

Жителям столицы  
повысят пенсии

В Саларьеве открыли  
собственный театр

Пряники и печенья:  
рецепты вкусных подарков



Катки Московского  
приглашают на лед

кошелек

2

наши люди

4

приятного аппетита!

5

6

городские сюжеты

8

# МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 46(362)  
15.12.2023

Информационно-аналитическая  
газета поселения Московский  
в городе Москве



## Время первых



В молодежную организацию могут  
вступить все желающие от 6 до 35 лет

В школе № 2120 набирает обороты Всероссийское движение детей и молодежи «Движение первых». 11 декабря к нему присоединились более 80 учеников, а также педагоги и родители. Торжественное посвящение прошло в актовом зале корпуса Ш4.

Мероприятие началось с гимна и выноса флага Российской Федерации. «Первыми будем всегда и везде! Так мы стремимся к новой звезде!» – такую клятву дали пятиклассники, и им торжественно вручили значки движения.

– Оставайтесь честными, открытыми, добрыми, будьте самими собой. На основе этих ценностей вы будете принимать те или иные решения в жизни, общаться, дружить, – обратился к ребятам директор школы № 2120 Дмитрий Ланщиков.

Новые участники «Первых» объяснили, почему они решили присоединиться к движению.



Депутат Совета депутатов поселения Московский Андрей Антонов:

МНЕНИЕ ПЕДАГОГА

– Для объединения детей и молодежи, которые стремятся к развитию и реализации своих способностей и возможностей в различных сферах, и создано «Движение первых». Оно призвано поддерживать инициативы и проекты, направленные на формирование и укрепление ценностей дружбы, сотрудничества, взаимопомощи и патриотизма среди молодого поколения. Движение предоставляет площадку для активной деятельности, саморазвития, общения и обмена опытом, а также способствует подготовке детей и молодежи к полноценной жизни в современном обществе.

В нашем корпусе ученица 10 класса Виктория ведет активную деятельность в движении, участвует в акциях и помогает в организации масштабных проектов по Москве и ТиНАО в рамках регионального и муниципального уровня. Она является одним из организаторов робототехнического турнира «ТехноДвиж», участвует в патриотических акциях «Книга другу», «Письмо на фронт», а также «Письмо детям Донбасса и Луганска», стала призером в конкурсе «Большая перемена».

– Я вступила в «Движение первых», потому что много добрых дел можно сделать в этой организации, – объяснила пятиклассница Ева.

– А мне дочка сказала: «Мама, давай!» Мы быстро заполнили все необходимые заявления и отправили заявки на вступление. Хочу быть со своим ребенком на одной волне. Стараясь во всем всегда ее поддерживать, – уверена Наталья Кузнецова.

«Движение первых» – общероссийское движение, в которое входят сотни программ воспитания и становления личности. Основные ценности, которые транслируют участники, – активность, ответственность, уважение к традициям и культуре народов России, поддерж-

ка семьи. К движению могут присоединиться дети и взрослые от 6 до 35 лет.

– Я присоединилась к движению год назад, как только оно появилось в нашей школе. Могу сказать, что за то время, как я стала «первой», я уже многому научилась. Это организаторские способности, проведение мероприятий. Благодаря движению, я побывала на форуме «Машук» в Пятигорске, где собралась активная молодежь со всей страны, – поделилась одиннадцатиклассница Карина Краснянская, которая в декабре была избрана председателем первичной организации «Движения первых» школы № 2120.

На данный момент в «Движение первых» в школе № 2120 вошли более 400 человек.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

МЕНЯЕМСЯ К ЛУЧШЕМУ

## Детсад для развития фантазии

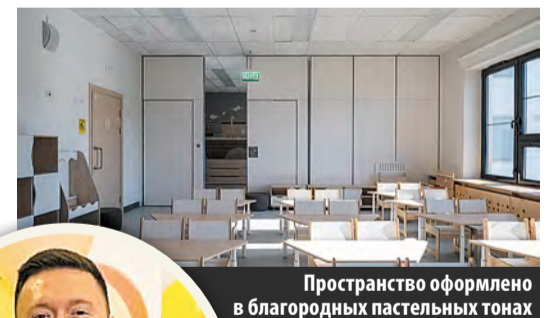
В ЖК «Саларьево парк» открылся новый детский сад на 220 малышей. Трехэтажное здание площадью почти 4,4 тыс. кв. метров стало седьмым дошкольным учреждением в жилом квартале.



Стены садика расписывала художница

– Детский сад вошел в состав одной из лучших школ – № 2094. Отмечу, что ДОУ был возведен всего за год с небольшим с соблюдением параметров качества, предъявляемых к таким объектам. А для Москвы крайне важно, чтобы ее маленькие жители чувствовали себя комфортно в образовательных учреждениях, – прокомментировал депутат Московской городской Думы Александр Козлов.

Внутреннее пространство, оформленное в пастельных тонах с яркими цветовыми акцентами, включает в себя девять групповых комнат с зонами для игр и сна, а также физкультурный зал, комнаты для развивающих и музыкальных занятий. Для оформления коридоров и групповых застройщик пригласил художницу.



Пространство оформлено в пастельных тонах



Депутат Мосгордумы  
Александр Козлов

«Теперь стены помещений украшают уникальные и трогательные рисунки, разработанные специально для нового детского сада. Рисунки – не только дизайнерское решение, но и инструмент, направленный на развитие фантазии у малышей», – рассказали в пресс-службе компании-застройщика.

Кроме того, в здании детского сада реализована программа доступной среды. В нем нет лестниц и порогов на входе, предусмотрены пандусы и поручни, широкие коридоры и места для маломобильных людей.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото компании-застройщика  
и из соцсетей Александра КОЗЛОВА

## Дополнительные рабочие места в ТиНАО

Мэр Москвы Сергей Собянин одобрил три проекта, которые дадут столице более 10 тысяч рабочих мест.

Правительство Москвы одобрило планы строительства двух логистических комплексов в поселении Михайлово-Ярцевском в Троицком округе и многофункционального офисного комплекса в Обручевском районе ЮЗАО. Проекты будут реализованы за счет частных инвестиций в рамках городской программы стимулирования создания мест приложения труда.



Логистические комплексы общей площадью 194,4 тысячи квадратных метров построят вблизи деревень Терехово и Сенькино-Секерино (квартал 29, земельный участок № 13). Здесь будет создано около 9,4 тысячи рабочих мест.

По адресу улица Академика Семенихина, земельный участок № 2 разместится многофункциональный офисный комплекс площадью 38,1 тысячи квадратных метров. В нем смогут работать до 1550 человек.

Правительство Москвы в 2019 году утвердило программу стимулирования создания мест приложения труда для привлечения застройщиков жилья к активному возведению промышленных, деловых, социальных, культурных и других важных для города объектов. Инвесторы, которые создают рабочие места, получают льготу по платежам на изменение вида разрешенного использования земли под жилищное строительство.

Программа стимулирует комплексную сбалансированную застройку новых районов, снижает дефицит рабочих мест в кварталах сложившейся застройки и сокращает избыточную маятниковую миграцию. Правительство Москвы заключило более 70 соглашений с инвесторами, по которым планируется построить свыше трех миллионов квадратных метров коммерческой недвижимости. Это промышленные предприятия, логистические комплексы, офисные и торговые объекты, учреждения образования, культуры и спорта.

Совокупно в развитие города и создание мест приложения труда будет привлечено около одного триллиона рублей. Это позволит создать порядка 120 тысяч новых рабочих мест во всех отраслях экономики города.

По материалам mos.ru

# От героев былых времен...

В большом зале ДК «Московский» прошел окружной форум «Шестая часть земли», посвященный Дню Героев Отечества.

Организатор форума – общественный совет ТиНАО, который регулярно проводит историко-культурные, патриотические и музыкально-поэтические мероприятия для молодого и старшего поколения. Активное участие в форуме приняли кадеты и юнармейцы из школ №№ 2065 и 2120 Московского.

– Как всегда, на наши форумы мы приглашаем школьников, молодежь со всех поселений Новой Москвы. Ребятам всегда интересны такие мероприятия, они внимательно слушают, – объяснила председатель общественного совета ТиНАО Марина Царева.

– Мне хотелось бы более подробно познакомиться с историей Героев России, погрузиться в эту атмосферу, развить свой кругозор, – рассказала кадет школы № 2120 Дарья Печерская.



Кадеты Московского – одни из лучших в столице



Первый зампрефекта ТиНАО Игорь Окунев



Актовый зал ДК был полон гостей

Гостей форума поприветствовал первый заместитель префекта ТиНАО Игорь Окунев. Затем о наградах за ударную деятельность на благо страны рассказал Герой Социалистического Труда Геннадий Баштанюк. О высшей государственной награде Российской Федерации рассказал заслуженный военный летчик, генерал-лейтенант авиации, Герой России Иван Бохонко. На форум также пригласили военных, которые принимают участие в специальной военной операции.

– Буквально несколько дней назад вернулись из зоны специальной военной операции. Мы являемся добровольцами ТиНАО, принимаем участие в СВО с февраля 2022 года. Расскажем гостям форума о происходящих там событиях, о жизни, быте наших добровольцев, – объяснил доброволец от ТиНАО штурмового батальона «Крым» Петр Ложковой.

Выступления спикеров чередовались с песнями о России. Так что форум получился не только познавательным, но и культурным событием.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Александра КОРНЕЕВА

## Жителям столицы повысят пенсии

Минимальный размер социальных выплат с городской доплатой увеличат. Об этом в своем телеграм-канале сообщил мэр Москвы Сергей Собянин.

С следующего года минимальный размер пенсии с городской доплатой достигнет 24 500 рублей в месяц. Также с 1 января 2024 года будет проведена индексация социальных выплат.

«В частности, будут увеличены размеры единовременных и ежемесячных социальных выплат многодетным семьям, детям и родителям погибших военнослужащих, семьям, воспитывающим детей-инвалидов или инвалидов с детства, студенческим семьям, детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, усыновителям, опекунам (попечителям), приемным семьям, ветеранам Великой Отечественной войны и участникам обороны Москвы, труженикам тыла, ветеранам труда, детям войны, реабилитированным гражданам, Героям Советского Союза, Героям Российской Федерации, полным кавалерам ордена Славы, Героям Социалистического Труда, Героям Труда Российской Федерации и полным кавалерам ордена Трудовой Славы, их вдовам и родителям, а также юбилярам супружеской жизни, долгожи-

телям в возрасте 100 лет и старше и другим льготным категориям граждан», – уточняется на официальном портале мэра и Правительства Москвы.

Помимо этого, правительство также анонсировало на следующий год традиционные единовременные выплаты к праздничным и памятным датам: годовщинам победы в Великой Отечественной войне, начала контр наступления советских войск под Москвой, аварии на Чернобыльской АЭС. Уточняется, что размеры этих выплат будут определены отдельными решениями мэра Москвы и правительства города.

Дарья СОКОЛОВА

## Автобусы большого класса

На двух маршрутах в Московском появятся новые модели общественного транспорта повышенной вместимости.

С 21 декабря автобусы Мосгортранса начнут курсировать на 7 маршрутах в ЗАО, ЮЗАО и ТиНАО, сообщили в пресс-службе ГУП «Мосгортранс».

По словам главы ведомства Максима Ликсутова, в этом году «Мосгортранс» опробует работу в новом формате: по заключенным с городом контрактам. По ним на несколько столичных маршрутов выйдут 58 современных российских автобусов большого класса. В Московском изменения коснутся маршрутов 446 и 870.

«С 2016 года перевозчики в Москве работают по госконтрактам.

В этом году в конкурсе на обслуживание маршрутов впервые участвовал и «Мосгортранс». Его автобусы выйдут на 7 востребованных маршрутов, на которых совершаются более 400 тысяч поездок в месяц. Для нас главное – это самое высокое качество обслуживания наших пассажиров. Сегодня городской и коммерческие перевозчики обеспечивают всем пассажирам комфорт и безопасность поездок, а также выводят на маршруты современный транспорт», – добавил Максим Ликсутов.

Дарья СОКОЛОВА

## Новая остановка – «Московский»

В 1-м микрорайоне Московского изменились маршруты городского общественного транспорта. Об этом сообщает телеграм-канал «Дептранс. Оперативно».

С 9 декабря 2023 года остановка наземного транспорта «Московский» на въезде в город вблизи дома № 5В в 1-м микрорайоне работает в обе стороны.

Теперь автобусные маршруты № 333 и № 863 останавливаются и на противоположной стороне дороги при выезде из города на Киевское шоссе.

Напомним, что новый остановочный павильон на улице Атласова со стороны храма святителя



Тихона был установлен в Московском этим летом.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

ЗОЖ

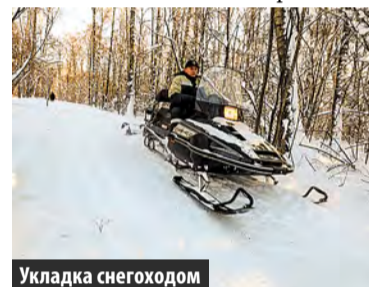
## Зима лыжная

В 3-м микрорайоне Московского прошла прокладка самого длинного в поселении спортивного прогулочного маршрута.



Лыжники уже оценили новую трассу

Трасса длиной пять километров протянулась на эконоплате 3-го микрорайона. Живописный маршрут проходит через лесополосу. Здесь есть, где разогнаться и на что посмотреть.



Укладка снегоходом

«Работы по прокладке лыжного прогулочного маршрута уже завершены. Он доступен для всех любителей зимнего отдыха», – рассказали в администрации поселения Московский.

Напомним, что еще один лыжный маршрут проложен у парка «Филатов луг» вблизи улицы Радушная.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

КОШЕЛЕК

СРЕДА ОБИТАНИЯ

7 декабря в Совете ветеранов поселения чествовали коренную жительницу Московского, а когда-то деревни Передельцы, ветерана ВОВ Тамару Привалову.

## Ветерана поздравили с днем рождения



Имениннице вручили цветы и подарки

В Совете ветеранов Тамара Ивановна возглавляет комиссию по увековечиванию памяти защитников Отечества. Благодаря ее работе имена и фамилии жителей деревни Передельцы, погибших в годы Великой Отечественной войны, сохранены на мемориале возле храма святителя Тихона в 1-м микрорайоне. Тамару Ивановну хорошо знают и любят учащиеся школ Московского, где она часто посещает и ведет уроки мужества, круглые столы и другие патриотические мероприятия.

Поздравить Тамару Ивановну пришли депутат Совета депутатов поселения Московский, директор Дворца культуры Ирина Иванова, заместитель главы администрации поселения Московский Анастасия Воробьева, коллеги по Совету ветеранов.

– Тамара Ивановна, от чистого сердца поздравляем Вас с днем рождения! – обратилась к имениннице Анастасия Воробьева. – Желаем Вам крепкого здоровья, долгих лет жизни и благополучия. Благодарим Вас за огромную работу в Совете ветеранов на благо нашего поселения.

От администрации поселения и Совета депутатов Тамаре Ивановне вручили цветы и памятные подарки.

Также к поздравлениям присоединилась Ирина Иванова, которая отметила важность взаимодействия Дворца культуры с ветеранской организацией и поблагодарила Тамару Ивановну за активную общественную работу по патриотическому воспитанию молодежи.

После торжественной части началось заседание Совета ветеранов, в повестке дня которого было немало важных вопросов, касающихся жизни старшего поколения поселения Московский.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото Александра КОРНЕЕВА

СОБЫТИЕ

## Сразились в шашки

СПОРТ



Тренер считает, что в этом году на чемпионате подобрался сильный состав игроков



После взрослого соревнования за шашечные доски сядут дети

В минувшее воскресенье в физкультурно-спортивном комплексе ЦСМ в 1-м микрорайоне стартовали игры Первенства поселения по интеллектуальному виду спорта.

Первыми соревновались взрослые игроки в шашки. Испытать свои силы за черно-белой доской и побороться за главный приз пришли любители этого вида спорта. Бессменный распорядитель шахматно-шашечных турниров, инструктор ЦСМ Николай Смогло рассказал, что партии проходили по системе «блиц», когда на каждую игру отводится не больше десяти минут.

– Это ежегодный чемпионат, и мы видим, как из года в год меняются его участники и победители. На этот раз подобрался очень сильный состав, причем все игроки были разного возраста, – прокомментировал Николай Смогло.

По итогам взрослого первенства среди мужчин первое место занял Ильдар Канафеев, на второй ступени пьедестала оказался Валерий Кудрин, а на третьей – Александр Зименко. Среди женщин победительницей стала Цибикина Ольга, на втором месте – Нане Саргсян, а бронза – у Людмилы Назаровой. Победители получили кубки, медали и грамоты.

Следующий турнир по шашкам пройдет на этой же площадке в субботу. За кубок поселения будут сражаться дети в трех возрастных категориях.

Напомним, в ноябре завершилось ежегодное Первенство поселения Московский по шахматам.

Эльвира ЯКУПОВА

Фото Виктора ХАБАРОВА

Участники хора покорили зрителей своим исполнением.

Во Дворце культуры «Московский» проходит много увлекательных мероприятий на постоянной основе. Одно из них – программа клуба «Хорошее настроение». На днях в клубе выступил колоритный хор ЦСО «Московский» «Голубка», представив зрителям несколько концертных номеров. Аккомпанировал им на аккордеоне руководитель коллектива Андрей Михайлович Луковский.

– В хоре, которым я руковожу уже второй год, более 20 человек в возрасте от 55 до 87 лет, – рассказал он. – Репертуар мы заметно обновили – это народные, фольклор-

## Ах, «Голубка» моя!



Андрей Луковский аккомпанирует коллективу

Стать участником хора народных талантов может каждый желающий

ные, эстрадные произведения, те, что нравятся людям этого поколения. У нас появились свои

солисты – запевалы, трехголосье. Наши артисты молоды ду-

Один из ведущих солистов «Голубки»

шой, поэтому иногда приходится следить за их дисциплиной, как в начальной школе. Но в целом потихоньку развиваемся, растем. Сейчас мы репетируем сольный концерт коллектива на час времени, в нем будет 15–17 песен.

Участники любительского хора – очень увлеченные люди, которые поют «для себя» всю жизнь, но не имеют профессионального образования. Уже несколько лет они встречаются в ДК для репетиций вокальных композиций и последующих выступлений на концертах. Сейчас в коллектив приглашают и очень ждут новых членов.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото Александра КОРНЕЕВА

КЛУБ ПО ИНТЕРЕСАМ

## 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)

## Межмуниципальный отдел МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ «МОСКОВСКИЙ» города Москвы

приглашает на службу в полицию на должность  
**ПОЛИЦЕЙСКИЙ ПАТРУЛЬНО-ПОСТОВОЙ СЛУЖБЫ ПОЛИЦИИ.**

### ТРЕБОВАНИЯ:

- образование не ниже среднего, гражданство РФ, служба в ВС РФ,
- отсутствие фактов привлечения к уголовной ответственности,
- владение государственным языком РФ.

### СОТРУДНИКАМ ПОЛИЦИИ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ РЯД ЛЬГОТ:

- компенсация найма жилья,
- бесплатный проезд на московском метрополитене и городском общественном транспорте,
- ежегодная материальная помощь к отпуску,

- оплачиваемый учебный отпуск для студентов вузов, обучающихся заочной, очно-заочной и вечерней форм обучения,
- возможность получения бесплатного высшего образования в Университете МВД.

### ОБЯЗАННОСТИ:

- обеспечение безопасности личности, предупреждение и пресечение преступлений и административных правонарушений на постах и маршрутах патрулирования и т. д.

Обращаться по телефонам:

**8 (967) 330-50-39, 8 (916) 167-09-55**

ПОДМОСТКИ

Приветствуют гостей на входе, раздают программки и, конечно же, играют на сцене только дети. Сценарист и режиссер-постановщик, ученица 10 класса Анна Мартыненко признается: собственный театр был мечтой маленькой девочки, которую наконец удалось осуществить.

Зародившись год назад еще в стенах ШОП-2 – первого саларьевского корпуса школы № 2094, театр «MART» развернулся в полную силу только здесь, в новом здании ШОП-3, открытым этой осенью в «Саларьево парк».

– Нам всегда не хватало какой-то свободы, хотелось бы чтобы дети по-настоящему взяли все в свои руки и отделились делу, – рассказывает Анна. – И вот мы перешли в новый корпус, и нам сразу сказали: «Да, делайте». И мы сделали! В сентябре я собрала команду, а в октябре мы начали готовиться.



Театр начал с истоков – пушкинского «Евгения Онегина»



Депутат Совета депутатов поселения Московский Лидия Хуторненко:

## В Саларьево появился собственный театр

В создании храма Мельпомены, которому удалось выйти за пределы актового зала и привлечь жителей всего района, преуспели ученики школы № 2094. На премьерную постановку – открытый спектакль «Евгений Онегин» – в школу в ЖК «Саларьево парк» пришло более 300 человек.

Репетиции проходили почти каждый день. Лучше понять первоисточник и вжиться в образы пушкинских героев ребятам помогла классный руководитель, учитель русского языка и литературы Юлия Степанова.

Исполнительница главной роли, десятиклассница Лаура Никитина говорит, что ее Татьяна Ларина такая же девушка, как и ее сверстницы: немного задумчивая и мечтательная, загадочная и по-своему красивая. Она носит наряды XIX века, зато на балу танцует в короткой юбке, потому что ничто современное ей не чуждо.

Проблемы, с которыми пришлось столкнуться в процессе подготовки спектакля, решали творчески. Так небольшой гендерный дисбаланс среди танцоров – «на 10 девочек по статистике 9 ребят» –

помогли исправить накладные гусарские усы и актерский талант Жанны Сазоновой, исполнившей несколько танцев в качестве юноши.

Большая команда театра, почти 40 человек, это не только актеры: осветители, хореографы, музыканты, фотографы и графические дизайнеры – все те, кто помогал с организацией шоу, созданием афиш и подготовкой сцены. Помимо драматургии, работы было много. Даже свет для каждой сцены продумывался особый, позволяющий максимально точно донести до зрителя чувства и эмоции героев.

Зал труда оценил, аплодировал долго и громко, а главное – искренне.

– Эмоции на поклоне, которые были у зрителей и у нас, были безумно приятными. Нам кричали:



В нашей школе уже не первый год реализуется постановка разнообразных спектаклей. Сейчас спектакли вышли на новый уровень, они открыты к просмотру уже не только для школьников, но и для всех жителей района. Совсем недавно прошла премьера для жителей, которая собрала полный зал зрителей со всего района! Учащиеся с большим интересом и удовольствием принимают участие в постановках.

«Молодцы!», подарили кучу цветов, расцеловали, обняли, все плакали и радовались, – говорит Анна Мартыненко.

В планах режиссера – постановка «Трех мушкетеров», мюзикла и, наконец, спектакля по собственному, авторскому произведению. «Онегин» из репертуара тоже никуда не уходит. С января артисты планируют выдвинуть его на конкурс школьных театров «Живая сцена».

Дарья СОКОЛОВА

Фото Александра КОРНЕЕВА



На эти спектакли могут приходить все желающие



Заслуженные овалы



Евгений и Татьяна

## Татьяна Ларина и ее мыло

Нашу героиню зовут подобно героине Пушкина. Но в действительности это история не о Евгении Онегине, а о мыле.

Создать мыло своими руками – сегодня распространенное увлечение. Тем интереснее понять, почему люди посвящают мылу свободное время и в чем заключается особенное удовольствие от этого хобби.

Нередко, как и в случае с Татьяной, все происходит случайно. После выхода на пенсию она вместе с мужем переехала на дачу, сначала изучала садоводство, потом подписала в соцсетях на канал фитотерапевта. С любопытством узнавала о лечебных свойствах растений, а через некоторое время заинтересовалась и онлайн-курсами по изготовлению мыла.

«На Урале живет очень известный специалист по мыловарению Лора Сазонова, – рассказывает Татьяна Ларина. – Записалась на курсы. И у меня как-то неплохо стало получаться. У мыловаров есть разные направления. О себе я сразу поняла, что я – приверженец всего натурального. То есть использую натуральные масла: оливковое, касторовое, пальмовое, льняное и так далее. Без щелочи мыла не бывает, соответственно, щелочь покупается в специализированных магазинах для мыловаров. Мое мыло состоит из масла, щело-

Натуральная косметика на травах пользуется спросом у красавиц Московского



Мыловар Татьяна Ларина не пропускает «Ярмарки мастеров» в Саларьево

чи и различных травяных добавок. Причем я использую не просто масло, я его настаиваю на водяной бане на травах, и масло впитывает из трав все самое хорошее и полезное. В течение двух дней по часу, по два часа оно томится на водяной бане при высокой температуре, затем фильтруется –

и получается «инфуз». Допустим, «инфуз кокоса на пажитке». «Мыло с нуля» можно сделать холодным или горячим способом».

Татьяна охотно участвует в «Ярмарке мастеров» в Саларьево. Ее мыло пользуется спросом. По словам рукодельницы, сейчас очень многие люди предпочитают не только натуральную пищу, но и натуральное мыло, шампунь. Кстати, шампунь Татьяна тоже научилась делать. Преимущество шампуня собственного производства регулярно отмечают сослуживцы ее дочери, говоря девушке, что ее волосы – блестящие, мягкие, как шелк.

Ближе к праздникам Татьяна может выпустить серию мыла с фантазией. Например, в виде пирожных. Говорит, что все



мастера, которые приезжают на ярмарку в Саларьево со своим мылом, – очень разные. Если «конек» Татьяны – это польза, то, например, другая мастерица ставит перед собой цель сделать что-то яркое и красивое, третья удивляет богатой фантазией. И ее мыло может выглядеть как бутерброд с колбасой и даже... как бутерброд со шпротами! Более того, мыло, выглядящее столь экзотично, пахнет соответствующе: бутербродами со шпротами. Можно предположить, что такое мыло скорее подходит в качестве шуточного подарка, но и такое направление в мыловарении достаточно популярно и востребовано.

Да, так в чем же заключается «счастье мыловара»? Это тот миг, когда, проснувшись утром, с замирающим сердцем заглядываешь в форму, где мыло было оставлено на ночь застыть. Почему с замирающим сердцем? Потому что на самом деле никогда не знаешь заранее, что у тебя получится. А получается каждый раз разное – при одних и тех же действиях. Мыло, сделанное своими руками, всегда неповторимо. Уникально. И в этом кроется настоящее волшебство.

Июна РАСКАЗОВА

Фото из личного архива Татьяны Лариной

ХОББИ

## Итальянское сухое печенье



**Понадобится:** мука – 250 г, сахар – 250 г, разрыхлитель – ½ чайной ложки, ванилин – ½ ч. л., яйца – 2 шт., яичные желтки – 2 шт., смесь орехов – 100 г (обжарить и крупно порубить), семена аниса – 1 ч. л. (по желанию).

**Готовим.** Разогрейте духовку до 180 °С. Смешайте муку с сахаром, разрыхлителем, ванилью, целыми яйцами и 1 желтком. Выложите на присыпанный мукой стол и помесите, добавив орехи и анис. Разделите тесто на 2 порции и скатайте в колбаски длиной около 18 см и толщиной 4 см. Выложите на противень на расстоянии друг от друга. Смешайте оставшийся желток с 2 столовыми ложками воды и обмажьте колбаски. Выпекайте 35 минут. Убавьте нагрев до 150 °С. Нарежьте горячие колбаски по диагонали на ломтики каждую и положите срезами вверх на противень. Поставьте опять в духовку и выпекайте еще 35–40 минут, пока печенье не затвердеет.



## Печенье с кукурузными хлопьями



**Понадобится:** сливочное масло – 80 г, сахар – 200 г, ванилин – 1 ч. л., яйцо – 1 шт., сливки – 1 ст. л., щепотка соли, мука – 200 г, разрыхлитель – 1 ч. л., изюм (мелкий) – 50 г, кукурузные хлопья – 3 ст. л.

**Готовим.** Разотрите добела сливочное масло, сахарный песок и ванилин. Введите яйцо, соль и сливки, добавьте разрыхлитель, просеянную муку и вымесите тесто. Смешайте с тестом изюм и кукурузные хлопья. Чайной ложкой выложите тесто на смазанный маслом противень. Выпекайте при 175 °С 15 минут.

## Шоколадное печенье с корицей и имбирем

**Понадобится:** сливочное масло – 150 г, сахарный песок – 100 г, коричневый сахар – 100 г, сода – ½ ч. л., корица – ½ ч. л., молотый имбирь – ½ ч. л., соль – ¼ ч. л., яйцо – 1 шт., ванильный сахар – 1 ч. л., мука – 280 г, шоколадные драже – 3 ст. л., какао – 2 ст. л.

**Готовим.** Взбейте размягченное масло с сахаром, всеми специями и содой. Добавьте яйцо, ванильный сахар, какао и муку. Хорошо вымесите тесто, закройте пищевой пленкой и поставьте на час в холодильник. Раскатайте тесто в пласт толщиной 1 см. Вырежьте кружки из теста и распределите их на противне на достаточном расстоянии друг от друга. Распределите шоколадные драже поверх заготовок, хорошо прижав к тесту. Выпекайте 15–17 минут при температуре 180 °С.



## Пряничные сюрпризы



*До сих пор нет единого мнения, из какой страны пришла к нам традиция печь печенье с пряностями. А вот то, что Новый год и Рождество пахнут корицей, имбирем и мандаринами, сомнения у нас не вызывает. Приготовление рождественской выпечки – это прекрасный способ почувствовать дома сказочную атмосферу праздника и отличный подарок для друзей и родственников, заряженный позитивной энергией.*

## Печенье с абрикосовым джемом

**Понадобится:** сливочное масло – 160 г, сахар – 400 г, яйцо – 2 шт., мука – 400 г, разрыхлитель – 1 ч. л., ванильный сахар – 1 ч. л., абрикосовый джем – 100 г.

**Готовим.** Смешайте мягкое сливочное масло с сахаром и ванилином, добавьте предварительно взбитые яйца, перемешайте. Введите разрыхлитель с мукой. Из теста сформируйте шарики, слегка расплющив, пальцами сделайте глубокое углубление по центру. Выпекайте при 175 °С 10 минут. Разложите в углубления джем и верните в духовой шкаф еще на 5–7 минут.



## Новогодние елочки

**Понадобится:** сливочное масло – 250 г, сахар – 250 г, яйцо – 3 шт., мука – 500 г, разрыхлитель – 1 ч. л., глазурь (по желанию).

**Готовим.** Размягченное масло взбейте с сахаром. Не прекращая взбивать, по одному вбейте яйца. Добавьте смешанную с разрыхлителем муку, замесите мягкое тесто и раскатайте его в пласт толщиной приблизительно 0,4 см. Формочками в виде елочки вырежьте из теста заготовки. Выложите их на противень, слегка присыпанный мукой, и выпекайте 20 минут при 200 °С.



## Общие правила

- ★ Все продукты должны быть комнатной температуры, особенно сливочное масло.
- ★ Чем качественнее будут исходные продукты, тем вкуснее будет ваше печенье.
- ★ Не стоит заменять сливочное масло на маргарин.
- ★ Ставьте выпекать печенье всегда в прогретый до 200 °С духовой шкаф и убавляйте температуру до указанной в рецепте.
- ★ Противень застилайте пергаментной бумагой и смазывайте сливочным маслом (от подсолнечного может остаться специфический привкус). Можно использовать силиконовый коврик. Очень удобна в применении специальная рифленая фольга для выпечки, застелив ее один раз и смазав маслом, возможно использовать для всей партии печенья.
- ★ Хранить печенье можно до нескольких недель в плотно закрытом контейнере.
- ★ Если посчитаете, что печенье стало суховато – положите в контейнер несколько долек свежего яблока, плотно закройте и оставьте на ночь.

## Миндально-клюквенное печенье



**Понадобится:** сливочное масло – 180 г, сахар – 180 г, разрыхлитель – ½ ч. л., яйцо – 1 шт., мед – 80 г, мука – 600 г, миндаль – 100 г, клюква свежая – 1 ст. л., соль – щепотка.

**Готовим.** Сливочное масло взбейте миксером, добавьте сахар и соль. Продолжайте взбивать, добавив яйцо и мед. Всыпьте муку и вымесите тесто. Накройте пищевой пленкой и поставьте в холодильник на 4 часа. Обжарьте орехи и порубите в крупную крошку. Раскатайте тесто пластом толщиной 4 мм. Вырежьте кружки, посыпьте миндальной крошкой и украсьте клюквой. Выпекайте печенье при 180 °С около 10 минут.



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

СУББОТА, 23 ДЕКАБРЯ

**17:30** «Неотправленное письмо» [12+] Культура  
Подружка нагадала, что вскоре встретится Ольге настоящий принц. И правда, врач Евгений столкнулся с ней в магазине. Мечта Ольги исполнилась – она вышла замуж! Но девушка не подозревает, что эта встреча – не судьба, а часть жестокого плана.



#### Художественные фильмы и сериалы

**07:55** «Ускользающая жизнь» [16+] ТВЦ  
**09:55** «Однажды двадцать лет спустя» [16+] ТВЦ  
**13:00** «Семейка вампиров» [12+] СТС  
**15:00** «Семейка вампиров 2» [12+] СТС  
**19:00** «Веном» [16+] СТС  
**21:10** «Наемник» [16+] Рен-ТВ  
**23:05** «Пацаны» [16+] Культура  
**23:20** «Взрывная блондинка» [16+] Рен-ТВ  
**00:00** «Сергей против нечисти: Шабаш» [16+] ТНТ  
**00:35** «Вид на жительство» [16+] Первый канал

#### Спорт на Матч-ТВ

**06:00** Профессиональный бокс. Георгий Челохсаев против Оганеса Устяна. Трансляция из Екатеринбурга [16+]  
**09:35** «Царица Тамара. Быкова» [12+]  
**10:55** Мини-футбол. Чемпионат России. Пари-Суперлига. «Тюмень» – «Ухта». Прямая трансляция [12+]  
**14:00** Теннис. Мировая лига. Трансляция из ОАЭ. Прямая трансляция [12+]  
**16:55** Волейбол. Кубок России. Женщины. Финал. «Ленин-

градка» (Санкт-Петербург) – «Динамо» (Москва). Трансляция из Санкт-Петербурга. Прямая трансляция [12+]  
**19:55** Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» – «Лечче». Прямая трансляция [12+]

**21:00** «Ча-ча-ча» [12+] Россия 1  
Три героини знакомятся в танцевальном зале. Екатерина посвятила себя детям, но они переезжают в Англию, и женщина хочет отвлечься от мыслей о разлуке. Марина надеется встретить в классе мужчину, а Рита занялась ча-ча-ча по совету психолога...

**13:40** «Первые в мире. Синтезатор Мурзина» [12+] Культура  
**13:55** «Между двух океанов: дикая природа Коста-Рики» [12+] Культура  
**14:55** «Рассказы из русской истории. XVIII век» [12+] Культура  
**16:05** «Нобелевские победы российской науки» [12+] Культура  
**19:00** «Длинная дорога в Канни. Михаил Калатозов» [12+] Культура  
**20:10** Большая опера. Гала-концерт [12+] Культура  
**21:00** «Постскриптум» с Алексеем Пушковым [16+] ТВЦ



**01:35** Футбол. Клубный чемпионат мира. Финал. Трансляция из Саудовской Аравии [12+]

#### Документальные фильмы и научно-популярные программы

**10:15** «Они знают, что я их люблю» [12+] Первый канал  
**11:00** «Военная тайна» с Игорем Прокопенко [16+] Рен-ТВ  
**11:50** V Всероссийский конкурс молодых музыкантов «Созвездие» [12+] Культура  
**13:10** «Юрий Никулин. Великий многоликий» [12+] Первый канал

**22:05** «Право знать!» [16+] ТВЦ  
**23:30** «Тайная комната. Элвис Пресли» [16+] ТВЦ  
**00:10** «Звезды против СССР» [16+] ТВЦ

**22:40** Футбол. Чемпионат Италии. «Рома» – «Наполи». Прямая трансляция [12+]  
На «Стадио Олимпико» «Рома» принимает «Наполи». «Рома» сумела пробиться в тройку сильнейших, а неаполитанцы были близки к завоеванию чемпионского титула. Сегодня может определиться команда, которая займет вторую строчку в турнире.



**20:20** «Суперстар!» [12+] НТВ  
Музыкальное шоу, где звезды, пик популярности которых пришелся на 90-е годы, борются за звание «суперстар». Каждый выпуск посвящен своей теме: «Современный хит», «Шлягер на все времена» и т.д. Ведущие – Лолита Милявская и Вадим Такменев.



#### Детское время

**05:10** Мультфильмы [0+] СТС  
**06:00** «Ералаш» [6+] СТС  
**07:00** М/с «Три кота» [0+] СТС  
**07:05** М/ф «Варежка» [0+] Культура  
**07:30** М/ф «Приключения Мюнхаузена» [0+] Культура

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

**08:20** «Поедем, поедим!» [12+] НТВ  
**08:35** «По секрету всему свету» [12+] Россия 1  
**09:00** «Умницы и умники» [12+] Первый канал  
**09:25** «Пятеро на одного» [12+] Россия 1  
**10:00** «100 мест, где поесть» [12+] СТС  
**10:10** «Сто к одному» [12+] Россия 1  
**10:20** «Главная дорога» [12+] НТВ

**11:00** «Живая еда» с Сергеем Малоземовым [12+] НТВ  
**11:05** «ПроУют» [12+] Первый канал  
**11:50** «В кругу друзей» [12+] Россия 1  
**12:00** «Квартирный вопрос» [12+] НТВ  
**12:15** «Поехали!» [12+] Первый канал  
**12:50** «Доктор Мясников» [12+] Россия 1  
**13:00** «Секрет на миллион» [16+] НТВ  
**14:50** «Юмор! Юмор!! Юмор!!!» [12+] Россия 1  
**16:20** «ЧП. Расследование» [16+] НТВ  
**17:00** «Следствие вели...» [16+] НТВ  
**17:50** «Привет, Андрей!» [12+] Россия 1  
**18:20** «Эксклюзив» [12+] Первый канал  
**18:30** «Экстрасенсы. Битва сильнейших» [16+] ТНТ  
**19:00** «Центральное телевидение» [12+] НТВ  
**19:15** «Сегодня вечером» [12+] Первый канал  
**21:00** «Ярче Звезд» [12+] ТНТ  
**21:30** «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига [16+] Первый канал  
**23:00** «Женский стендап» [16+] ТНТ  
**00:00** «Ты не поверишь!» [16+] НТВ

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 24 ДЕКАБРЯ

**16:40** «Безбилетный пассажир» [16+] Рен-ТВ  
На космическом корабле, который летит на Марс, находят лишнего человека на борту. Ресурсы ограничены, и путь до Марса оказывается под вопросом. Большинство готово избавиться от «зайца», но один пассажир голосует против жестокого решения.



#### Художественные фильмы и сериалы

**07:20** «Восемь бусин на тонкой ниточке» [12+] ТВЦ  
**09:40** «Мачеха» [12+] ТВЦ  
**10:15** «Цирк» [12+] Культура  
**12:40** «Столичная штука» [12+] Россия 1  
**13:00** «Жажда золота» [16+] Рен-ТВ  
**14:55** «Американская дочь» [12+] Первый канал  
**18:20** «Кунг-фу жеребец» [12+] СТС  
**18:40** «Иностранец» [16+] Рен-ТВ  
**20:25** «Осенний марафон» [12+] Культура  
**23:20** «Плохие парни 2» [16+] СТС

#### Спорт на Матч-ТВ

**12:10** Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «Гомель» (Белоруссия) – ЦСКА (Россия). Прямая трансляция [12+]  
**13:55** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Зенит» (Санкт-Петербург) – «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Прямая трансляция [12+]  
**16:00** Волейбол. Бетсити Кубок России. Мужчины. Финал. «Динамо» (Москва) – «Зенит-Казань». Трансляция из Москвы. Прямая трансляция [12+]  
**18:30** Теннис. Мировая лига. Финал. Трансляция из ОАЭ. Прямая трансляция [12+]

**20:30** Смешанные единоборства. АСА. Устармагомед Гаджимагомедов против Альберта Туменова. Трансляция из Москвы. Прямая трансляция [16+]

**21:00** «Бюро магических услуг» [12+] СТС  
Пол и Софи – стажеры в загадочной лондонской фирме. Они догадываются, что их коллеги не совсем обычные люди. Руководители фирмы – злодеи, которые замыслили уничтожить волшебный мир, внедряя современные стратегии в магические практики.

**14:30** «Московская неделя» [12+] ТВЦ  
**15:00** «Дорогие товарищи. Меховая мафия» [16+] ТВЦ  
**15:50** «Следствие ведет КГБ. Пропавший шифровальщик» [16+] ТВЦ  
**16:50** «Имена нелегальной разведки. Александр Коротков» [16+] Первый канал  
**18:20** «Театр как судьба» [12+] Культура  
**00:55** «Роман в камне. Архитектурные шедевры мира» [12+] Культура



#### Детское время

**05:35** М/ф «Папа-мама гусь» [0+] ТНТ  
**06:00** «Ералаш» [6+] СТС  
**06:30** М/ф «Загадочная планета» [0+] Культура

**22:00** «33 удовольствия» [12+] Культура  
В новом шоу артисты воплотили на сцене не только фрагменты лучших мировых опер, но и приготовили представление с элементами акробатических и цирковых номеров. В числе сюрпризов и особенный номер – своеобразное зеркало для зрителей...

**10:15** «Быть рядом!» [12+] Первый канал  
Трогательная передача для семейного просмотра. Анастасия Задорожная не только известная актриса, но и любительница животных. Она расскажет удивительные истории собак, которые не только делают людей лучше, но и спасают человеческие жизни.



**07:00** М/ф «Фунтик» [0+] Культура  
**12:40** М/ф «Стань легендой! Бигфут Младший» [0+] СТС  
**14:35** М/ф «Семейка Бигфутов» [0+] СТС  
**16:20** М/ф «Леди Баг и Супер-Кот – Пробуждение силы» [0+] СТС

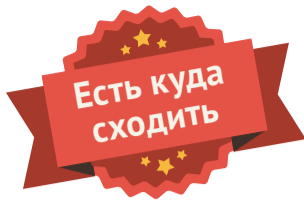
#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

**06:55** «Играй, гармонь любимая!» [12+] Первый канал  
**08:10** «Здоровье» [12+] Первый канал  
**08:35** «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым [12+] Россия 1  
**09:25** «Утренняя почта» с Николаем Басковым [12+] Россия 1  
**09:40** «Непутевые заметки» [12+] Первый канал



**10:00** «Рогов в деле». Новогодний выпуск [12+] СТС  
**11:05** «Жизнь своих» [12+] Первый канал  
**11:30** «Неизвестная история» [16+] Рен-ТВ  
**12:00** «Дачный ответ» [12+] НТВ  
**12:15** «Вызов». Национальная премия в области будущих технологий. Церемония награждения [12+] Первый канал  
**13:00** «НашПотребНадзор» [12+] НТВ  
**13:55** «Повара на колесах» [12+] Первый канал  
**15:00** «Своя игра» [12+] НТВ  
**16:20** «Битва экстрасенсов» [16+] ТНТ  
**17:00** «Следствие вели...» [16+] НТВ  
**17:30** «Синяя Птица». Финал [12+] Россия 1  
**18:00** «Новые русские сенсации» [16+] НТВ  
**18:30** «Новые Звезды в Африке» [16+] ТНТ  
**19:00** «Лучше всех!». Новый сезон [12+] Первый канал  
**20:20** Шоу «Аватар» [12+] НТВ  
**21:00** «Лига городов» [16+] ТНТ  
**23:00** «Что? Где? Когда?» Финал года [12+] Первый канал  
**23:55** «Самые шокирующие гипотезы» [16+] Рен-ТВ

# Бесплатные развлечения Москвы



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

**Всероссийская выставка-форум о красоте и здоровье**  
**16–17 декабря**  
с 10:00 до 18:00



В Центре международной торговли соберутся эксперты бьюти-индустрии. Выставка состоит из трех тематических зон. В зоне Clinic представлены ведущие эстетические клиники столицы. В зоне Beauty будут проходить мастер-классы от экспертов в области красоты, здорового образа жизни и фитнеса, а также выступления известных блогеров и врачей. Зона Med предназначена для специалистов в области эстетической медицины, здесь состоятся конференция и мастер-классы от профессионалов. Кроме того, гости смогут ознакомиться с новейшими достижениями в сфере красоты: уходовой косметикой, аппаратной косметологией для домашнего пользования, косметическими аксессуарами, товарами для фитнеса и не только. Все участники получат подарочные купоны и специальный бьюти-навигатор – брошюру-путеводитель по миру косметологии.  
**Адрес:** Краснопресненская набережная, 12, подъезд 4  
**Метро:** Выставочная

**Зима на Воробьевых горах**  
**до весны 2024**  
На территории спортивного комплекса «Воробьевы горы» можно заниматься любимым видом спорта совершенно бесплатно. **Свободное катание на лыжах и сноуборде**  
Билет предоставляется на пять подъемов в течение одного посещения. За все время работы акции можно зарегистрироваться и прокатиться только один раз.  
Данная услуга НЕ включает прокат оборудования, услуги инструктора, шкаф для хранения вещей, но можно воспользоваться этими предложениями за дополнительную плату. Для использования прокатного оборудования необходим залог. **Регистрация**  
**Беговые экскурсии**  
Старт в Лужниках, беговая база «Уралхим Run factory». Дистанция 5 км с радиопроводением и интересными фактами и историей мест маршрута. Предоставляются раздатки.  
Начало: по средам в 19:00, по субботам в 11:00. **Регистрация**  
**Адрес:** природный заказник «Воробьевы горы»  
**Метро:** Воробьевы Горы



Для использования прокатного оборудования необходим залог. **Регистрация**



**Ламбада-маркет**  
**23–24 декабря**  
с 12:00 до 23:00



На Даниловском рынке 100 тщательно отобранных участников ярмарки выставят на продажу самые хитовые вещи. А настроиться на праздник помогут успокаивающая музыка и вкусная еда на фуд-корте.  
**Адрес:** ул. Мятная, 74  
**Метро:** Тульская

**Лекции по истории архитектуры Москвы**  
**21 декабря, весь день**



Любознательных урбанистов, поклонников архитектурного стиля и просто любителей скоротать вечер в интеллектуальной компании ждут в Гайдаровке. Участники встречи узнают о новых стилях в архитектуре, а также интересные факты из истории московских зданий.  
В программе много знакомств, встреч и образовательных порывов. **Участие по регистрации**  
**Адрес:** ул. Земляной Вал, 27, стр. 3  
**Метро:** Курская



**Фестиваль «Усадьбы Москвы. Зима»**  
**22 декабря – 8 января 2024**



**Расписание ближайших мероприятий**  
• **22 декабря в Саду им. Баумана** состоится открытие фестиваля, бал-маскарад, ледовое шоу, выступления фигуристов.  
• **17:00 – бал-маскарад**, усадьба почта, чайная станция «Московское чаепитие», оркестр в парке, тир, фотозона.  
• **19:00 и 21:00 – шоу на льду** (вход на лед оплачивается отдельно).  
• **С 22 по 25 декабря пройдет новогоднее представление для детей** «Зимняя сказка» в музейно-усадьбе «Коломенское».  
• **23 декабря в 16:00 – парковый бал-маскарад** «Под рождественской звездой» в усадьбе «Влахернское-Кузьминки».  
• **23 декабря в 18:00 – музыкальный медиаэксперимент** в «Царицыно».  
• **24 декабря в 12:00, 13:30, 15:00 – экскурсия** по парку «Коломенское».  
А также в программе – потешные гуляния и почтовые станции в усадьбах «Коломенское», «Царицыно», «Влахернское-Кузьминки», Васильчиковых, «Кусково», «Люблино». **Подробнее расписание на сайте**  
**Адрес:** ул. Пятницкая, 6/1, стр. 1  
**Метро:** Новокузнецкая



Эльвира ЯКУПОВА

**Выставка «Россия. Ближе к Востоку»**  
**до 12 апреля 2024, вт.–вс.**  
с 10:00 до 22:00



В павильоне № 13 на ВДНХ показывают более 100 произведений современного искусства, созданных представителями разных народов. Выставка охватывает период с последней четверти XX века до наших дней. География экспозиции обширна: это территория от Северного Кавказа до Чукотки, от Каспийского моря до Тихого океана.  
**Адрес:** пр-т Мира, 119  
**Метро:** ВДНХ, Выставочный центр

**Выставка «Хроника цветущих событий»**  
**до 21 января 2024,**  
ежедневно с 11:00 до 20:00



В галерее «Триумф» проходит выставка нижегородских художников. Посетители увидят картины, рисунки, скульптуры, инсталляции, фотографии, видео. Зрителей ждут самые разные взгляды, методы и практики. К примеру, Андрей Оленев использует артефакты городской среды, коллектив Vomse воспекает уличную эстетику, команда «ТОЙ» транслирует особую атмосферу блошиного рынка, а Алексей Старков и Лена Лисица рассуждают о коллективной памяти.  
**Адрес:** ул. Ильинка, 3/8, стр. 5  
**Метро:** Площадь Революции

**Концерт Richter Scales**  
**22 декабря**  
в 20:00  
В баре «Концерт» московские новички Richter Scales во главе с вокалисткой Эл Айс поделится с публикой собственным рецептом бурлеск-рока.  
Richter Scales начали с оригинальных каверов, но постепенно в сет-листе команды появлялось все больше авторских произведений.  
**Адрес:** ул. Пятницкая, 6/1, стр. 1  
**Метро:** Новокузнецкая



**Адрес:** ул. Пятницкая, 6/1, стр. 1  
**Метро:** Новокузнецкая

**ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ**



**21.12 в 14:00** Вечер памяти Владимира Роя  
**23.12 в 12:00 и 16:00** Новогодние Елки (платно, билеты на сайте [dkmsk.ru](http://dkmsk.ru))  
**24.12 в 12:00 и 16:00** Новогодние Елки (платно, билеты на сайте [dkmsk.ru](http://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**



**19 декабря ИГРОВОЙ КЛУБ (6+)**  
Играем в настольные игры. **Начало в 15:00.**  
**20 декабря ЛИТЕРАТУРНАЯ ПРОГРАММА С ТВОРЧЕСКОЙ ЧАСТЬЮ «ИГРА В РАДОСТЬ. УРОКИ ПОЛИАННЫ» (10+)**  
Не унывать, верить в лучшее, ощущать радость жизни – эти чувства пытается донести нам главная героиня книги Элинор Портер – Полианна. **Начало в 14:00.**  
**23 декабря ИНТЕРАКТИВНЫЙ МАСТЕР-КЛАСС – СИМВОЛ 2024 ГОДА «ВСЕМИРНЫЙ СЛЕТ ДРАКОНОВ» (6+)**  
Драконы – мифические существа, присутствующие в фольклоре всех народов мира. Побеседуем о драконах, проведем викторину, почитаем отрывки из сказок и мифов. **Начало в 14:00.**

**ЦЕНТР СПОРТА «МОСКОВСКИЙ»**



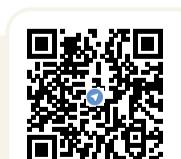
**17 декабря**  
Турнир по волейболу (мужчины и женщины). **Начало в 09:00**  
Кубок поселения Московский по стрельбе из электронного оружия среди детей и взрослых. **Начало в 10:00**  
**До 24 декабря**  
Первенство поселения Московский по шахматам среди детей и взрослых, посвященное Дню конституции. Игры чемпионата будут проходить по субботам в 14:00 и воскресеньям в 10:00. Физкультурно-спортивный комплекс МБУ ЦСМ, г. Московский, 1 мкр., 41А

**ЦЕНТР МОСКОВСКОГО ДОЛГОЛЕТЯ**



**19 декабря**  
На занятиях клуба «Итальянский язык» посетители смогут изучить основы грамматики и научиться общаться на итальянском. **Начало в 11:00.**  
**20 декабря**  
Любителей фотографии и творчества приглашают на встречу клуба «Цифровая живопись». Участники смогут освоить все тонкости работы с программой Photoshop и научиться профессиональной обработке фотографий. **Начало в 11:00.**  
**22 декабря**  
Встреча, посвященная играм и головоломкам. Это отличный способ провести время с друзьями, играя в любимые настольные игры и разгадывая задания. **Начало в 15:00.**  
Все мероприятия пройдут в Центре московского долголетия «Московский» по адресу: г. Московский, ул. Солнечная, д. 1.

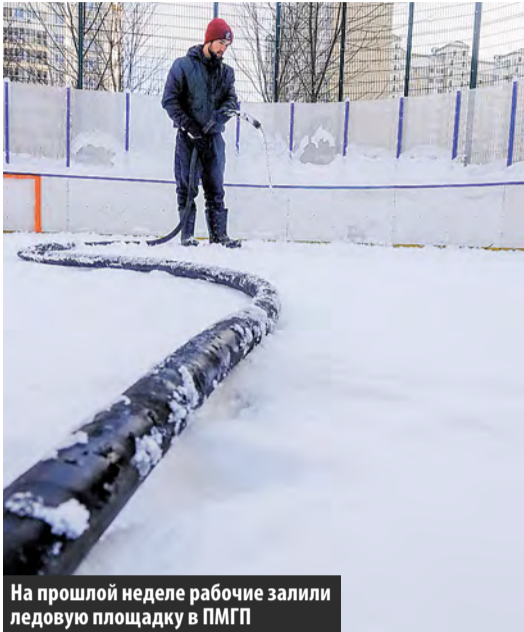
**Хотите знать больше о жизни Московского?**



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

# Катки Московского приглашают всех желающих

ВСЕ НА ЛЕД!



На прошлой неделе рабочие залили ледовую площадку в ПМГП



Мария Билык привела на каток ЦСМ дочку Викторию

В этом году выдалась настоящая русская зима с пушистым снегом и морозом. Это отличные погодные условия для любителей оставить замысловатый рисунок коньками на зеркальной поверхности льда.



Несмотря на вечерние морозы и снегопады, на катках многолюдно

Каток на территории стадиона Центра Спорта «Московский» самый большой в Новой Москве, общей площадью около 7 тысяч квадратных метров. Здесь сразу две ледовые площадки – огромная круговая и в хоккейной коробке. Так что желающим покататься тесно точно не будет. А на минувших выходных специалисты ЦСМ залили и отполировали лед.

«Погода сыграла нам на руку – стабильный минус позволил создать покрытие для наших катков. Лед на обеих

площадках уже готов. Сейчас специалисты завершили подготовку всей необходимой инфраструктуры. Для удобства отдыхающих работают прокат и теплая раздевалка», – поделился глава поселения Московский, генеральный директор Центра Спорта «Московский» Владимир Чирин.

В прокате большой выбор взрослых и детских коньков, начиная с самых

маленьких и заканчивая 47 размером. Здесь же можно заточить свои ледорезы, мастера все хвалят. Для детей есть забавные пингвины – помощники-фигуристы. В вечернее время ледовые дорожки освещаются прожекторами с трибун. Катки работают: понедельник с 14:00 до 22:00 (технический перерыв с 09:00 до 14:00); вторник – воскресенье с 11:00 до 22:00 (технический перерыв с 14:00 до 15:30).

График работы катков может изменяться в зависимости от погодных условий. Получить дополнительную информацию о работе ледовых площадок можно по телефону Центра Спорта 8(495) 841-06-53.

Еще одна ледовая площадка находится в Первом Московском городе-парке во дворе дома № 8, к. 1 по улице Бианки. Ее в этом году залили первый раз, место выбрали по итогам голосования жителей на сайте администрации.

– Мы очень довольны, что у нас в микрорайоне появился каток, – говорит Ольга Афанасьева, мама пятилетней Саши. – В детстве я много каталась, а потом как-то времени не было. А теперь и ездить никуда не надо. Повод вспомнить навыки и дочку научить.

Юлия ГОНЧАРОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Глава поселения Владимир Чирин

## Солнце молодое

ОКНО В ПРИРОДУ

Зимнее солнцестояние – 22 декабря – уже на подходе. Это значит, что совсем скоро нас ждут самый короткий день и самая длинная ночь в году. Зато уже с 24 декабря светлых часов в сутках начнет прибавляться, а небесное светило возьмет курс на весну.

В наиболее низкой точке над земным горизонтом в Северном полушарии Солнце окажется в 6 часов 27 минут по московскому времени. Именно с этого дня в нашей широте начинается астрономическая зима, которая продлится до 21 марта. Вот и пословица напоминает, что январские холода не за горами: «Солнце – на лето, зима – на мороз».

В народных поверьях день зимнего солнцестояния – символ нового начала, победы света над тьмой. В этот день на Руси проводили колядки, пекли круглый хлеб, водили хороводы и разводили костры: помогали молодому Солнцу возродиться.

Дарья СОКОЛОВА ■ Фото Виктора ХАБАРОВА



Солнцестояние – поворот года на весну и символ победы света над тьмой

## Декабрьская гонка: как все успеть

До Нового года остались считанные дни, а еще так много всего надо успеть. И подарки близким купить, и на работе все дедлайны закрыть, и дела, на которые не нашлось времени в прошедшие одиннадцать с половиной месяцев, доделать, а еще придумать угощение на новогодний стол и развлечения на долгие каникулы. Предновогодний аврал вызывает стресс. Как его избежать, «МС» выяснил у клинического психолога, врача, автора множества публикаций Елены Аслановой.



### Дышите глубже

Небольшая прогулка по парку на 10–15 минут поможет успокоиться, отвлечься от проблем. Идите медленно, размеренно, глубоко дыша. Так организм получит больше кислорода, который нормализует давление, стимулирует правильную работу мозга, помогает нервной системе расслабиться. Сделайте этот ритуал ежедневным. Времени он займет немного, а пользу принесет значительную.

Составьте списки

В предпраздничной суете не стоит нагружать память. Ничего не забыть помогут списки, для каждого направления – свой. Выпишите в один рабочий задачи, в другой – домашние дела, подарки родным и друзьям, продукты на новогодний стол. Делать это удобно в телефоне, который всегда под рукой. Увидели интересный рецепт салата? Сразу скопируйте необходимый набор продуктов для него. Распланируйте время на каждое действие, чтобы не бегать в поисках елки 31 декабря. Возможно, что-то вполне можно перенести на январь, когда времени в каникулы будет больше.

### Делите на части

«Столько дел – я все не успею!» А столько – это сколько? Задача кажется глобальной и неподъемной? Упростите ее, разделив на части. Не пытайтесь, например, убрать всю квартиру за один день, а выделите по одному дню на комнату или угол. Продумайте всю последовательность шагов, составьте четкий план и начинайте по нему работать.

### Делегируйте

Перед Новым годом у всех много дел, но это не значит, что вам обязательно откажут в просьбе о помощи. Вы ведь даже еще не пробовали. Это не страшно и не означает, что тем самым вы расписываетесь в собственной беспомощности.

### Это всего лишь дата

Конечно, все слышали, что в новый год идти со старыми долгами нельзя. Однако взгляните на ситуацию проще – это всего лишь примета. Ничего глобального в вашей жизни не изменится после боя курантов, если вы не успели доделать ремонт. Решите, что вам действительно нужно выполнить прямо сейчас, а что вы пытаетесь втиснуть в график, лишь бы закончить до заветной даты. В стрессовых ситуациях мы особенно придаем излишнюю важность некоторым событиям.

### Не забывайте про отдых

Очень важно делать перерывы и баловать себя тем, что любите. Это может быть вечер, проведенный в компании друзей, хороший фильм, прогулка по лесу или спортзал. Любое занятие, которое могло бы вас поддержать, вдохновить и помочь избежать нервного срыва.

Юлия ГОНЧАРОВА ■