

МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 24 (340)
07.07.2023

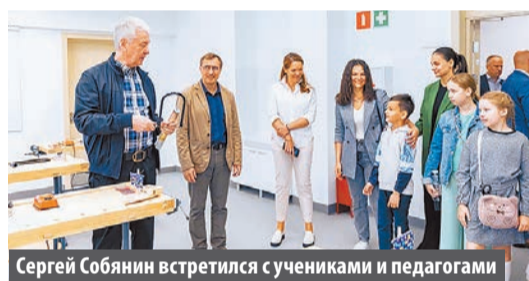
Информационно-аналитическая газета поселения Московский в городе Москве



ЖИВЕМ В НОВОЙ МОСКВЕ

Мэр столицы осмотрел школу в Саларьево-парке

Сергей Собянин посетил новое образовательное учреждение на 1150 учеников. Его открытие запланировано на 1 сентября.



Сергей Собянин встретился с учениками и педагогами

Откроется учебное заведение с математическим уклоном на улице Большое Полизовье. По словам его директора Юрия Вержбицкого, новая школа значительно разгрузит работающий в ЖК учебный корпус на ул. Саларьевской, дом 14, строение 1.



IT-полигон



Новенький спортзал

«За 4 года существования школы № 2094 в Троицком и Новомосковском округах столицы были построены и вошли в ее состав восемь зданий детских садов и два школьных здания. В завершающей стадии строительства находятся еще три здания ДОУ и одно школьное здание, которые войдут в состав нашей школы. Кроме того, 1 сентября откроем здесь и новый детский сад для 220 малышей», – рассказал Юрий Вержбицкий.

Школа будет иметь технический уклон. Для практических занятий там обустроены лабораторно-исследовательские комплексы с инженерно-физическим и естественно-научным профилями. Также в здании расположились мастерские и помещения для занятий живописью и музыкой, IT-полигон, библиотечный центр и шахматный кружок.

«В Троицком и Новомосковском округах столицы живут много семей с детьми. Наша обязанность – создать для них всю необходимую инфраструктуру, прежде всего – детские сады и школы. За последние годы мы построили больше 100 образовательных зданий, до конца 2023-го возведем ещё 30, и до 2025-го – еще 50», – отметил Сергей Собянин в своем телеграм-канале.

Дарья СОКОЛОВА

Фото mos.ru



Школьный двор



Ирина Свиридова: с помощью нового МРТ-аппарата можно ставить более точные диагнозы

Медицина ВЫСОКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

В Городской больнице Московского в 3-м микрорайоне установлены новые современные маммограф и аппарат МРТ.

Теперь сделать высокотехнологичное диагностическое обследование можно будет, не выезжая за пределы Московского. При помощи магнитного поля и радиоволн аппарат магнитно-резонансной томографии умеет безопасно выявлять опухоли, сосудистые заболевания, повреждения тканей, воспалительные процессы и другие невидимые человеческому глазу патологии.

– МРТ предоставляет более детальные и информативные изображения, чем другие методы, такие как рентген или УЗИ. Она позволяет врачам увидеть структуру и функцию органов, а также обнаружить изменения, которые мо-

гут быть незаметны на других типах обследования, – рассказала заместитель главного врача по медицинской части Городской больницы Московского, кандидат медицинских наук Ирина Свиридова.

Еще одна новинка – маммограф – позволяет провести рентгенологическое исследование молочных желез. Используется аппарат для обнаружения и диагностики различных заболеваний груди, включая рак молочной железы.

– Важность маммографии заключается в ее способности выявить рак на ранних стадиях, когда лечение имеет наибольший шанс на успех, – объясняет Ирина Свиридова. – Рак груди яв-

ляется одной из самых распространенных форм рака среди женщин по всему миру. Согласно данным ВОЗ, каждый год диагностируется около 2,1 миллиона новых случаев рака груди, а число смертей от этой болезни составляет около 630 000. Маммографию рекомендуется проводить регулярно женщинам после 40 лет. Если у вас есть подозрение на проблемы с грудью или риск развития рака молочной железы, вам следует обратиться к врачу для консультации и назначения маммографии. А на профилактический осмотр необходимо обратиться в отделение медицинской профилактики – на стринский пост второго этажа поликлиники.

Дарья СОКОЛОВА

Фото Александра КОРНЕЕВА

Дороги в 3-м микрорайоне станут удобнее

В поселении продолжают работы по благоустройству. Сейчас рабочие приводят в порядок тротуары и бульвары.

В целях обеспечения безопасности пассажиров и автомобилистов в настоящее время на территории бульваров 3 микрорайона проводятся работы по устройству технических тротуаров, спусков для маломобильных групп граждан, а также нанесение специальной дорожной разметки.

– В микрорайоне проводятся мероприятия по организации безопасного дорожного движения в рамках нормативных требований для внутриквартальных дорог, – прокомментировал начальник отдела по благоустройству

и содержанию территории администрации поселения Максим Голубев. – Работы проводятся в соответствии с проектом организации дорожного движения, согласованным Департаментом транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры города Москвы и ГКУ ЦОДД.

Сейчас работы идут полным ходом. Кое-где уже заменили элементы дорожного полотна, обустроили тротуары и новые удобные спуски. Для обеспечения безопасности пешеходов и автомо-

МЕНЯЕМСЯ К ЛУЧШЕМУ



Работы на бульваре закончатся в конце июля



Временные дорожные знаки

билистов установили временные дорожные знаки, предупреждающие о проведении работ.

Как отметили в администрации, при реализации данного проекта количество парковочных мест вдоль бульваров останется прежним – за счет организации параллельной парковки на проезжей части. Работы планируются завершить к концу июля.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото автора

БОЛЬШАЯ ДАТА

Отметили 11-летие ТиНАО

На главной площади Московского 1 июля прошел праздник в честь дня рождения Новой Москвы.

Вечером возле сцены у Дворца культуры собралось несколько сотен гостей. Ведущие устроили викторину, чтобы проверить, насколько хорошо жители Московского знают свой округ, которому в этот день исполнилось 11 лет. Желающих участвовать было много, а победители получили призы. Дальше выступали музыкальные коллективы и артисты поселения Московский, а также гости из Балашихи, Наро-Фоминска и поселения Первомайское. На сцену вышли певица Елена Горбунова с композицией «Белые крылья», баянист Андрей Луковский с номерами «Либертанго» и «Финская»,



Юные зрители – самые активные участники викторины

Екатерина Качай с песней «Будет счастье или нет». Много аплодисментов досталось победительнице международных конкурсов Лейле Эркеновой с хитом «Эхо любви», а также одному из самых любимых у зрителей коллективов из Московского – хору русской народной песни «Околица» с композициями «Колечко» и «Я на пекче молотила».

Собравшихся поздравила директор ДК и депутат Совета депутатов поселения Московский Ирина Иванова:

– Ровно 11 лет назад наш Московский стал Москвой. Желаю, чтобы всем вам здесь жилось комфортно, дальнейшего развития нашей Новой Москве, с праздником!



Директор ДК, депутат Ирина Иванова

Зрители были в восторге, многие с удовольствием танцевали и подпевали артистам.

– Время, проведенное с семьей, бесценно, а этот праздник – возможность отдохнуть душой с родными, – поделилась молодая пара, пришедшая на праздник вместе с пожилыми родителями.

И действительно, мероприятие объединило всех: не только близких, но и незнакомых людей.

Карине ГЕВОНДЯН

Фото Александра КОРНЕЕВА.



НОВАЯ МАГИСТРАЛЬ Солнцево – Бутово – Варшавское шоссе

Мэр Москвы Сергей Собянин рассказал об объекте транспортной инфраструктуры ТиНАО.

Обеспечение жителей ТиНАО максимально качественной транспортной и социальной инфраструктурой – первоочередная задача, отметил Сергей Собянин. Мэр Москвы ознакомился с ходом строительства дороги Солнцево – Бутово – Варшавское шоссе. Она свяжет шесть вылетных магистралей – Минское, Боровское, Киевское, Калужское, Варшавское и Симферопольское шоссе, станет важнейшей частью транспортного каркаса Новой Москвы, а также дублером юго-западной и южной части МКАД. Длина трассы по прямому ходу составит 30 километров (по три полосы движения в каждом направлении), общая протяженность новых дорог с учетом развязок – свыше 100 километров.

