

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

МОИ район

ХАМОВНИКИ
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
ВЫПУСК

23.11.2019

№ 9 / 347

12+

Цитата

Сергей Собянин

В каждом районе должен быть свой центр — площадь, набережная или парк, где можно организовать праздник, назначить встречу и просто хорошо провести время. Задачу создания таких мест мы решаем в рамках программы «Мой район»



Ревизор Тротуарное покрытие на Хамовническом Валу оперативно починили

4

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



Цифра

27

деревьев высадят в районе до конца осени

Чемпионы рок-н-ролла



7

Юные спортсмены Пуянто Бадмаев и Николь Большакова отрабатывают акробатический элемент выступления



5

Опрос

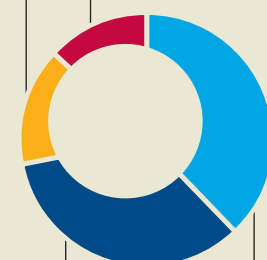
Жители рассказали о любимых зимних забавах (%)

15

Лепить снеговика

13

Смотреть новогодние спектакли



34

Кататься на коньках

38

Играть в снежки

Голосование проходило в сообществе района vk.com/xamovv

Медицина

Капитальный ремонт

В столице проходит ремонт многих учреждений социальной сферы и здравоохранения. Второй филиал поликлиники № 68 на Плющихе также модернизируют

2

Наши люди

Интерес к истории

Директор Волошинки Сергей Куприянов и его команда собрали коллекцию экспонатов Древнего Египта

6

Возрасту вопреки Участники «Московского долголетия» учатся рисовать

7

В скором времени в нашем районе капитально отремонтируют второй филиал городской поликлиники № 68, расположенный по адресу: улица Плющиха, дом № 42, строение 1.

Медицина



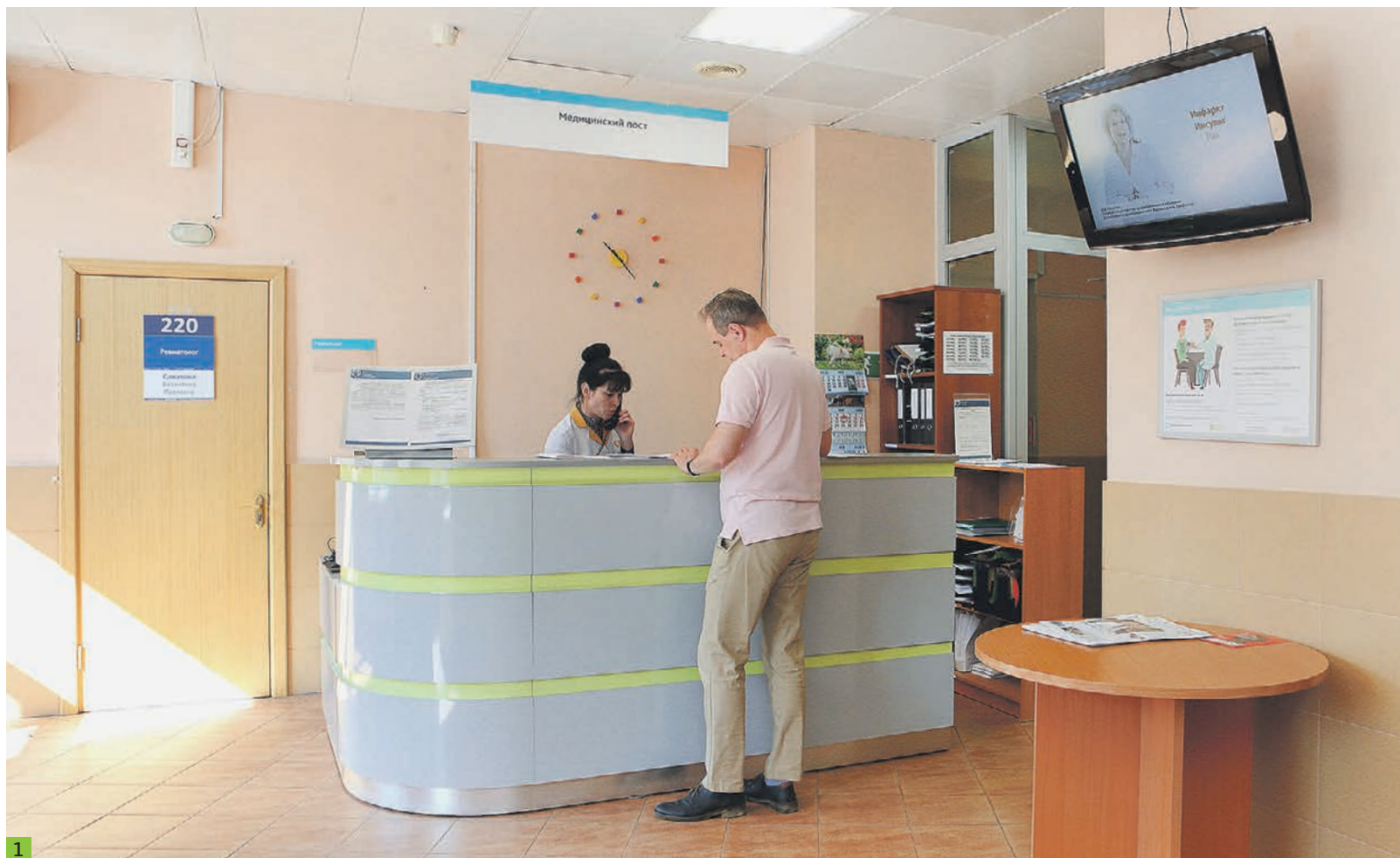
Москва стала одним из самых удобных городов для проживания. Масштабные изменения

затронули и здравоохранение. Поликлиника — это место, где каждый бывает хотя бы раз в году, и поэтому она должна соответствовать высоким современным стандартам.

