

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

мой район

БИРЮЛЕВО ЗАПАДНОЕ
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
ВЫПУСК

17.08.2019

№ 5 / 194

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 Ремонт детской площадки сделали в короткие сроки по просьбам горожан **4**

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



Комфорт



дворов благоустроят в 2019 году **3**

Подарок от всей души

Арина Труханова и Ангелина Николаенко (слева направо) знают, как порадовать близких, — нужно просто сделать сувенир своими руками **7**



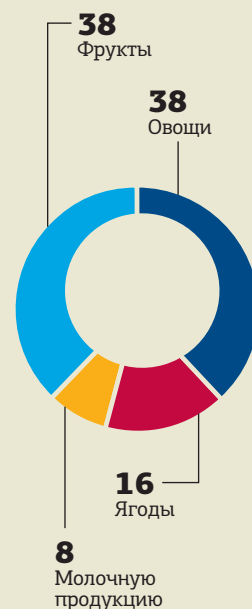
Дылевская София
Курс «Школа рисования»



5

Опрос

Жители рассказали, что покупают на ярмарке выходного дня (%)



Голосование проходило в сообществе жителей района vk.com/beverlee

Программа

Комплексный подход

С начала года в столице возвели 12 образовательных и 5 спортивных комплексов, проложили 18 километров подземки. Благоустраивают город по программе «Мой район» **2**

Роль личности

Столбовая дворянка

Наталья Прахова начала танцевать в 6-м классе. Ей посчастливилось выступать с настоящими звездами **6**

Гороскоп Что сулят нам звезды в сентябре? Читайте советы астрологов **8**

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, от 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 хватает 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.

Комплексный подход к развитию города



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 предложений жителей. Узнать о преобразованиях в районе Бирюлево Западное или предложить свою идею обустройства можно с помощью раздела «Мой район» mos.ru/moi-raion/biryulyovo-zapadnoe/ на сайте мэра Москвы.

Ирина Аникина

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Евгений Ставицкий
Студент

Из хорошего могу отметить, что облагородили Яблоневый сад, превратили его, по сути, в парковую зону. Сейчас взялись за дворы — кладут новый асфальт, заменяют бордюры. Понятно, что это займет какое-то время, но уже не терпится увидеть, как преобразится мой район.



Татьяна Жукова
Пенсионер

Мне нравится, что у нас появились сразу два новых центра — МФЦ, где можно решить все проблемы, не разъезжая по инстанциям в разные концы города, и площадка «Московского долголетия». Туда ходят почти все мои соседки-пенсионерки. Самое главное — видно, с каким старанием все это для нас создается.

Раздельный сбор мусора сбережет 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



Для отходов из пластика: бутылок, канистр, пакетов



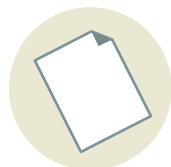
Для отходов из стекла: банок, бутылок, стеклобоя

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

Бирюлево товарная (платформа), сквер по ул. Медынская, 7А, Булатниковский пр-д



Культурный центр рядом с домом

На месте Бирюлевских бань, расположенных в Булатниковском проезде, появится культурно-досуговый центр.

Строительство

Открытия такого центра здесь ждут, наверное, все без исключения жители. Давно не работающие бани, прямо скажем, район не красят. А хочется ведь, чтобы каждый уголок радовал глаз и вызывал гордость за свою малую родину.

— Перед московскими властями сейчас стоит очень серьезная задача — реорганизация неиспользуемых и заброшенных помещений в различных районах города, — отмечает председатель московского Комитета по архитектуре и градостроительству Юлиана Княжевская. — Бирюлевские бани, построенные еще в 1968 году, например, занимают площадь более чем в три тысячи квадратных метров. Эту площадь можно и нужно использовать для создания новых возможностей для отдыха и более комфортной жизни и работы жителей района.

Вместо «слепой» кирпичной коробки появится многопрофильная общественная площадка, открытая для всех.

