



# МОСКОВСКИЙ

## сегодня

№ 45(361)  
8.12.2023

Информационно-аналитическая  
газета поселения Московский  
в городе Москве



## Дворцу культуры –



Главное учреждение культуры нашего поселения отметило большой юбилей. В честь этого события в ДК прошел большой праздничный концерт – с награждениями сотрудников и поздравлениями почетных гостей, лучшими номерами от коллективов ДК и праздничным конфетти.



Директора ДК Ирину Иванову поздравляет глава поселения Московский Владимир Чирин



Коллектив на сцене любимого ДК



Виктор Семкин вручает цветы от агрокомбината

Уже в фойе гости погружались в праздничную атмосферу. Ребята из «Студии юного актера» и театральной студии «Игра» нарядились в мимов, развлекали публику акробатическими номерами. У сцены красовался большой красный рояль, а со сцены звучали мировые хиты под аккомпанемент саксофона и баяна. Стены фойе украшали фотографии, по которым можно было проследить богатую историю ДК – от момента строительства до сегодняшнего дня.

– Мы создали для наших гостей праздничную, нарядную атмосферу. Надеюсь, что всем понравится. Сегодня нас ждет мно-

го сюрпризов и награждений, – рассказала депутат Совета депутатов поселения Московский, директор Дворца культуры Ирина Иванова, которая встречала гостей. Она заметила, что в ДК есть сотрудники, которые работают здесь практически с самого основания, и новые специалисты, большие профессионалы, хорошо вливаются в коллектив. Словом директора вторила ведущий менеджер отдела культурных программ Анна Мавричева, которая пришла работать в ДК только в этом году.



Коллектив «Околица»

– Здесь работают люди, влюбленные в свою профессию. По-другому не скажешь, потому что каждый день бежать сюда с желанием творить, придумывать что-то новое, радовать наших жителей могут только люди, влюбленные в свое дело.

Концертную программу в большом зале начали с показа специально подготовленного фильма о юбилее ДК. Затем на экран вывели старые черно-белые фотографии, на которых было запечатлено самое начало строительства Дворца. Но-стальгическое настроение поддержал глава поселения Московский Владимир Чирин. Он поделился личными воспоминаниями. – Я тогда работал учителем в школе, расположенной по соседству. У нас часто пропадали ученики, и мне приходилось их искать. И находили мы их на стройке Дворца культуры, которая тогда временно была приостановлена. Они строили здесь шалаш и разводили костры, играли – уже тогда ДК был местом притяжения молодежи. К счастью, вскоре



Депутат Мосгордумы Александр Козлов поздравил лучших сотрудников Дворца

благодаря нашему совхозу «Московский» строительство Дворца возобновилось. И мы все принимали в нем активное участие, – рассказал глава поселения со сцены.

В программе вечера концертные номера чередовались с церемониями награждения. Многие сотрудники ДК в этот день получили грамоты и благодарности от министра культуры Москвы, префектуры ТиНАО, Совета депутатов и администрации поселения Московский. Их чествовали за большой вклад в развитие культуры и плодотворную деятельность. Помимо своих артистов, которые в этот день блистали на сцене, поздравить ДК с юбилеем приехали солистки Новгородской филармонии и вокальный ансамбль «Сорока».

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Праздник начинался с фойе, где играла живая музыка

Актовый зал, как всегда, был полон



## Новые автобусные маршруты СТОЛИЦЫ

Они охватили более 30 районов Москвы. Об этом рассказал мэр Сергей Собянин.



Осенью в Москве открыли еще 10 маршрутов городского транспорта, которые охватили более 30 районов. Об этом Сергей Собянин сообщил в своем телеграм-канале.

Например, автобусный маршрут № 147 связал жилой комплекс ЖК «Юго-Западный» в 3-м микрорайоне поселения Московский со станцией метро «Филатов Луг». Пассажиры маршрута № 577к в поселении Сосенском теперь могут добраться до станции метро «Ольховая».

«Также за последние три месяца улучшили трассы свыше 140 действующих маршрутов, ввели больше 80 новых остановок на маршрутах и заменили свыше 300 старых на современные остановочные павильоны, запустили 12 новых выделенных полос», – написал мэр Москвы.

Сеть маршрутов городского транспорта постоянно развивается. Транспорт подъезжает ближе к новым станциям метро и железной дороги, школам и поликлиникам, а также появляются дополнительные остановки.

По материалам [mos.ru](https://mos.ru)  
Фото [mos.ru](https://mos.ru)  
и Александра КОРНЕЕВА



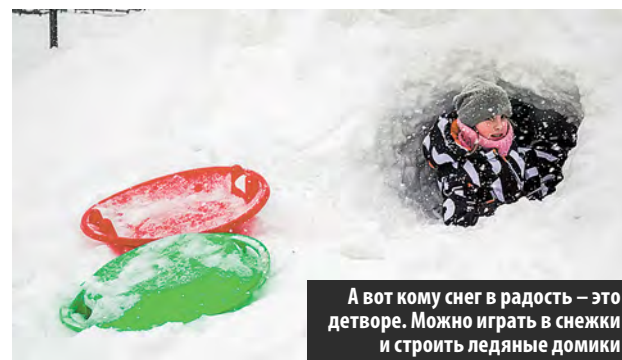
От редакции. Газета «Московский сегодня» уже писала о новых автобусных маршрутах в поселении, как только был запущен маршрут с179 от метро «Саларьево» до «Теплого стана». Последний экспресс связал Киевское и Калужское шоссе, две линии метро и агрокластер Фуд-сити. Но в ближайших номерах газеты, по просьбе наших читателей, собираемся напечатать подробную, измененную с прошлого года, карту автобусных маршрутов поселения Московский. До встречи на страницах «МС»!



В выходные на уборку улиц Московского вышла вся техника



Первыми дворники расчищали подходы к жилым домам и социальным объектам



А вот кому снег в радость – это детворе. Можно играть в снежки и строить ледяные домики

# Метели побили все рекорды

Как только лист календаря перевернули на декабрь, зима полностью вступила в свои права, серьезно заявив о них. В прошедшие выходные столицу накрыло сильным снегопадом, которого, как говорят синоптики, не было последние 70 лет.

«Завоскресенье, 3 декабря, выпало 25-30% от месячной нормы снега, – отмечает ведущий специалист центра

погоды Фобос Евгений Тишковец. – Высота снежного покрова в столице достигла небывалых величин. За один день намело 30-сантиметровые сугробы, что более чем в четыре раза выше положенной для начала зимы нормы в семь сантиметров».

Руководитель Гидрометцентра России Роман Вильфанд утверждает, что побит рекорд снегопадов 50-х годов прошлого века, но и тогда высота сугробов не превышала 30 сантиметров, а нынешним декабрем местами доходит до 40.

Передвигаться по городу, засыпанному снегом, тяжело как пешеходам, так и автомобилистам. Погода прибавила работы коммунальщикам.

– Снега действительно очень много, – рассказал начальник отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения Московский Максим Голубев. – Наша задача сейчас – максимально расчистить территорию. Работы одновременно ведутся во всех микрорайонах и жилых комплексах поселения Москов-

ский. В первую очередь очищают тротуары, пешеходные зоны возле социальных объектов: поликлиник, детских садов и школ, подходы к остановкам общественного транспорта.

Снег вывозят, дороги и пешеходные зоны обрабатывают противогололедным материалом. Столичные власти сообщили, что к работе привлекли максимальное количество техники, дворников и бригад ручной уборки.

Юлия ГОНЧАРОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Так чистили козырьки подъездов в доме 24 в 1-м микрорайоне

## Снег на голову не упадет

После обильных снегопадов, прошедших в первые выходные декабря, коммунальные службы провели очистку крыш многоквартирных домов.

