осторожны

На пути каждого автомобилиста встречаются как относительно спокойные, так и опасные отрезки пути. Сотрудники Госинспекции безопасности дорожного движения напомнили водителям, где в Донском нужно быть особенно внимательными.

Составляя маршрут, учитывайте особенности

В нашем районе есть четыре основных участка, где чаще всего происходят аварии. Составляя маршрут своей поездки, заложите чуть больше времени на их преодоление, чтобы спешка не привела к неприятным последствиям.

Больше всего аварий за первую половину этого года произошло на перекрестке Варшавского шоссе и Новоданиловского проезда (по направлению к центру). Второй по сложности участок расположен в районе дома № 16 по Варшавскому шоссе (перегон в область).

Непростым для автолюбителей может стать и перегон вблизи дома № 45 по улице Малая Тульская, внешняя сторона Третьего транспортного кольца. Аварийно-опасным специалисты назвали и отрезок пути на этой улице по адресу: дом № 55, корпус 4 (в сторону центра).

Чаще всего причиной происшествий на этих участках становится превышение скорости, несоблюдение дистанции, правил проезда пешеходного перехода и нарушение требований сигнала светофора.

Уличный тренажер на площадке отремонтировали

Жители дома № 52 по улице Шаболовка пожаловались в редакцию, что на спортивной площадке во дворе сломался один из тренажеров.

Ревизор

Не каждая придомовая территория может похвастаться и детской, и спортивной площадкой.

— Я живу в соседнем доме и частенько хожу сюда заниматься, — рассказывает Михаил Гусев. — Согласитесь, очень удобно, когда рядом с домом есть бесплатный тренажерный зал под открытым небом: и спортом занимаешься, и свежим воздухом дышишь. Но придя однажды на площадку, понял, что не работает тренажер, укрепляющий мышцы рук.



Александра и Вита Куче (слева направо) рады, что элемент для занятий спортом починили

Сломался механизм подвеса, и заниматься спортом стало невозможно. Поэтому жители обратились в редакцию за помощью. Согласно существующим регламентам, содержанием и ремонтом всех спортив-

ных и детских площадок обязана заниматься управляющая компания, в Донском районе это — «Жилищник». А вот контроль за ее работой осуществляет отдел жилищно-коммунального хозяйства и благо-

устройства управы района. Корреспондент обратился туда и попросил помочь жителям. Сотрудники коммунальных служб быстро откликнулись на просьбу, и вскоре на спортивную площадку приехали рабочие. А затем пришел и официальный ответ.

— Ремонт тренажера на спортивной площадке, расположенной во дворе дома № 52 по улице Шаболовка, выполнен, — сообщил вскоре глава управы Донского района Дмитрий Соколов. — Мы всегда внимательно относимся к каждому обращению и стараемся улучшить качество жизни в районе.

Напомним, что создание комфортных условий для занятий спортом горожан — одно из приоритетных направлений столичной программы «Мой район».

Андрей Обьедков

Цифра

57

подъездов отремонтировано в домах с начала 2019 года

Кроме того

Куда звонить, если дорожное движение затруднено:
(495) 539-54-54 — основной телефон единого контакт-центра «Московский транспорт»;
3210 — номер для абонентов трех крупнейших

операторов мобильной связи. Найти интересующую информацию, задать вопрос и оставить жалобу на транспортную ситуацию можно и на официальном сайте **transport.mos.ru**.

Эту страницу мы делаем вместе с вами, дорогие читатели. Здесь вы становитесь корреспондентами. Делитесь своими проблемами, идеями, впечатлениями и яркими кадрами, рассказывайте о том, как работает программа «Мой район» у вас по соседству. Присылайте свои сюжеты на donskoy@vtm.ru

metrotulsk
«Инстаграм»

Сколько очарования и загадочности может придать вечеру красивая девушка, особенно если она в красном. Не зря бытует мнение, что, для того чтобы понравиться на первом свидании, девушке стоит задуматься



о «вкусных» сочетаниях цветов, например ягодных, или даже о цветах любимого десерта. Фотографией пользователя с ником deadelephant поделилась группа Донского района metrotulsk в социальной сети «Инстаграм» ([instagram.com/metrotulsk/](https://www.instagram.com/metrotulsk/)).