— Я помню, как еще подростком мой сын постоянно бегал на эту, как говорили дети, «заброшку», — вспоминает пенсионерка Елизавета Кондратьева. — Очень за него переживала: они ведь не



В здании будут проводить фестивали, ярмарки и мастер-классы (1). Жительница Елизавета Кондратьева (2)

только по этажам ходили, но и на чердак залезали. Самые отчаянные и на башню норовили подняться. Замечательно, что здание приведет в порядок: и двор станет красивее, и у детворы появится место, где они будут с пользой проводить время после школы. Маленькие горожане в новом центре смогут выбрать по душе и интересам кружок или секцию, которые, кстати, смогут посещать и их бабушки и дедушки в рамках программы «Московское долго-



летие». Кроме того, в культурно-досуговом центре планируется проводить самые разные мероприятия — концерты, спектакли, фестивали, ярмарки и квесты. Создание культурно-досугового центра станет одной из частей реализации программы «Мой район» в Западном Бирюлеве. Ее главная задача — обеспечить одинаково комфортные условия жизни москвичам вне зависимости от их места жительства.

Глеб Бугров

ВМЕСТО ЗАБРОШЕННЫХ БАНИ ПОЯВИТСЯ МЕСТО ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

Молодые деревья посадили в Яблонево саду

В Москве активно благоустраивают дворы, улицы и парки в рамках городской программы «Мой район». Не обошли стороной и дворы в Востряковском проезде и на Булатниковской улице.

На десяти территориях отремонтированы детские игровые и спортивные городки, засеян новый газон и произведены работы по замене дорожного покрытия с установкой бортового и садового камня.

— В Яблонево саду, который высаживали еще в 60-х годах, многие деревья усохли, не было освещения. Сейчас же это — парковая



Многие растения высадили вместо погибших (1). Жительница Римма Шуина (2)

зона, адаптированная для маломобильных граждан, посадили новые деревья, рассказала глава управы Ольга Андриянова. Жители тоже оценили результаты работ.

— Здесь и детские площадки поставили, и спортивные, — говорит жительница Римма Шуина. — И мы, пенсионеры, на них занимаемся спортом!

Глеб Бугров

мой район

3

ГЛАВНОЕ

Мой район. Бирюлево Западное
17.08.2019 № 5 / 194

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-

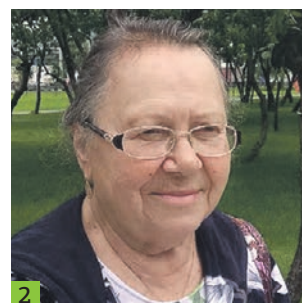
Транспорт

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

Поддержание порядка в парках, скверах и других общественных пространствах, а также их благоустройство проходит в рамках городской программы «Мой район». Этот проект учитывает пожелания жителей и сохраняет историческую уникальность каждого района.



Кристина Мушкова

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 bz@vm.ru



Фотографию пользователя [rashkina_s](#) опубликовали на странице сообщества [beverly_biryulevo](#) в социальной сети «Инстаграм». Кстати, вы заметили, насколько хорошо на контакт идут сейчас



обитатели парков нашего города? Вот правда, если раньше белочки при виде людей исчезали в кронах деревьев за доли секунды, то сейчас можно спокойно подойти с фотоаппаратом, как сделала наша соседка, поймать пару прекрасных кадров и даже попробовать покормить зверька с руки.



Потрясающим кадром за авторством Кирилла Зотова поделились в сообществе «Бeverли [Бирюлево]» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/beverlee) с прямым вопросом: «Какие планы на вечер?» Часть пользователей в комментариях стали приверженцами спокойного времяпрепровождения — просмотра фильмов и сериалов, общения с близкими и компенсации времени сна за трудовые будни. А другая половина участников сообщества высказала противоположное мнение, что пока не наступила осенняя прохлада, неправильно сидеть в четырех стенах, нужно обязательно



отправиться на улицу любоваться отражением закатного солнца в окнах родных многоэтажек и ловить вот такие красивые и необычные снимки, по примеру нашего соседа Кирилла Зотова.

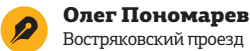
И ведь правда, иногда достаточно просто посмотреть на привычный мир чуть-чуть под другим углом. И не забыть навести на открывшийся ракурс камеру смартфона, разумеется.

На контроле



В лифте нашего подъезда в доме № 14, корпус 1, по Булатниковскому проезду стоит ужасный запах. Кроме того, очень тусклое освещение, грязные стены и немывтый пол. В боковом лифте разбито зеркало — жители могут пораниться! Настоятельно прошу привести лифтовые кабины в надлежащее состояние. Невозможно пользоваться.