Капитальный ремонт очень важен и нужен для филиала № 2 городской поликлиники № 68. Поликлиника будет отремонтирована в соответствии с «Новым московским стандартом»: наиболее посещаемые кабинеты везде разместятся на нижних этажах, наименее посещаемые и административные кабинеты — на верхних этажах здания. Например, появится вендинговая зона для пациентов, на 3-й этаж будут перемещены кабинеты лучевой диагностики, ближе к кабинетам приема врачей-специалистов; при филиале № 2 вновь заработает кабинет маммографии, и новый цифровой рентгеновский аппарат заменит аналоговую флюорографию. А также к традиционному кабинету физиотерапии добавится первый во взрослых поликлиниках Хамовников зал лечебной физкультуры. Здесь же будет организован блок кабинетов медицинской профилактики, чтобы жители могли в рамках одного визита пройти диспансеризацию.

О предстоящем закрытии филиала № 2 городской поликлиники № 68 Департамента здравоохранения города Москвы рассказала главный врач поликлиники Наталья Николаевна Кузнецова (на фото).

В капитальном ремонте действительно нуждаются многие здания



1

В районе Хамовники будет капитально отремонтирована поликлиника



2

Поликлиника — это то место, где каждый из нас бывает хотя бы раз в году, и именно поэтому она должна соответствовать самым высоким современным стандартам (1). Здание второго филиала поликлиники № 68 (2)

№ 64, С12 до остановки «Хамовнический Вал, д. 2».

Планируется ли изменение времени работы поликлиники?

Мы постарались учесть не только интересы «прибывающих» пациентов, но и принимающей стороны. Планируется увеличить количество мест за стойкой информации, добавить медицинский пост, дополнительные рабочие места в процедурный кабинет, также обсуждается вопрос увеличения рабочего времени с 7:00 до 21:00 в будни.

ПРИМЕРНЫЙ СРОК РЕМОНТНЫХ РАБОТ СОСТАВЛЯЕТ ДВА ГОДА

Как получить информацию о капитальном ремонте поликлиники и о том, куда нам, пациентам, приходиться на прием?

Вся информация по ремонту доступна на сайте MOS.RU, на сайте поликлиники, администраторы также ответят на все интересующие вопросы. Пациентам уже доступны брошюры и другая печатная продукция, запущен телефон справочной службы (495) 531-69-98 (понедельник–пятница — с 8:00 до 20:00, суббота–воскресенье — с 8:00 до 16:00).

Екатерина Смирнова

Справка

В поликлиниках приступят к внедрению нового стандарта комфорта. Например, зонирование помещений станет удобнее. По возможности наиболее посещаемые кабинеты разместят на нижних этажах, а административные — на верхних.

в нашем городе. Почему было принято решение о ремонте здания поликлиники с полным закрытием, и сколько продлится ремонт?

Ориентировочные сроки проведения капитального ремонта — два года. Здание филиала № 2 городской поликлиники № 68 построено в 1970 году по типовому проекту 1960-х годов. За прошедшие 50 лет существенно изменились

требования нормативных документов: начиная с требований противопожарной безопасности, заканчивая вопросами охраны труда и организации рабочего места. Сделать так, чтобы наша поликлиника соответствовала современным стандартам, возможно только в рамках капитального ремонта, а проводить ремонт без полного закрытия поликлиники долго, некомфортно и даже опасно.

Где на время ремонта пациенты смогут получить медицинскую помощь?

Переезд всех сотрудников и служб филиала № 2 планируется в здание филиала № 3: Фрунзенская набережная, дом № 38/1. Мы смогли высвободить и подготовить необходимое количество помещений для грядущего переезда. Добраться до этой поликлиники можно автобусом Т79 до остановки «2-я Фрунзенская улица» или

Одна карта для получения множества услуг

Карте москвича исполнилось 18 лет. Уже почти пять миллионов жителей столицы оценили, как удобно получать льготы с ее помощью и оплачивать сервисы и товары.

Кому предоставляется



Школьники, студенты, ординаторы, аспиранты



Родители, ожидающие малышей



Пенсионеры, люди предпенсионного возраста



Другие льготные категории горожан

Преимущества



Льготный проезд в транспорте



Оплата госуслуг, ЖКХ, штрафов



Получение пенсий, стипендий, соцвыплат



Проход и питание в школе, детском саду



Бесплатный проход в музеи

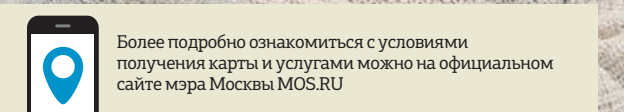


Запись к врачу через терминалы ЕМИАС



Скидки у партнеров программы

Новый дизайн карты выбрали сами москвичи, проголосовав в проекте «Активный гражданин»



Более подробно ознакомиться с условиями получения карты и услугами можно на официальном сайте мэра Москвы MOS.RU

Жители тренируются под открытым небом

Завершились работы во дворе по адресу: Денежный переулок, дом № 8-10. Большой спорткомплекс и необычный детский игровой городок привлекают и детей, и молодежь, и старшее поколение района.