«Даниловский и Донской»
«ВКонтакте»

Интересную форму придают снимку листья дерева. Будто очертания пруда у парка Бекет вырезаны фигурными ножницами. Немногие жители знают историю названия этого места, а оно связано с именем, принадлежавшим до 1835 года брату видного просветителя и издателя Платона Бекетова Ивану, известному коллекционеру произведений искусства и нумизмату. Здесь у него имелся загородный дом с прудом и оранжереей, прекрасным зимним садом из трех отделений. В 50-е годы XIX века «Бекетова дача» была продана под устройство фабрики. В середине XIX века имение принадлежало



купцу Канатчикову, по имени которого местность затем и получило свое название. Ныне на месте дачи расположена Московская психиатрическая больница имени Н. Алексеева.

Фотографией за авторством жительницы Донского Алены Лариной поделились в группе «Даниловский и Донской» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/metrotul).

На контроле

Дарья Денисова
Новоданиловский проезд

Хочу сообщить, что во время ремонта дорожный знак, обозначающий пешеходный переход, был сдвинут вбок, «зебру» стерли и нарисовали временную в другом месте. Работы шли долго, и временная дорожная разметка у дома № 2, корпус 1, строение 2, почти стерлась.

В результате, когда замена асфальта завершилась, новую «зебру» никто не нарисовал! А рядом находится образовательное учреждение. Водители не обращают внимания на знак, несколько раз чуть не возникли аварии. Необходимо срочно вернуть разметку во избежание несчастных случаев.

Ответили в управе:

Сообщаем, что работы по восстановлению дорожной разметки выполнены.

Владимир Берченко
Ленинский проспект

На дворовой территории по адресу: Ленинский проспект, дом № 25, к концу второго месяца лета на газоне все еще отсутствует травяной покров.

Ответили в управе:

Проведены санитарно-оздоровительные мероприятия в отношении озелененной территории с посевом семян газонных трав, поливом и удобрением покрова. Сейчас семена прорастают и укрепляют корневую систему. Полив будет осуществляться по погодным условиям.

Фот-так!

metrotul
«ВКонтакте»

Памятник пожарной машине установлен на улице Вавилова у здания МЧС. Семнадцатиметровая длина пожарной лестницы в лучшем случае подходит для пятиэтажек и в современных условиях может служить только напоминанием современным спасателям, какая техника была у старшего поколения. Фотография пользователя [arthur_muradyan.89](https://vk.com/arthur_muradyan.89) опубликована в группе «Даниловский и Донской» в соцсети «ВКонтакте» (vk.com/metrotul).



«Даниловский и Донской»
«ВКонтакте»

Кого только не встретишь на улице в обычный летний день! Житель района Илья Дашков, например, во время велосипедной прогулки вдоль улицы Орджоникидзе повстречал актера и телеведущего Александра Гудкова. — Я заметил, что к нему подходят люди, и тоже решил сфотографироваться, — говорит Илья. Фотография опубликована в группе «Даниловский и Донской» в соцсети «ВКонтакте» (vk.com/metrotul).



Рубен Танделов
Становая улица

Нам во дворе дома № 5 по Становой улице установили хорошую, качественную детскую площадку. Выглядит она словно целый игровой городок под открытым небом, в котором детям интересно общаться между собой. Красивые горки, есть даже одна закрытая — как лабиринт. Еще хочу сказать, что веревочная лестница замечательная: мне бы такую в моем детстве! Отдельно песочница стоит, в другом углу — качели. Положили на площадке мягкое покрытие — видно, что оно безопасное. Даже если ребенок упадет, обойдется без серьезных травм. Мы довольны площадкой, здесь есть все необходимые условия для игр и прогулок с детьми.

мой район

5

РАЙОННЫЙ
КОРРЕСПОНДЕНТ

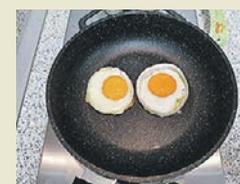
Мой район. Донской
10.08.2019 № 5 / 183

Так просто



Житейские советы по решению бытовых мелочей

1. Отмыть шов между плиткой в ванной поможет простой состав: семь стаканов воды, полстакана соды, треть — лимонного сока и четверть — уксуса. Осторожно! Не забудьте про перчатки!
2. Аккуратно почистить замшевую обувь можно мягкой пилкой для ногтей.
3. Хотите сделать идеальную глазунью?