Ответили в управе:
По указанному адресу в подъезде № 3 выполнены работы по уборке лифтовых кабин, удалению несанкционированных надписей, замене ламп освещения и демонтажу разбитого зеркала. Неприятный запах в лифтовых кабинах отсутствует. В настоящий момент лифты находятся в технически исправном состоянии.



В результате ремонта фасада перед входом в подъезд дома № 11, корпус 2, скопилось много пыли и остатков старой краски. Ремонт длится больше двух недель, но уборки перед входной группой не было. Прошу убрать грязь и строительный мусор перед подъездом!
Ответили в управе:
По указанному адресу выполнены работы по уборке входной группы подъезда № 6. Пыль и грязь отсутствуют. Входная группа находится в надлежащем санитарном состоянии.

Фот-так!



В № 4 газеты «Мой район» мы опубликовали историческое фото 28-го километра МКАД. Наша читательница Елена Прохорова нашла в семейном архиве снимок того же места, сделанный 28 мая 1950 года! Еще она рассказала интересный факт: стенки водосброса, на котором сидит компания жителей домов у станции Бирюлево-Пассажирская, облицованы белокаменными плитами, снятыми с берега большого Булатниковского пруда.



А вы уже оценили светящиеся фрукты и ягоды в парке в Востряковском проезде? Наша соседка Ирина Горякина, например, успела это сделать. И поделилась впечатлениями с участниками сообщества «Бeverли [Бирюлево]» в соцсети «ВКонтакте» (vk.com/beverlee). Пользователи отметили красоту парка, и, кажется, это место уже претендует на звание самого популярного у жителей Западного Бирюлево.



Бирюлевцы поделились своими отзывами о павильоне «Здоровая Москва» на странице района в соцсети «ВКонтакте» (vk.com/beverlee). Там горожане могут получить консультации врачей и пройти медицинские тесты. Павильоны принимают пациентов с 8:00 до 22:00 без перерывов и выходных. Напомним, что один такой расположен у нас в Школьном сквере на Медынской улице. — Рядом с поликлиникой № 52, на Медынской, 7, прошла диспансеризацию в таком павильоне за час, очень все культурно, всем советую, — поделилась мнением соседка Елена Штерцер. Работать павильоны будут до 15 сентября, так что времени осталось немного!

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.



У нашего Фруктового парка есть все шансы победить в конкурсе как самый лучший парк, сделанный по городской программе «Мой район». Новость об этом опубликовали в сообществе жителей района «Бeverли [Бирюлево]» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/beverlee).

Она могла умереть от голода в первые месяцы войны, но судьба вовремя подбросила ее семье спасательный круг. Ей навязывали спорт, но она выбрала танцы. Ее хотели переселить в далекую Карелию, но она осталась в Москве и покорила весь мир.

Роль личности

— Да не умею я красиво стоять, — отказывается фотографироваться почетный житель района Наталия Прахова. — Работать только умею. Глядя на педагога народного коллектива — ансамбля танца «Аленушка», ни за что не подумаешь, что она вышла из простой рабочей среды. Осанка, манеры, речь... О таких, как она, говорят: «среда воспитала».

Всегда тянуло на сцену

— Мне крупно повезло, что после нескольких голодных месяцев в узбекском Коканде мой двоюродный дядя забрал нашу семью в Иркутск. Там я пошла в хороший садик при авиационном заводе. Не обладая в детстве какими-то особенными талантами, на всех праздниках просилась танцевать, — вспоминает за чашкой чая Наталия. В эти летние дни в Центре досуга «Нео-XXI Век», где мы встретились, непривычно тихо. Даже никто не отбавывает у станка базовый элемент в хореографии — релевант. Почти 70 воспитанников Праховой разбежались на каникулы. Поэтому есть немного времени поностальгировать по бурной молодости. — В школу я пошла уже в Москве. Когда я училась в 6-м классе, в пионерском лагере я встретила с замечательным хореографом Татьяной Сац, сестрой той самой Натальи Сац. Я тогда занималась баскетболом, спортивной была, но по-прежнему замирала от восторга, наблюдая за танцами, — с улыбкой рассказывает моя героиня. Талантливый педагог не сразу разглядела в Праховой перспективную «звездочку» и все же согласилась взять ее в свой танцевальный кол-