В уборке сугробов на крыше нуждается далеко не каждый жилой дом, а только оборудованный металлической двускатной кровлей с наружным водоотводом. Накапливаясь на такой крыше, снег образует тяжелые пласты, которые могут в любой момент съехать вниз – на голову прохожих. За тем, чтобы этого не случилось, следят представители управляющих компаний.

– Подлежат полной очистке скатные кровли

многоквартирных домов, а также выступающие элементы фасадов зданий, например, козырьки подъездов. Очистка кровель от снега проходит регулярно, – сообщил начальник отдела по работе с жилищным фондом администрации поселения Иван Суздаев.

Кроме того, очищаются от снега кровли жилых городских объектов: промышленных, офисных и административных зданий. Эти работы в самом разгаре, и продолжатся, ведь по прогнозам, зима предстоит снежная, и не самая легкая для коммунальщиков.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Ларисы ВАСИЛЬЕВОЙ

## Поздравляем с победой!

Журналисты «Московский сегодня» в третий раз стали обладателями награды Правительства Москвы за лучший материал о жизни города.

Редакция МБУ «Мосмедиа» награждена грамотой Правительства Москвы. Третий год подряд наш отдел видеопроизводства становится победителем в номинации «Лучший видеоматериал о жизни города» смотра «Информируем из первых рук».

Документальный фильм «МС», посвященный 50-летию ДШИ города Московский, получил высшую оценку жюри.

– 50 лет Детской школе искусств – большая дата, можно сказать, целая жизнь. Конечно, очень непросто вместить ее в 20-минутный фильм, выбрать из огромного количества событий, которые за это время произошли, самое главное. Но творческий коллектив редакции «Мосмедиа» спра-



Директор МБУ «Мосмедиа» Сергей Постников, тележурналист Светлана Гаврилова и видеооператор Алексей Комиссаров с заслуженной наградой

вился с этим на пять с плюсом, – сказала директор Детской школы искусств, депутат Совета депутатов поселения Московский Ольга Смирнова. – Фильм получился интересным. Не только для нас, коллектива ДШИ, но и для многих жителей Московского, которые знают нашу школу, ходили сюда сами или водили своих де-

тей. Надеюсь, что после переезда в новое здание сделаем с редакцией еще не один интересный проект. Поздравляю с заслуженной победой!

30 ноября автор фильма Светлана Гаврилова, видеооператор



Журналисты победили с фильмом о ДШИ. На фото – директор школы Ольга Смирнова

и режиссер монтажа Алексей Комиссаров и шеф-редактор Сергей Постников приняли участие в церемонии награждения, которая прошла в здании Правительства Москвы. Диплом победителя коллегам вручил руководитель Департамента средств массовой информации и рекламы Москвы Иван Шубин.

– Эта награда – заслуга не только нашего коллектива, но и Правительства Москвы, префектуры ТиНАО, администрации поселения Московский, потому что столько всего в городе и поселении происходит, так активно все развивается, что всегда есть о чем снимать и писать, – отметил директор МБУ «Мосмедиа» Сергей Постников.

Поздравляем коллег и желаем им дальнейших творческих успехов!

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

ПРОФЕССИОНАЛЫ

ЖКХ



В кинозале им. Жукова на «Поклонке» не осталось свободных мест. МЧСники, курсанты, коллеги и близкие полковника внутренней службы Евгения Чернышева пришли, чтобы отдать дань памяти Герою России и еще раз увидеть его на экране. Фильм о самом известном пожарном Москвы сняла Анна Зубарева, ученица мастерской выдающегося режиссера Юрия Кары, который тоже поднялся на сцену.

– О героях надо рассказывать, о таких, как Чернышев. Он личным примером показывал, как надо служить, – сказал мэтр российского кинематографа.

На экране мелькают кадры из документальной хроники. Вот Евгений Чернышев первым бросается в горящее здание, а здесь – спасает людей из горящей квартиры. Полковник лично участвовал в тушении более 250 пожаров, включая такие масштабные, как в ЖК «Алые паруса», общежитии РУДН, в «Манеже», на Черкизовском рынке, в онкоцентре на Каширке и в «Вернисаже» в Измайлове, в издательстве на улице Правды, в «Дягилеве» и «Опере», а также в Останкинской телебашне. Его коллеги говорят: когда Чернышев приезжал на пожар, появлялась уверенность, что пламя быстро потушат.

Неутомимый пожарный, несмотря на свой высокий пост, не любил сидеть в кабинетах, предпо-

## О полковнике Чернышеве сняли фильм

В Музее Победы на Поклонной горе представили документальную ленту «Позывной 3.9.2» о легендарном московском пожарном Евгении Чернышеве, именем которого названы кадетские классы школы № 2120.



Вдова героя Марина Чернышева часто навещает ребят-кадетов в Московском

читая бороться с огнем на первом плане. По словам вдовы Евгения Чернышева, он мог сорваться

на работу в свой законный выходной, бросив личные дела, потому что людям нужна была помощь.

– В его машине всегда была пожарная форма, потому что он всегда был готов встретиться с огнем, – рассказывает Марина Чернышева.

На пожар, ставший для него последним, начальник Службы пожаротушения Москвы Евгений Чернышев приехал в свой выходной. Это было 20 марта 2010 года. Горел 5-этажный бизнес-центр на 2-й Хуторской улице. Под руководством Чернышева пожарные вывели из горящего здания пять человек. Тогда полковник приказал подчиненным уйти, а сам вернулся, чтобы убедиться, что людей внутри не осталось. Спустя время по рации прозвучали последние слова позывного «3.9.2»: «Заканчивается кислород. Пытаюсь выйти». Но выйти Чернышев не смог: обрушилась кровля. Звание Героя России ему было присвоено посмертно.

К месту последнего упокоения на Митинском кладбище Евгения Чернышева провожала чуть ли не вся Москва, и мало кто мог сдержать слезы.

– Он не стал героем в этот день, он им был по жизни, каждый день, – говорит Марина Чернышева.

С момента гибели Чернышева прошло 13 лет, но память о нем продолжает жить не только в его соратниках и последователях, но и в названии столичной 13-й пожарной части, спасательного катера, улицы, а в школе № 2120 Московского именем полковника названы кадетские классы. А вскоре в столичном главке МЧС появится Галерея Славы сотрудников московского пожарно-спасательного гарнизона. И портрет Чернышева станет первым в ряду достойных.

– Уже 13 лет нет его со мной рядом, но он незримо присутствует в моей жизни и в жизни всех тех людей, которые его уважают и любят. Потому что Женья был настоящим во всех своих проявлениях, – Марина Чернышева с трудом сдерживает слезы.

На Митинском кладбище у могилы полковника Евгения Чернышева стоит памятник пожарному в полный рост. В «боевом» снаряжении, с рацией, кажется, будто он и после смерти остается на своем посту, продолжая оберегать родной город от беды.

Эльвира ЯКУПОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА  
и из личного архива Марины Чернышевой

## ВАКАНСИЯ

Администрация поселения Московский приглашает специалиста на должность инспектора военно-учетного стола

### Условия:

- социальный пакет;
- 5-дневная рабочая неделя;
- служебный транспорт для осуществления обязанностей;
- отпуск 28 календарных дней.

### Требования:

- возраст от 18 до 55;
- грамотная речь;
- предпочтителен опыт работы в военном комиссариате, мобилизационном органе;
- отсутствие судимостей.

По вопросам трудоустройства необходимо обращаться по номеру телефона:

**+7 (495) 424-66-20**

или по электронной почте:

[vus@adm-moskovsky.ru](mailto:vus@adm-moskovsky.ru)

## В ЦСО принимали гостей

Людам с ограниченными возможностями здоровья рассказали о реабилитационных услугах в Московском.

В Центре социального обслуживания «Московский» 4 декабря состоялось тематическое мероприятие для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями, посвященное Международному дню инвалидов.