Положите на сковородку луковое колечко и аккуратно влейте в него яйцо.

4. Если накрыть застывшее в морозилке сливочное масло нагретым стаканом, кусок оттает за пару минут.
5. При необходимости майонез всегда можно заменить сметаной. Просто добавьте в нее растертый желток сваренного вкрутую яйца и ложку горчицы.

Александр Рязанов
3-й Донской проезд

Радует благоустроенный сквер на Донской площади. Рядом работаю и люблю здесь отдыхать в обеденный перерыв. Здесь и для детей есть игровая площадка, и газоны регулярно стригут и поливают. Хотя в сортах цветов я не разбираюсь, но они всегда ухоженные, на них приятно посмотреть.

Редактор полосы
Анна Синицына

Между работой и семьей Мария Перешина всегда выбирала семью. Муж, сын, двое внуков — вот ее главные достижения жизни. Недавно семейный союз Перешиных отметил свое 37-летие.

Уже на пороге квартиры меня радостным лаем встречает еще один, совсем молодой член семейства — акита-ину Рэй. Лобастый рыже-белый пес — это большая таблетка от всяких болячек. Владимир Перешин на прогулках с собакой совсем забывает о проблемах с сердцем. Ну и конечно, не пропускают супруги полезные оздоровительные мероприятия, «прописанные» им в районном центре социального обслуживания.

Быть нужной — это мое

— Мне было 17 лет, а Володе уже 33 исполнилось, когда мы познакомились. Жили в Москве по соседству, а встретиться получилось только на экскурсии в Каунасе. Вот так судьба распорядилась, — смеется Мария.

А Владимир добавляет, что сразу понял, какая Мария хозяйка хорошая: и ловкая, и умелая. А когда с ее кулинарными шедеврами познакомился, вовсе голову потерял. И об этом — чуть позже. Мы рассматриваем фотографии их молодости, и я отмечаю, что все снимки, за редким исключением, буквально излучают позитив. Улыбки, «обнимашки», дурачества — на море, на даче, в гостях. На этих фотографиях Мария выглядит почти как двойник нашей прима Аллы Пугачевой: и волосы, и глаза, и овал лица.

— Ой, специально не старалась подражать. И никогда не пела, в театральном кружке занималась, рукоделием тоже, творчеством разным. Один раз мою мозаику даже на городской выставке на Воробьевых горах показывали. Руки у меня с самого детства из правильного места растут, — шутит Мария.

И профессию себе моя собеседница выбрала такую, чтобы именно в руках держать: на медсестру вычи-



Главней всего погода в доме



лась и ни разу за всю жизнь не пожалела о своем выборе. — Это все мое, мое — людям помогать: и дома, и соседям, и знакомым, и под семейные нужды подстраиваться приходилось не раз, — объясняет Мария.

Первые десять лет она работала, набиралась опыта в общеклинической городской больнице. Затем, чтобы быть поближе к сыну, трудоустроилась в диспансер

прямо напротив его школы. Появилась возможность поехать в спортивный лагерь баскетболистов, опять же с ребенком, — Мария тут же оформилась фельдшером. И если бы не она, одним отдыхающим в этом лагере стало бы меньше.

— Мальчишки прыгали в речку с тарзанки, и вот подросток врезался в дно, почти вертикально головой в песок зарылся. Пока все вокруг ахали, я ему ре-

Старшему поколению

Создание условий для занятий творчеством и спортом входит в концепцию программы «Мой район». Чтобы каждый смог найти себе занятие по душе, идет благоустройство скверов и парков, модернизация библиотек, домов и центров культуры. А для старшего поколения организуют новые курсы и секции по программе «Московское долголетие».

анимацию проводила. Жив парень остался, — рассказывает моя героиня.

Сколько помнит себя Мария, совсем без дела сидеть ей не приходилось. Было время, и в магазине с уборкой помогала.