Движение транспорта по первому участку магистрали между Киевским и Калужским шоссе было открыто в августе 2018 года. В его составе построено 35 километров дорог. Трасса проходит параллельно перегону «Саларьево» – «Коммунарка» Сокольнической линии метро – это первый опыт строительства совмещенной автотрассы и линии метро в Москве.

Второй участок – от Калужского шоссе до транспортно-пересадочного узла (ТПУ) «Столбово» – был введен в июне 2019 года. В его составе построено 7,3 километра дорог, включая уникальное искусственное сооружение – двухкилометровый совмещенный автомобильный и метрогоннель на пересечении с Калужским шоссе.

Третий участок – от Боровского до Киевского шоссе – был введен в декабре 2022 года (на год раньше контрактного срока). В составе участка построено семь километров дорог, включая эстакаду над Боровским шоссе, тоннель под Киевским шоссе, а также два подземных пешеходных перехода в районе Новоорловской улицы и горнолыжного склона «Ново-Переделкино».

В сентябре 2022 года открылось движение по трассе от Минского до Боровского шоссе (Проектируемый проезд № 7083), которая стала продолжением магистрали. Всего построено 8,6 километра дорог.

Кроме того, с октября 2021 года делают четвертый участок – от ТПУ «Столбово» до улицы Поляны. В его составе построят и реконструируют 28 километров дорог.

В апреле 2023 года началось строительство пятого участка магистрали – от улицы Поляны до Варшавского шоссе.

По материалам сайта mos.ru

Автобусы пойдут по-другому

В Московском грядут изменения в схеме движения общественного транспорта.

В Городе-парке появятся новая выделенная полоса и остановка для пассажиров. «В настоящее время специалистами разработан проект организации дорожного движения в микрорайоне Первый Московский город-парк, который обеспечит прямую доступность общественного транспорта при въезде с Киевского шоссе на улицу Бианки. В рамках реализации данного проекта на улицах Атласова и Бианки для проезда

общественного транспорта будет обустроена дополнительная полоса движения и проведена перерасметка», – рассказали в администрации поселения.

Помимо этого, на улице Бианки, напротив дома № 2 корп. 1, специалисты обустроят новую автобусную остановку.



Желтым обозначена новая остановка

Как отметили в администрации Московского, в настоящее время специалистами ГУП «Мосгортранс» проводится анализ существующих маршрутов общественного транспорта для изменения путей следования автобусов, которые будут заезжать на улицу Бианки по новой выделенной полосе.

Дарья СОКОЛОВА

Фото Виктора ХАБАРОВА

«Филатов луг» расположен в пойме реки, весной и в дождливые дни прогулочные зоны подтапливает. Теперь эту проблему устраняют специалисты.

В парке возводят дренажную систему



Трубы помогут справиться с последствиями дождей

Жители Московского не раз обращали внимание на подтопление велосипедной дорожки в микрорайоне Град Московский, на территории парка «Филатов луг», ведущей к метро. В связи с участившимися в последнее время осадками уровень грунтовых вод повысился. Специалисты приступили к ликвидации данной проблемы и сейчас проводят мероприятия по прокладке дренажной системы вблизи велосипедной дорожки.

– Между автомобильной дорогой и пешеходной образовалась как бы чаша, в которой скапливается вода после дождей и обильных снегопадов. На этом участке проводятся локальные работы – прокладываются трубы, чтобы исправить ситуацию, – рассказали в администрации поселения Московский.

Кроме того, специалисты убирают сухой лист. После завершения работ будет проведено компенсационное озеленение.

Предпочтения отдадут ивам и прочим влаголюбивым растениям.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото ГБУ «ДО ДЗФ ТиНАО»

ЭКОЛОГИЯ

БЕЗОПАСНОСТЬ

Как правильно вести себя на воде

Спасение утопающих – дело рук самих утопающих.

В субботу, 1 июля, на территории, прилегающей к пруду «Чайка», вблизи поселка Ульяновского лесопарка, а 2 июля – на пруду в деревне Мешково, состоялись мастер-классы по оказанию первой помощи на водных объектах.

Их провели сотрудники отдела по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности администрации поселения Московский совместно со спасателями. Они рассказали жителям об основных правилах безопасного поведения на воде и что делать, если человек начал тонуть. Объяснили, как правильно делать искусственное дыхание, массаж сердца, правильно вытаскивать тонущего человека на берег и не постра-

дать самим а также многое другое.

– Днем в субботу в «Чайке» было 54 отдыхающих, к вечеру их количество увеличилось до 100 человек. В воскресенье у пруда в Мешково было 17 человек вначале и 25 – вечером. Для них и были проведены профилактические мероприятия. Несмотря на то, в данных водоемах купание запрещено, люди все равно нарывают окунуться в воду. Наша задача – не допустить этого и предотвратить любое происшествие, – прокомментировал начальник отдела по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности администрации поселения Московский Антон Тетерева.

Участникам мастер-классов продемонстрировали спасательное оборудование и рассказали о том, как им правильно пользоваться. А также раздали памятки со всей необходимой информацией и телефонами экстренных служб.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото Антона ТЕТЕРЕВА.



На манекне показали, как делать искусственное дыхание.



Мастер-класс спасателей на пруду «Чайка»

Выпускные с сюрпризом

1 июля по всей Москве прошли выпускные вечера для учащихся 11-х классов. Аттестаты о среднем полном общем образовании получили 68 тысяч московских школьников. В поселении Московский школу окончили 624 одиннадцатиклассника.

Если последние звонки в основном готовили сами выпускники, то программа выпускного вечера стала для них приятной неожиданностью.



Например, в школе № 2065 организовали премию «Маска-2065». На торжественном вечере появились загадочные гости в масках, а выпускники должны были догадаться, кто за ними скрывается. Оказалось – классные руководители. Новую песню выпускникам посвятили: директор Наталья Файдюк, ответственные за организацию работы образовательных площадок Александр Кротов и Наталья Хоченкова.

В корпусе школы № 2120 на Бианки к выпускному поставили спектакль по мотивам сказки «Волшебник Изумрудного города», в котором приняли участие педагоги, родители и участники школь-



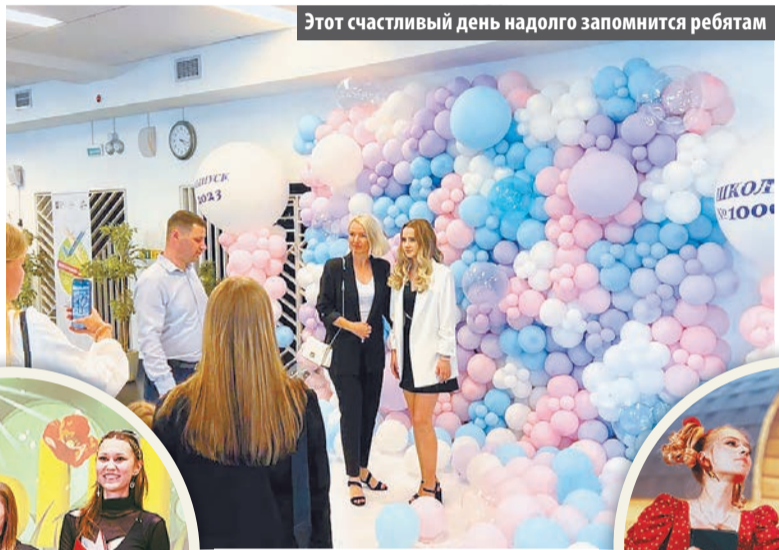
Винновникам торжества вручили аттестаты



Депутат Андрей Антонов первым поздравил выпускников

ной театральной студии. Во вручении аттестатов принял участие депутат Совета депутатов поселения Московский Андрей Антонов.

– Поздравляю вас с этим торжественным, радостным днем. Документ об образовании, который вы сегодня получаете, – это результат вашего труда на протяжении долгих 11 лет. Желаю вам добиться поставленных целей и стать большими профессионалами. Не забывайте школу и учителей, которые вложили в каждо-



Этот счастливый день надолго запомнится ребятам

Вчерашние школьники Московского в цифрах

Выпускники: 624
Федеральные медалисты: 59
Московские медалисты: 69
Стобальники: 15



Торжественное вручение аттестатов в школе 2120



– Не гонитесь за модой, выбирайте профессию, руководствуясь вашими интересами. Идите вперед, не бойтесь ошибок. Желаю принести пользу России, – пожелал выпускникам руководитель корпуса «Татьянин парк» школы № 1000 Сергей Шульпин.