Благоустройство

Михаил Проксин живет в доме на соседней улице, но вечерами ходит заниматься спортом именно во двор на Денежном.

— Я принял это решение недавно. Раньше не было желания, да и негде было. А здесь заниматься — одно удовольствие, есть все необходимое, чтобы даже новичку было удобно, альтернатив таким хорошим тренажерам в округе я не замечал, — рассказал он.

У Михаила в планах — научиться подтягиваться. Он постепенно увеличивает нагрузку и сейчас пока тренируется на низкой перекладине.

А по соседству оборудовали небольшой развивающий комплекс со множеством лесенок и лабиринтов. Есть и другой игровой городок — в виде большого корабля, и даже вечером здесь много детей. С двух его бортов установлены лестницы, по которым можно подняться на палубу. На корме сделали винтовую горку.

— На данной дворовой территории были выполнены: ремонт асфальтобетонного покрытия, замена дорожного и садового бортового камня, ремонт газонов. Про-



Дмитрий Черкасов

Михаил Проксин вечерами занимается спортом. На такой лестнице удобно подтягиваться

изведена реконструкция детской площадки с установкой современного резинового покрытия. Во дворе

ЗАМЕНИЛИ БОРДЮРЫ, ПОСТАВИЛИ НОВУЮ ДЕТСКУЮ ПЛОЩАДКУ

был разбит цветник с многолетними и однолетними сортами растений, — рассказала заместитель начальника отдела благоустрой-

ства «Жилищника» района Хамовники Татьяна Варол. Кроме того, на территории установили достаточно новых фонарей, чтобы гулять можно было даже поздно вечером. Такие фонари благодаря светодиодным лампам прослужат дольше предыдущих. А рядом на скамеечках возле цветника любит отдыхать старшее поколение. Благоустройство дворов в рамках комплексной программы «Мой район» продолжается. При разработке проектов учитывают предложения и мнения горожан. Узнать о планах преобразований можно на официальном сайте мэра Москвы MOS.RU.

Дмитрий Черкасов

Мой район. Хамовники
23.11.2019 № 9 / 347

Оцениваем работу городских служб

На портале «Активный гражданин» (ag.mos.ru) запустили опрос о качестве работы «Жилищника», в том числе и в Хамовниках.

Москвичам предложили ответить на три вопроса: «Какая компания управляет вашим домом?», «Как вы оцениваете текущее содержание вашего дома?» и «В каком районе вы проживаете?». Результаты помогут сравнить эффективность работы «Жилищника» в разных округах столицы. Эти

Голосование

учреждения обслуживают более 65 процентов домов в Москве. Они же ведут немалую работу по благоустройству в рамках масштабной программы «Мой район». Их создание помогло заметно повысить качество содержания жилья.

Андрей Обручев

Согласован капремонт моста имени Хмельницкого

Основным нововведением станет установка современных эскалаторов.

Житель Михаил Иванов регулярно ходит этой дорогой к станции метро «Киевская». По его мнению, пешеходному мосту не помешало бы обновление.

— Он перестал быть таким красивым, как изначально. Напольное покрытие изнашивалось, а стеклопакеты потускнели, — поделился житель. — Ремонт был бы очень кстати, однако не хотелось бы, чтобы надолго перекрывали движение пешеходов.

Михаил прав, и чтобы горожанам было комфортно, ремонт будет проводиться

Кстати

Проектными решениями предусмотрена замена облицовки парапетов, установка новых стеклопакетов в галерее моста и ремонт гранитной облицовки опор, работы включают ремонт диспетчерского пункта и других помещений.

частично, с отведением отдельного места для прохода. Работы предусматривают замену эскалаторов и монтаж лифтов для мам с колясками или инвалидов.

— Кроме этого металлоконструкции строения обрабатывают антикоррозийным защитным составом, — рассказали в «Жилищнике» района.

Дмитрий Черкасов



Дмитрий Черкасов

Михаил Иванов считает, что в первую очередь нужно привести в порядок напольное покрытие

Модернизация



Как оспорить штраф водителю?

Первый шаг — определите, какое ведомство выписало вам штраф за нарушение Правил дорожного движения.

Второй шаг — подайте жалобу в это учреждение в течение 10 суток с момента получения копии постановления.

Третий шаг — если владелец транспортного средства не вы, предъявите доверенность.

Жалобу рассмотрят в течение 10 рабочих дней с момента регистрации обращения.

Стал кандидатом в мастера спорта

Инспектор дорожно-патрульной службы ГИБДД района Хамовники Иван Крючков определился с выбором профессии после окончания юридического института.

Во время учебы он проходил разную практику, но понял, что служба в органах внутренних дел ему ближе всего. И вот уже на протяжении семи лет дежурит на территории Центрального административного округа.