— Стыдиться работы не нужно, стыдиться надо безделья, — считает Мария, и сегодня нет-нет да и потребует ее помощь — уколы ли, капельницы кому поставить. Легкая, быстрая рука Марии дело свое по-прежнему знает.

— А летом свободного времени совсем не остается. Дача же еще у нас. Огурцы,

Мария Перешина решила, что ее призвание — помогать людям (1). 1981 год. Супруги Мария и Владимир празднуют Новый год (2). 1971 год. В отряде «Октябренок» (3, 4)

Вспомнить молодость

Но вот прошлой зимой, как признается Мария, они с мужем загрузили. И решили найти себе занятия в местном центре социального обслуживания.

— Был такой застойный у нас период. И Володя здоровьем не радовал. Вот тогда я услышала от соседки, как она замечательно проводит время в нашем центре соцобслуживания, — рассказывает моя героиня. — Вначале я ей не поверила, еще думала, зачем все эти вышивания, рисования, хоровые выступления. Однако

мужа мудрая Мария на разводку все же отправила. И надо же, очень по душе пришелся ему спорт, общая оздоровительная физическая подготовка.

— А потом, когда мы на концерте местной самодеятельности побывали и я устоять не смогла перед рекрутерами ЦСО, окончательно нас двоих «завербовали», — разводит руками моя собеседница и перечисляет свои сегодняшние любимые занятия: плавание, акваэробика, фитнес.

А в бассейне ходим в тот же, что и в молодости посещали, — «Труд». Но тогда вода там была противная, зеленая, а сегодня — хорошая, прозрачная.

Присматриваются Мария с Володей и к другим кружкам, задумываются — почему бы не потряхнуть стариной? Теперь можно и в вокале себя попробовать, даже в хор записаться.

— А две недели назад в нашем районе кулинарный поединок проходил. Так здорово, интересно получилось, — вступает под конец беседы глава семейства Владимир. — Мы с Марией лучше всех справились, четыре салата вместо трех приготовили. Знаете, как зрители на них накупились и все вмг съели?! Любуемся вместе снимками с праздника кулинарии.

— И дождик вам не помешал?

— Главное — чтобы солнечно было в наших душах, — со значением произносит Мария.

«Гав-гав», — подтверждает ее слова рыже-белый Рэй.

Наталья Науменко

помидоры, яблоки, ягоды, чеснок, лук, морковь, травы, цветы конечно — всего шесть соток, а ухаживать-то надо, маме старенькой помогать, — объясняет свою занятость Мария. — Люблю, чтобы все было и красиво, и вкусно.

Как-то так получается, что чем старше становится моя героиня, тем быстрее ста-

МАРИЯ ПЕРЕШИНА СЧИТАЕТ, ЧТО СТЫДИТЬСЯ НУЖНО НЕ РАБОТЫ, А БЕЗДЕЛЬЯ

новится ее жизнь. Машину водить начала только в минувшем марте.

— Хотя правам моим уже лет 30. Но раньше муж за руль крепко держался, не пускал меня на подмену, не доверял. Теперь и я пригодились, — подмигивает супругу Мария.

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».

Тайны окрестностей Шаболовки может узнать каждый

Бесплатная экскурсия «Неизвестная Шаболовка» прошла в районе в рамках проекта «Гуляем по Москве».

Москвичка Анна Дожикова вместе с дочерью Таисией любит бывать на бесплатных пешеходных экскурсиях. Они прогуливаются по Москве в компании гида в четвертый раз. До этого успели побывать на экскурсиях по Петровке, Кропоткинской и усадьбе Хлудовых.

— Сейчас дети все меньше берут в руки книги, в отличие от нашего поколения.

Любопытно

Если ребенок послушает увлекательную живую речь, да еще и увидит все воочию, гуляя по Москве, это окажется интереснее чтения, — рассказывает Анна.

Сергей Рахманинов, экскурсовод с многолетним стажем и тезка знаменитого композитора, считает, что главное — не даты и сухие числа, а лица, истории, судьбы москвичей.