Выпускников корпуса «Саларьево» школы № 2094 пригласили в страну детства, устроив для них путешествие по русским народным сказкам. В роли сказочных героев были педагоги школы. Директору Юрию Вержбицкому, согласно статусу, досталась роль царя из «Вовки в Тридесятном царстве». С окончанием школы выпускников поздравил депутат Совета депутатов поселения Московский Михаил Арбагов.

После торжественных мероприятий в школах одиннадцатиклассники отправились в Парк Горького на общегородской выпускной. Через главные ворота парка они входили как настоящие звезды – по красной дорожке. Для выпускников выступили звезды российского шоу-бизнеса, известные стендаперы и диджеи.

Светлана ГАВРИЛОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

Почем икорка?

Жительнице ПМГП продали килограмм желатина, выдав его за красную икру.

О случае мошенничества девушка рассказала корреспонденту «МС» и принесла вещественное доказательство в редакцию.

– Я ждала такси на улице Никитина, когда ко мне подошел прилично одетый мужчина с маленькой девочкой и спросил, как я отношусь к икре, – рассказывает Ирина. «Никак не отношусь! Я икру не люблю и никогда ее не покупаю даже в магазине», – ответила девушка. Тогда мужчина вернулся в припаркованную рядом машину и принес три банки. Сказал: «У меня магазин рыбный закрылся, продукты девать

некуда. Я сейчас дам ревушка попробовать, чтобы вы убедились, что икра не отравленная. Купите, денег дайте, сколько не жалко».

Жалко Ирине в этот момент было не денег, а ребенка. В качестве рекламы икры потенциальным покупателям девочку действительно заставили съесть ложку деликатесного продукта.

– Сунув мужчине тысячу рублей, я забрала банку. Он еще возмутился, что дала мало, но на подходе была уже другая покупательница. Садясь в такси, я увидела, что подошедшая сле-

го из вас частичку своей души, – сказал он выпускникам.

В корпусе «Татьянин парк» школы № 1000 вручение аттестатов чередовалось с концертными номерами от педагогов школы и самих выпускников.



Ведущая праздника – руководитель театральной студии «MADameANNA» Анна Щукина



Спектакль «Волшебник изумрудного города»

КУЛЬТУРА

Юные артисты из Московского не отстают от взрослых

Вот и завершился очередной театральный сезон. Любительское объединение «Чудомир» при Дворце культуры «Московский» вновь радует нас своими творческими успехами.

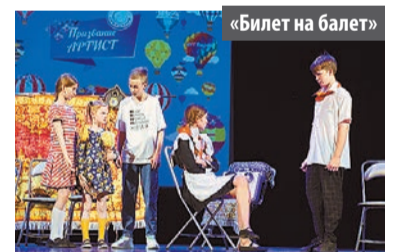
Театральная молодежь нашего поселения под руководством популярного актера театра и кино Сергея Барышева собрала за это время множество наград, в том числе Гран-при Международного фестиваля любительских и народных театров им. Ф.Г. Раневской.

– Фаина Георгиевна не имела профессионального актерского образования, поэтому в конкурсе ее имени принимают участие такие же любители. Но это не только детские коллективы, но и взрослые. Отборочные туры для артистов всех возрастов проходили с сентября, лучшие – вошли в финал. Поэтому нам так важна победа в этом конкурсе, – рассказала второй преподаватель студии «Чудомир» Екатерина Барышева.

В финале на суд зрителей и профессионального жюри во главе с народной артисткой РСФСР Ларисой Лужиной ребята представили четыре спектакля. Комедии: «Волк и семеро ребят», «Билет на балет», и две серьезные работы: «20 минут страха», по которой в ближайшее время будет снят фильм, и «Счастье». Последняя и принесла им главный приз. Все спектакли получили 1 степень, а само творческое объединение – звание «Лучшая театральная школа сезона 2022-2023».



«20 минут страха»



«Билет на балет»



Спектакль «Счастье»

Также недавно ребята из «Чудомира» получили Гран-при, 1-е место и приз зрительских симпатий в конкурсе «Арт-признание» в Санкт-Петербурге. А сейчас они отправились покорять Анапу на фестиваль «Наше лето». Ждем их с новыми победами!

В репертуаре студии более 20 спектаклей, которые получают высшие награды детских театральных конкурсов и фестивалей, не только в России, но и за рубежом.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото ДК «Московский»

БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ



Фальшивая икра выглядит, как настоящая. Вместо 4200 рублей мошенники продали ее за 1000

дом за мной женщина купила четыре банки! – говорит Ирина.

Свои чувства в этот момент девушка описывает как состояние аффекта. Уверяет: уже когда деньги отдавала, понимала, что ее обманывают.

– Я жене сразу сказал: тебя развели. Дома икру попробовал – же-

латин. В интернете таких историй много: мужчины на хороших машинах, прилично одетые, да еще с маленькими детьми, подходят к людям, втираются в доверие, а затем разводят на деньги, – говорит муж пострадавшей Ирины, Алексей. – Мошенники – хорошие психологи, знают, как чувство жалости обратить против нас.

В пресс-службе ГУ МВД России по г. Москве на запрос «МС» ответили, что сообщений о подобного рода мошенничестве от жителей Московского в правоохранительные органы не поступало. Видно, на то и был расчет мошенников. Заплатить за икру из желатина, как за лососевую, людям будет обидно, но признаться в этом кому-то после – еще и стыдно.

Дарья СОКОЛОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА



Семейные ссоры – дело обычное, другое дело, что выяснять отношения надо грамотно

Ссориться тоже надо уметь

Лекция «Осторожно! Конфликт!» состоялась в центре московского долголетия.

Рецептом того, как свести на нет любую ссору, с посетителями ЦМД «Московский» старшего возраста поделилась психолог первой категории филиала ТиНАО Московской службы психологической помощи населению Светлана Исаева.

Все мы родом из детства

– Конфликты – тема древняя и вечная. Психологи, социологи и все специалисты, которые так или иначе изучают конфликтологию и пишут о ней научные работы, говорят, что конфликты – это нормально и, увы, неизбежно, – уверена психолог Светлана Исаева.

Причиной столкновения в семье могут стать разные ценности и виды темперамента. Стереотипы, которые прививаются нам с самого детства. И даже усвоенный нами пример того, как решали конфликты наши собственные родители.

– Ко мне пришли супруги – зрелые люди, обоим по 35 лет. Он из Воронежа, из обычной семьи. Она – из семьи профессорской. Оба закончили юридический, встретились в одной компании, поженились, а через полгода решили развестись. Хорошо, что сперва пришли к психологу. У них случился, с точки зрения жены, ужасный конфликт, после которого она не видела никакого совместного пути с этим человеком. В ее семье скандалили так: «Дорогой, пойдем поскандалим». Оба сели за стол переговоров и обсуждали проблему. В его семье летали тарелки и стулья. И вот – ссора. Он на нее крикнул, кинул тарелку на пол, пнул стул. Для мужа ситуация – норма, ничего страшного не случилось. У жены – нервный срыв. Как вести себя в конфликте, мы учимся у родителей, на их примере. Есть семьи, в которых ссорятся с шумом и криками, а есть – в которых соперника во время конфликта принято бойкотировать – делать вид, что его не существует. Поэтому так важно понимать себя и дать инструкцию к этому пониманию партнеру, – объясняет психолог.

Найдите свой триггер

Попробуйте понять, почему вы злитесь и обижаетесь. Что для вас является триггером – спусковым крючком, который мгновенно запускает конфликт. Вам кажется, что с вами поступают несправедливо? Обесценивают ваш труд? Сформулируйте причину вашего недовольства.

Используйте «Я-сообщения»

Почувствуйте разницу:
– Почему **ТЫ** всегда так поздно приходишь домой? Почему **ТЫ** мне на звонок не отвечаешь?

Или:

– Слушай, когда мне не отвечают на телефон, **Я** сильно беспокоюсь, переживаю, не могу потом спать. Будь любезен, бери телефон или напиши мне, предупреди, что опаздываешь.

Не используйте «Ты-высказывания», когда объясняете человеку, чем именно он вас задел. При помощи «Я-сообщений» можно смягчить или даже предотвратить конфликт. Такая техника позволяет донести свои мысли и переживания, никого не обвиняя и не оскорбляя.