Гостей ждали мастер-классы, выставка творческих работ, круглый стол, открытые занятия с психологом и инструктором по лечебной физкультуре.

– Основной вопрос, который мы обсуждали на встрече, – возможности реабилитационных услуг для инвалидов, предоставляемых в поселение, в округе, в городе, а также получение технических средств для них, – рассказала



Депутат Совета депутатов, замдиректора ЦСО Людмила Скаринка открыла мероприятие

депутат Совета депутатов поселения Московский, заместитель директора Центра социального обслуживания Людмила Скаринка.

Мероприятие зарядило собравшихся позитивной энергией. Особенно им понравилось участие в литературной

гостинной и тренировка ЛФК.

Узнать подробнее о программах реабилитации в ЦСО можно по адресу: г. Московский, 3-й мкр., д. 1А или по телефону: +7 (495) 870-44-44

Юлия ГОНЧАРОВА  
Фото ЦСО «Московский»

## Вечная память героям

Торжественное мероприятие, посвященное Дню начала контрнаступления против немецко-фашистских войск в битве за Москву, прошло в 1-м микрорайоне у памятника воинам, павшим в Великой Отечественной войне.

Участие в торжественном мероприятии приняли школьники и члены общественных организаций Московского. Венки и цветы к памятнику в 1-ом микрорайоне Московского возложили депутаты Совета депутатов поселения, члены Совета ветеранов и Общества инвалидов Московского, ученики кадетских классов школ №№ 2120 и 2065, ребята из «Боевого братства», а также парламентарии Молодежной палаты нашего поселения.

– В первые же дни контрнаступления бои имели ожесточенный характер. В отсутствие числен-



Шествие возглавили ребята-кадеты

ного превосходства, испытывая недостаток в технике, в сильнейшие морозы советским войскам удалось прорвать

линию обороны противника. 8 декабря Гитлер подписал приказ о переходе к оборонительным действиям по всей линии соприкосновения с советскими войсками. Эти дни были отмечены массовым героизмом и самопожертвованием наших воинов. Наша задача – помнить их. Эта битва стала началом нашей Великой Победы. Вечная память павшим воинам! – обратился к собравшимся депутат Совета депутатов Александр Кротов.

После торжественной части память героев почтили минутой молчания.

Об участниках Великой Отечественной, жителях деревни Передельцы, так и не вернувшихся с войны, всем присутствовавшим напомнила особый гость мероприятия – ветеран Тамара Ивановна Привалова. Несколько лет назад она помогла собрать информацию о героях, чьи имена увековечены на памятнике сегодня.

Напомним, что в этом году произведен ремонт монумента, установленного в 1-м микрорайоне у Храма святителя Тихона.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



## В ПМПП загорелась строительная бытовка

На территории микрорайона Первый Московский город-парк 30 ноября произошел пожар на стройплощадке, сообщили в пресс-службе Управления по ТиНАО ГУ МЧС России по г. Москве.

На пульт дежурного поступила информация о возгорании бытовки на территории строительной площадки на улице Никитина.

Прибывшие на место происшествия специалисты экстренных служб оперативно потушили пожар. Как уточнили в пресс-службе МЧС, площадь возгорания составила 6 квадратных метров, пострадавших нет. Специалисты устанавливают причину происшествия.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото администрации поселения Московский



Не давайте никому пароль от личного кабинета и приложения, данные карты, код из СМС или пуш-сообщения.

Современные технологии не всегда приносят пользу – иногда возникает «побочный эффект». Через мобильный телефон преступники могут запустить руку в ваш карман. Новый вид обмана появился в ватсапе.

Вместе с совершенствованием технологий более виртуозными становятся и мошенники. Сотрудники полиции постоянно предупреждают о новых приёмах, на которые могут попасться доверчивые люди. Теперь злоумышленники взламывают аккаунты в мессенджере и просят занять им денег от имени владельца профиля.

С такой ситуацией столкнулся корреспондент «МС», а потом мы узнали, что в Москве за последнее время просто эпидемия взломов этого мессенджера. От имени моего сына всем абонентам из его списка: друзьям, преподавателям в институте, кураторам практики, родственникам и так далее, – пришло сообщение с просьбой занять 25 тысяч рублей. Сумма немаленькая, поэтому большинство людей перезвонило, чтобы поинтересоваться, все ли в порядке. На его телефоне переписка не отображалась.

Но даже если один человек переведет деньги, для мошенников это уже неплохой результат. Таким простаком оказалась моя подруга. Накануне у сына был день рождения, поэтому она решила, что деньги ему нужны, чтобы отменить праздник с друзьями. Ее догадку подтвердили злоумышленники во время личной переписки, попросили отправить деньги на карту «друга», некоего Ивана Ф., и даже пообещали вернуть проценты за операцию. Ошибка фатальная – подруга попыталась отменить перевод через 20 минут, но это оказалось невозможно.

– Не получится вернуть деньги за операцию, потому что ее сделали в личном кабинете или приложении, – объясняет сотрудник службы безопасности одного из столичных банков Александр Зверев. – Доступ к ним должен быть только у владельца, поэтому такие операции считаются совер-

# Осторожно: вам пишут мошенники



Чаще всего жертвой телефонных обманщиков становятся пожилые люди

шенными с его согласия. Не давайте никому пароль от личного кабинета и приложения, данные карты, код из СМС или пуш-сообщения.

Это стандартное объяснение банков. Однако, как сообщил Зверев, они готовы сотруд-

ничать с полицией. Увы, стражи порядка хоть и приняли заявление о мошенничестве, но сказали, что шансы найти и наказать злоумышленников ничтожно малы. Карта получателя перевода

хоть и именная, но, скорее всего, оформлена на подставное лицо, не участвующее в преступной схеме.

– Выход есть, – считает юрист Наталья Корниенко. – Вместе с клиенткой мы составили досудебное обжалование операции

нежных средств отсутствуют. Уже были прецеденты, когда банки возвращали средства, переведенные мошенникам. Если результат не будет достигнут, надо обращаться в суд. Подобные вопросы в его юрисдикции, а не полиции.

– После серии обновлений мессенджер получил важную функцию – способность работать на нескольких устройствах одновременно, что создало почву для перехвата и слежки, – считают ведущие эксперты по кибербезопасности. – Новую возможность создавали для удобства, однако ею незамедлительно стали пользоваться в преступных целях. Для этого используются сторонние

приложения, чтобы получить удаленный доступ к вашему телефону и синхронизировать ваш аккаунт с веб-версией мессенджера у себя на смартфоне или ПК. Защитить свой аккаунт от взлома можно при помощи двухфакторной ав-

торизации – способе, когда подключение аккаунта к новому устройству проходит двойную проверку. Например, указание электронной почты или кодового слова.

Специалисты по кибербезопасности также рекомендуют периодически проверять, не подключился ли кто-нибудь к вашему устройству. Чтобы это сделать, откройте мессенджер на андроиде, нажмите на «три точки» в правом верхнем углу экрана, а на айфоне – в правом нижнем на кнопку «настройки», затем выберите «связанные устройства». Здесь вы можете увидеть список всех компьютеров, планшетов и телефонов, которые были подключены к вашей учетной записи. Если вы заметите какое-либо подозрительное устройство, которое вы не узнаете, то выделите его и нажмите на кнопку «выйти», чтобы отключить его.