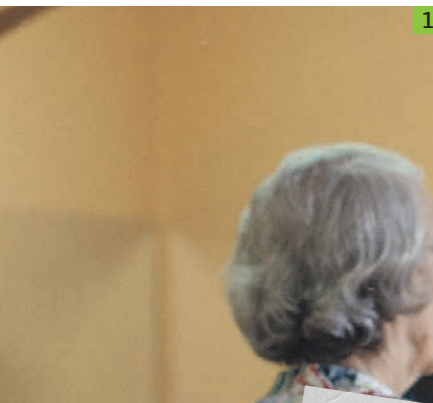


Столбовая дворянка по танцам

лектив. В студии клуба имени Л. Кагановича, который находился в Летниковском переулке, угловатого подростка Наташу стали превращать в балерину. — Татьяна Александровна долго меня называла «столбовой дворянкой».

Артисты «РАДУГИ» ВЫСТУПАЛИ ВМЕСТЕ СО ЗВЕЗДАМИ СОВЕТСКОЙ ЭСТРАДЫ

Не за происхождение, а за схожесть со столбом: за негнущиеся ноги, руки, спину, — смеется Наталия. Педагог досталась Праховой талантливая, но жесткая. Слез и пота, признается моя собеседница, было пролито немало. — Но плакала я не от боли или усталости, а скорее от обид. Мне казалось, что она меня не любит. Она в жизни-то золотой человек была, а в работе — зверь, укусила могла, — объясняет Прахова. — А помощник ее, Григорий Егоров, тот нас даже бил наотмашь ладонью пониже спины. Вбил на всю оставшуюся жизнь в нас «дробушку» (дробь в народном танце), никогда не забуду.



2

Рядом с домом

Создание условий для занятий творчеством и отдыха — одно из направлений программы «Мой район». Чтобы каждый мог найти себе занятие по душе, в шаговой доступности благоустраивают парки, скверы, модернизируют центры и дома культуры. Бирюлево Западное и дальше будет развиваться в этом направлении.



3

Вместо фабрики — мюзик-холл

По окончании учебы в студии Татьяны Сац мою героиню распределили в национальный ансамбль песни и танца «Кантеле», в Карелию. Но 17-летнюю Наталию в такую даль не отпустила мама. Казалось, карьера танцовщицы навсегда оборвалась. Наташа Прахова устроилась работать на тка-

Почетный житель района Наталия Прахова (1). 1961 год. Портрет артистки для афиши Московского мюзик-холла (2). 1958 год. Наталия в 10-м классе (3)

Артур Эйзен, Юрий Гуляев, Нани Брегвадзе! В жизни это были чудесные скромные люди, — с уважением отмечает Наталия. Каждое выступление звезд советской эстрады артисты «Радуги» сопровождали каким-нибудь красивым танцевальным номером. Спектакли ставились по специально написанным сценариям. Так, например, один посвятили полету Юрия Гагарина. — Юрий Алексеевич часто

приходил в театр, отдыхал в отдельной ложе, заглядывал к нам в гримерки, — вспоминает Наталия Прахова. — Он был душевный, простой, нормальный мужик. Как-то решили сфотографироваться. Но у нас столько и народа в театре не было, сколько желающих тогда набегало запечатлеть себя с ним рядом.

Из личного архива

Не забыть Праховой и долгие оvationи, которыми сопровождалось каждое выступление нашего мюзик-холла за рубежом. Но больше всего и сегодня ее волнуют неожиданные бытовые сценки из той прежней жизни. Советским балеринам было стыдно перед «заграницей» за свой скромный повседневный гардероб. — А тут вдруг про нас пошел по всему Парижу слух как о миллионершах. Разнесли его горничные, убиравшие наши номера в отеле, — эмоции Праховой, как и 50 лет назад, бьют через край. Оказалось, впечатление на французов произвели хлопковые пижамы и халатики балерин. Натуральные ткани за границей в те времена были немыслимой роскошью. Наши же гастролеры везли домой чемоданами импортный нейлон и капрон. Вместо условленного часа мы общаемся с Наталией уже больше двух часов. И чай вкусный, и, конечно, безумно интересны воспоминания. Хронику сегодняшних дней добавляет Татьяна Устинова, второй педагог ансамбля «Аленушка». Последние 29 лет в стенах центра «Нео-XXI Век» происходит чудо рождения народного танца под руководством этих двух замечательных хореографов. — Зал у нас небольшой, сами видите, — знакомит с «тренировочной площадкой» Наталия Прахова. — Но отказать в приеме никому не могу. Детей люблю, строгой быть не умею. С нами уже многие выросли, от 5 лет до 28. О коллективе москвичи знают — редкий праздник в Южном округе проходит без «Аленушки».