— В первую очередь в мои обязанности входит обеспечение безопасности на дорогах, — рассказывает Иван. — Ведь многие, только заметив полицейского на дороге, уже начинают ехать спокойнее. Также мы должны пресекать правонарушения, которые совершают как водители, так и пешеходы.

Для того чтобы на дорогах становилось безопаснее, Иван Крючков с коллегами проводят профилактические операции: «Нетрезвый водитель», «Пешеходный переход», «Снова в школу» и другие.

— Когда мы видим, что дети перебегают дорогу в неположенном месте, — проводим беседы, объясняем, что это опасно! — рассказывает полицейский. — Часто вы-

Личное дело

Иван Крючков
Инспектор дорожно-патрульной службы ГИБДД района Хамовники
■ 1100 административных протоколов составил в 2019 году

3-й батальон дорожно-патрульной службы ГИБДД Управления внутренних дел по ЦАО города Москвы:
Ул. Люсиновская, 12А
Прием: с понедельника по пятницу — с 9:00 до 18:00
(499) 236-41-36

ясняется, что они просто не знают правил дорожного движения. Мы приходим в школы и обучаем,

как правильно вести себя на дорогах.

Случалось Ивану и раскрывать преступления. Например, однажды он остановил иномарку для проверки документов и заметил, что водитель нервничает. Инспектор пригласил понятых. Затем осмотрел в их присутствии салон авто, где обнаружил наркотики.

— Периодически попадают за рулем водители в пьяном виде, — рассказывает Крючков. — Недавно за это ввели уголовную ответственность. И правильно: ведь они представляют опасность на дороге! Хотя бы потому, что у такого участника дорожного движения замедлена реакция, и он может не отреагировать на опасную ситуацию.

Бывает, что полицейский приходит на помощь водителям.

— Кому-то поменяем колесо на авто, с кем-то поделимся нужным инструментом, — рассказывает Иван. — Но чаще подсказываем, как проехать до нужного места. Кстати, полицейский занимается спортом: еще со школы он увлекается вольной борьбой, побеждает на соревнованиях и уже получил звание кандидата в мастера спорта.

Андрей Обьедков

hamovniki@vm.ru

Обратите внимание

Смена жилья всегда сопровождается огромным количеством сложностей, заполнением бумаг и решением вопросов. Для того чтобы облегчить переезд участникам городской программы реновации, специалисты разработали удобный инфосервис.

Пошаговая инструкция комфортного переезда

Новая опция появилась на сайте мэра Москвы (mos.ru/services/pereezd). Ее можно найти во вкладке «Жилье, ЖКУ, двор» каталога услуг. Раздел называется «Переезд по программе реновации». С помощью нового сервиса жители столицы смогут узнать, какие документы им понадобятся, как докупить квадратные метры и что делать после получения ключей от квартиры. Помимо инструкции из основных семи шагов, на ресурсе есть возможность задать индивидуальные «Параметры переезда». При

нажатии на кнопку откроется новое окно. В нем последовательно будут заданы пять вопросов и предложено по два варианта ответа на каждый. Например, была ли жилплощадь приобретена в ипотеку.

В сервисе доступны 24 сценария переезда. Там же даны ссылки на сайты организаций, которые будут задействованы в процессе. Онлайн-руководство охватывает все этапы переезда — от получения письма с предложением квартиры до регистрации на новом месте жительства.

Покрытие тротуара оперативно отремонтировали

Жители обратились в редакцию нашей газеты с просьбой помочь в решении проблемы. Из тротуара на улице Хамовнический Вал стали выпадать фрагменты плиточного покрытия.

Ревизор

Особенно много деталей не хватает напротив дома № 16.

— У меня маленький ребенок, и теперь стало неудобно гулять с коляской. Хотя тротуар здесь и широкий, но из-за того что фрагменты начали откалываться по всей ширине, даже не знаешь, где лучше обойти, — поделилась жительница дома № 16 Наталья Хворостова. — Когда колеса наезжают на выскочивший фраг-



Дмитрий Горянин подтвердил, что теперь по этому участку улицы вновь комфортно ходить

мент, коляску приходится с трудом толкать.

Женщина от имени соседей попросила посодействовать в решении вопроса. Корреспондент направил обращение в отдел жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства управы.

Там сообщили, что вопрос не в их компетенции: благоустройством дорог и тротуаров вдоль проезжей части занимается ГБУ «Автомобильные дороги ЦАО». Районные власти перенаправили обращение туда. Дорожники быстро отреагировали

на просьбу и на следующий день направили рабочих, которые выполнили ремонт.

— Плиточное покрытие у дома № 16 по Хамовническому Вал у восстановлено, — сообщил вскоре руководитель «Автомобильных дорог ЦАО» Александр Жмаев. — Тротуар находится в технически исправном состоянии. Корреспондент выехал на место, чтобы проверить качество работ и услышать мнение жителей.

— Теперь здесь ходить удобно, — подтвердил Дмитрий Горянин, спешивший в это время по делам.

Кстати, благоустройство уличной и придомовой территорий теперь контролируется и в рамках комплексной программы «Мой район», основная задача которой — создать единый стандарт качества жизни во всем городе.