Что делать, если ваш знакомый или близкий человек написал вам и попросил перевести ему деньги? Перезвоните и уточните просьбу. Обязательно убедитесь, что вы разговариваете с владельцем аккаунта. После просьбы о денежном переводе не переходите по ссылкам в сообщениях, не переводите деньги на незнакомые карты, банковские счета, номера виртуальных кошельков. Тем более – если они не привязаны к имени просящего.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото Александра КОРНЕЕВА

**Если знакомый или близкий человек попросил перевести ему деньги, позвоните ему и убедитесь, что разговариваете с владельцем аккаунта**

ничать с полицией. Увы, стражи порядка хоть и приняли заявление о мошенничестве, но сказали, что шансы найти и наказать злоумышленников ничтожно малы. Карта получателя перевода

в банк получателя о необоснованном обогащении неустановленного лица Ивана Ф., поскольку договорные отношения и какие-либо обязательства между клиенткой и получателями де-

## Как подключиться к сетям водоотведения в ИЖС (индивидуальное жилищное строительство).

### ПАМЯТКА ДОМОВЛАДЕЛЬЦУ



#### 1 Какова процедура подключения к сетям водоотведения?

Подключением к сетям водоотведения в Москве занимается «Мосводоканал». В процессе подключения необходимо будет пройти следующие этапы:

- Заключить договор на подключение (вместе с условиями подключения);
- Выполнить комплекс строительно-монтажных работ по прокладке сетей водоотведения и подписать акт о осуществлении технологического присоединения.

Договор на прием сточных вод заключается после завершения технологического присоединения.

#### 2 Как получить технические условия?

Для подачи заявки на получение техусловий вам понадобятся:

- информация о границах земельного участка (ситуационный план в масштабе 1:2000)
- планируемая величина максимальной необходимой мощности

(нагрузки) (проектируемый баланс водопотребления и водоотведения подключаемого объекта).

Заявку на разработку технических условий технологического присоединения к сетям водоотведения можно подать онлайн на mos.ru, заполнив нужные графы единой формы заявки на услугу «Предоставление технических условий подключения объектов капитального строительства к централизованной системе водоснабжения и/или водоотведения»

(<https://www.mos.ru/pgu/ru/services/link/2697/>).

**В течение 7 рабочих дней с даты получения пакета необходимых документов «Мосводоканал» предоставит вам:**

- технические условия на подключение объекта капитального строительства к сетям ин-

женерно-технического обеспечения;

- или
- мотивированный отказ в выдаче указанных условий при отсутствии возможности подключения объекта капитального строительства к сетям инженерно-технического обеспечения.

#### 3 Как заключить договор о подключении?

Заявка на заключение договора о подключении и разработки условий подключения к системе водоотведения подается правообладателем земельного участка онлайн на mos.ru. Для ее подачи вам в отсканированном виде понадобятся:

- ситуационный план расположения объекта с привязкой к территории населенного пункта в масштабе 1:2000;
- баланс водопотребления и водоотведения подключаемого объекта;

- топографическая карта участка в масштабе 1:500 (со всеми наземными и подземными коммуникациями и сооружениями) (геоподоснова).

Срок подготовки договора о подключении к централизованной системе водоотведения – не более 20 рабочих дней.

#### 4 Что делать после получения договора?

Проект договора о подключении от «Мосводоканала» придет в личный кабинет на mos.ru. В течение 30 дней после этого его нужно подписать и выслать обратно. В «Мосводоканале» договор зарегистрируют и вернут вам тем же способом – в личный кабинет на mos.ru. Срок подключения объекта к сетям водоснабжения и водоотведения – 18 месяцев от даты заключения договора о подключении, если иные сроки не предусмотрены условиями договора.

В соответствии с договором «Мосводоканал» осуществляет

прокладку внешних инженерно-технических сетей водоотведения до точки подключения объекта, указанного в договоре. Монтаж внутренних сетей (то есть в пределах земельного участка заказчика) осуществляется заказчиком самостоятельно.

После окончания строительных работ внутренние сети инженерно-технического обеспечения присоединяются к централизованным сетям водоснабжения и водоотведения (техническая врезка) и подлежат промывке и дезинфекции.

По окончании работ сторонами подписывается двусторонний акт. Получить акт о подключении к сетям водоотведения можно онлайн на mos.ru, заполнив нужные графы единой формы заявки. После этого заказчику выдается разрешение на канализацию объекта.

Более подробная информация об особенностях технологического подключения размещена на сайте АО «Мосводоканал» (<https://www.mosvodokanal.ru/forabonents/connection/>).





– Даже если человек уже имеет какое-то хроническое заболевание, он не должен замыкаться на этом. Следует делать все возможное, чтобы добиться стойкой ремиссии, – уверена врач Татьяна Рыбникова. – Помимо приема специальных препаратов, одно из условий долгой и качественной жизни людей с хроническими заболеваниями – правильное питание.

### Артериальная гипертензия

Главное правило, о котором необходимо помнить каждому гипертонику, – умеренное употребление соли.

– Соль задерживает жидкость в организме, из-за чего происходит сдавливание сосудов, которое вызывает повышение артериального давления, – объясняет Татьяна Рыбникова. – Иногда на приеме пациент говорит: «Я соль не употребляю совсем, даже солонки дома нет». А потом выясняется, что человек ест соленую селедочку, квашеную капусту...

#### Что едим?

В качестве примера здоровой диеты медик приводит средиземноморскую модель питания. Несмотря на то, что в Италии потребляют рекордное количество макаронных изделий – пасты, готовят ее из муки грубого помола, углеводов в которой значительно меньше, а полезной клетчатки – больше. Вместо соли готовые блюда сдабривают лимонным соком, пользуются различными пряными травами: базиликом, укропом, орегано. Кроме того, едят богатые клетчаткой стебли сельдерея – продукт, который становится все популярнее и в России.

– Одна из причин возникновения гипертонической или ишемической болезни сердца – повышение уровня холестерина в крови, в частности – повышение уровня липопротеинов низкой плотности. Это вещества, которые откладываются в стенках сосудов и формируют бляшки, закрывающие просвет сосудов. На этом фоне может произойти инфаркт или инсульт. Поэтому гипертоникам рекомендуется как можно больше употреблять фруктов и овощей. В них содержится клетчатка, которая будет выводить лишние жиры, попадающие к нам с пищей.

Белки также необходимы. Причем в молодом возрасте следует употреблять больше красного мяса, а в пожилом – рыбу, морепродукты и мясо птицы. Для усвоения глюкозы в рационе должен присутствовать витамин С. Ужинайте минимум за 4 часа до сна, чтобы не создавать дополнительную нагрузку на сердце. На ночь можно выпить стакан кефира или ряженки.

Также медик советует избегать сладостей и следить за калорийностью пищи. Как правило, гипертония возникает у людей пожилого возраста, которые менее активны, а лишние калории переходят в плохой холестерин и лишний вес.

### Ожирение

Даже если вес превышает норму всего на десяток килограммов, жир откладывается не только снаружи, но и внутри организма. Висцеральный жир невидим, но обволакивает все внутренние органы: сердце, печень и поч-



Медицинские лекции в ЦМД всегда собирают много слушателей



Врач-терапевт Татьяна Рыбникова

## Едим – не навредим

*Медики не устают повторять: правильное питание – залог здоровья и долголетия. Однако с возрастом многие из нас приобретают различные хронические болезни: сахарный диабет, остеопороз, гипертонию или ожирение. При этом то, что полезно при одной хвори, в другом случае может быть и вовсе запрещено. Секретами правильного питания на лекции «Школы здоровья в Центре долголетия «Московский» поделилась врач-терапевт отделения профилактики Городской больницы Московского Татьяна Рыбникова.*

ки – все оказывается в жировой капсуле. Висцеральный жир также имеет свойство задерживать воду в организме, что опасно для гипертоников.

#### Что едим?

Нельзя злоупотреблять сахаром: конфетами, чрезмерно сладкими фруктами и мучными изделиями. Если человек выбирает углеводистую пищу, это дает прибавку в весе и повышает

- Зеленый горошек на гарнир: консервированный или замороженный;
  - Бобовые с высоким содержанием клетчатки: фасоль сушеная, зеленая стручковая или обычная консервированная – в банке с томатом.
- Исключаем:**
- Сладости;
  - Большое количество яиц, поскольку желтки богаты холестерином. Ограничьтесь двумя отварными яйцами в неделю;

же рыба, яйца, фасоль, брокколи, орехи, зелень, курага. Последняя также богата всевозможными микроэлементами: калием, кальцием, витаминами групп А, В, С.