Не берите на себя слишком много

Помните: если человек сейчас кричит, значит у него на это есть какие-то



Руководитель ЦМД «Московский»
Людия Абашина:

– Главное, что нужно понять о любом столкновении с окружающими: конфликт – это противоречие интересов, не более того. Умение справляться с конфликтами здоровым способом – крайне необходимый навык, которому можно научиться.



На лекцию в центр московского долголетия пришло много посетителей

основания, и возможно, причина гнева – не в вас. Например, вы приходите на работу, а начальник не в духе. Причины могут быть самыми разными: с женой поссорился или ему ногу в транспорте отдавили. Вспоминайте времена ковида, когда воздух трещал от напряжения и тревоги, и психологи подмечали: в обществе повысилась агрессия. В какой-то момент копившееся напряжение может обрушиться, а вы просто окажетесь рядом.

Занимайтесь спортом

Если вы замечаете подобную немотивированную агрессию за собой, знайте: бороться со стрессом поможет спорт. Победа грушу в зале, побегите вокруг дома или походите с палками – стресс уйдет по мышечным каналам.

Задавайте вопросы

Когда вы встречаетесь с агрессивным человеком, вам нужно подумать: отчего он сейчас так сильно кричит или машет кулаками, что происходит? Есть смысл прямо спросить: «Ты чего так орешь?» Иногда, чтобы снизить конфликтное напряжение, достаточно просто озвучить то, что с вами сейчас происходит:

– Ты кричишь, а зачем? Я из-за этого злюсь, расстраиваюсь, не могу спокойно работать.

Не повышайте голос

Контролируйте свою интонацию: говорите медленно, спокойно и размеренно. Это действует энергетически. Вы увидите, как у вашего партнера по конфликту тоже снизится тонус и он невольно перейдет на более спокойный тон.

Говорите о своих желаниях

Скажите честно, чего именно вы ожидаете. Например, мужу: «Я стараюсь хорошо готовить и хочу услышать похвалу, если еда тебе нравится». Помните, что ваши близкие – не телепаты, и мысли читать не умеют. Заранее донесите до человека свои желания, вы предвосхитите конфликтные ситуации.

Скандайте по графику

Назначайте время «скандала» заранее, и он будет выглядеть совсем по-другому. Раз в неделю вы можете спокойно сесть друг напротив друга и поговорить за чашкой чая.

Проговаривайте обиды

Если вы чувствуете затаенную обиду, за которую когда-то не получили извинений, вы невольно будете всегда возвращаться к ней во время ссор. Луч-

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ПРАКТИКУМ



Психолог
Светлана Исаева

Стратегии разрешения конфликта

Психологи выделяют пять стратегий разрешения конфликта.

– Каждая тактика имеет право на существование, но хороша ко времени, – предупреждает Светлана Исаева.

Избегание

Плюсы: Эта стратегия как ничто лучше бережет нашу нервную систему. Выглядит так:
– Ты кричи-кричи, я пойду почитаю.

Миллионами лет формирования человеческого вида это избегание было встроено в нашу «компьютерную» систему как опция по умолчанию, которая помогала нам выжить.

Минусы: Пока мы бегаем, конфликты не решаются. Если вы постоянно сталкиваетесь с человеком на одну и ту же тему – это повод по-сосотрудничать, сложить оружие и поговорить.

Приспособление

Плюсы: Приспособление – жертва с вашей стороны. Поступиться своими интересами можно, если спор пустяковый, а сохранение хороших отношений с оппонентом в данном случае важнее.

Минусы: Нам сложно сказать «нет», настоять на своем. Уступая, вы занимаетесь тем, чего не хочется: едете на дачу, идете в клуб – делаете все, чтобы друзья и родные вас одобрили. При этом ваши собственные потребности не реализуются.

Соперничество

Плюсы: Умение доказать, что ваша точка зрения – единственно верная, может быть полезно, когда решение нужно принимать быстро и времени на переговоры нет.

Минусы: Если всегда идти по головам и не прислушиваться к мнению других, можно остаться одному.

Компромисс

Плюсы: Компромисс – шаг назад для обоих партнеров по принципу: худой мир лучше доброй ссоры. Сегодня терпит один, завтра – другой. Иногда это единственный способ урегулировать конфликт.

Минусы: Если использовать такую тактику все время, конфликт никуда не денется. Выбирая компромисс, вы будете чувствовать себя несчастным и чего-то недополучившим.

Сотрудничество

Плюсы: Зачастую наиболее эффективный способ решения конфликта – сесть за стол переговоров, максимально спокойно обсудить ситуацию со всех сторон и найти лучшее решение.

Минусы: Переговоры не всегда могут увенчаться успехом. Иногда одной или обеим сторонам все же придется поступиться своими интересами, если они заинтересованы в урегулировании конфликта.

БЕСПЛАТНУЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ПОДДЕРЖКУ можно получить в Московской службе психологической помощи.

Единый справочный телефон: 8 (499) 173-09-09. Круглосуточно доступен телефон неотложной психологической помощи 051 (для городского) и 8 (495) 051 (для мобильного).

Информация о центрах московского долголетия доступна на Официальном сайте мэра Москвы.

Дарья СОКОЛОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

Где искать пару жителям Московского

Популярный сайт знакомств ушел из России 30 июня. Но их осталось еще много – все возможности протестировал на себе корреспондент «МС».



Рита и Антон – молодая пара из Первого Московского

В Москве, несмотря на количество людей, познакомиться с кем-либо гораздо сложнее, чем в маленьком городке. С утра мы спешим на работу, уткнувшись в гаджеты, днем с коллегами и кофе попить некогда, а вечером закрываемся в квартирах, у привычного монитора. Там-то и есть шанс найти свою половинку.

«Мамба»

Одна из первых служб знакомств и общения, Мамба начала свою деятельность в 2002 году и насчитывает десятки тысяч пользователей по всему миру. Завести аккаунт может любой человек старше 18 лет. Заполнение анкеты – в виде теста.

Один из плюсов – автоматическое определение геолокации позволяет общаться с людьми, про-

живающими рядом, но вы также легко можете найти партнера и за рубежом.

Если вы хотите замуж или серьезные отношения, то не указывайте в целях ничего, кроме этого. Дело в том, что система «объединяет» вас в поиске с пользователями, у которых сходные цели. Также в анкете рекомендуется указать свои интересы. Алгоритм будет подыскивать людей с соответствующими увлечениями и отсеивать лишних.

Например, я указала велотуризм. Нашелся мужчина, который предложил в августе присоединиться к их компании, собирающейся в Крым. А пользователь из Подмоскovie пообещал помощь в переоборудовании «железного коня».

Все анкеты проходят модерацию. Здесь нельзя добавить фото,

взятое из стока, – то есть, там реальные люди. Кроме того, на «Мамбе» через приложение доступны видеозвонки, и вы можете почти «вживую» пообщаться с гипотетическим избранником.

Этой функцией решила воспользоваться и я, созвонившись с одним из кандидатов с Балкан. Упс, помните: одно дело – переписываться с помощью переводчика, и совсем другое – пытаться вспомнить институтский английский.

ВК

Сервис «Vkontakte Знакомства» встроен в социальную сеть. Для того, чтобы пользоваться функцией, надо зарегистрироваться в ВК, а потом уже создать анкету для

поиска пары. Вы заполняете информацию о себе, указываете данные желаемого партнера и добавляете снимок.

Если у вас серьезные намерения и нет лишнего свободного времени, на данном этапе рекомендуют выбрать фото (надо выбирать соответствующее вашему возрасту). Это поможет вам избежать большого количества неадекватных подростков с фейковыми аккаунтами. Главное отличие сайта знакомств – молодой контингент.

После регистрации сервис начинает вам прокручивать анкеты с фото мужчин, а им – вашу. При совпадении симпатий вы получаете доступ к страницам друг друга.

Анонимность на моменте просмотра фото – плюс и минус этого сервиса. Несмотря на то, что я указала желаемый возраст 40+, кажется, что тебя лайкают вообще все подряд. В общем, похоже, что алгоритмы сайта не очень работают. Совпадения было больше с людьми моложе. Хотя, увы, многие мужчины в 35 лет выглядят на 50 – попробуй, угадай.

За вечер эксперимента я нашла себе вполне достойного и интересного собеседника из Санкт-Петербурга и спокойно удалила

анкету – это быстрее, чем регистрация.

LovePlanet

Это тоже международная платформа, на которой просто зарегистрироваться, – интерфейс интуитивно понятный. Также доступны безопасные видеозвонки. Все контакты – «живые», проходят проверку.