Наталья Науменко

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».

Фоторамка в морском стиле станет подарком любимым

В Культурном центре «Дружба», который находится по адресу: улица Медынская, дом № 6а, прошел мастер-класс по декорированию фоторамок.

Занятие посетили как подростки, так и пенсионеры. Каждый должен был принести с собой на мероприятие фоторамки, а остальные подручные материалы предоставили организаторы: краски, пазлы, картон, клей. Одноклассницы Алина Труханова и Ангелина Николаенко в качестве орнамента использовали пазлы разных цветов. Обе девочки очень любят заниматься творчеством, поэтому не смогли пройти мимо этого мероприятия.

— На этот мастер-класс пришла, потому что дома сидеть скучно. А так в культурный центр уже два года хожу: занимаюсь тут пением и танцами. Мне нравятся любые виды творчества, и я стараюсь погружаться в них, что называется, с головой. Мне интересно что-то создавать своими руками, — говорит Алина. Девчонки еще нанесли на рамку гуашь красного цвета. По их мнению, так рамка выглядит более изящно. — Пришла в культурный центр впервые, меня просто



Арина Труханова и Ангелина Николаенко (слева направо) украшают свои поделки пазлами

Алина позвала сюда. Я как-то этим заинтересовалась и пришла. А вообще я человек творческий: дома рисую и занимаюсь бисероплетением.

Любопытно

Мне очень понравилось украшать рамки, это увлекательно, — добавляет Ангелина. А 67-летняя Алла Князькова сделала фоторамку для своего внука Артема. Она подарила ее мальчику на день рож-

дения в сентябре. Женщина украсила фоторамку синими и голубыми пазлами.

— Рукоделие развивает мелкую моторику и память у пожилых людей, поэтому мне нравится этим заниматься. У меня трое внуков, и я люблю вручать им подарки, а изделия, сделанные собственными руками, ценятся и хранятся больше. Цвета такие подобрала, потому что папа внука хотел быть моряком и поэтому оформил комнату сыну в морском стиле. Вставляю в новую рамку фотографию

внука и подарю, — отмечает Алла.

Она, кстати, еще занимается квиллингом — искусством изготовления композиций из скрученных в спиральки длинных и узких полосок бумаги. Так что к каждому празднику у нее готовы открытки ручной работы. Преподаватель Татьяна Фризоргер во время мероприятия помогала участникам.

— Для детей эти занятия — возможность делать что-то новое, развиваться, общаться. То же можно сказать о людях старшего

поколения. Они не сидят в четырех стенах, а занимаются творчеством, получают от этого удовольствие, забывают о своих болячках и, конечно, заряжаются позитивом, — рассказывает Татьяна.

Создание благоприятных условий для занятий творчеством в шаговой доступности от дома входит в концепцию программы «Мой район». Для жителей организуют интересные творческие студии, мастер-классы и познавательные лекции.

Алексей Дубровин

Тренировка для самых отзывчивых учеников

В филиале «Бирюлево Западное» Территориального центра социального обслуживания «Чертаново» прошло занятие «Зумба Голд».

Умению участников проекта выполнять танцевальные и спортивные элементы может позавидовать каждый. Основное в зумбе — способность быстро «переключать» хореографию восточного танца на испанскую или русскую народную.

В начале занятия — разминка. Инструктор показывает ритмичные шаги, которые выполняются практически на месте. Выпады ногами и приседы чередуются со взмахами рук.