Также хороши продукты, в которых содержится витамин D, помогающий усвоению кальция. Это морская рыба. Самая доступная – скумбрия. Чтобы сохранить всю пользу и избежать неприятного запаха при готовке, ее лучше запекать в фольге вместе с овощами. Кроме того, необходим и витамин С. Лучше всего – свежие фрукты и овощи. Съедайте в день по мандарину или яблоку, добавляйте в салат репчатый лук, не забывайте про зелень.

#### При остеопорозе необходимы:

- В6: хлеб с отрубями, сыр, творог, сметана;
- В2: печень, сыр, творог, яйца;
- Фосфор: зелень, фрукты, ягоды;
- Витамин К: черная смородина, баклажаны.

**Внимание:** при достаточном количестве кальция в организме злоупотреблять продуктами, насыщенными им, не стоит. Это опасно формированием камней в почках.

### Подагра

Разновидность артроза, возникающая при нарушении обмена

### ДОСЛОВНО

*Депутат Совета депутатов поселения Московский, руководитель Центра московского долголетия «Московский» Лидия Абашина:*

«Школа здоровья» – большой совместный проект центров московского долголетия и Департамента здравоохранения Москвы. В рамках него дважды в месяц в нашем центре проходят лекции профильных специалистов – врачей Городской больницы города Московский. Профессионалы делятся с посетителями центров достоверной информацией, в основе которой лежит доказательная медицина. Мы очень ценим такой формат, ведь в наше время, когда вокруг так много различных источников, очень важно найти сведения, на которые можно положиться, следовать советам специалистов и оставаться здоровыми и активными долгие годы!

уровень глюкозы в крови, что может стать первым признаком развития сахарного диабета.

Не жарьте мясо – при нагревании жир превращается в канцероген, а его употребление приводит к образованию плохого холестерина. Курицу и мясо отваривайте, а если вы готовите котлету – сделайте ее на пару. Замените гарнир салатом: приготовьте винегрет или овощной салат и заправьте растительным маслом. Растительные масла вместе с клетчаткой способствуют выведению лишнего жира животного происхождения.

#### Рекомендуемые продукты:

- Хлеб с отрубями или черный из цельного зерна: не более четырех кусочков в день. А вот отруби – очень грубая пища, которая может повредить кишечник;

• Маргарин – трансжиры, которые не усваиваются организмом, но откладываются в стенки сосудов.

### Остеопороз – нарушение кальциевого обмена

Грозное заболевание, которое встречается у 20 из 100 женщин в постклимактерический период. В организме снижается количество половых гормонов, которые участвуют в синтезе кальциевого обмена. Происходит вымывание солей кальция. Признаки заболевания: боли в позвоночнике, костях и суставах. Кости становятся хрупкими, что грозит частыми переломами.

#### Что едим?

Пищу, насыщенную кальцием. Рекордсмены по его содержанию – молочные продукты, а так-

### СКАЖИТЕ, ДОКТОР

веществ. В организме избыточно вырабатываются пурины – азотистые соединения, поступающие в кровь при употреблении мяса. Неудивительно, что чаще подагрой страдают мясоеды-мужчины. Болезнь нередко возникает при плохой работе почек на фоне злоупотребления солью, а также при избытке кальция и повышенной мочевой кислоте.

#### Что едим?

Пациентам с подагрой медики прописывают диетический стол № 6. Он допускает употребление мяса птицы, но в ограниченном количестве. При готовке курицу вымачивают в течение часа и готовят в отварном виде. А вот бульон в супе можно только третий. Не рекомендуется также готовить супы на косточке. Запрещены: щавель, шпинат, редис, помидоры – в этих продуктах много пуриновых оснований.

### Сахарный диабет

Доктор предупреждает, что рацион больному должен составлять врач-эндокринолог. При этом, по опыту медика, очень часто пациенты с сахарным диабетом ограничиваются лишь приемом сахароснижающих препаратов: пьют таблетки, колют инсулин, а затем идут в продуктовый и покупают все что душе угодно.

– Этого делать категорически нельзя, – предупреждает врач. – Пациенты с сахарным диабетом, как правило, страдают множественностью заболеваний: гипертонией, ишемической болезнью, болезнями почек. Если пациент соблюдает все правила питания и приема лекарств, диабет будет протекать благоприятно. При несоблюдении диеты увеличение уровня глюкозы в крови будет способствовать тому, что кристаллики глюкозы будут забивать капилляры, которые находятся по всему организму. Самое серьезное осложнение – хроническая почечная недостаточность. Именно поэтому при диабете два раза в год обязательно нужно сдавать анализы: креатинин и мочевину, чтобы не пропустить самого страшного – развития диабетической нефропатии.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Овощи и фрукты помогают сохранить хорошее здоровье и самочувствие





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

СУББОТА, 16 ДЕКАБРЯ

21:00 «Заговор на одиночество» [12+] Россия 1

Три поколения женщин в роду Нины Портновой рано становились вдовами. К тридцати годам героиня похоронила уже двух супругов и поверила в заговор, наложенный на ее семью, поэтому остерегается отношений с мужчинами. Но однажды Нина влюбляется.



#### Художественные фильмы и сериалы

- 07:35 «Высоко над страхом» [12+] ТВЦ  
09:20 «Женщины» [16+] ТВЦ  
10:15 «Мальва» [12+] Культура  
12:55 «Абонемент на расследование. Ночной гость» [16+] ТВЦ  
13:45 «Легенда Лонгвуда» [12+] СТС  
16:30 «Зайчик» [12+] Культура  
19:00 «Охота на воров» [16+] Рен-ТВ  
19:45 «Пепел и алмаз» [12+] Культура  
23:35 «Авангард: Арктические волки» [16+] СТС  
00:00 «Однажды в Вегасе» [16+] TNT

#### Спорт на Матч-ТВ

- 08:35 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Уфы. Прямая трансляция [12+]  
10:00 Художественная гимнастика. Небесная грация. Трансляция из Китая. Прямая трансляция [12+]  
11:40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Уфы. Прямая трансляция [12+]  
12:50 Футбол. Журнал Лиги чемпионов [12+]  
13:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА – «Авдодор» (Саратов). Прямая трансляция [12+]

- 15:55 Футбол. Матч Звезд Fonbet Кубка России. Прямая трансляция [12+]  
17:25 Футбол. Чемпионат Германии. «Аугсбург» – «Боруссия» (Дортмунд). Прямая трансляция [12+]

21:40 «Гениальное ограбление» [16+] Рен-ТВ

Том – выдающийся инженер, одержимый Банком Испании, а точнее, его хранилищем, построенным сто лет назад и не имеющим чертежей. Узнав, что туда привезут легендарное сокровище, Том разрабатывает филигранный план проникновения в банк.

- 14:25 «Арфы нет – возьмите бубен!» [12+] Первый канал  
14:45 «Нобелевские победы российской науки. Виталий Гинзбург» [12+] Культура  
17:00 «Документальный проект» [16+] Рен-ТВ  
17:50 «Большая опера. Финал» [12+] Культура  
18:00 «Засекреченные списки» [16+] Рен-ТВ  
21:00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным [16+] ТВЦ  
22:00 «Агора» [16+] Культура  
23:30 «Неизвестный Сталин» [16+] ТВЦ



#### Детское время

- 05:00 Мультфильмы [0+] СТС  
06:00 «Ералаш» [6+] СТС  
07:00 М/с «Три кота» [0+] СТС  
07:05 М/ф «Межа» [0+] Культура

21:30 «Рассекреченная история. За кулисами Олимпиады-80» [12+] Культура

Московская Олимпиада 1980 года осталась величественной эпопеей, с трогательным закрытием в виде улетевшего талисмана – олимпийского мишки. Как СССР оказался в числе стран-претендентов на Олимпиаду? Какие тайны скрывала подготовка к ней?