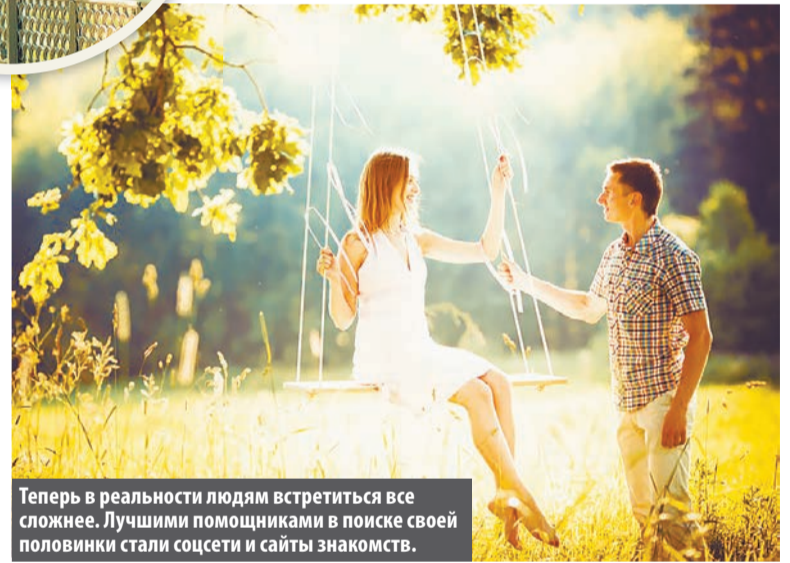
Это, по отзывам специалистов, сейчас самый развивающийся сайт знакомств в России. Его плюсы в том, что вы можете задать более точные параметры тех, кого ищете.

Иные варианты

Люди ищут любые все возможные пути найти свою половинку. Например, в телеграме. Недавно в Московском «ожил» специализированный «Чат знакомства Московский». Сейчас в группе более 100 участников. Большинство, как обычно, девушки, но есть уже представители сильного пола. Складываются «мэтчи» и первые свидания.

Мне же просто так в телеграме написали мужчины из Сербии, Азербайджана и Парка Румянцев. Примерно как раньше: встретили на улице, подошли, познакомились. Теперь же: увидели фото на аватарке – написали.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото Владимира НИКОЛАЕВА
и Александра КОРНЕЕВА



Теперь в реальности людям встретиться все сложнее. Лучшими помощниками в поиске своей половинки стали соцсети и сайты знакомств.

Упасть с самоката и уцелеть

Десятиклассники школы № 2065 придумали жилет, защищающий при падении с электросамоката. Проект школьников из Московского стал призером сразу двух научно-практических конференций: «Инженеры будущего» и «Наука для жизни».

Защитная экипировка для водителей электросамокатов на российском рынке не представлена. Есть мотоциклетные жилеты, но они для самокатчиков не подходят – угол наклона тела совсем другой. Исправить ситуацию взялись ученики школы № 2065 Мансур Шайдуллоев, Руслан Мусаев и Анастасия Сысоева. Под руководством педагога школы № 2065, кандидата технических наук Виталия Лифара, они создали уникальный жилет, который может спасти жизнь и здоровье в критической ситуации.

Проанализировав статистику Минздрава, юные инженеры пришли к выводу, что в первую очередь при падении с самоката могут пострадать области шеи, грудной клетки, живота и спины. Именно эти части тела, прежде всего, защищает жилет. На первый взгляд, самый обычный, при аварии он наполняется газом из баллончика и берет удар на себя.

– Это опасно. Даже если ты умеешь кататься, всегда есть вероятность, что другой



Трое талантливых ребят изобрели жилет, спасающий экстремалов от травм

водитель электросамоката может в тебя врезаться. Пока мы с вами разговариваем, уже пара человек, проехавших мимо, успели с электросамокатов упасть. Вон, видите, на детской площадке один такой поднимается, – говорит Анастасия Сысоева. – А ведь там хотя бы покрытие мягкое, а то мог бы получить настоящую травму.

– Главная цель подобных учебных проектов – чтобы дети на таких актуальных изобретениях получили знания об инженерных дисциплинах. Представляли, как происходит процесс проектирования. Например, ребята изучили программирование на языке C++, поскольку система управления микроконтроллера жилета по-

строена на базе платформы Ардуино, – рассказал руководитель проекта, учитель Виталий Лифар.

От случайного движения жилет не падает. При помощи чувствительных датчиков умный механизм следит за тем, какое положение в пространстве занимает водитель самоката. При резкой смене угла наклона на жилете загорается лампочка и раздается звуковой сигнал. Есть и механический привод: специальный тросик, который закрепляется на руле самоката.

Помимо программирования, изучить школьникам пришлось и базовые газодинамические расчеты: с точностью рассчитать, сколько газа потребуется, чтобы за короткое время надуть жилет. А еще – кройку и шитье. Сшивали защитный предмет гардероба ученики тоже сами. Цвет выбрали самый модный и символичный – электрик, ярко-синий.

В следующем году команда изобретателей планирует продолжить работу над жилетом. Прежде всего – проверить защитную экипировку на прочность. Падать с электросамоката во время краш-теста ребята не собираются. Вместо них имитировать аварийную ситуацию будет манекен. Школьники уверены: с подопытным все будет хорошо.

Дарья СОКОЛОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА



Редакция газеты «Московский сегодня» подготовила небольшой обзор наиболее интересных, на наш взгляд, телепередач и фильмов, которые можно будет посмотреть в следующий уик-энд.

СУББОТА, 15 ИЮЛЯ

18:59 «Восстание планеты обезьян» [16+] Рен-ТВ
Молодой ученый испытывает лекарство от болезни Альцгеймера на шимпанзе – и увеличивает интеллект животного в несколько раз. Примат Цезарь в мире людей – всего лишь обезьяна, а среди себе подобных – изгой, поднявшийся на одну ступень эволюции.



Художественные фильмы и сериалы

- 09:35 «Полицейский роман» [12+] ТВЦ
10:15 «Тайны старого чердака. Пейзаж» [12+] Культура
10:40 «Под куполом цирка» [12+] Культура
11:45 «Кубанские казаки» [12+] ТВЦ
12:30 «Водоворот» [12+] Россия 1
13:55 «Лекарство для бабушки» [12+] ТВЦ
14:15 «Вариант «Омега» [12+] Первый канал
17:35 «Выйти замуж любой ценой» [12+] ТВЦ
17:50 «Жаль, что ты каналья» [12+] Культура
20:30 «Фаворит» [12+] Культура
21:00 «Из чувства долга» [12+] Россия 1
21:01 «Восстание планеты обезьян: революция» [16+] Рен-ТВ
22:30 «Сон вначале тумана» [12+] Культура
23:20 «Сон в начале тумана» [12+] Культура
23:33 «Планета обезьян: Война» [16+] Рен-ТВ
00:40 «Любовь с ограничениями» [16+] СТС
01:10 «Память сердца» [16+] Россия 1
01:55 «Шуберт» [12+] НТВ

Спорт на Матч-ТВ

- 09:35 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» [12+]

09:55 Легкая атлетика. Кубок России. [12+]
13:30 Футбол. Кубок PARI Премьер. «Нефтчи» (Азербайджан) – «Фенербахче» (Турция). Тр-я из СПб. [12+]
16:00 Футбол. OLIMPBET Суперкубок России. [12+]
22:50 «Осторожно, Кенгуру!» [16+] СТС
У музыканта Марка поселяется говорящий Кенгуру. Гость доставляет хозяину неприятности, но в итоге помогает ему справиться с застенчивостью, завоевать внимание любимой девушки и стать местным героем, раскрыв заговор строительной мафии.



перкубок России. «Зенит» (СПб) – ЦСКА. Трансляция из Казани. [12+]
19:55 Бокс. Кубок Победы. Финал. Трансляция из Оренбурга. [16+]
23:55 Автоспорт. Дрэг-рейсинг. Фестиваль суперкаров Unlim Fest [12+]
00:25 Футбол. Чемпионат Бразилии. «Америка Минейро» – «Васко да Гама». [12+]

Документальные фильмы и научно-популярные программы

- 09:30 «Классная тема!» [12+] Культура
11:02 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко [16+] Рен-ТВ
12:55 «Неизвестные маршруты

Пушковым [16+] ТВЦ
22:05 «Степан Бандера. Теория зла» [16+] ТВЦ
22:40 «История в шифрах» [12+] Культура
07:00 М/с «Три кота» [0+] СТС

Детское время

- 12:15 «Прерванный полет Гарри Пауэрса» [16+] Первый канал
1 мая 1960 года Никиту Хрущева разбудил председатель КГБ Шелепин. Он сообщил, что самолет США нарушил воздушное пространство СССР и летит от границы Афганистана к Москве. В небе переплелись судьбы американца Пауэрса и советских летчиков.