По словам тренера Марии Кажуриной, примерно на середине урока человек начинает раскрепощаться и улыбаться, главное — сконцен-



Участница программы Лидия Горчакова знает все движения танца наизусть

трироваться на движениях и поверить в себя. Кроме этого, она считает, что красивая инструментальная музыка, переходящая в зажигательные ритмы, оказывает свое терапевтическое

воздействие, потому что человек позволяет себе отвлечься от всего насущного, но при этом не бездействует. — Я преподаю зумбу с самого начала проекта. Могу сказать, что в моей профессии существует много позитив-

ных моментов, это та работа, от которой не устаешь. Мои ученики — самая отзывчивая публика. Это уже самодостаточные люди, во внутренний мир которых порой очень интересно заглянуть, — рассказывает Мария.

Полезная информация

Найти новое хобби легко. Достаточно записаться в программу «Московское долголетие». Подать заявку можно в центрах социального обслуживания, центрах «Мои документы», учреждениях, где проводятся занятия, или через портал мэра MOS.RU.

Участница проекта Лидия Горчакова знает движения наизусть, на занятия она ходит чуть больше года и бросить не собирается.

— Помимо зумбы, я регулярно хожу на уроки информатики, занятия по йоге и общей физической подготовке, а еще повторяю английский язык. Стараюсь чередовать умственную и физическую активности, — рассказывает Лидия. Дарья Смольникова

Возрасту вопреки

Столица встречает «Цветочный джем»

Ежегодный летний фестиваль и конкурс ландшафтного дизайна стартует в Москве 23 августа. Народные гулянья продлятся до Дня города.

Самый яркий праздник придет в столицу уже в третий раз. Для гостей площадки подготовили концерты, спектакли, творческие встречи и мастер-классы на любой вкус. Традиционно все мероприятия бесплатные. Уже сейчас на улицах города появляются дизайнерские выставочные сады, над которыми трудились лучшие мастера из 11 стран. Для соз-

Афиша

дания уникальных зон им понадобилось 200 тысяч живых растений. Неотъемлемой частью развлечений останется дегустация всевозможных джемов и различных видов варенья. Участники фестиваля смогут узнать новые рецепты любимых десертов, приобрести пару баночек для себя или в подарок и даже узнать, как связаны картина Ивана Айвазовского и джем из черной смородины.