13:20 «Наслаждаясь жизнью» [12+] Первый канал

Зрители узнают, как Юрию Николаеву удалось стать телеведущим на все времена, независимо от моды, времени и возраста. В программе «Честное слово» легендарный ведущий вызывает на откровенность звезд, но здесь сам раскроется перед камерой.



- 07:30 М/ф «Кошкин дом» [0+] Культура  
08:30 М/ф «Команда Матч» [0+] Матч-ТВ  
15:50 М/ф «Охотники на драконов» [6+] СТС  
17:25 М/ф «Кунг-фу Панда» [0+] СТС  
21:00 М/ф «Кунг-фу жеребец» [0+] СТС

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

- 07:30 Шоу «Уральских пельменей» [12+] СТС  
08:20 «Поедем, поедим!» [12+] НТВ  
08:35 «По секрету всему свету. Куба» [12+] Россия 1  
09:00 «Умницы и умники» [12+] Первый канал  
09:20 «Едим Дома» [12+] НТВ

- 09:25 «Пятеро на одного» [12+] Россия 1  
10:00 «100 мест, где поесть» [12+] СТС  
10:10 «Сто к одному» [12+] Россия 1  
10:15 «Наше все» [12+] Первый канал  
11:00 «Суперниндзя» [12+] СТС  
11:50 «В кругу друзей» [12+] Россия 1  
12:00 «Квартирный вопрос» [12+] НТВ  
12:50 «Доктор Мясников» [12+] Россия 1  
13:00 «Секрет на миллион» [16+] НТВ  
14:50 «Парад юмора» [12+] Россия 1  
15:00 «Совбез» [16+] Рен-ТВ  
16:20 «ЧП. Расследование» [16+] НТВ  
17:00 «Следствие вели...» [16+] НТВ  
17:50 «Привет, Андрей!» [12+] Россия 1  
18:30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» [16+] TNT  
19:00 «Центральное телевидение» [12+] НТВ  
20:20 «Суперстар!» [12+] НТВ  
21:00 «Ярче Звезд» [12+] TNT  
21:35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига [16+] Первый канал  
22:40 «Женский Стендап» [16+] TNT  
23:30 «Ты не поверишь!» [16+] НТВ

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 17 ДЕКАБРЯ

18:45 «Падение Лондона» [16+] Рен-ТВ

Премьер-министр Великобритании погибает при загадочных обстоятельствах. На похоронах присутствуют руководители западного мира. Это событие в дальнейшем влечет за собой покушение на мировых лидеров и ставит под угрозу будущее всей планеты.



#### Художественные фильмы и сериалы

- 06:10 «Хочу замуж» [12+] Россия 1  
11:45 «Собачье сердце» [12+] ТВЦ  
13:00 «По велению сердца» [12+] Россия 1  
14:40 «22 мили» [16+] Рен-ТВ  
15:15 «Анонимка» [12+] Культура  
16:30 «Падение Олимпа» [16+] Рен-ТВ  
21:00 «Веном» [16+] СТС  
23:00 «Обитель зла: Последняя глава» [16+] СТС

#### Спорт на Матч-ТВ

- 11:40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Женщины. Трансляция из Уфы. Прямая трансляция [12+]  
14:00 Художественная гимнастика. «Небесная грация». Гала-концерт. Трансляция из Китая. Прямая трансляция [12+]  
16:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА (Москва) – «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция [12+]  
19:25 Футбол. Чемпионат Германии. «Байер» – «Айнтрахт» (Франкфурт). Прямая трансляция [12+]  
22:40 Футбол. Чемпионат Италии. «Лацио» – «Интер». Прямая трансляция [12+]

#### Документальные фильмы и научно-популярные программы

- 09:20 «Страна волшебника Роу» [12+] Культура  
11:20 «Путь к вершине» [12+] Культура  
13:00 «Невский Ковчег. Теория невозможного» [12+] Культура  
13:55 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным [12+] Культура  
15:00 «Следствие ведет КГБ. Агент «Прощай» [16+] ТВЦ  
15:55 «Настоящий детектив. Дорога смерти» [16+] ТВЦ  
16:30 «Картина мира» с Михаилом Ковальчуком [12+] Культура  
17:45 «Космос Троицы» [12+] Культура  
18:30 «Романтика романса» [12+] Культура  
21:55 «Рихтер непокоренный» [16+] Культура

17:15 «Пешком... Москва львиная» [12+] Культура  
Каких животных больше всего на зданиях Москвы? Конечно, львов! Лепных, каменных, бронзовых. Эти хищники не водятся в наших широтах, но как символы власти и силы охраняют московские дома. Узнайте необычную историю архитектурных шедевров.



#### Детское время

- 06:00 «Ералаш» [6+] СТС  
06:45 М/ф «Палка-выручалка» [0+] Культура  
07:05 М/ф «Топтыжка» [0+] Культура  
10:00 М/ф «Конек-Горбунук» [0+] Культура  
11:35 М/ф «Стражи терракоты» [6+] СТС  
17:05 М/ф «Кунг-фу Панда 2» [0+] СТС  
18:55 М/ф «Леди Баг и Супер-Кот – Пробуждение силы» [6+] СТС

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

- 08:35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым [12+] Россия 1  
09:00 «Рогов в деле» [12+] СТС  
09:25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым [12+] Россия 1  
09:30 «Битва пикников» [12+] TNT  
09:40 «Непутевые заметки» [12+] Первый канал  
10:15 «Играем свадьбу!» [12+] Первый канал  
11:05 «Жизнь других» [12+] Первый канал  
11:30 «Неизвестная история» [12+] Рен-ТВ  
12:00 «Большие перемены» [12+] Россия 1  
12:15 «Повара на колесах» [12+] Первый канал

- 13:10 «Видели видео?» [12+] Первый канал  
15:00 «Своя игра» [12+] НТВ  
16:00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» [16+] TNT  
18:00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица» [12+] Россия 1

- 18:30 «Новые Звезды в Африке» [16+] TNT  
19:00 «Лучше всех!» Новый сезон [12+] Первый канал  
20:20 Шоу «Аватар» [12+] НТВ  
23:00 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр [16+] Первый канал  
23:55 «Самые шокирующие гипотезы» [16+] Рен-ТВ

## Скончался Владимир Рой

НЕКРОЛОГ

Коллектив ДК понес невосполнимую потерю.

Коллектив Дворца культуры «Московский» с прискорбием сообщает о кончине 3 декабря культурного организатора ДК Владимира Валентиновича Роя. Эта новость стала печальной неожиданностью для всех поклонников его творчества. Буквально на днях Рой принимал поздравления с 70-летним юбилеем.

– Владимир Валентинович был замечательным, светлым человеком, с 2015 года вёл в нашем ДК музыкальную программу «Хорошее настроение», которую очень любили наши гости, – отметила директор ДК, депутат Совета депутатов поселения Московский Ирина Иванова. – За эти годы его программа стала вторым домом для многих любителей пения, которые вместе с Владимиром Валентиновичем душевно исполняли мелодии своей юности. Владимир Рой дарил своим го-

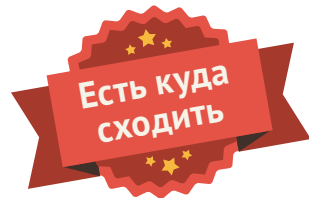


стям атмосферу тепла и радости. Коллектив Дворца культуры «Московский» выражает искреннее соболезнование родным и близким Владимира Валентиновича. Мы его очень любили.