18:20 «Поём на кухне всей страной» [12+] Первый канал
Проект показывает не только уникальных исполнителей, но и этническое многообразие нашей страны. Вокальная группа может состоять из членов одной семьи, родственников, друзей или соседей. А поддержит участников ведущий Валдис Пельш.



- 07:22 М/ф «Сказка про чужие краски» [0+] Культура
07:30 М/с «Отель у овечек» [0+] СТС
07:40 М/ф «Слоненок» [0+] Культура
07:57 М/ф «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях» [0+] Культура
11:05 Х/ф «Астерикс и тайное зелье» [12+] СТС
13:00 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря» [6+] СТС
15:15 Х/ф «Астерикс и Обеликс: Миссия Клеопатра» [6+] СТС
17:20 Х/ф «Кролик Питер» [6+] СТС
19:10 Х/ф «Кролик Питер 2» [6+] СТС
21:00 Х/ф «Прыгучая братва» [6+] СТС

Развлекательные передачи. Ток-шоу

- 07:40 Шоу «Уральских пельменей» [16+] СТС
08:00 «Координаты смеха. Юмористический концерт» [12+] ТВЦ
08:25 «Поедем, поедим!» [12+] НТВ



19:05 «Заступник» [16+] Рен-ТВ
Бывший снайпер Джим был одним из лучших в своей профессии. Теперь он ведет уединенную жизнь, но неожиданно вступает за мальчика – невольного свидетеля преступления могущественного наркокартеля. Джим в одиночку противостоит убийцам.



Художественные фильмы и сериалы

- 08:35 «Удиви меня» [12+] ТВЦ
10:15 «Тайны старого чердака. Натюрморт» [12+] Культура
10:45 «Шестнадцатая весна» [12+] Культура
11:55 «Сицилийская защита» [12+] ТВЦ
12:30 «Водоворот» [12+] Россия 1
12:59 «Плохая компания» [16+] Рен-ТВ
15:10 «Свадьба в Малиновке» [12+] Первый канал
15:16 «Бандитки» [16+] Рен-ТВ
16:15 «Не обмани» [12+] ТВЦ
17:05 «Умереть за доллар» [18+] Рен-ТВ
17:55 «Отцовский инстинкт» [12+] ТВЦ
19:40 «Практикант» [16+] НТВ
21:05 «Мечь Банши» [18+] Рен-ТВ
21:30 «Взгляд из прошлого» [12+] ТВЦ
21:05 «Под куполом цирка» [12+] Культура
22:20 «Гостья» [12+] СТС
22:35 «Серебряный волк» [12+] Первый канал
00:45 «Али, рули!» [18+] СТС
01:00 «Купель дьявола» [12+] ТВЦ

Спорт на Матч-ТВ

- 09:50 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» [12+]
10:10 Специальный репортаж (Кубок PARI Премьер) [12+]
10:30 Футбол. OLIMPBET Суперкубок России. Обзор [12+]

11:00 «Уличные игры Матчи!». Трансляция из Казани. [12+]
13:55 Пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. «Локомотив» (Москва) – «Кристалл» (СПб). [12+]

19:40 «Сумерки. Сага. Новолуние» [16+] СТС
Эдвард вычеркивает себя из жизни Беллы, чтобы не подвергать ее опасности. На праздновании 18-летия ее чуть не убил другой вампир. Девушка переживает расставание, но находит утешение в дружбе с Джейкобом. Эдвард переживает за возлюбленную.



15:25 Пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. ЦСКА – «Спартак» (Москва). [12+]
16:55 Пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. «Строгино» (Москва) – «Крылья Советов» (Самара). [12+]
18:45 Футбол. VetBoom MKS 2023. Суперфинал. [12+]
21:55 Футбол. Чемпионат Бразилии. «Флуминенсе» – «Фламенго» [12+]
00:50 Пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. «Лекс» (Санкт-Петербург) – «Краснодар-ЮМР» [12+]

Документальные фильмы и научно-популярные программы

- 12:10 «Человеческий фактор. Дом

со щуками» [12+] Культура
12:40 «Неизвестные маршруты России. Дагестан. От Каспийска до Кегера» [12+] Культура
13:20 «Страна птиц. Лесные стражники. Дятлы» [12+] Культура
14:00 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным. Самуил Маршак. Стихотворения для детей [12+] Культура
13:40 «Москва резиновая» [12+] ТВЦ
14:30 «Московская неделя» [12+] ТВЦ
15:00 «Смех среди бела дня» [12+] ТВЦ

15:50 «Шедевры классического танца и звезды театра оперы и балета имени С.М. Кирова» [12+] Культура
17:00 «Специальный репортаж. Кто, кроме нас» [12+] Первый канал
17:25 «Пешком... Москва нескудная» [12+] Культура

14:10 «Михаил Пуговкин. Житие мое» [0+] Первый канал
Имея за плечами всего три класса образования, артист нискал любовь миллионов зрителей и завоевал статус «короля» комедии. Хотя ему говорили, что с таким лицом в кино не пускают. Много раз судьба испытывала Пуговкина на прочность...

19:00 «Три аккорда». [12+] Первый канал
Исполнители представляют на суд зрителей собственные интерпретации знаменитых хитов. Жюри будет оценивать каждый номер, а оценки будут суммироваться от выпуска к выпуску, чтобы в итоге можно было определить победителя всего проекта.



- 17:55 «Линия жизни. 95 лет со дня рождения Андрея Дементьева» [12+] Культура
18:45 «Андрей Дементьев. Все начинается с любви...» [12+] Культура
20:25 «Острова. Михаил Пуговкин» [12+] Культура
23:55 «Самые шокирующие гипотезы» [16+] Рен-ТВ

Детское время

- 07:00 М/ф «Приключению Мюнхгаузена» [6+] Культура
07:55 М/ф «Астерикс и тайное зелье» [6+] СТС
09:30 Х/ф «Маленькое привидение» [6+] СТС
14:40 М/ф «Кошкин дом» [0+] Культура
14:40 М/ф «Верь-не-верь» [6+] Культура
14:40 М/ф «Шалтай-Болтай» [0+] Культура
18:00 М/ф «Маленький вампир» [6+] СТС



ВОСКРЕСЕНЬЕ, 16 ИЮЛЯ

Развлекательные передачи. Ток-шоу

- 09:00 «Битва пикников» [12+] TNT
09:20 «Мечталлион» [12+] Первый канал
09:25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым [12+] Россия 1
09:30 «Экстрасенсы ведут расследование» [16+] TNT
09:40 «Непутевые заметки» [12+] Первый канал
10:10 «Сто к одному» [12+] Россия 1
10:15 «Жизнь своих» [12+] Первый канал
10:20 «Первая передача» [12+] НТВ
11:00 «Чудо техники» [12+] НТВ
11:10 «Повара на колесах» [12+] Первый канал
11:20 «Форт Боярд» [12+] СТС
11:30 «Доктор Мясников» [12+] Россия 1
11:50 «Дачный ответ» [12+] НТВ
13:00 «НашПотребНадзор» [12+] НТВ
14:00 «Однажды...» [12+] НТВ
15:00 «Своя игра» [12+] НТВ
16:20 «Следствие вели...» [16+] НТВ
17:00 «Окнутые люди» [12+] СТС
17:50 «Песни от всей души» [12+] Россия 1
19:00 «Выйти в Дубае» [16+] TNT
21:00 «Шоу Воли» [16+] TNT
22:00 «Москва. Кремль. Путин» [16+] Россия 1

Бесплатные развлечения Москвы



Куда пойти в столице на выставки, шоу, экскурсии – читайте в нашем обзоре

Выставка «Скульптуры ставятся на века»

До 27 августа, понедельник – пятница, 10:00 – 19:00



В галерее «Элизиум» представлены скульптуры, графика, литературное творчество группы «ЛеСС»: Владимира Лемпорта, Вадима Сидура и Николая Силиса. Объединение художников «ЛеСС» существовало в 1954–1968 годах. Лемпорт, Сидур и Силис познакомились во время учебы в Строгановском училище, тогда же Сидуру и Силису пришла идея создать творческое сообщество, вроде «Кукрыниксов», и в 1949 году появился «ЛеСС». Название трио получилось из инициалов скульпторов. Сотрудничали они на протяжении 14 лет и создали немало интересного.