Андрей Обьедков

Цифра

32

двора благоустроено в 2019 году в рамках программы «Мой район»

Кроме того

Куда обратиться за помощью и консультацией туристам 122 — единый номер для российских и иностранных операторов; **(495) 122-01-11** — городской номер телефона московского туристского контакт-центра.

Консультанты помогут сориентироваться гостю в городе и распланировать маршрут экскурсий на английском и русском языках. Звонки принимаются круглосуточно.

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 hamovniki@vm.ru



«Хамовники | Крпоткинская Остоженка Пречистенка»
«ВКонтакте»

Хамовники — один из самых старых районов Москвы. При этом здесь есть много мест, где сохранилась историческая среда. В сообществе «Хамовники | Крпоткинская Остоженка



Пречистенка» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/hamovv) разместили фотографию от пользователя с ником marishka_2801, на которой изображена вывеска 1920-х годов на Пречистенке. Вернее, это ее точная копия, восстановленная по ретрофотографиям и контуру букв на стене.



«Любимые Хамовники»
«Фейсбук»

С наступлением холодов нашу столицу уже успели покинуть практически все перелетные птицы. И, конечно, нам привычнее те виды птиц, которые не спасаются от морозов в теплых странах, а преодолевают трудности вместе с москвичами. В районном сообществе «Любимые Хамовники» в социальной сети «Фейсбук» (facebook.com/khamovnikes) разместили фотографию от пользователя с ником u1ja00. На снимке запечатлена большая стая голубей, буквально облепившая ветки дерева. Эти птицы приспособиваются к перепадам температуры, без труда переживая московскую зиму.



На контроле



Насреддин Насреддинов
Зубовский бульвар

Постоянно в течение всего дня грязно на Зубовском бульваре: везде мусор, урны постоянно переполнены. Ситуация не контролируется ни управой района, ни ответственными за чистоту на этом участке. Требуется регулярная уборка в течение всего дня, сиденья лавок и тумбы необходимо регулярно мыть. Необходимо, чтобы управа района постоянно контролировала своевременную уборку территории. Ведь центральные улицы — это не только лицо города, но и страны.

Ответили в управе:
По указанному адресу территория очищена от грязи и мусора. Уборка проводится в соответствии с регламентом комплексного содержания — круглосуточно.



Варвара Ерохина
Новоконюшенный переулок

Большая просьба срезать огромную сухую ветку, которая нависает над детской площадкой во дворе нашего дома № 9, строение 1. Также просим проверить и остальные деревья, ведь в окрестностях много пешеходных дорожек и игровой городок.

Ответили в управе:
В ходе проверки было установлено, что деревья во дворе находятся в удовлетворительном состоянии. Выполнены работы по уборке сухой ветки, указанной в сообщении.

Фот-так!



Максим Вешняков
Мост имени Богдана Хмельницкого



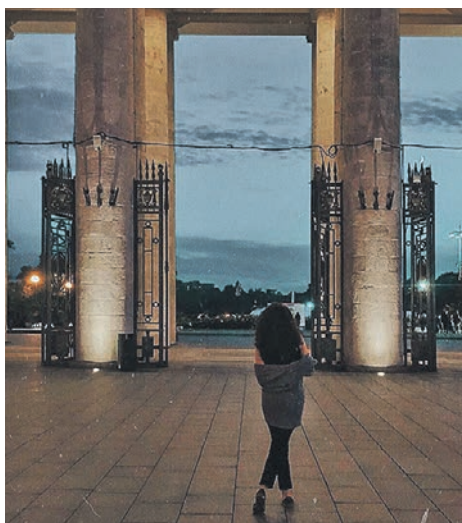
Во всех крупных городах мира особое внимание уделяется внешнему виду набережных. Москва-река украшена огнями, подсветкой и иллюминацией. Наш читатель Максим Вешняков поделился с редакцией фотографией, на которой запечатлен прекрасный вид, открывающийся с моста Богдана Хмельницкого. Только поздним вечером или ночью можно увидеть эту скрытую московскую красоту.



«Любимые Хамовники»
«Инстаграм»

Вечерняя прогулка по окрестностям района — не только способ приятно провести время, но и повод сделать несколько замечательных фотографий.

В сообществе «Любимые Хамовники» в соцсети «Инстаграм» (instagram.com/khamovniki_is_love) можно увидеть тому пример. Автор снимка — пользователь с ником kathie_lash_and_brow. Согласитесь, девушка сделала очень атмосферную фотографию в Парке Горького!



«Хамовники | Крпоткинская Остоженка Пречистенка»
«ВКонтакте»

Наконец состоялось открытие Дворца водных видов спорта в Лужниках. Об этом рассказали жителям района в сообществе «Хамовники | Крпоткинская Остоженка Пречистенка» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/hamovv). Внешний вид этого здания в ходе реконструкции изменен не был. А вот внутреннее пространство, наоборот, подверглось значительным переменам. Отныне там находятся несколько спортивных бассейнов, аквапарк и бани. Теперь у жителей появилось еще одно место для тренировок! Строительство и ремонт стадионов, спортивных центров рядом с домом отвечает концепции городской программы «Мой район».