Первой остановкой этой экскурсии была площадь возле станции метро «Шаболовская». Как оказалось, существует несколько версий происхождения ее названия.

— Со времен финно-угорских племен слово «шаба» означало «кислый», а «бола» — «место», что в принципе соответствовало действительности. В это время на месте «Шаболовской» были непроходимые болота. Вторая и третья версии похожи, так как из обеих следует, что названо место по имени своего владельца — Мурзы Шаболоты, служившего при Иване Грозном, или Януша Шабольцева, служившего при дворе Романовых, — рассказывает Сергей.

В сознании москвича середины XX века название «Шаболовка» ассоциировалось с радиовещанием и телевидением — именно здесь долгое время рождались популярные телепередачи.

— Шуховская башня была символом советского телевидения, пока не появилась Останкинская башня. Первый отечественный телецентр появился вовсе не на пустом месте — в здании одного из благотворительных учреждений, — рассказывает Рахманинов.

Создателем сиротского приюта на Шаболовке был помещик Алексей Лобков. Он дослужился до чина действительного статского советника, также был известен как крупный коллекционер книг, рукописей, манускриптов, картин и икон. Желая



Москвичка Анна Дожикова с дочерью Таисией знакомятся с историей Шаболовки

оставить о себе память среди горожан, Лобков жертвовал на благотворительность.

— Приобретя землю на Шаболовке, Лобков решил создать здесь сиротский приют, — замечает гид.

Центральная часть дома была крупнее: здесь воз-

вышался купол домово-церкви святой Варвары, освященной в память об умершей дочери Лобкова. В 1919 году приют вместе с домовым храмом закрыли. По соседству в 1920–1922 годах знаменитый инженер Владимир

Шухов построил конструкцию, впоследствии получившую название Шуховская башня. Отметим, что сохранение исторического наследия в столице — одна из задач программы «Мой район».

Дарья Смольникова

Утренняя тренировка стала хорошей привычкой

В парке возле пруда Бекет проходят занятия скандинавской ходьбой в рамках программы «Московское долголетие».

Надежда Рахманкулова и Валентина Маругова всегда следят друг за другом во время ходьбы — со стороны виднее, какая осанка и синхронны ли движения рук с шагами. Скандинавскую ходьбу женщины считают для себя основной физической активностью, ведь при правильной технике задействованы практически все группы мышц. Помимо этого, они посещают и другие занятия. Надежда ходит на акваэробика в бассейн, а Валентина дополнительно занимается фитнесом.

— Мне нравятся такие занятия. Посетив утра тренировку, ты настраиваешь себя на хорошее продолжение



Участницы «Московского долголетия» Надежда Рахманкулова и Валентина Маругова во время занятий скандинавской ходьбой

дня и, кстати, успеваешь выполнить больше дел с таким настроением, — рассказывает Надежда Рахманкулова.

Параллельно с занятиями по физической активности подружки участвуют в культур-

ных событиях района, любят посещать лекции и выставки. Ведет кружок опытный тренер-инструктор Майя Барановская.

Перед тем как взять в руки палки для скандинавской ходьбы, необходимо разо-

греть мышцы и подготовить суставы. Люди встают в круг, чтобы видеть друг друга и общаться было удобнее, параллельно выполняют круговые вращения руками, ногами, корпусом, не забывая о правильном дыхании.

Полезная информация

Найти новое хобби легко. Достаточно записаться в программу «Московское долголетие». Подать заявку можно в территориальных центрах социального обслуживания, центрах «Мои документы», поликлиниках и учреждениях, где проводятся занятия.

— Скандинавская ходьба полезна для всех, особенно для людей старшего поколения, за исключением индивидуальных противопоказаний. Этот вид нагрузки благоприятно влияет не только на мышцы, но и способствует разработке лучезапястного, локтевого, тазобедренного, коленного и голеностопного суставов, а также шейного отдела позвоночника, — объяснила Майя Игоревна.

Дарья Смольникова

Возрасту вопреки

Психологи окажут помощь горожанам

Бесплатные психологические консультации можно получить в павильонах «Здоровая Москва» в августе.

Специалисты Московской службы психологической помощи населению принимают в павильонах, расположенных в 13 столичных парках. За помощью могут обратиться все желающие: по будням с 16:00 до 18:00.