21 декабря в 14:00 в ДК состоится вечер, посвященный Владимиру Рою. Коллектив приглашает всех, кто знал и любил его, отдать долг памяти этому удивительному человеку.



# Бесплатные развлечения Москвы



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

**Выставка «Сердце моё полно жалости»**  
до 30 апреля, кроме среды, с 12:00 до 21:00



Выставка в Музее кино на ВДНХ посвящена фильму-противоядию от грёз «Трудно быть Богом» Алексея Германа. Он создавался в течение 14 лет.

Посетители увидят костюмы, эскизы, фотографии и другие предметы – всего их около 1000 – из коллекции Музея кино. Выставку дополняют отрывки из картины, а также звуковое сопровождение.

Адрес: пр-т Мира, 119, пав. № 36  
Метро: «Ботанический сад», «ВДНХ»

**Выставка-ярмарка народных художественных промыслов и ремёсел России «Ладья. Зимняя сказка-2023»**

13-17 декабря, ср. с 12:00 до 19:00, чт.-сб. с 10:00 до 19:00, вс. с 10:00 до 17:00

В павильонах № 2 (залы 1, 2, 3) и № 8 (залы 1, 2, 3) выставочного комплекса «Экспоцентр» соберутся художники, ремесленники и дизайнеры из 40 регионов страны. Среди изделий, которые можно увидеть и приобрести, – ювелирные украшения, изделия с хохломской и городецкой росписью, лаковая миниатюра из Палеха, расписной фарфор из Гжели, вологодское и елецкое кружево, игольчатая вышивка кадомский вениз, кубачинское серебро, изделия из кожи и многое другое. Детей ждут мастер-классы по разным видам народного искусства. Для гостей выступают музыкальные фольклорные коллективы, а также пройдут модные показы одежды и аксессуаров.

Адрес: Краснопресненская наб., 14  
Метро: «Выставочная», «Деловой центр»

**Мастер-классы по хоккею и фигурному катанию**



16 и 23 декабря, 13, 20 и 27 января, 3, 10, 17 и 24 февраля

На ГУМ-катке для детей старше 7 лет пройдут мастер-классы по хоккею от Алексея Яшина. Участники начинают с базовых упражнений (катание, бросок, передача и приём шайбы, элементы обводки соперника).

• 09:00 «Хоккей для всех», 7-12 лет. Без опыта занятия в хоккейных школах

• 10:30 «Воспитанники хоккейных школ», 7-12 лет

Для участия необходимо заполнить анкету

3 и 17 декабря, 28 января, 4 и 18 февраля в 9:00 и 10:30

пройдут мастер-классы по фигурному катанию со школой Анастасии Гребенкиной. Для участия необходимо отправить заявку

10 и 24 декабря, 14 и 21 января, 11 и 25 февраля в 9:00 и 10:30

пройдут мастер-классы по фигурному катанию от Олимпийской чемпионки Алины Загитовой. Для участия необходимо отправить заявку

Взрослым, которые хотят пойти на мастер-класс с ребенком, нужно получить бесплатный билет сопровождения в кассе ГУМ-катка, показав распечатанный билет на мастер-класс.

Адрес: Красная площадь  
Метро: «Охотный ряд»

**Московская неделя красоты**

до 12 декабря с 11:00 до 20:00



В пространстве «Манежа» соберут более 450 брендов из разных стран. Гости ждёт огромный выбор парфюмерии, косметики и продуктов здорового питания. Эксперты из индустрии красоты дадут гостям персональные советы и проведут мастер-классы, для детей организуют отдельную развлекательную программу. [Регистрация](#)

Адрес: пл. Манежная, 1  
Метро: «Библиотека имени Ленина»

**Московская музейная неделя**

11-17 декабря, весь день

Для популяризации музеев и повышения доступности культурных ценностей музеев и выставочные залы работают бесплатно каждую третью неделю месяца. В течение семи дней у одного музея есть один день со свободным входом. К примеру, в среду без билета можно попасть в девять музеев, а в воскресенье – в 14. [Подробное расписание ищите на официальном сайте акции](#)



**Новогодний фестиваль RUKI**

9-10 декабря с 12:00 до 20:00

В центре дизайна Artplay мастера представят вещи, созданные своими руками, а потому – неповторимые. Можно выбрать не только красивые, но и полезные вещи

для дома, крафтовые продукты, товары для домашних питомцев. Кроме того, сюда стоит отправиться за уникальными ёлочными игрушками, свечами, домашним парфюмом, декором для интерьера из дерева, детскими игрушками.



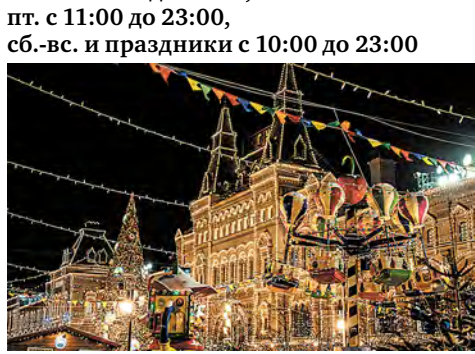
На мастер-классах гости смогут создать калейдоскоп, изготовить свечи, слепить фигурки из глины и поработать на гончарном круге, расписать футболку – и не только. На фестиваль можно прийти с собакой.

Адрес: ул. Нижняя Сыромятницкая, 10, стр. 7

Метро: «Курская», «Чкаловская»

**Рождественская ГУМ-Ярмарка**

до 29 февраля 2024 года, пн.-чт. с 11:00 до 22:00, пт. с 11:00 до 23:00, сб.-вс. и праздники с 10:00 до 23:00



На Красной площади открыта рождественская ГУМ-Ярмарка с каруселями, аттракционами, лоточниками, скоморохами и ряжеными. В ярмарочных деревянных домиках-ларцах на продажу выставлены расписные ложки и шары, валенки и кокошники, матрешки, павловопосадские платки и многое другое. Взрослые и дети могут покататься на двухъярусной карусели с резными лодочками и ещё на нескольких аттракционах.

Адрес: Красная площадь  
Метро: «Охотный ряд»

**Фестиваль «Мосвинтаж»**

9-10 декабря с 11:00 до 21:00

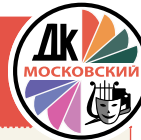


Для любителей винтажной одежды и коллекционеров эксклюзивных мелочей в ДК «Рассвет» у стен Даниловского монастыря пройдёт фестиваль с уникальной атмосферой ретро. На стендах будет представлено более 200 дизайнерских брендов, вещи с интересной историей, виниловые пластинки, а также напитки и угощения. В этом году вас ждут лекции по декоративно-прикладному искусству, истории, моде, фольклору, традиционным ремеслам. Спикеры расскажут о принципах коллекционирования, секретах красоты и создании фирменного стиля.

Адрес: Столярный пер, 3, корп. 15  
Метро: «Улица 1905 года»

Эльвира ЯКУПОВА

## ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ



**12.12** Встреча клуба любителей русской культуры «Очарованный странник»

**13.12** Развлекательная программа «Уютный зимний вечер»

**15.12** Музыкальная программа «Дамский каприз»

**16.12** Бесплатный показ мультфильма «Белоснежка и семь гномов» (0+)

**16.12** Концерт в рамках цикла встреч «Вечер у камина»

**17.12** Мюзикл «Нотр-Дам де Пари & Ромео и Джульетта» (билеты на сайте [dkmsk.ru](#))

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 декабря**

**ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ДЕНЬ КОНСТИТУЦИИ РОССИИ «ИМЕЮ ПРАВО, НО ОБЯЗАН»**

Ребята узнают больше об устройстве нашего государства и истории возникновения и принятия Конституции, о закрепленных в ней правах и обязанностях человека. Ребята вспомнят государственную символику и примут участие в викторине.