мой район

5

РАЙОННЫЙ
КОРРЕСПОНДЕНТ

Мой район. Хамовники
23.11.2019 № 9 / 347

Так просто



Житейские советы по решению бытовых мелочей

1. Даже у аккуратной хозяйки в мусорном ведре могут появиться бактерии и неприятный запах. Избежать этого несложно. Достаточно при смене пакета класть на дно ведра несколько таблеток активированного угля.
2. Если нанести немного лака для волос на кончик нитки, вдеть ее в иглолку будет легче.
3. Дамам на заметку! Липкий ролик для одежды не только спасет любимую кофточку от шерсти домашнего питомца, но и безупречно и быстро вычистит внутренности женской сумочки.



4. В ванной комнате постоянно запотевают зеркала? Мы знаем, что делать! Протрите его кремом для бритья, а после — мягкой тряпкой. Проблема решена!



hamovv
«ВКонтакте»

В сообществе «Хамовники | Крпоткинская Остоженка Пречистенка» в социальной сети «ВКонтакте» (vk.com/hamovv) устроили опрос. У жителей поинтересовались, пользуются ли они личным велосипедом, берут ли их в прокате. Оказалось, что этот вид транспорта довольно популярен в районе.

Редактор полосы
Анна Синицына

Казалось, с директором библиотеки — культурного центра имени М. Волошина можно разговаривать о литературе, книгах и предпочтениях читателей. Но уж никак не о процессе создания копии статуи Нефертити... Но Сергей Куприянов легко доказал обратное. Наверное, стремление всесторонне развиваться — один из секретов его успеха.

Мы встречаемся в читальном зале библиотеки, где стены выкрашены в ярко-фиолетовый цвет, а по периметру помещения стоят стеллажи с книгами. В уголке за небольшим столом сидит Сергей Куприянов, словно он вовсе не директор, а посетитель. Сергей предлагает пересечь за стол побольше. — За квадратный или за круглый? — спрашиваю я, видя перед собой два стола. — Первый — для деловых разговоров, а второй — для простых бесед, — объясняет Сергей. Интересный подход. Да и вообще сразу видно, что комфорт гостей библиотеки — одна из важных задач для него.

Тридцать секунд на раздумье

Сприходом Куприянова в Волошинку в читальне явно стало уютнее. Сотрудники и посетители между собой даже ласково называют библиотеку «Домик». — Мы перекрасили стены, добавили в интерьер текстиль, заменили старые лампы и добавили живые цветы, за которыми, кстати, ухаживает отдельный специалист, — говорит Сергей. Конечно, атмосферу создают не только обновленные помещения. Главное — это сотрудники. А к ним у директора особенный подход. Для него важно, чтобы человек был открыт чему-то новому. — Обучить всем библиотечным премудростям не так просто, как, возможно, кажется. Новички входят в курс дела около полугода. Но зато потом я могу положиться на любого сотрудника, — говорит Сергей. Величайшая из премудростей, по словам директора, — в умении общаться с посетителями библиотеки, рекомендовать литературу.



Нас объединила любовь к искусству



Директор библиотеки — культурного центра имени М. Волошина Сергей Куприянов показывает копию статуи Нефертити (3). В читальне есть целый отдел, посвященный культуре Востока, с любопытными экспонатами (1, 2)

Рядом с домом

Библиотеки и дома культуры остаются традиционным пространством для общения жителей. Сегодня их организуют по современным стандартам. Там можно комфортно проводить время, встречаться с единомышленниками, участвовать в проектах. Такой подход соответствует идее программы «Мой район» — превратить библиотеки в культурные центры по соседству.

— Тот, кто выдает книги, должен чувствовать читателя. Есть всего 30 секунд, чтобы понять, что за человек перед вами, чтобы порекомендовать что почитать, — считает Сергей. — Конечно, нужно еще много читать и знакомиться с аннотациями книг. В нашей беседе директор ни

Круг интересов

разу не назвал своих сотрудников подчиненными. Говорит, стиль управления такой — без «этажей власти». — Мы — команда, нас объединяет одна цель, — утверждает Куприянов.

Древние экспонаты

Кроме нацеленности на результат, всех сотрудников Волошинки объединяет увлечение культурой восточных стран. В библиотеке есть зал, который украшает копия бюста египетской Нефертити. Оригинал шедевра XIV века до нашей эры хранится в берлинском музее, с которым команда Сергея тесно сотрудничала, чтобы воссоздать один из самых знаменитых в мире скульптурных портретов. — Это был долгий процесс. Только на роспись нашей копии понадобилось четыре месяца! Художник воссоздал узоры на бюсте, основываясь на 400 фотоснимках, кото-

рые прислали нам из берлинского музея, — рассказывает Сергей. В библиотеке есть целый отдел, посвященный Востоку. Тут собраны книги по истории и культуре древнейших цивилизаций. А рядом организована небольшая выставка предметов быта и объектов искусства Египта. — Все экспонаты коллекции мы закупили сами. Это оригиналы, и самому древнему из них три с половиной тысячи лет, — показывает глиняный сосуд Сергей. На выставке есть еще и древние книги. С ними тоже можно ознакомиться и даже полистать, предварительно отправив запрос. — Тут главное — не уйти полностью в восточную тему. Нужно соблюдать баланс — как и во всем в жизни. В нашем случае должна быть гармония между восточной темой и другими потребностями читателей, — говорит Сергей. А чтобы узнать желания посетителей библиотеки, директор иногда сам встает на выдачу книг.