— Для москвичей будут проводиться лекции, тренинги и индивидуальные консультации. Ведь душев-

Медицина

ный комфорт — это гарант счастливой и долгой жизни, — сказал руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Петросян.

На занятиях будут говорить о взаимоотношениях в семье, душевном здоровье, разрешении конфликтов и личностном развитии.

До конца лета в павильонах «Здоровая Москва» жители могут пройти бесплатную диспансеризацию с 8:00 до 22:00 в любой день недели.

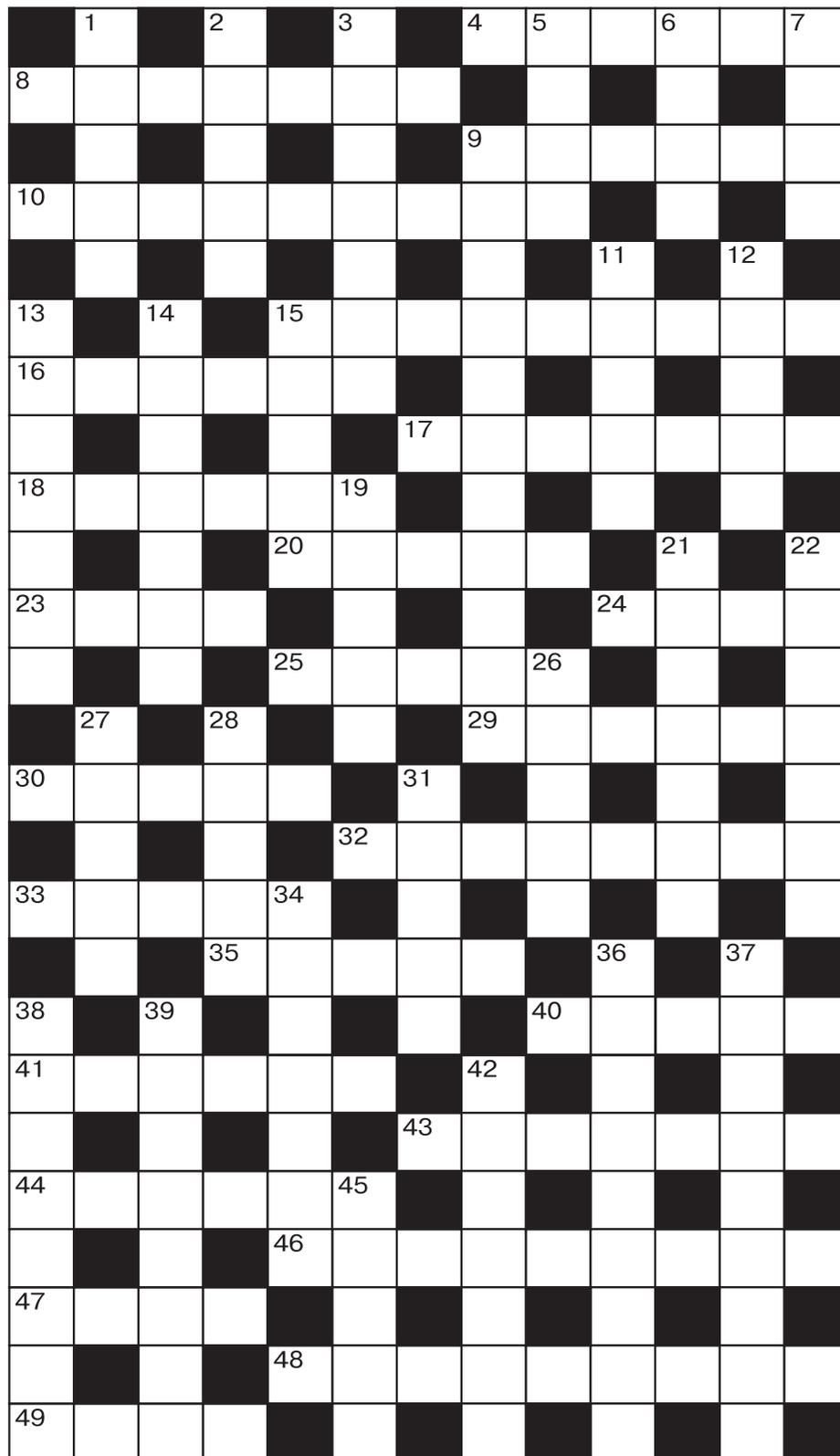
Алексей Дубровин

Ответы на кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Взгляд. **8.** Генерал. **9.** Планер. **10.** Клиентура. **15.** Дислексия. **16.** Осадок. **17.** Стиляга. **18.** Геолог. **20.** Добро. **23.** Елка. **24.** Орел. **25.** Сенат. **29.** Термит. **30.** Поезд. **32.** Дезертир. **33.** Штурм. **35.** Толпа. **40.** Фауна. **41.** Одеждо. **43.** Банкрот. **44.** Атеист. **46.** Карьерист. **47.** Цена. **48.** Дистанция. **49.** Войт.
ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Земля. **2.** Вечер. **3.** Маятник. **5.** Зола. **6.** Лень. **7.** Дарь. **9.** Пролетариат. **11.** Школа. **12.** Динго. **13.** Жонглер. **14.** Бабочка. **15.** Довод. **19.** Горец. **21.** Примета. **22.** Алатырь. **26.** Теллец. **27.** Шурты. **28.** Азарт. **31.** Хелопс. **34.** Моллюск. **36.** Маккартни. **37.** Янковский. **38.** Романцев. **39.** Теремной. **42.** Варьете. **45.** Талия.

Гороскоп август

Для **Овнов** наступает время, удачное во многих отношениях. Можно заключать сделки, обновлять быт, начинать новые проекты. Девиз этого месяца для **Тельцов**: тише едешь — дальше будешь. Старайтесь не суетиться. **Близнецам** звезды сулят поездки и новые знакомства. Но избегайте крупных необдуманных трат. **Ракам** удастся добиться поставленных целей, главное — не забыть о дипломатии. **Льва** ждет насыщенный месяц, который принесет много предложений в деловой и творческой сферах. Вам останется лишь выбрать то, что по душе. **Девы** в августе смогут превратить свое новое увлечение