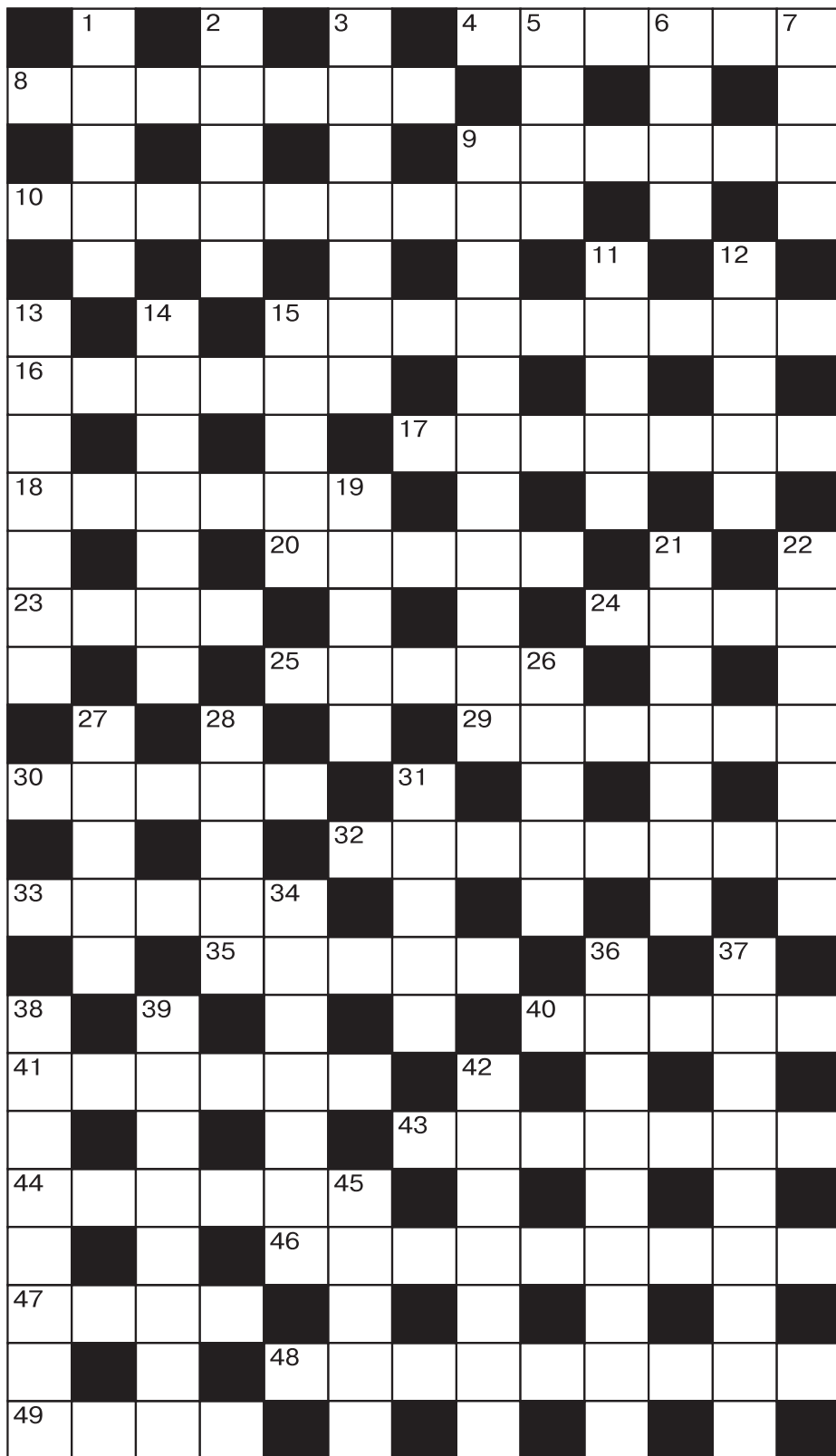
Александра Морозова

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. Шторм. 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. Дары. 9. Пролетариат. 11. Школа. 12. Динго. 13. Жонглер. 14. Бабочка. 15. Довод. 19. Горец. 21. Примета. 22. Алатырь. 26. Теллец. 27. Шорты. 28. Азарт. 31. Хеопс. 34. Моллюск. 36. Маккартни. 37. Янковский. 38. Романцев. 39. Теремной. 42. Варьете. 45. Талия.

Гороскоп сентябрь

С приходом осени в жизни **Овнов** начнется новая глава. Не сопротивляйтесь переменам, даже если не все они четко спланированы. Возможны неожиданные денежные поступления, премии, улучшение материального положения. Совет **Тельцам**: следите за происходящим как сторонний наблюдатель. Время действовать придет позже. В середине месяца удастся наладить отношения с близким человеком. **Близнецы** полны энергии и желания перемен. Будьте осторожны, обдумывайте каждое решение и поступок. **Ракам** предстоит суетливый месяц, но результат будет стоить ваших усилий. **Львам** удастся завершить серьезные дела и довести до победного финала важные для них проекты. Сны в этот период могут оказаться вещими. В жизни **Дев** наступает непростой, но продуктивный период. Дела будут идти как по маслу, если вы не станете усложнять себе задачи. **Весам** сентябрь вскружит голову и поставит перед непростым выбором. Параллельно мир будет предлагать вам массу возможностей, связанных с заработком. Не прогадайте! **Скорпионов** ждут новые знакомства и встречи со старыми друзьями. При принятии важных решений прислушайтесь к интуиции. Для **Стрельцов** залогом успеха во всех сферах жизни станет осторожность в высказываниях. **Козерогам** будет особенно важно грамотно расставлять приоритеты и фильтровать информацию. **Водолеям** решить финансовые вопросы поможет случай. **Рыбам** звезды сулят карьерное продвижение и рост доходов. Период удачен для обновления быта.



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 кровей. **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, ввергшего 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



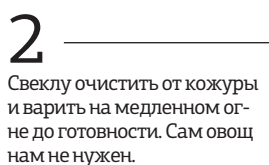
Свекольник

- 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 15%* 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

Kupestil **www.kupestil.ru**

Размещение рекламы

(499)
**557
04
04**
доб.
132, 158