Адрес: Гороховский переулок, д. 7.
Метро: «Бауманская»

Концерты в саду им. Баумана

Каждую пятницу в 19:00



Каждую пятницу этого лета москвичи и гости столицы могут бесплатно послушать живую музыку в рамках проекта «Зеленка». Инди-мелодии, пронзительный рок, искренний поп или романтический джаз для вас прозвучат в исполнении как начинающих, так и опытных музыкантов.

Адрес: Старая Басманная, дом 15
Метро: «Бауманская»

Концерты «Военные оркестры в парках»

15 июля в 16:00



Все лето москвичей и гостей столицы ждёт музыкальный марафон – в парках столицы сыграют лучшие военные оркестры страны. Дирекция Международного военно-музыкального фестиваля «Спасская башня» при поддержке Министерства обороны Российской Федерации продолжает работу по возрождению одной из красивейших традиций – выступления военных оркестров в парках, на аллеях, площадях и других знаковых площадках. 15 июля в Бабушкинском парке можно будет послушать Оркестр войск Росгвардии.

Адрес: ул. Менжинского, д. 6, стр. 3
Метро: «Бабушкинская»

Лекция «Медленное чтение. Зачем это нужно?»

10 июля в 19:00

Почитать всем известные произведения по-новому и переосмыслить приглашает

филолог Елена Калайтан. Ведь классика многослойна, она интересна во все времена и в разные периоды жизни воспринимается по-другому. Чтение вдумчивое, заинтересованное может вернуть нас к тем произведениям, которые мы позабыли, не успели понять, прочувствовать. Медленное чтение – это особый способ постижения произведения, который приносит удовольствие, возвращает и приращивает смыслы.

Адрес: ул. Спиридоновка, 9/2
Метро: «Баррикадная», «Тверская»

Музейная неделя

С 10 по 16 июля. Ежедневно

С 10 июля в Москве стартует очередная ежемесячная музейная неделя. Программа позволяет москвичам и гостям столицы распланировать досуг и бесплатно посетить все интересные экспозиции в течение семи дней.

Так, в понедельник, 10 июля, можно попасть в «Старый английский двор» в Парке «Зарядье». Этот уникальный памятник гражданской архитектуры был возведён в начале XVI века. Экскурсия в Государственный Дарвиновский музей во вторник, 11 июля, будет интересна и взрослым, и детям.

В среду, 12 июля, распахнут свои двери 10 выставочных залов и музеев, среди них – Музей истории ВМФ России, Парк «Северное Тушино». Здесь можно побывать на настоящей дизельной подводной лодке Б-396. [Подробнее расписание работы музеев смотрите: https://www.mos.ru/city/projects/museums/week/](https://www.mos.ru/city/projects/museums/week/) Для бесплатного посещения необходима предварительная регистрация.

Фестиваль «Русская кухня-2023»

15 и 16 июля, с 12:00 до 19:00



Лучшие шеф-повара, члены Московской Ассоциации кулинаров, Национальной гильдии шеф-поваров России, студенты профессиональных колледжей, фуд-блогеры, эксперты и историки русской кухни соберутся в Кремле в Измайлово, чтобы показать кулинарные мастер-классы, провести шеф-баттлы, приготовить различные блюда русской кухни, и не только. Гости фестиваля не только увидят, как на их глазах рождаются кулинарные шедевры, но и смогут их попробовать.

15 июля – день приготовления блюд на гриле. 16 июля среди шеф-поваров пройдет конкурс «Лучшая авторская окрошка», а также состоится флешмоб по приготовлению 400 литров окрошки. Также все дни фестиваля в зале «Боярский» будет проходить фермерская ярмарка.

Адрес: Измайловское шоссе, 73ж
Метро: «Партизанская»

Фестиваль «Усадьбы Москвы»

15 и 16 июля

15 июля в музее-заповеднике «Царицыно» для детей и взрослых организу-



ют обзорную экскурсию, открытый урок «Старые правила делового общения: как писали письма в XIX веке» и иммерсивные представления «Русская готика Бажено-



ва», посвященные периоду создания знаменитого ансамбля и «Дачное Царицыно».

Адрес: Дольская ул., 1

Метро: «Царицыно»

Гостям музея-заповедника «Коломенское» 16 июля предложат прогуляться по фруктовым садам, где растут разные сорта яблок, такие как антоновка, грушовка, папировка. Также под открытым небом проведут литературные чтения – прозвучат отрывки из «Повестей Белкина» Александра Пушкина.

Адрес: просп. Андропова, 39

Метро: «Коломенская»

Фото-фестиваль «Мир детей глазами родителей»

С 8 по 17 июля

Фотографии детей, сделанные дома и на улице, во время творческой деятельности, украсят стены Дома творчества в самом центре Москвы. С 8 по 16 июля будут работать творческие студии и мастер-классы для детей и родителей (кулинарные, музыкальные, танцевальные, лепка, рисование, фотография и другие). 15 июля, в 14:00 – на вопросы отвечает психолог, в 15:00 – встреча родителей с сотрудника-



ми центров по трудоустройству и социализации подростков с особенностями. Будут изданы каталоги с лучшими работами участников. А самые активные родители и дети получат памятные призы.

Адрес: Б. Овчинниковский переулок, д. 24, стр. 4

Метро: «Новокузнецкая»

Экскурсия «Триумфальная площадь»

14 июля в 18:30

Экскурсовод Юлия Дмитриюкова расскажет об истории площади. Это были ворота в Первопрестольную с торжественными триумфальными арками, через которые въезжали августейшие особы. Впрочем, сегодня Триумфальную площадь называют «второй Театральной»: над ней витает дух Мейерхольда и Булгакова, здесь обрел свой первый дом театр «Современник», по-прежнему работают Театр Сатиры и Театр им. Моссовета. В залах Московской филармонии звучит классическая музыка, а памятник Маяковскому

помнит неформальные поэтические собрания советского времени.

Регистрация: Экскурсии (moscowwalking.ru)

Место встречи: у памятника

Владимиру Маяковскому

Метро: «Маяковская»

Юлия ГОНЧАРОВА ■

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ



03.07-31.07 Выставка рисунков «Жаркая пора»

11.07 Бесплатный показ мультфильма «Бэмби» (0+)

13.07 Развлекательная программа «Посидим по-соседски» (ул. Бианки, сквер у д.7)

14.07 Бесплатный показ мультфильма «Леди и Бродяга» (0+)

Примечание: в афише возможны изменения. Уточнить дату и время проведения мероприятия можно по телефону +7 (495) 841-89-94. Вход на мероприятия свободный.

БИБЛИОТЕКА № 259



12 июля ИГРОВОЙ КЛУБ (6+)

Играем в настольные игры. Начало в 15:00

ИНТЕРАКТИВНАЯ ЭКСКУРСИЯ «ТРОПИЧКА ПРИКЛЮЧЕНИЙ»

Родители с детьми отправятся в краеведческое путешествие по Московскому. Гуляя по аллеям 1-го микрорайона, участники узнают о растениях региона, об интересных фактах из истории поселения, научатся навыкам ориентирования по сторонам света. В завершении прогулки участники соберут пазл – карту Московского. Встреча на бульваре 1-го микрорайона напротив остановки «Московский». Начало в 16:00

13 июля СПОРТИВНЫЙ КЛУБ (8+)

Цикл спортивных оздоровительных мероприятий на свежем воздухе. Наши занятия помогут сформировать собранность и умение работать в команде, а также познакомят с основами правильного питания и здорового образа жизни. Начало в 16:00

ЦЕНТР МОСКОВСКОГО ДОЛГОЛЕТИЯ



11 июля

ЦМД «Московский» приглашает в художественный клуб «Этюд» на занятия по живописи, где участники научатся создавать картины, используя простые техники и приемы. Начало в 14:00

13 июля

В клубе по игре в шахматы и шашки «Золотая пешка» участники развивают внимание, интеллект и логическое мышление. Занятия дадут хороший результат, если тренироваться регулярно, а также уделять время изучению теории. Начало в 13:00.

14 июля

На встрече клуба «Сундучок мастерицы» рукодельницы научатся различным техникам, которые помогут выполнять красивые и полезные изделия для себя, а также на подарки родным и друзьям. Начало в 12:00.