в источник дохода, если просят смекалку. **Весам** звезды сулят встречу со старым знакомым, которая окажется переломным моментом в их жизни. Главный совет **Скорпионам**: не пытайтесь хвататься за все дела и возможности сразу. Рискуете упустить нечто важное. Также звезды советуют уделить время своему здоровью. **Стрельцам** удача улыбнется в финансовой сфере. Без особого труда удастся решить вопрос, который давно вас тревожил, если вы не будете суетиться и прислушаетесь к своей интуиции. **Козероги** смогут завершить проекты, в которые вложено много сил и энергии. Ваши старания будут оценены по достоинству. **Водолеям** удастся решить спорные, серьезные вопросы. Возможны также позитивные перемены в личной жизни. **Рыб** ждет осуществление желаний, которое станет источником сил и вдохновения. Сейчас самое удачное время для дальних поездок.



Кроссворд



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Чем можно сверлить, но только фигурально? **8.** Военный чин шекспировского Отелло. **9.** На какой летательный аппарат забыли поставить движок? **10.** От кого у продавца выручка? **15.** Из-за чего Стив Джобс практически не мог читать? **16.** «Если долго витать в облаках, легко выпасть в ...». **17.** Какой московский Вася стал героем песни группы «Браво»? **18.** Поисковик полезных ископаемых. **20.** «Чтобы поверить в ..., надо начать делать его». **23.** Центр новогоднего хоровода. **24.** Какая птица каждый день навещала прикованного к скале Прометея? **25.** Верхняя палата американского парламента. **29.** Муравей южных кролей. **30.** Причаливает к перрону. **32.** Солдат, ушедший на нелегальное положение. **33.** От чего суда на дне морском оказываются? **35.** Кто учинил расправу над героиней «Песни о вещей Кассандре» Владимира Высоцкого? **40.** Все звери мира. **41.** «Купите у нас кондиционер и получите ... в подарок!». **43.** Финансист, оставшийся у разбитого корыта. **44.** Классический безбожник. **46.** Скорород по служебной лестнице. **47.** Что сильнее всего сдерживает покупательский спрос при дороговизне?