Начало в 13:00.

**ИГРОВОЙ КЛУБ (6+)**

Играем в настольные игры.

Начало в 15:00.

## ЦЕНТР СПОРТА «МОСКОВСКИЙ»



**9 декабря**

**Первенство поселения Московский по шахматам** среди детей и взрослых, посвященное Дню Конституции.

Игры чемпионата будут проходить по средам – в 16:00, по субботам – в 14:00, и по воскресеньям – в 10:00.

**17 декабря**

**Кубок поселения Московский по стрельбе из электронного оружия** среди детей.

Начало в 10:00.

**Кубок поселения Московский по стрельбе из электронного оружия** среди взрослых.

Начало в 13:00.

Предварительная регистрация участников осуществляется по телефону 8 (919) 728-94-34 до 12:00 14 декабря.

Физкультурно-спортивный комплекс МБУ «ЦСМ», г. Московский, мкр. 1, д. 41А.

## ЦЕНТР МОСКОВСКОГО ДОЛГОЛЕТИЯ



**11 декабря**

Встреча психологического клуба «Помоги себе сам». В клубе специалисты рассказывают, как самостоятельно справляться с трудными жизненными ситуациями. Занятие проведет психолог Лилия Буль. Начало в 15:00.

**12 декабря**

Практическое занятие с психологом, посвященное переживанию неопределенности и развитию жизнестойкости. Посетители узнают об особенностях изменения и контроля эмоционального состояния у людей старшего поколения. Начало в 12:00.

**13 декабря**

На творческой встрече гости центра смогут прочитать стихи известных поэтов, а также работы собственного сочинения. Начало в 12:00.

**14 декабря**

В клубе знатоков участники будут использовать энциклопедические знания на практике, отвечая на вопросы и работая в команде. Начало в 14:30.

Все мероприятия пройдут в Центре московского долголетия «Московский» по адресу: г. Московский, ул. Солнечная, д. 1.

Хотите  
знать больше  
о жизни  
Московского?



Самые свежие новости в телеграм-канале администрации поселения Московский @adm\_moskovsky



## Первые ракетки поселения

СПОРТ

В физкультурно-спортивном комплексе Центра Спорта «Московский» состоялись соревнования на Кубок главы поселения Московский по настольному теннису под лозунгом «Вместе против терроризма».



В соревнованиях участвовали около сотни любителей тенниса, в том числе – в категории 55 лет и старше, ведь настольный теннис считается наименее травмоопасным видом спорта. В награждении победителей принял участие глава поселения Московский Владимир Чирин.

– Когда мы начинали проводить эти соревнования, у нас было два стола и 8-12 участников. Сегодня их уже больше 100, популярность данного турнира растет. Люди с удовольствием приходят на наши соревнования, а мы стараемся делать все, чтобы им у нас понравилось, – отметил Владимир Юрьевич.

В ФСК работает секция по настольному теннису для детей и взрослых. На днях дети принимали участие в Первенстве Москвы по настольному теннису среди округов и вошли в тройку лидеров.

## Волейболисты встретились на турнире

3 декабря в спортивном центре «Небо Арена» прошли любительские предновогодние соревнования по волейболу «КМ-2023».

В турнире участвовали восемь команд, состоящих из волейболистов разных возрастов: от школьников до людей за 40. Организаторы соревнований – семейная пара, жители Московского Константин и Марьям Власенко.

– Все началось с того, что мы собирались с приятелями поиграть в волейбол на дворовых площадках. В дальнейшем, когда мы начали наращивать уровень игры, нашими турнирами стали интересоваться волейболисты из других районов Москвы. Сейчас у нас есть волейбольное сообщество, в котором состоят порядка 60 человек. Мы часто встречаемся на играх на уличных площадках, в спортзалах, – рассказала Марьям Власенко.



– Этим летом мы проводили три уличных турнира во дворах и турнир на песке в парке «Филатов луг». Конечно, хотели бы расширяться. Чтобы все больше людей узнавали о наших турнирах, приглашали к нам своих более профессиональных товарищей, – добавил Константин Власенко.

На этом турнире все команды были разделены на две подгруппы, в которых каждая команда сыграла с каждой. А после – разыграли первое, второе и третье места.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

Главная ёлка поселения на площади



## Настроение новогоднее

Московский украсили к празднику. Атмосферу в городе задают нарядные деревья, светящиеся скульптуры и любимые жителями сказочные зимние герои.



Аутлет в Лапшинке



Звезды в Саларьево

Световая инсталляция – символ года, встречает гостей и жителей города на въезде в Московский



ПРАЗДНИК БЛИЗКО

Самую большую и красивую ель установили на главной площади. По уже сложившейся традиции, выбирали ее всем поселением – на сайте администрации в ходе онлайн-голосования. Больше всего голосов получила композиция «Северная»: ель на постаменте с подсветкой, украшенная мерцающими кристаллами и ледяными пирамидами.

Не остались без зеленых красавиц и другие микрорайоны. Ели «выросли» в Граде на улицах Московской и Радужной, у школы № 2065 в 3-м микрорайоне, в ЖК «Татьянин Парк» и у парка «Говоровский лес», в районе Института Полиомиелита, в ЖК «Позитив» на Родниковой улице, в ЖК «Филатов Луг» на ул. Кармазовские пруды, в ЖК «Саларьево-Парк», а также в ПМГП на улицах Бианки и Москвитина.



Украшения на улице Атласова

В этом году город украсят более 30 новогодних скульптур и световых композиций. На улицы и площади Московского вернулись любимые уже герои – спортивные мишки и снеговик-музыканты, а также главный транспорт новогоднего волшебника, Деда Мороза, – сани с оленьей упряжкой.

Кроме того, на улицах можно встретить светодиодные фонтаны, елочные шары, деревья, арки и даже гигантские светящиеся подарки. Большинство скульптур создавались как декорации для праздничной фотозоны. Не упустите шанс сделать атмосферные фотографии уже сегодня, ведь праздничное настроение само себя не создаст!

А для тех, кто, как и мы, пока погружен в рабочую рутину, тоже есть хорошая новость. Украшения будут радовать жителей минимум до середины января, так что вы еще успеете прислать нам свое фото в новогоднем антураже. Сделать это можно по почте: [mostoday@bk.ru](mailto:mostoday@bk.ru). Лучшие фотографии опубликуем!

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА и  
Александра КОРНЕЕВА

## Эх, прокачусь!

В поселении полным ходом идет установка ледовых горок.

Совсем скоро прокатиться с вертерком дети смогут с ледяных склонов, которые возведут сразу в нескольких микрорайонах Московского. 30 ноября специалисты приступили к установке горок. Первый каркас будущего места зимнего отдыха появился в 1-ом микрорайоне, около Дворца культуры.

«После монтажа всех каркасов склоны горок выкладывают ледяными блоками и выполняют их подгонку для создания ровной скатной поверхности. Юные жители Московского смогут кататься по ледовому

склону всю зиму», – рассказали в администрации поселения.

Всего на территории города ледовых аттракционов в этом году будет семь. Находятся они по адресам:

- 1-й микрорайон, рядом с Дворцом культуры «Московский»;
- 3-й микрорайон, вблизи храма;
- Улица Георгиевская, вблизи дома № 2;
- Улица Никитина, около дома № 20;
- Улица Москвитина, вблизи дома № 3;
- Улица Москвитина, вблизи дома № 7;
- На территории стадиона Центра Спорта «Московский».

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ



Маленькая Арина с мамой Еленой Чурбановой вместе катаются с горки в 1-м микрорайоне

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](mailto: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: № 4437-23

Подписано в печать:  
по графику и фактически  
06.12.2023 в 17.00  
Тираж 40 000 экземпляров  
Распространяется  
БЕСПЛАТНО