Все мероприятия пройдут в Центре социального обслуживания «Московский» по адресу: г. Московский, 3-й микрорайон, д. 1А.

Информация о центрах московского долголетия размещена на официальном сайте мэра Москвы. Подробности по номеру телефона справочной службы столичного Департамента труда и социальной защиты населения: 8(495)870-44-44 и в социальных сетях центров московского долголетия.

Дорогие друзья!

Всемирный день борьбы с аллергией отмечается ежегодно 8 июля. Этот день призван привлечь внимание общественности к проблеме аллергических заболеваний и помочь людям, страдающим от аллергии, получить информацию и поддержку.

Узнать, что такое аллергия, как ее лечить и профилактировать, вы можете на лекции «Многоликая аллергия», которая пройдет 8 июля в 13:00 в Городской больнице г. Московский по адресу: 3-й микрорайон, дом 7, актовый зал 5 этажа.

Вход свободный

8 июля с 9:00 до 13:00 в Городской больнице г. Московский будет вести прием врач-аллерголог для взрослого населения в день обращения. Также 8 июля без предварительной записи женщины смогут сделать маммографию. Кабинет будет открыт для вас с 9:00 до 18:00. Чтобы записаться к аллергологу или пройти маммографическое исследование, обращайтесь в отделение медицинской профилактики (3-й микрорайон, дом 7, 2 этаж).

Фестиваль дружбы народов прошел в Пахре

ПРАЗДНИК

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Молодежные палаты поселений Новой Москвы 1 июля представляли быт, традиции, культуру и национальную кухню самых многочисленных народов, проживающих на территории нашей страны.



Наши ребята на сцене

В парке «Красная Пахра» состоялся традиционный окружной фестиваль «Народы России». Согласно жеребьевке, ребятам из Московского выпало представлять народ Чеченской Респуб-



Первый зампрефекта Игорь Окунев поздравил победителей



На праздник приехало больше 1000 человек



Желающие могли попробовать национальные блюда



ки. Парни нарядились в бурки и папахи из овчины, взяли в руки сабли. Девушки надели белые платья, расшитые камнями, и фату. В шатре, украшенном фотографиями с видами Чеченской Республики, накрыли богатый стол. Гости фестиваля пробовали халтмаш – чеченские «пирожки», начиненные крапивой и черемшой, хингали – «блины» с тыквой, и разнообразные сладости. Ребятам удалось найти огромный медный кувшин для воды, имеющий для чеченцев такое же значение, как для русских самовар.



Этнические мастер-классы



Гости праздника



Команда Московского в полном составе

– Скажу честно, в прошлом году, когда нам выпало представлять рус-

ских, было намного легче, – смеется председатель Молодежной палаты Александр Никитин. – Мы перебрали много информации о чеченском народе, долго готовились. Кстати, бурка, несмотря на то, что выглядит очень теплой, прекрасно спасает от жары.

С творческим номером выступили девушки ведущего творческого коллектива города Москвы «Сюрприз» Дворца культуры «Московский».

– В нашем репертуаре есть аварский танец, характерный для дагестанцев. Он близок к чеченскому, но нам пришлось изменить некоторые движения и сделать их более плавными. Мы пе-

рсмотрели много выступлений чеченских коллективов, чтобы почувствовать настроение национального танца. У него гордый, спокойный характер, думаю, нам удалось его передать, – рассказала участница коллектива Татьяна Стецюк.

Всего на фестивале было представлено 12 народов: русские, белорусы, армяне, грузины, молдаване, таджики, узбеки и другие. Жюри, в которое вошли первый зампрефекта ТиНАО Игорь Окунев и директор «Московского дома национальностей» Сергей Ануфриенко, оценивали участников фестиваля по трем направлениям: национальный костюм, представление национальной кухни и творческий номер.

– Это прекрасный межнациональный праздник, которым мы отдаем дань уважения всем народам России. История, культура и гостеприимство нас всех объединили. Сегодня ТиНАО исполняется 11 лет. Новые округа продолжают расти и развиваться. К нам приезжают новые жители со всей России, и мы всем очень рады, – отметил первый заместитель префекта ТиНАО Игорь Окунев.

В конце мероприятия всем участникам фестиваля были вручены дипломы. Молодежную палату Московского отметили в номинации «Симпатия жюри».

Светлана ГАВРИЛОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА

Подход к школе в Татьянинном парке обновят

В микрорайоне Татьянин парк отремонтируют пешеходную дорожку. Об этом рассказал руководитель корпуса «Татьянин парк» школы № 1000 Сергей Шульпин.

Ремонт пройдет на пешеходной дорожке перед зданием школы № 1000.

– Ранее жители микрорайона поддержали инициативу по обновлению покрытия у нашего образовательного учреждения. К началу нового учебного года все работы должны завершиться, и дети вместе с родителями смогут по достоинству оценить новую дорожку, – рассказал Сергей Шульпин.



Сергей Шульпин



К осени у школы № 1000 обновят пешеходную дорожку

Как отметил руководитель корпуса, она пользуется большим спросом у жителей микрорайона, поскольку ведет от ЖК к остановке общественного транспорта. Планируемый срок окончания работ – третий квартал 2023 года.

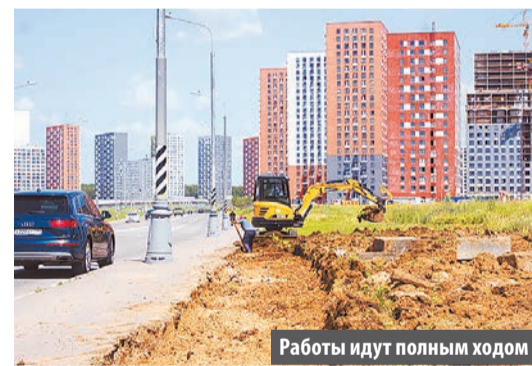
Для пешеходов строят широкий тротуар

Теперь дойти от жилого комплекса до метро можно будет с комфортом.



Лидия Абашина

В ЖК «Саларьево парк» начались работы по расширению тротуара на улице Саларьевской. С инициативой облегчить жизнь пешеходов в администрацию поселения обратился руководитель ЦМД «Московский» Лидия Абашина.



Работы идут полным ходом

– Тротуар действительно был очень узким, и ходить до метро, особенно с коляской, было проблематично. А что уж там бывает зимой – можно только представить. Обратилась в администрацию с просьбой прояснить ситуацию. Работы по устройству нового тротуара уже ведутся. Уверена, что многие жители, особенно проживающие в непосредственной близости к улице Саларьевской, будут очень рады этой новости! Меня также пригласили принять участие в мероприятиях по контролю за ходом работ – с большим удовольствием это сделаю, – прокомментировала Лидия Абашина.

Завершение работ по расширению пешеходной дорожки планируется в июле.

Дарья СОКОЛОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА

Ночная иллюминация

Стройку в ПМГП украшает необычная светящаяся надпись.

На строительном кране, который используется при строительстве 7-й фазы, в темноте загораются слова «Первый Московский».

– Это обычная практика для девелоперов – подсвечивать строительную технику и размещать на ней информацию, – рассказал руководитель проекта «Первый Московский» Алексей Слесь. –

Правда, обычно это название самой девелоперской компании, а мы решили написать название нашего проекта. Благодаря этому название нашего микрорайона хорошо видно с Киевского шоссе.

Светлана ГАВРИЛОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА



ФОТОФАКТ

МОСКОВСКИЙ
сегодня

Учредитель: Администрация поселения Московский в городе Москве
Главный редактор: Постников С.С.

Адрес редакции:
108811, г. Москва, г. Московский, микрорайон 1-й, д. 23а.
Телефон: 8 (495) 841-81-47, 8 (495) 841-90-16 (редакция).
E-mail: mostoday@bk.ru
Издатель: МБУ «Мосмедиа» 108811 г. Москва, г. Московский, микрорайон 1-й, д. 39/1

Свидетельство о регистрации:
ПИ № ТУ50-02059 от 13.08.2014
Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу

Отпечатано
в филиале ОАО ПФОП
«Волоколамская типография»
Адрес: 143600, г. Волоколамск, ул. Парковая, дом 9.
Номер заказа: № 2239-23

Подписано в печать:
по графику и фактически
05.07.2023 в 17.00
Тираж 40 000 экземпляров
Распространяется
БЕСПЛАТНО