Пример детям

Сергей считает, что если в доме есть книга, ребенок будет ее читать. Родителям не стоит выбрасывать печатные издания, полностью переходя на электронные варианты. Лучший способ привить

В БИБЛИОТЕКЕ ЕСТЬ ЗАЛ ВОСТОКА С КОПИЕЙ СТАТУИ НЕФЕРТИТИ

любовь к литературе — вдохновить своим примером. — Если в семье читают книги, эта привычка перейдет и детям, — утверждает он. Своему семилетнему сыну директор библиотеки советует книги, которые его самого впечатлили в детстве. К примеру, произведения Жюль Верна. — Умных книг он в жизни еще не читает, а сейчас это должно быть в удовольствие, — говорит Сергей. Всегда двигаться вперед — такова позиция директора Волошинки по жизни. Кроме управления библиотечно-культурным центром, он занимается юриспруденцией. — Хотелось бы, чтобы от меня осталось не только тире между двумя датами. Это мотивация для меня работать и достигать больших результатов, — утверждает Сергей.

Вероника Варенцова

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».

Танцы чемпионов. Спортсменов сложными трюками не напугать

На базе Детско-юношеской спортивной школы № 29 «Хамовники» проходят занятия по акробатическому рок-н-роллу.

В большом спортивном зале тренируются сразу несколько групп. В одной его части пары репетируют движения, а в другой — участники коллектива.

Дмитрий Горбунов посещает эти занятия уже 11 лет. И даже успел поучаствовать в чемпионате мира по этому виду спорта.

— Меня с первого дня зацепили очень динамичные движения этого танца, — рассказал Дмитрий. — Хотелось бы и в дальнейшем продолжать спортивную карьеру, завоевать много наград и в конечном итоге стать тренером и готовить будущих чемпионов.

Что касается тренировок, то они проходят по единому сценарию, независимо от специфики занятий.

— Мы начинаем занятие с разминки. Прорабатываем абсолютно все суставы, начиная с шеи и заканчивая голеностопом. Это необходимо, чтобы при выполнении акробатических элементов участники не травмировались, — сообщает тренер Виктория Кан. — Далее мы отрабатываем танцевальные движе-



Дмитрий Горбунов и Валерия Конева репетируют один из танцевальных элементов для будущего выступления

ния согласно программе, готовимся к выступлениям. Потом мы переходим к поэтапному разбору сложных

Любопытно

трюков. Завершается тренировка выполнением физических упражнений на шведской стенке или брусьях.

Дмитрий Горбунов — юниор и занимается в паре с Валерией Коневой. У них довольно большой разрыв в опыте (девушка занимается акробатическим рок-н-роллом всего три года). Но этот момент не влияет на сплоченность их пары, Дмитрий, как более опытный танцор, всегда готов помочь и подсказать. И даже выполнение

опасного трюка хрупкую Леру не пугает.

— Я, наоборот, больше всего люблю сложные акробатические упражнения, — поделилась девушка. — Однако прежде чем к ним приступить, мы тренируемся используя специальную страховку. Все участники секции буквально живут этим спортом. У более опытных ребят в не-

делю выходит по пять-шесть занятий.

Для подготовки нового поколения чемпионов важно создавать возможности для занятий спортом в каждом уголке Москвы. Организация детского и юношеского спорта, строительство стадионов и физкультурных комплексов входит в задачи программы «Мой район».

Дмитрий Черкасов

«Здоровая Москва» получила Гран-при

Уникальный проект, благодаря которому в этом году горожане смогли пройти медобследование в парках, получил международную премию.

Признание

Гран-при конкурса Eventiada IPRA Golden World Award летним поликлиникам присудили за четкую и продуманную организацию и беспрецедентный масштаб. «Здоровая Москва» внесла большой вклад в повышение качества жизни горожан. Напомним, что в течение теплого сезона в парках столицы можно было пройти обследование и получить консультации различных врачей.

Андрей Обручев

ЧАСТНОСТИ

Реклама

Недвижимость

● Куплю квартиру. Срочно! Наличие. Т. 8(985) 923-17-78
● Снимем квартиру, семья из Питера, русские. Т. 8 (903) 245-43-31
● Риелтор. Сдаю. Продаю. Консультирую. Т. (906) 710-71-74

Юридические услуги

БЕСПЛАТНАЯ
юридическая поддержка
граждан г. Москвы

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЕЖУРНОГО
ЮРИСТА**

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

Транспортные услуги

● Квартирные переезды. Анатолий Дмитриевич. Т. (495) 642-38-29
● Перевозки. Т. 8 (926) 203-98-39

● Автовыкуп. Т. (495) 227-56-55

Искусство и коллекционирование

**Старину
Куплю**
(коллекции, книги,
иконы, картины и др.)
8 (495) 997-85-59
8 (916) 240-09-81
Наталья

● Купим книги. Т. (495) 961-36-02

Здоровье и красота

**Сложный
ПЕДИКЮР**
Дипломированный специалист
Трещины, натоптыши
Возрастные изменения
Сложные случаи с ногтями
8-926-177-36-64 Выезд на дом
Podologmsk.ru

Полноценную картину можно нарисовать за два часа

Участники программы «Московское долголетие» посещают занятия по изобразительному искусству в Политехническом техникуме № 2.