48. Что соединяет старт с финишем? **49.** Оскароносный актер, отец Анджелины Джоли.

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Какую планету атаковали марсиане в романе «Война миров» англичанина Герберта Уэллса? **2.** «Он так далек, прощальный ..., а я той памяти верна». **3.** Что у ходиков качается? **5.** В чем картошку запекают? **6.** «Идти на работу не хотелось, но жадность победила ...». **7.** Что роднит данайцев с волхвами? **9.** Работники «всемирной армии труда». **11.** Где заседают присяжные из фильма «12» Никиты Михалкова? **12.** Звезда нашего кино Галина Польских дебютировала в фильме «Дикая собака ...». **13.** «Кидала» из штатного расписания цирка. **14.** Кто вылетает из кокона? **15.** Аргумент в пользу версии. **19.** Сериал про бессмертного шотландца. **21.** Что связывает бабу с пустыми ведрами и черную кошку? **22.** «Всем камням отец» в русских сказаниях. **26.** Знак перед Близнецами. **27.** Штаны для теннисиста. **28.** От чего у игрока глаза горят? **31.** Этого великого фараона Геродот описывает как деспота, ввергнутого Египет в бедствия и заставившего всех египтян работать на себя. **34.** Морской финик. **36.** Кто после распада Beatles создал группу Wings? **37.** Кто из патриархов нашего кино во время своего первого визита в Париж заблудился в городе и был вынужден давать телеграмму в Москву, чтобы ему подсказали название отеля, где он остановился? **38.** Самый титулованный тренер в истории чемпионата России. **39.** Дворец Московского Кремля. **42.** Театр «легкого поведения». **45.** Экватор туловища.

Легко и просто

Свекольник

- Свекла: 500 г ■ Огурцы: 200 г ■ Редис: 100 г
- Яйца: 3 шт. ■ Кефир: 1 л ■ Сметана: 200 мл
- Зелень ■ Лимонный сок
- Соль и специи по вкусу



1

Хоть и не радует нас погода жарой, а летней еды все равно хочется. Например, свекольника!



2

Свеклу очистить от кожуры и варить на медленном огне до готовности. Сам овощ нам не нужен.



3

Овощи и вареные яйца нарезать соломкой. Это неперемное условие для данного супа.



4

Отвар из свеклы остудить, затем смешать с кефиром, сметаной и овощами. Добавить лимонный сок и соль.



5

Перед подачей суп должен постоять пару часов в холодильнике: так его вкус станет насыщенным.

ЧАСТНОСТИ

Реклама

Недвижимость

- Аг-во СТОЛИЧНОЕ.
Т. 8 (499) 677-49-39

Строительство и ремонт

ЗАВОД-ПРОИЗВОДИТЕЛЬ ДВЕРИ БОЛЕЕ 1000 МОДЕЛЕЙ

СКИДКА 150%* МЕЖКОМНАТНЫЕ ДРКИ, ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ, ДР-ШКАФЫ-КУПЕ-ОКНА ПВХ

БЕСПЛАТНО замер+доставка

www.zakaz-dveri.ru

8(495) 151-22-24

М. ДОМОДЕДОВСКАЯ, УЛ. ГЕНЕРАЛА БЕЛОВА, 35
М. ТЕХНОПАРК, ПР-Т АНДРОПОВА, 8, ЦОК.ЭТ №87

Юридические услуги

БЕСПЛАТНАЯ юридическая поддержка граждан г. Москвы

КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЕЖУРНОГО
ЮРИСТА

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ!
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ.
8 (495) 136-76-26
ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

Авто, запчасти, транспортные услуги

- Переезд. Т. 8 (495) 642-38-29

Мебель

ШКАФЫ КУПЕ

Мебель на заказ

Без предоплаты

Гарантия 3 года

ЗАМЕРЫ БЕСПЛАТНО

Минимальная цена от производителя

8(495)226-04-86
8(963)711-16-55

За 1-3 дня

Kupestil www.kupestil.ru

Размещение рекламы

(499)
557
04
04
доб.
132, 158