Жительница Лидия Волкова всегда мечтала научиться рисовать. Но поскольку работала врачом, свободного времени было не так много. Выйдя на пенсию, все же решила заняться искусством.

— На наше обучение очень влияет преподаватель, Андрей. Он умеет найти правильный подход и объясняет сложные термины и приемы простыми словами, — рассказала Лидия. — Я занимаюсь уже два года и за это время поняла, что художники называют цветом, перспективой и как сочетать краски. Все основы я уже освоила.



Лидия Волкова показывает одну из своих первых работ — графический рисунок кота

На сегодняшнем занятии у участников задание — нарисовать натюрморт в классическом стиле. Они срисовывают с натуры, расположившись за мольбертами напротив композиции.

— Мы изучаем абсолютно разнообразные техники живописи. Рисуем пастелью, красками, карандашами, — поделился преподаватель Андрей Пантелеев. — Сегодня у нас задача — нарисовать

натюрморт акварелью. За двухчасовое занятие участники успевают нарисовать полноценную картину, начиная с карандашного наброска и заканчивая добавлением красок.

Дмитрий Черкасов

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ

(499) 557-04-04

Возрасту вопреки

ВИВАТОН

В преддверии Нового года автор комплексной системы «ВИВАТОН» Александр Савелов-Дерябин дает свои рекомендации всем желающим по укреплению здоровья и красоты.

Что мы едим — из того и состоим

Дорогие мои москвичи и гости столицы! По нашей российской традиции мы встречаем праздник за обильным и вкусным праздничным столом. Однако нужно всегда помнить, что культура питания — основа основ системы «Виватон». Человек может быть здоров, если в его организме нормально протекает обмен веществ.

Как привык питаться современный человек? В его ежедневном рационе специалист без труда определит не только избыток мясных продуктов, но также и рафинированных углеводов (особенно изделий из белой муки, сахара и соли). Злоупотребление едой, и не только в праздники — это, к сожалению, признака нашего благополучного века. Прибавьте сюда употребление несовместимых пищевых продуктов (напри-

мер, белков с углеводами), нехватку в рационе фруктов и овощей. Все это приводит к нарушению кислотно-щелочного равновесия в сторону переокисления. Окислителями также являются алкогольные напитки, кофе, черный чай, шоколад, табак, а особенно овощи, фрукты и ягоды, собранные не в зрелом состоянии и дозревающие вне корневой системы. ГМО, кстати, активно применяется в мировой практике. Как я решаю эту проблему? Очень просто: стараюсь есть овощи и фрукты, выращенные в наших регионах на нашей натуральной земле, а экзотические овощи и фрукты употребляю в пищу как деликатес по большому желанию (в охотку).

Запомните: очень важно употреблять продукты без ГМО, принимать БАДы «Виватон»

и применять НАРУЖНО растительный препарат. Что мы едим — из того и состоим!

В нашем медицинском центре «Виватон» вы можете пройти полное комплексное обследование организма, которое наши специалисты проводят на самом современном оборудовании. После обследования мы составляем для каждого пациента рекомендации по правильному и здоровому питанию, объясняем, какие микроэлементы стоит добавить в пищу, а какие — сократить или полностью исключить.

При вашем желании специалисты НПО «Виватон» проведут комплекс процедур по укреплению вашего здоровья. Чтобы новый 2020 год вы встретили бодрым и здоровым в окружении своих близких.

Биография Александра Савелова-Дерябина удивительна. Вот только один интересный факт в его судьбе — сделать карьеру оперного певца прямому потомку княжеского рода Савеловых (этот род Савеловых подарил России железные дороги, Савеловский вокзал) подающему надежды певцу Большого театра помешала открытая форма туберкулеза, которую он получил, работая как сын репрессированных в шахтах. Болезнь спровоцировало шахтерское прошлое. «Борьба с болезнью перевернула мою жизнь, появилось новое призвание — занятие профилактической физиологией, — напишет позже Александр Савелов-Дерябин. — Мои университеты проходили под руководством маститых ученых — медиков, физиологов, биохимиков».

Сегодня Александр Савелов-Дерябин почетный профессор государственного Пекинского госпиталя «Хуан Си» народно-освободительной армии Китая по косметической хирургии, действительный член Международной академии естественных наук (г. Ганновер), дважды человек года США в номинации «Человек выдающейся биографии» (1998 и 2005 годы), награжден множеством медалей и наград, среди которых орден святого князя Александра Невского II степени за выдающиеся заслуги и большой личный вклад в укрепление Государства Российского; Международная премия имени Альберта Швейцера (ЮНЕСКО) за заслуги в деле оздоровления человека.



119034, Москва, Пречистенский пер., 12.
Пн - Вс: 9:00 — 21:00

VIVATON.RU интернет-магазин: kupivivaton.ru

Запись на консультацию

☎ 8 (495) 691-55-55

8 800 775-92-82, 8 (495) 637-51-08

ООО «НПО «Виватон». ОГРН 1187746588688. Лицензия № ЛО-77-01-017740 выдана Деп. здравоохранения г. Москвы.

На правах рекламы.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА