Форум молодежи ТиНАО в Московском «Преград нет»	*Встреча с логопедом Людмилой Лядовой*	*Летняя прогулка по усадьбе Валуево*	телегид 10–11 августа	*Самые спортивные жители поселения*
важно 2	живая история 4	путешествие 5	6	отдых 8

МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 30 (151)
10.08.2019

Информационно-аналитическая газета поселения Московский в городе Москве

Теперь на прогулках любой желающий может познакомиться с флорой и фауной Московского

Эко-тропа открылась

То, чего так все ждали, наконец, свершилось! Познавательный экологический маршрут в лесопарковой зоне вблизи третьего микрорайона заработал в бассейне левобережья реки Ликова.

Несмотря на моросящий дождь и +6 на градуснике утром 31 июля в Валуевском лесопарке собралась большая компания – жители Московского разных возрастов. Всем не терпелось своими глазами взглянуть на новую достопримечательность нашего поселения.

Уникальность проекта в том, что его разработала школьница – ученица ГБОУ №2065 Рипсиме Хачатрян. На церемонии открытия это отметил Префект Троицкого и Новомосковского АО города Москвы Дмитрий Набокин. Он приехал сюда раньше всех и первым прошел по тропе.

– Создание экологического маршрута – это очень хорошая мысль, а ведь не каждая идея, которая возникает у детей, реализуется на практике, – сказал Дмитрий Владимирович. – Хочу поблагодарить депутатов Совета депутатов и администрацию поселения Московский за то, что они поддержали этот проект. Очень приятно с утра пройтись, даже в такую погоду здесь особая атмосфера, так что я хочу вас поздравить с тем, что Московский получил такое прекрасное место для единения с природой, для прогулок и отдыха.

– Это важная веха в жизни Московского, потому что вся эта идея была придумана школьниками, которые любят наше поселение. И это не просто место для отдыха, это именно образовательное учреждение в лесу, – отметил глава поселения Московский Владимир Чирин.

По всему маршруту установлены стенды с информацией о растениях и обитателях нашей полосы в том числе. Вдоль дорожки – скамейки, указатели, и малые архитектурные формы – деревянные скульптуры, изображающие разных животных. На входной группе расположились звери из русских народных сказок – медведь и филин, а вдоль тропы можно встретить лисицу и зайца, волков, бобров и семейство кабанов, вырезанных из дерева.

Сразу после церемонии открытия для гостей мероприятия Молодежная палата поселения организовала танцы под открытым небом. Все, кто продрог, смогли согреться, а потом отправиться на долгожданную прогулку по маршруту. Экскурсию по эко-тропе для жителей Московского провел заслуженный учитель России, учитель биологии школы №2120 Василий Пахомов. Василий Иванович рассказал, какие редкие виды птиц можно встретить в лесопарке:

– Здесь был обнаружен пестрый дятел, занесенный в Красную книгу Российской Федерации.

Евгения ДВУРЕЧЕНСКАЯ
Фото Натальи КУЗНЕЦОВОЙ

Дети больше всего радовались резным фигурам животных, украшающим экологический маршрут

Префект ТиНАО Дмитрий Набокин (слева) первым прогулялся по эко-тропе

P.S. О команде, создававшей экологический маршрут, читайте на 3-й странице.

МОСКОВСКИЙ сегодня

Московское здравоохранение ждет цифровизация

Во взрослых поликлиниках внедрят повышенный стандарт оснащения оборудованием для лучевой диагностики. Например, во всех филиалах (там, где это технически возможно) установят рентгеновские аппараты. Такое решение было принято по итогам встречи врачей-радиологов и экспертов по вопросам развития лучевой диагностики, которая прошла в городской поликлинике № 191.

«Национальным проектом “Здравоохранение” Президентом поставлена серьезная задача по улучшению медицинского обслуживания. В первую очередь речь идет о лечении таких сложных заболеваний как онкология, сердечно-сосудистые заболевания. Это, конечно, невозможно сделать без качественной, быстрой и современной диагностики. Мы с вами за предыдущие годы неплохо в этом направлении продвинулись. Например, у нас количество МРТ-исследований увеличилось в шесть раз, такое обследование стало доступным. Даже по сравнению с ведущими странами, городами мы выглядим очень неплохо», – сказал Мэр Москвы Сергей Собянин.

Морально и физически устаревшее оборудование для лучевой диагностики заменят на современную технику. Из эксплуатации выведут аналоговые приборы. Для поликлиник закупят около 500 единиц цифрового оборудования – компьютерные и магнитно-резонансные томографы, маммографы, рентгеновские аппараты.

«Мы должны разработать стандарт обеспечения наших поликлиник техникой для лучевой диагностики. Там еще много устаревшего оборудования: нецифровые рентген-аппараты, плюс часть оборудования просто уже по срокам требует замены, плюс появилось новое оборудование, новая аппаратура, которая должна быть внедрена в наших стационарах и поликлиниках», – отметил Мэр Москвы.

Кроме того, в поликлиниках внедрят новую услугу получения результатов КТ и МРТ по электронной почте и создадут центр экспертной оценки (референс-центр) – головную организацию, которая будет отвечать за единые стандарты лучевой диагностики в городских больницах и поликлиниках.

По материалам mos.ru

ДАЕШЬ, МОЛОДЕЖЬ!

«Преград нет» – так назывался Социальный Форум для молодежи с ограниченными возможностями здоровья, который прошел 31 июля в Московском

Безграничные возможности

Люди с ограниченными возможностями, но безграничной силой духа собрались во Дворце культуры нашего поселения, чтобы обсудить важные темы и внести предложения по организации и улучшению услуг, общественного пространства. В форуме приняли участие около 500 человек: молодые инвалиды от 18 до 35 лет, мамы подростков-инвалидов, представители общественных и государственных организаций.

Это уже второй такой Форум. Префект ТиНАО Дмитрий Набокин подчеркнул необходимость таких встреч и их результативность.

– Это очень важная общественная дискуссия о проблемах людей с ограниченными возможностями, проблеме их пребывания в городской среде, в социуме, – сказал Дмитрий Владимирович. – Такие вопросы нужно обсуждать и преодолевать те проблемы, которые существуют, и только открытый спокойный диалог может привести к нужному результату.

Цель форума – участие молодых инвалидов в решении социально-значимых задач округа, профориентация, создание спортивно-оздоровительных площадок для маломобильных групп населения.

Для участников работали две площадки, на которых они могли задать интересующие вопросы и внести свои предложения. На одной обсуждали трудоустройство и социальную защиту инвалидов, на другой главной темой стала доступная среда.

– Город становится все комфортнее для нас, – говорит участница Форума Светлана Ржанухина. – Сейчас в ЦСО новейшее оборудование, различные тренажеры, спелеокамера. В Московском стало больше пандусов, съездов с тротуаров. Многим ведь сложно спускаться по ступенькам…

Анна Басанова приехала вместе с 15-летним сыном Тимуром, чтобы понять, какое будущее ждет школьника.

Форум проходил в ДК «Московский»

В фойе шел мастер-класс по рисованию

– Мы сегодня хотели узнать о наших возможностях и как государство способствует тому, чтобы люди с ограниченными возможностями были трудоустроены и вовлечены в общество, – делится Анна. – Обычному подростку достаточно согласия родителей, а вот моему даже на лето сложно найти работу. Тут и далеко от дома не уедешь, и, конечно, Тимур не может столько же часов работать, как обыкновенный, здоровый человек.

В этот день поднимались и другие важные вопросы: социальная и медицинская реабилитация, приспособление подъездов многоквартирных жилых домов для инвалидов, расширение сети медицинских учреждений на территории ТиНАО. Многие делились своими историями успеха.

От нашего поселения в Форуме участвовало около 100 человек, активные и социально ориентированные инвалиды, которые постоянно участвуют в жизни города. Город, в свою очередь, для людей с ограниченными возможностями реализует программу «Безбарьерная среда».

– У нас тоже есть молодые люди с ограниченными возможностями, которые не только интересуются жизнью поселения, они еще и активно в ней участвуют: помогают в проведении различных мероприятий, форумов, фестивалей, – рассказала заместитель директора ГБУ ЦСО «Московский» Людмила Скаринка. – Они пытаются найти себя в той или иной профессии. Например, Николай Кожемякин отучился на садовода, в учебе был одним из первых. Роман Лыженко – председатель Общества инвалидов Московского, что даже и не предполагал, что будет занимать эту должность и сможет объединить инвалидов Московского. Есть и множество других примеров такой прекрасной молодежи, способной на многое.

Евгения ДВУРЕЧЕНСКАЯ
Фото Наталья КУЗНЕЦОВОЙ

ЗАКОН

Можно и без нотариуса

С 31 июля упрощается регистрация сделок по отчуждению долей в праве общей собственности на недвижимость.

С конца июля в России отменяется обязательное нотариальное заверение отдельных сделок с долями недвижимости, которое было введено в 2016 году. Теперь договор купли-продажи, дарения, наследования или ипотеки долей может быть заключен в простой письменной форме, если подписан всеми долевыми собственниками недвижимости без исключения.

– С 31 июля в России вступают в силу поправки в закон «О государственной регистрации недвижимости», которые упрощают оформление сделок. Теперь купить или продать недвижимость с долевой собственностью можно без нотариального заверения. Главное обязательное условие – добровольное участие всех совладельцев недвижимости, – пояснила начальник отдела правовых отношений администрации поселения Московский Юлия Самсонова.

По словам Юлии Самсоновой, данное нововведение позволит заключать сделки с долями на рынке недвижимости быстрее, и расходы жителей на нотариальные услуги сократятся.

При этом по желанию долевых собственников всегда можно оформить сделку нотариально. Также в случае, если хотя бы один из совладельцев недвижимости откажется принимать участие в сделке, остальным придется обратиться к нотариусу за надлежащим оформлением договора.

Кроме того, участие нотариуса обязательно при совершении сделок с недвижимостью, принадлежащей несовершеннолетнему или признанному ограниченно дееспособным гражданину, и в ряде других случаев.

Эльвира ЯКУПОВА.

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Новый тротуар для пешеходов

По новой пешеходной дорожке теперь безопасно и с комфортом можно добраться от КПП-2 поселка «Бристоль» до автомобильной дороги «Рассказовка – Московский».

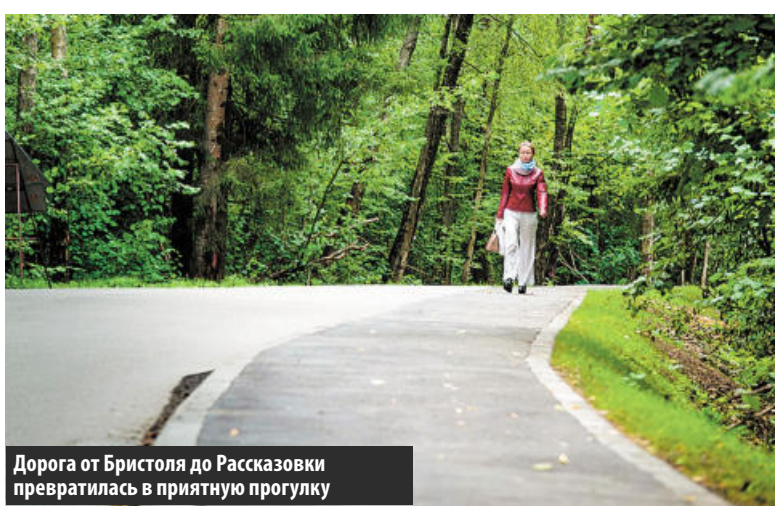
Работы над зоной беспрепятственного перемещения пеших участников движения протяженностью около одного километра практически завершены.

– Сейчас идет последний этап, уже устанавливаются барьерные ограждения, – рассказала «МС» начальник отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения Московский Оксана Горшкова. – С просьбой обустроить эту зону для пешеходов в Совет депутатов обратились местные жители, так как ходить по проезжей части было небезопасно, особенно в зимнее время, когда темнеет рано. Власти откликнулись на обращение поселян и было принято решение о благоустройстве.

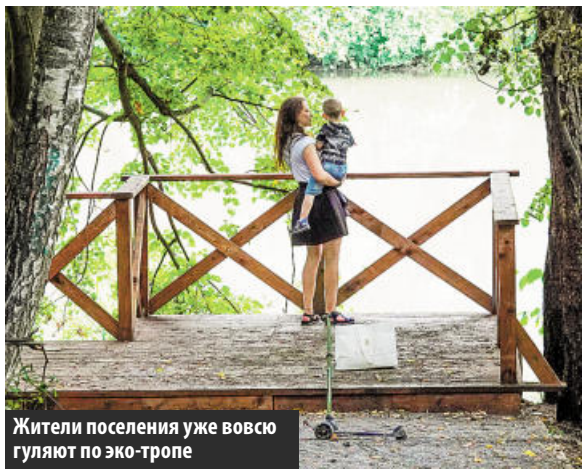
Новый тротуар уже успели оценить и жители поселка Бристоль, и его гости. Студент Кирилл Воронков признался, что проходит этот путь пешком два-три раза в неделю и теперь дорога стала удобной и безопасной.

– Конечно, стало удобнее, гулять приятно – и удобная дорожка, и фонари вечером горят, – делится Кирилл впечатлениями от прогулки по новому тротуару.

Евгения ДВУРЕЧЕНСКАЯ
Фото Натальи КУЗНЕЦОВОЙ



Дорога от Бристоля до Рассказовки превратилась в приятную прогулку


Жители поселения уже вовсю гуляют по эко-тропе

В лесу везде стоят указатели

Скамейки украшают резные фигуры животных

Кто работал над созданием эко-тропы

Знакомьтесь: это люди, благодаря которым в Московском появилась новая достопримечательность – экологический музей под открытым небом.

Татьяна Пахомова

учитель биологии школы №2065

Татьяна Николаевна стояла у истоков этого экологического маршрута. Идея его создания принадлежит нескольким поколениям учеников этой школы. Но довести идею до реализации смогла ученица 10 класса Рипсиме Хачатрян, которая успешно представила разработку проекта на заключительном этапе Всероссийской олимпиады школьников по экологии. Когда инициативная группа школьников была на встрече с администрацией поселения по вопросам раздельного сбора мусора, девочка рассказала об экологической тропе. Власти заинтересовались этим замыслом и помогли воплотить его в жизнь в кратчайшие сроки. Одна из целей проекта – дать возможность детям изучать представителей флоры и фауны своего края в их родной среде.

– Назначение этой тропы – формирование экологического мировоззрения не только для школьников, но и в целом для населения Московского. Это один из способов ликвидации экологической безграмотности, – говорит Татьяна Николаевна. – К тому же, когда человек идет по лесу, он вдохновляется природой, и после продолжительного рабочего дня созерцание прекрасного – это тоже очень важно для всех поколений.

Рипсиме Хачатрян

ученица школы №2065

По словам школьницы, она проводила много времени в лесу, и ей стало обидно, что данная территория не благоустроена для пеших прогулок и проведения занятий, позволяющих познать природу, хотя в Валуевском лесопарке достаточно много уникальных видов растений, грибов, лишайников и животных. К созданию проекта Рипсиме приступила осенью 2017. С ним она два раза выступала на заключительном этапе Всероссийской олимпиады школьников по экологии в Санкт-Петербурге и в Сочи. Оба раза становилась призером. А в 2019 году проект занимал призовые места на других конкурсах: на Московском городском конкурсе «Отечество» проект занял 1 место, в конкурсе «Мой город – моя Москва» 2 место, «Наука для жизни» – 1 место, а в конкурсе от МГУУ «Мегаполис XXI века-город для жизни» Рипсиме Хачатрян получила диплом 1 степени.

– Я очень хотела, чтобы тропа органично вписывалась в окружающую среду, – рассказывает Рипсиме. – Площадка должна была сливаться с лесом. Мы были против ярких цветов и ненатуральных архитектурных элементов. Концепция заключается в том, чтобы подчеркнуть красоту и многогранность природы. Я была очень счастлива, когда власти города решили реализовать проект. Более того, они проявляли инициативу, добавляли идеи, отвечали на все наши вопросы и держали с нами связь. Очень приятно, что нашу идею поддержал и Совет депутатов поселения. Уже после открытия тропы я была очень рада увидеть счастливые лица местных жителей и спортсменов, которые занимаются скандинавской ходьбой

Школьница Рипсиме – автор идеи эко-тропы

Такие деревья растут в Валуевском лесопарке

Чтобы не повредить экосистеме леса, для создания тропы были использованы только натуральные материалы: песок, гранитный отсев и древесная щепа.

Вера Чижова

консультант проекта, кандидат географических наук, ведущий научный сотрудник географического факультета МГУ им. М.В. Ломоносова.

Вера Павловна – ведущий специалист в области развития экотуризма в России и за рубежом, принимала участие в реализации различных проектов национальных парков РФ. Эксперт – автор многих работ, содержащих методические рекомендации по созданию подобных троп. Она оказала консультационную помощь в разработке маршрута в Валуевском лесопарке.

– Маршрут имеет большое значение для охраны природы, – рассказала эксперт. – Движение потока посетителей проходит по определенным направлениям, которые ведут к наиболее интересным, познавательным, живописным местам и при этом тропа обходит уязвимые точки: убежища наиболее редких зверей, птиц и растений.

Многие из представителей флоры и фауны Валуевского лесопарка занесены в Красную книгу города Москвы. Так, здесь можно встретить лесную куницу, ласку, горностая, белку-летягу, мышовку лесную, орешниковую соню, ежа и ужа, осоеда и несколько видов дятлов. Из редких растений – волчеягодник, можжевельник, подлесник европейский, первоцвет весенний, двулепестник альпийский, чина весенняя, гнездовка настоящая, любка двулистная, пальчатокоренник Фукса.

В поиске и обнаружении редких видов растений на тропе постоянно помогают ученики школы №2120 под руководством учителя биологии Василия Пахомова и местные краеведы.

Скворечники и кормушки – просто произведения искусства

Федор Удольский

плотник, художник по дереву

Мастер работает с деревом с 15 лет, за этот проект он взялся с удовольствием. Вдохновлялся, прогуливаясь по Валуевскому лесопарку. Вместе с бригадой из 7 человек они за три месяца выполнили весь объем работ. Художник разработал эскизы. Размеры и локацию архитектурных форм обговорили с администрацией нашего поселения и приступили к работам.

– На одну скульптуру, например, такую, как метровый медведь, который стоит возле входных ворот, в среднем уходит один-два месяца, потому что дерево надо посушить после черновой подрезки, закрыть все трещины, опять высушить, опять подрезать, то есть это долгая трудоемкая работа – рассказал Федор

Также плотники построили новый пешеходный мост через реку Ликова. Экологическая тропа ведет к Шаляпинскому роднику и, чтобы попасть туда, необходимо перебраться на другой берег реки. Жители и гости Московского были рады, что мостик выполняет не только функцию переправы, но еще и очень красивый.

Евгения ДВУРЕЧЕНСКАЯ
Фото Натальи КУЗНЕЦОВОЙ и из архива Рипсиме Хачатрян

P.S. Кстати, пока номер готовился в печать, на тропе успели «похозяйничать» вандалы – украли деревянную скульптуру медведя, составлявшую ансамбль входной группы. С сообщением об этом в редакцию «МС» позвонили жители Московского.

ПРАВО НА ЛЬГОТЫ

С сентября пенсии и социальные пособия будут выплачиваться по новому графику

Об изменениях в графике социальных выплат за период с сентября по декабрь 2019 года сообщили в Управлении социальной защиты населения Троицкого и Новомосковского административных округов города Москвы.

Как говорится в сообщении Управления соцзащиты, в случае отсутствия получателей социальных выплат дома в день доставки, денежные средства будут выплачиваться непосредственно в отделениях почтовой связи до окончания периода выплат.

График выплат в почтовых отделениях на территории Новой Москвы

С 3 по 5 сентября По установленному графику	**3 октября** За 3 октября	**2 ноября** За 3 и 4 ноября	**С 3 по 5 декабря** По установленному графику
6 сентября За 6 и 8 сентября	**4 октября** За 4 и 6 октября	**С 5 по 7 ноября** По установленному графику	**6 декабря** За 6 и 8 декабря
7 сентября За 7 сентября	**5 октября** За 5 октября	**8 ноября** За 8 и 10 ноября	**7 декабря** За 7 декабря
С 9 по 12 сентября По установленному графику	**С 7 по 10 октября** По установленному графику	**9 ноября** За 9 ноября	**С 9 по 12 декабря** По установленному графику
13 сентября За 13 и 15 сентября	**11 октября** За 11 и 13 октября	**С 11 по 14 ноября** По установленному графику	**13 декабря** За 13 и 15 декабря
14 сентября за 14 сентября	**12 октября** За 12 октября	**15 ноября** За 15 и 17 ноября	**14 декабря** За 14 декабря
16 сентября За 16 и 17 сентября	**С 14 по 16 октября** По установленному графику	**16 ноября** За 16 ноября	**16 декабря** За 16 и 17 декабря
17 сентября За 17 сентября	**17 октября** За 17 и 18 октября	**18 ноября** За 18 ноября	**17 декабря** За 18 декабря

МОСКОВСКИЙ сегодня

«Мы присоединились к Москве еще 50 лет назад»

Есть люди, воспоминания о которых мы проносим через всю нашу жизнь. Сразу для нескольких поколений, родившихся и выросших в Московском, таким человеком стала Людмила Лядова. Именно она возглавляла самый первый детский сад в нашем поселении, открывшийся в те годы, когда совхоз «Московский» ещё только начинал строиться. Сотни воспитанников детсада №48 помнят ее как прекрасного воспитателя, педагога и логопеда. Людмиле Константиновне уже за 80, но она по-прежнему помогает детям ставить правильную речь, пишет стихи и духовные песни. Об открытии детского сада, строительстве нашего города и своей логопедической практике корреспондентам «Московский сегодня» рассказала сама Людмила Лядова.

Логопед до сих пор занимается с детьми

Так случилось, что я родилась в Узбекистане в сельской местности, а когда впервые приехала в Москву – обомлела, столько людей тут работает. Сперва побежала заканчивать вечернюю школу в Раменках, а как только закончила, пошла подавать документы во ВГИК. Все мы, девчонки, в те годы хотели быть артистками. Но меня не взяли, а знаете, почему? Сказали, что плохо звук «С» выговариваю! – смеется Людмила Константиновна. – Так в 1960-м году я поступила в Московский государственный заочный педагогический институт на факультет дошкольного воспитания.

Заведующая первым детским садом

– Сюда, в Московский, я приехала в 1967 году. Здесь тогда вообще ничего еще не было, совхоз только-только начал создаваться, – вспоминает Людмила Лядова. – До того, как в 1988 году тут открыли Дворец культуры, молодым людям и пойти-то вечером было некуда. Помню, как моя подруга Ольга Шишкина говорила: «Нам уж замуж пора, а у нас даже ДК нет!». Где, мол, знакомиться. Сперва тут построили три или четыре дома-пятиэтажки, а после них уже и первый на весь район детский сад. В то время я работала в детском саду во Внуково, и кто-то посоветовал педагогам взять меня сюда. Так я и стала заведующей детского сада №48.

Тогда все эти территории еще считались Московской областью, поэтому было практически невозможно прикрепиться к хорошим столичным базам, ведь формально мы к городу не относились. Так что мне пришлось пойти на небольшую хитрость, – признается Людмила Константиновна. – Внуково уже тогда считалось Москвой, а на штампиках было написано «Москва К-27». И когда я поехала на Лубянку заказывать угловой штампик и печать для детского сада, я попросила, чтобы нам написали «Москва К-25», почти, как у соседей, ведь мы и в самом деле находимся на этой территории. Так вот мы и «присоединились» к Москве почти на 50 лет раньше остальных, – смеется Людмила Константиновна. – Этот штампик открыл для нас все двери. Оборудование я покупала на хороших базах, и продукты нам давали хорошие. Снабжение тут было замечательным. Питание одного ребенка за день стоило 45 копеек, но совхоз дал нам еще 40 тысяч на год, так что мы кормили детей на 1 руб. 20 коп. Наш бывший главный бухгалтер Валентина Михайловна Козятникова до сих пор вспоминает: «Да вы же их икрой кормили!». И это правда, продукты у нас были хорошие: икра, язык говяжий, все самое вкусненькое.

Логопедическая группа

– И вот, не помню уже в каком году, я решила открыть первую в районе логопедическую группу. Дети с проблемами дикции были, а единственная подобная детсадовская группа работала аж в Зеленограде. Ну я и открыла, и взяла логопеда. И тут уже началась «драка» за эти группы. Все заведующие захотели их открыть, ведь это прибавки к финансированию и отпускам, – вспоминает Людмила Лядова. И показывает фотографии полувековой давности. Сейчас все эти детишки выросли и сами стали родителями, а то и бабушками-дедушками.

Слышать результат

– Проработала заведующей я лет семь, наверное, а потом наш логопед ушел, и я перевелась на его должность. Это была моя мечта еще со студенчества, – признается Людмила Константиновна. – Когда училась на дошкольном факультете, логопедию у нас преподавала сама Елена Федоровна Рау, известный ученый-дефектолог. Она, ее отец, мать и брат были первыми, кто ввел логопедию как дисциплину в нашей стране. Помню, как Елена Рау предложила нам ходить к ней и учиться правильно ставить звуки людям с проблемами речи. Меня эти занятия очень тогда воодушевили, я потом ко всем лезла со своей помощью: «Давай я тебе «Л» исправлю, а то, что ты вместо «лодка» говоришь «водка»!»

Вот так я и стала работать в логопедии и проработала вплоть до 2011 года. Опыт у меня накопился большой и, думаю, что мне это легко дается. Даже сейчас пытаюсь помогать всем родителям, которые ко мне обращаются. За годы практики я заметила, что тенденции в речевых дефектах со временем тоже меняются, – утверждает Людмила Константиновна. – Например, в последние годы появилось больше случаев с горловым произношением «Р» и исправлять его стало труднее. Детей с плохими звуками за последние годы стало значительно больше. С чем это связано? Думаю, что с засильем смартфонов и компьютеров. Мы меньше стали говорить друг с другом и со своими детьми. Дефекты речи исправимы, во многом эффективность работы над ними зависит от самих родителей. Когда ко мне приходят на занятия, я обязательно сажаю рядом с собой маму, чтобы она смотрела, как правильно нужно выполнять упражнения и впоследствии могла помочь своему ребенку, если он будет делать это неправильно. Мне очень нравится общаться с детьми. Нет ничего лучше того, когда видишь и слышишь результат своей работы.

Дарья СОКОЛОВА
Фото автора и Натальи КУЗНЕЦОВОЙ

За годы практики я заметила, что тенденции в речевых дефектах со временем меняются. Например, в последние годы появилось больше случаев с горловым произношением «Р» и исправлять его стало труднее. Детей с плохими звуками за последние годы стало значительно больше. С чем это связано? Думаю, что с засильем смартфонов и компьютеров. Мы меньше стали говорить друг с другом и со своими детьми.

Людмила Лядова в молодости

Новый год в 70-х годах прошлого века

1985 год. Работники совхоза-комбината «Московский» на экскурсии в Киеве

Прогулка по усадьбе Валуево

Клуб путешественников библиотеки №259 продолжает исследовать исторические достопримечательности Новой Москвы. На этот раз участники клуба посетили наших соседей на Юго-Западе НАО, ведь именно там, в поселении Филимонковское, находится старинное дворянское имение. К экскурсии присоединились и корреспонденты «Московский Сегодня».

Господский дом с флигелями

– А неплохую дачу себе этот боксер отстроил! – поразился один из пассажиров автобуса №420, когда мы приехали на остановку «Валуево» – ближайшую к одноименной усадьбе. Действительно, сегодня немногие знают, откуда берет свое начало название этого удивительно красивого места.

– Происхождение названия имения связано с древним родом Валуевых, владевшим этими землями с XIV по XVII век, – рассказывает библиотекарь Галина Тихонова, которая проводит экскурсии для посетителей усадьбы. – Родоначальник Валуевых – боярин Ивана Калиты Окатий получил в вотчину землю в бассейне речки Ликовы. Имя усадьбе дал внук Окатия – воевода Дмитрия Донского Тимофей Васильевич, чье прозвище «Валуй» означает гриб, лентяй или бездельник.

Время и роковые повороты истории не пощадили внутреннее убранство особняка, построенного в позапрошлом столетии. Старинная усадьба, расположенная на берегах двух речек – Сосенки и Ликовы, за долгие годы своего существования успела побывать дворянским гнездом, купеческим домом, военным госпиталем и санаторием. И хотя Валуевский особняк по-прежнему считается одним из наиболее хорошо сохранившихся подмосковных памятников архитектуры XIX века, отстроенное из цельных бревен здание сегодня порядком обветшало и на настоящий момент в целях безопасности закрыто для посетителей. Однако пустые залы господского дома и темные аллеи парков этого старинного родового гнезда все еще хранят память о днях, когда здесь собирались сливки русского дворянского общества.

Граф Мусин-Пушкин

Как и большинство старинных имений, Валуево сменило множество хозяев и каждый внес свой вклад в облик усадьбы.

– Своему нынешнему виду имение во многом обязано Алексею Ивановичу Мусину-Пушкину, – уверена Галина Тихонова. – Именно при нем был создан архитектурный ансамбль, который мы видим в Валуево и сегодня. При Алексее Ивановиче были построены двухэтажные кирпичные флигели, объединенные с главным зданием сквозными галереями-колоннадами в конце 1790-х годов. В те времена в одном из этих флигелей находилась кухня, а в другом – крепостной театр. В начале XIX века были отстроены и два идентичных комплекса одноэтажных построек – конный и скотный дворы, а также два небольших одноэтажных здания с мезонинами – контора и дом управляющего имением.

В 1860-х годах Валуево, как и многие другие имения, было продано представителю купеческого сословия.

– При текстильном фабриканте Лепешкине Валуево вновь реконструировали, – продолжает Галина Анатольевна. – Именно тогда были установлены главные ворота и сторожевые башни ограды в стиле русской готики, которые вы видите сегодня. В те времена из окрестных лесов в имение частенько забредали дикие животные, поэтому прочная ограда вокруг всей территории усадьбы была просто необходима. Главные ворота при Лепешкине украсили скульптурами оленей, а около самого господского дома появились металлические львы.

Каскадные пруды

На территории усадьбы расположились сразу два парка: регулярный французский парк с каскадными прудами и живописным гротом начинается сразу за поместьем и плавно переходит в пейзажный английский парк. В 30-х годах XIX века при Алексее Ивановиче Мусине-Пушкине в Валуево были созданы каскадные пруды. Верхний пруд назывался Красным, средний – Золотым, а нижний – Темным. Вода подавалась наверх с помощью системы насосов к специальному резервуару, из которого после стекала через пруды к реке. Как утверждает Галина Тихонова, подлинная история о том, за что водоемы получили свои названия при Алексее Ивановиче до наших дней не дошла, однако существует предположение, что пруды назывались так из-за особенностей освещения.

Усадьба Валуево – очень киногеничное место. Кадр из фильма «Мой ласковый и нежный зверь

Граф Алексей Иванович Мусин-Пушкин. 1790-е. Неизвестный художник

– Солнце, которое восходит на востоке, первым заглядывает в верхний пруд, окрашивая его воды в красный цвет, – рассказывает экскурсантам Галина Анатольевна. – К полудню небесное светило уже находится в зените и пронизывает своими лучами средний пруд, названный Золотым. Ну а нижний пруд, деревья над которым словно накренились, всегда находится в тени и оттого его воды кажутся абсолютно черными.

Впрочем, есть и другая версия происхождения названий этих прудов. При Алексее Ивановиче все они были засажены цветами соответствующих оттенков. Верхний пруд был окружен огромными красными розами. Средний пруд был засажен розами желтыми, а нижний – черными. Черные розы в те времена только-только появились во Франции и у нас считались большой диковинкой.

Экскурсовод ведет группу по усадьбе

Санаторий-профилакторий «Валуево», 1970 год

Охотничий домик

Здание «Охотничьего домика» внешне напоминает музыкальный павильон Концертного зала, построенный по проекту Джакомо Кваренги в Царском Селе.

– Когда-то этот небольшой домик, освещавшийся через тройные окна, обращённые сразу и на север и юг, предназначался для отдыха гостей, которые возвращались с охоты, – рассказывает экскурсовод. – Внутри него находились зал и две небольшие комнаты. Сегодня эта замечательная постройка частично утратила свой былой облик. «Охотничий домик» часто подвергался вандальным действиям, и ввиду отсутствия средств на полноценную реставрацию его окна забили листами железа.

Если спуститься немного вниз к реке Ликове, то рядом с павильоном «Охотничьего домика» можно обнаружить грот, облицованный ракушечником. Во времена Мусиных-Пушкиных перед этим гротом в дни приема гостей устанавливали шатер, из которого открывался прекрасный вид на реку Ликову.

Валуево в наши дни

После революции 1917 года усадьба Валуево была национализирована. Мебель и предметы искусства из господского дома вывезены, а архивы и церковные книги – уничтожены. Сегодня территория бывшего дворянского имения открыта для посетителей. Здесь проводятся экскурсии, на которых можно поближе познакомиться с историей этих мест.

– К нам приезжает много людей, особенно по субботам и воскресеньям. Группы большие: по 50, 70 человек. Бывают у нас и иностранцы, как же без них, – признается экскурсовод. – В прошлом году, например, приезжали немцы, очень удивлялись нашим маргариткам. А ведь они тут цветут уже второй век, как раз с тех времен, когда в моду вошли английские сады! Конечно, для того, чтобы содержать такую усадьбу в должном виде, нужны хорошо обученные специалисты. Тех же садовников во времена, когда Валуево было дворянским гнездом, привозили из-за границы, а сейчас у нас обычные дворники. Но мы стараемся, конечно, всеми силами поддерживать усадьбу в должном виде.

Усадьба Валуево и ее парки стали декорациями для таких знакомых всем фильмов, как «Гусарская баллада» и «Война и мир» Бондарчука. Здесь, на берегу реки Ликовы, снималась лента «Мой ласковый и нежный зверь». Увидеть территорию усадьбы и архитектурны й ансамбль XIX века своими глазами можно каждый день в любое время дня и ночи.

Адрес: Филимонковское поселение, п. Валуево.

Дарья СОКОЛОВА
Фото автора

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

СУББОТА, 10 АВГУСТА

12.25 «Поцелуй на удачу» [16+] **СТС**

Эшли слывёт самой удачливой девчонкой в округе. Однако после случайного поцелуя с одним неудачником понимает, что её удача повернулась к ней спиной и уплыла к тому парню. И как теперь отъявленной неудачнице вернуть свой «счастливый поцелуй»?

Художественные фильмы и сериалы

05.35 «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» [12+] **НТВ**
06.50 «Последний киногерой» [12+] **Рен-ТВ**
07.20 «Неподсуден» [16+] **Первый канал**
08.55 «Неисправимый лгун» [12+] **ТВЦ**
10.25 «Короли и капуста» [12+] **Культура**
12.25 «Поцелуй на удачу» [16+] **СТС**
14.00 «Закон сохранения любви» [12+] **Россия 1**
16.00 «Злая судьба» [12+] **Россия 1**
18.00 «Шаг вперед» [12+] **ТНТ**

19.25 Т/с «Пёс» [16+] **НТВ**
20.30 «Люси» [16+] **Рен-ТВ**
22.15 «Я – четвертый» [16+] **Рен-ТВ**
23.00 «Бывшие» [16+] **Первый канал**
23.35 «Меган Ливи» [16+] **СТС**

Спорт на Матч-ТВ

09.55 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. 1/2 финала. Женщины. Прямая трансляция из Москвы [12+]

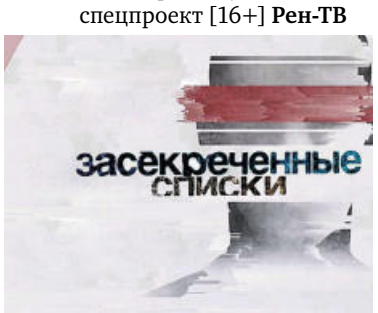
22.15 «Я – четвертый» [16+] **Рен-ТВ**

Обычный подросток Джон Смит на самом деле – один из последних выживших обитателей далекой планеты. Джон вынужден скрываться от врагов, посланных уничтожить его. Ему приходится менять имена, постоянно переезжая с места на место...

12.10 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. 1/4 финала. Мужчины. Прямая трансляция из Москвы [12+]
13.20 «Гран-при с Алексеем Поповым» [12+]
14.55 Плавание. Кубок мира. Прямая трансляция из Китая [12+]
16.25 Футбол. Российская Премьер-лига. «Краснодар» – «Рубин» (Казань). Прямая трансляция [12+]
18.55 Футбол. Международный Кубок чемпионов. «Атлетико» (Испания) – «Ювентус» (Италия). Прямая трансляция из Швеции [12+]
21.00 Баскетбол. Международный турнир. Мужчины. Россия – Сенегал. Трансляция из Италии [12+]
00.00 Футбол. Товарищеский матч. «Наполи» (Италия) – «Барселона» (Испания). Прямая трансляция [12+]

Документальные фильмы и научно-популярные программы

05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко [16+] **Рен-ТВ**
09.55 «Передвижники. Василий Перов» [16+] **Культура**
10.15 «Олег Стриженов. Любовь всей жизни» [12+] **Первый канал**
10.30 Д/ф «Владимир Пресняков. Я не ангел, я не бес» [12+] **ТВЦ**
12.15 «Михаил Боярский. Один на всех» [16+] **Первый канал**
13.20 Д/ф «Холод Антарктиды» [16+] **Культура**
15.35 «Больше, чем любовь. Светлана Немоляева и Александр Лазарев» [16+] **Культура**
18.00 Д/с «Предки наших предков. Авары. Клад неизвестного вождя» [16+] **Культура**
18.20 «Засекреченные списки. До слёз! Люди, насмешившие мир». Документальный спецпроект [16+] **Рен-ТВ**



20.50 Д/ф «Литераторские мостки», или Человек, заслуживший хорошие похороны» [16+] **Культура**
22.15 «90-е. Ликвидация шайтанов» [16+] **ТВЦ**
23.05 «Приговор. Орехи» [16+] **ТВЦ**
00.00 «Дикие деньги. Баба Шура» [16+] **ТВЦ**

Детское время

06.00 «Ералаш» [6+] **СТС**
06.50 М/с «Приключения кота в сапогах» [0+] **СТС**
07.05 М/ф «Гирлянда из малышей», «Осторожно, обезьянки!», «Обезьянки и грабители», «Как обезьянки обедали», «Обезьянки, вперед!», «Обезьянки в опере» [6+] **Культура**
07.15 М/с «Спирит. Дух свободы» [0+] **СТС**
07.40 М/с «Три кота» [0+] **СТС**
08.05 М/с «Том и Джерри» [0+] **СТС**
19.05 А/ф «Angry Birds в кино» [6+] **СТС**

Развлекательные передачи. Ток-шоу

08.15 «По секрету всему свету» [12+] **Россия 1**
08.50 «Кто в доме хозяин?» [12+] **НТВ**
09.30 «Просто кухня». Ведущий – Александр Белькович [12+] **СТС**
10.10 «Сто к одному» [16+] **Россия 1**
11.10 «Честное слово» с Юрием Николаевым [12+] **Первый канал**
11.30 «Уральские пельмени. Смехbook» [16+] **СТС**
13.10 «Поедем, поедим!» [12+] **НТВ**
14.00 «Своя игра» [12+] **НТВ**
16.00 «Комеди Клаб» [16+] **ТНТ**

18.00 «Кто хочет стать миллионером?» [12+] **Первый канал**
21.20 «Сегодня вечером» [16+] **Первый канал**
23.00 «Дом – 2. Город любви». Реалити-шоу [16+] **ТНТ**

ВОСКРЕСЕНЬЕ , 11 АВГУСТА

09.40 «Сорок первый» [16+] **Культура**

Годы гражданской войны. На боевом счету у лучшего стрелка отряда красноармейцев Марютки сорок убитых белогвардейцев. В последней перестрелке взят в плен поручик Говоруха-Отрок. Он станет сорок первым в ее послужном списке…

Художественные фильмы и сериалы

01.00 «Не было бы счастья – 2» [12+] **Россия 1**
02.35 «Дневник доктора Зайцевой» [16+] **СТС**
06.10 «Научи меня жить» [16+] **Первый канал**
08.15 «Зорро» [12+] **ТВЦ**

09.40 «Сорок первый» [16+] **Культура**
11.20 «Дорожная карта» [12+] **Россия 1**
15.10 «Стряпуха» [12+] **Первый канал**
16.00 Т/с «Игра престолов» [16+] **Рен-ТВ**
17.00 «Срок давности» [12+] **ТВЦ**
18.20 «Морской бой» [16+] **СТС**
19.40 Т/с «Пёс» [16+] **НТВ**
21.00 «Живая сталь» [16+] **СТС**
21.50 Т/с «Поместье в Индии» [16+] **Первый канал**
23.40 «Восстание планеты обезьян» [16+] **Первый канал**

Спорт на Матч-ТВ

02.00 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. Трансляция из Москвы [12+]
03.00 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. Трансляция из Украины [12+]
04.00 Плавание. Кубок мира. Трансляция из Китая [12+]
07.30 Футбол. Международный Кубок чемпионов. «Атлетико» (Испания) – «Ювентус» (Италия). Трансляция из Швеции [12+]
12.55 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция из Москвы [12+]
14.00 Профессиональный бокс. Дмитрий Кудряшов против Илунги Макабу. Бой за титул WBC Silver в первом тяжелом весе. Алексей Егоров против Романа Головащенко [16+]
16.25 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. Трамплин 3 м. Женщины. Синхронные прыжки. Финал. Прямая трансляция из Украины [12+]
17.55 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. Вышка. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Украины [12+]
18.55 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Москвы [12+]
20.55 Футбол. Товарищеский матч. «Рома» (Италия) – «Реал» (Мадрид, Испания). Прямая трансляция [12+]

18.20 «Морской бой» [16+] **СТС**

Мы посылаем сигналы в космос и ждем ответа. Но уверены ли мы, что хотим его получить? Астронавт Эдгар Митчелл сделал сенсационное заявление о существовании внеземной жизни. Теперь мы знаем: контакт не просто возможен, он неизбежен!

Документальные фильмы и научно-популярные программы

01.35 «Латвия. Евротупик» [16+] **ТВЦ**
04.55 Д/ф «Игорь Скляр. Под страхом славы» [16+] **ТВЦ**
13.45 Д/ф «Морские гиганты Азорских островов» [12+] **Культура**
14.00 «Секрет на миллион. Сергей Соседов» [16+] **НТВ**
14.10 «Людмила Хитяева. «Я не могу быть слабой» [12+] **Первый канал**
15.20 «90-е. Звёзды на час» [16+] **ТВЦ**
16.10 «Прощание. Валерий Золотухин» [16+] **ТВЦ**

17.05 «Искатели». Миллионы «железного старика» [16+] **Культура**
18.50 Д/ф «Ульянов про Ульянова» [16+] **Культура**
22.15 Вальдбюне – 2018 г. Магдалена Кожена, сэр Саймон Рэттл и Берлинский филармонический оркестр [16+] **Культура**

Детское время

06.00 «Ералаш» [6+] **СТС**
06.30 М/ф «Капризная принцесса», «Приключения Буратино» [6+] **Культура**
06.50 М/с «Приключения кота в сапогах» [0+] **СТС**
07.15 М/с «Спирит. Дух свободы» [0+] **СТС**
07.40 М/с «Три кота» [0+] **СТС**
08.05 М/с «Царевны» [0+] **СТС**
16.20 Х/ф «Пит и его дракон» [6+] **СТС**

Развлекательные передачи. Ток-шоу

00.45 «Квартирник НТВ у Маргулиса». Группа «Маркшейдер Кунст» [16+] **НТВ**
04.55 «Их нравы» [12+] **НТВ**
07.20 «Семейные каникулы» [12+] **Россия 1**
08.00 «Утренняя почта» [12+] **Россия 1**
08.30 Шоу «Уральских пельменей» [16+] **СТС**
09.20 Праздник Курбан-Байрам [16+] **Россия 1**
10.15 Жанна Бадоева в проекте-путешествии «Жизнь других» [12+] **Первый канал**

10.40 «Спасите, я не умею готовить!» [12+] **ТВЦ**
11.50 «Дачный ответ» [12+] **НТВ**
12.20 «Видели видео?» [12+] **Первый канал**
13.00 «НашПотребНадзор» [16+] **НТВ**
16.35 «КВН». Премьер-лига [16+] **Первый канал**

18.00 «Точь-в-точь» [12+] **Первый канал**
20.00 «Комеди Клаб» [16+] **ТНТ**
22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» [16+] **Россия 1**

Есть, куда сходить

Бесплатные развлечения города Москвы

Для наших самых активных и любознательных читателей мы публикуем расписание мероприятий со свободным входом, которые будут проходить в столице в ближайшее время.

Московский фестиваль творчества

10-11 августа
10.00-22.00

Уже второй раз на дизайн-заводе «Флакон» пройдёт Московский фестиваль творчества. Гости смогут попробовать себя в разных видах искусства, посетить лекции для креативных людей, послушать живую музыку, стать героями арт-перформансов, раскрыть свои таланты на мастер-классах, приобрести милые и полезные вещицы на всероссийской ярмарке мастеров, увидеть презентации авторских кофеен и выступления музыкантов, попробовать авторские блюда на фудкорте.

Хэдлайнеры музыкальной сцены – «Мураками», Мара, «Бобры», «Обними кита», Николай Гринько, «Керамика» и другие.

ул. Большая Новодмитровская, д. 36/4
Дмитровская

Выставка «Политаль»

10-18 августа, вт.–вс.
12:00–20:00

Галерея pop/off/art представляет выставку Александра Голынского «Политаль», которая объединяет работы в лучших традициях arte povera – «бедного» искусства.

Голынский исследует поэтику простых вещей, создавая объекты из строительного уплотнителя, клейкой ленты, проволоки и не только. Изменяя форму привычных нам предметов, он наполняет их новым содержанием. Работы мастера впечатляют сложностью архитектурных структур и ритмических композиций.

пер. 4-й Сыромятнический, д. 1, стр. 6
Курская, Чкаловская

Выставка «Джапонерия шинуаз»

10 июля – 8 сентября, вт.–вс.
12:00–20:00

В Totibadze Gallery на территории Винзавода развернулась выставка Ольги Флоренской. На создание нового проекта её вдохновили японизмы, в которых много наивных заблуждений и домыслов.

Работы Флоренская выполнила на железных противнях и подносах, найденных на блошиных рынках России, Грузии и Франции.

пер. 4-й Сыромятнический, д. 1, стр. 6
Курская, Чкаловская

День Индии в парке «Сокольники»

10–11 августа
10:00–22:00

Фестиваль, приуроченный ко Дню независимости Индии и 150-летию Махатмы Ганди, включает шоу известных индийских певцов и танцевальных коллективов. Любители кино смогут посмотреть новинки Болливуда. Гостей также ждут мастер-классы по индийским танцам, роспись мехенди, шесть площадок для занятия йогой, индийская свадебная церемония.

На восточной ярмарке можно приобрести индийские товары. Более 30 московских ресторанов предложат гостям блюда из разных уголков Индии и традиционные сладости. В специальном бассейне с водой, привезённой из священной реки Ганг, каждый сможет пройти обряд очищения Кумбха Мела. Самым ярким событием праздника станет парад колесниц божеств Ратха-Ятра. Регистрация на мероприятие по ссылке: https://www.eventbrite.com/e/9-11-registration-65651075133

ул. Сокольнический Вал, д. 1, стр. 1
Сокольники

Открытые уроки по хастлу

11 августа
13.00

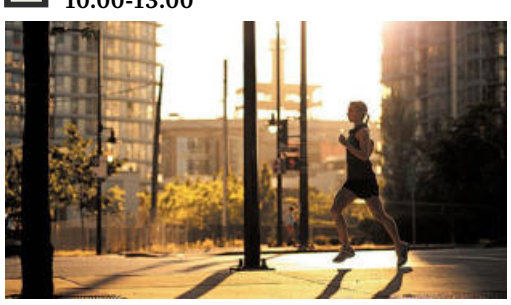
В студии танца состоится бесплатный открытый урок по танцу хастл, где можно познакомиться с преподавателями и насладиться настоящим феерическим дэнс-шоу.

Обучение проходит под руководством опытного тренера и судьи чемпионатов. Записаться на пробное занятие можно здесь http://alphadance.ru/forma?utm_source=drugoe. Не забудьте принести сменную обувь и танцевальную одежду.

пер. Шелапутинский, д 6, стр. 3, 2-й этаж
Таганская

Пробежки по необычным маршрутам

11 августа
10.00-13.00



Любителей спорта приглашают на пробежки, в которых объединятся спортивные тренировки, экскурсии и культурная программа.

Маршрут по живописным улочкам в районе Арбата подготовил для физкультурников Московский музей современного искусства. Бегуны увидят дома легендарных художников Исаака Левитана и Михаила Врубеля, выставки и перфомансы уличных художников. Протяжённость маршрутов составляет 2,5 км. После завершения пробежки участников пригласят на выставку и экскурсию по музею. Участие бесплатное, но необходима регистрация https://www.adidas.ru/hackthecity.

Пешеходная экскурсия «Невидимки в двух шагах от Кремля»

10 августа
14:00-16:00

В ходе экскурсии вы узнаете, у кого побывал в гостях незадолго до гибели Лермонтов, в каком особняке жил внук капитана Семеновского полка, одолжившего свой мундир императрице Екатерине II в день переворота 1762 года, в какой усадьбе жила женщина, потратившая миллионное состояние на благотворительность и многое другое.

Маршрут экскурсии: Александровский сад – улица Манежная – улица Моховая – Лебяжий переулок. Окончание – Кремлевская набережная, 1. Регистрация по ссылке https://poulitcam.ru/istoricheskie/nevidimki-v-dvukh-shagakh-ot-kremlya.html.

Место встречи: у памятника Александру I в Александровском саду.
Александровский сад, Библиотека им. Ленина

Фестиваль для мам «Это моя практика»

11 августа
10.00-18.00

Фестиваль пройдет в Таганском детском парке. Ведущие специалисты в области женского здоровья и восстановления после родов научат, как вернуть плоский живот, проведут мастер-класс по самомассажу. А опытные преподаватели и консультанты проведут занятия по йогатерапии, йоге Айенгара, йоге для беременных и другим практикам.

Гостей ожидают тренинги по детской безопасности, карьерные консультации для мам, встречи с консультантами по грудному вскармливанию и ароматерапевтами и море другой полезной информации. Для детей на фестивале будет открыта отдельная зона с мастер-классами, детской йогой и мягкой школой. Регистрация по ссылке http://www.itsmypractice.ru.

ул. Таганская, 15а
Таганская, Марксистская

РЕКЛАМА

СПОРТИВНАЯ АФИША

17 августа
в 11-00

на территории Центра Спорта «Московский» проведут спортивный праздник, посвященный Всероссийскому Дню физкультурника

АФИША ДК «МОСКОВСКИЙ»

12.08 12.00	**Танцевальный мастер-класс** (фойе ДК)
14.08 18.00	**Мастер-класс по вокалу** (фойе ДК)
19.08 12.00	**Театральный мастер-класс** (Малый зал)

ВНИМАНИЕ!
В афише возможны изменения. Уточнить дату и время проведения мероприятия можно по телефону:
8 (495) 841-89-94

ПОЗДРАВЛЕНИЕ

Администрация поселения Московский поздравляет с Днем рождения ветеранов Великой Отечественной войны:

Александру Павловну Иванову

Александра Григорьевича Леонова

Христинию Васильевну Польскову

Анну Павловну Самохину

Реклама в газете
МОСКОВСКИЙ сегодня
редакция принимает от физических и юридических лиц рекламу и объявления, в том числе поздравления с юбилеями, праздниками и т.п.
8(495)549-63-00,
mostoday@bk.ru

Хотите знать больше о жизни Московского ?
Самые свежие новости на сайте moskovsky-today.ru

Афиша составлена по материалам интернет-сайтов www.kudago.com, www.culture.ru, www.freeshows.ru

БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ

Спортсмены нашего двора

Каждую субботу в разных микрорайонах нашего города проходят соревнования по воркауту. Первые два этапа марафона позади. В микрорайонах Первый город-парк и Град Московский уже определили самых спортивных жителей. На очереди – 3-й микрорайон.

Спортсмены-любители соревновались в упражнениях на брусьях

«Сейчас практически в каждом дворе есть воркаут-площадки, – рассказывает организатор соревнований, один из создателей проекта «МосковскийнаЗОЖ» Евгений Камышенко. – Мы хотим, чтобы спортивные люди нашего города познакомились друг с другом и смогли побороться за право стать лучшим не только в своем районе, но и во всем Московском».

«Воркаут» – это уличная гимнастика. Упражнений в этом направлении бесконечное множество. Сюда входит всё, что можно делать на площадках с турниками, брусьями, рукоходами, шведской стенкой и другим оборудованием. Но есть и базовые, самые популярные упражнения – отжимания и подтягивания. Это первое, что нужно было делать участникам соревнований, причем как можно больше повторов за минуту. Помимо этого, предлагалось еще три «экзотических» упражнения. «Слэмбол» – когда нужно высоко подпрыгивать с десятикилограммовым мячом в руках и со всей силы ударять его о землю. Большой выносливости требовало «бёрпи» – упражнение, известное в народе, «как армейская пружина» – «упал, отжался, выпрыгнул». И последнее, когда силы уже на исходе, – приседания с 20-килограммовым мешком в обнимку для участников 18+.

В соревнованиях могли участвовать все желающие старше 14-ти и моложе 60-ти. Большого ажиотажа на площадках не было, но около десяти человек на каждом этапе – тоже неплохо для начала, считают организаторы. Бывший инструктор по плаванию Руслан Киямов с 15-летним сыном Александром приходили на оба этапа. «Я часто рассказываю сыну, как мы в свое время спортом занимались, когда компьютеров еще не было. Но чтобы не болтать просто так, решил прийти показать», – рассказал Руслан. Они с Сашей самоотверженно проходили все этапы. Сначала младший выполнял упражнение под подбадривание отца. Затем старший – под объективом телефонной камеры сына. Выступали очень достойно. Например, 52-летний Руслан подтянулся на турнике 19 раз за минуту. Хотя признался, что мог бы и больше. «Не хотел лезть вперед сына. Молодым везде у нас дорога», – похлопывал он Сашу по плечу.

...в отжимании лёжа...

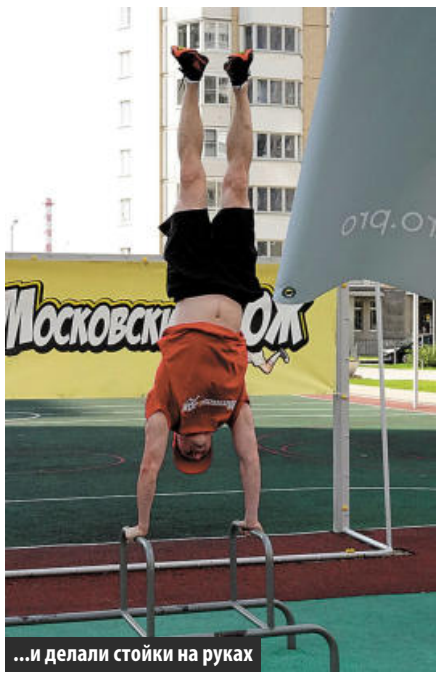
На этап соревнований в городе-парке пришли даже профессионалы. По накаченной фигуре фитнес-инструктора Виктории Воскобойниковой видно было, что она явный претендент на победу. Но Виктория сама привела себе на соревнования сильного соперника – коллегу по фитнес-клубу.

«Знаете, в Московском очень много спортивных людей. На стадионе порой смотришь и удивляешься, какие у людей бывают таланты и способности», – заметила она.

Проводить соревнования активистам проекта «МосковскийнаЗОЖ» помогали ребята из Молодежной палаты поселения. Некоторые из них сами увлекаются воркаутом, и как только выдавалась пауза в судействе, сами крутили финты на турнике. Член молодежной палаты Георгий Вильгельм меньше, чем за год регулярных тренировок набрал неплохую спортивную форму. Он заметил, что сейчас в городе созданы все условия, чтобы заниматься спортом.

Финал воркаут-марафона состоится 17 августа на территории Центра Спорта «Московский».

Светлана ГАВРИЛОВА
Фото Натальи КУЗНЕЦОВОЙ



...и делали стойки на руках

ПРАЗДНИК

10 августа – День физкультурника

Накануне праздника наша газета выяснила, где в Московском можно бесплатно привести себя в форму и укрепить здоровье. Тренировки на открытом воздухе, спортивные игры и скандинавская ходьба – каждый найдет занятие себе по душе. Рассказываем, как жители поселения могут заняться спортом без ущерба для семейного бюджета.

Для того, чтобы ставить новые спортивные рекорды на территории Центра Спорта «Московский» не нужно покупать годовой абонемент. Заниматься тут может каждый желающий.

– Кроссовки, спортивный костюм – и вперед, – говорит начальник отдела по организации спортивно-массовой работы Анатолий Базунов. – У нас на стадионе каждый вечер играют в футбол, настольный теннис, все открыто и доступно для тренировок.

Стадион ЦСМ находится по адресу 1-й микрорайон, д.39 стр.1. Телефон для справок: (495) 841-06-53. Время работы с 8:00 утра до 23:00 вечера.

Для людей старшего возраста, ведущих спортивный образ жизни, в нашем поселении организованы занятия по скандинавской ходьбе. ЦСО «Московский» проводит их совместно с Центром Спорта каждые понедельник и среду с 9:00 до 10:00.

– Наши пенсионеры участвуют в скандинавской ходьбе в рамках проекта Московского долголетия. До начала работы проекта здесь уже работали преподаватели-волонтеры из Центра спорта, но с марта 2018-го года, когда стартовала программа, наши активные участники уже ходят постоянно и количество желающих присоединиться к занятиям постоянно растет, – рассказала заместитель директора ЦСО Московский по социальным вопросам Людмила Скаринка.

Как сообщили в ЦСО «Московский», записаться на занятия по скандинавской ходьбе могут женщины старше 55 и мужчины от 60 лет, а также получатели досрочной страховой пенсии по старости или пенсии по выслуге лет независимо от возраста. Для этого необходимо обратиться в Центр социального обслуживания по адресу 3-й микрорайон, 2А (этаж 2). Телефон: +7 495 261-05-01.

Дарья СОКОЛОВА

ДАВАЙ ПОГОВОРИМ

Сегодня на письма читателей отвечает психолог, гештальт– и супружеский терапевт, жительница поселка Института полиомиелита Ольга Дулепина.

Если есть ситуация, которая вас тревожит и нужен совет, пишите на электронный адрес редакции mostoday@bk.ru с пометкой «Вопрос психологу».

Муж моложе, мне 50, ему 43. Я выгляжу хорошо, правда, немножко располнела, появились морщинки, но веселая и активная. Могут ли супруги с такой разницей в возрасте жить долго и счастливо?

Без подписи.

Пусть вас не тревожит, что муж младше, ваша пара может жить долго и счастливо. Причин, по которым создаются разновозрастные семьи, несколько. Некоторым мужчинам нравятся зрелые женщины – мудрые, опытные, интересные. Некоторые мужчины не пользуются успехом у ровесниц, тогда они находят комфортные отношения с женщиной старше себя. В такой паре реализуются неосознаваемые желания обоих партнеров: одному нравится лидировать, другому – подчиняться. Еще одна причина – гипертрофированный материнский инстинкт, когда дети уже выросли, энергии много, а опекать некого, и под опеку попадает мужчина.

Быть или не быть любви, долгой семейной жизни – предсказать невозможно. Это зависит от каждого конкретного случая. Живите и наслаждайтесь отношениями! Счастье – оно «здесь и сейчас».

Встречаемся с парнем год, иногда он может на ровном месте пропасть, не отвечать на звонки и сообщения. Когда «молчит» полдня, я его не трогаю, занимаюсь своими делами. Но недавно пропал на трое суток, я голову сломала, что с ним. Как общаться, когда он объявится?

Марина, г. Московский

Молчащая исчезающая фигура – пространство для фантазий. Можно своего парня просто спросить о причинах исчезновений. Сказать о том, что чувствуете в эти моменты. Поразмышлять, не было ли в смс-ках «наезда»: упреков, обвинений, оценки. Возможно, вашему парню свойственно «убегать» из общения, отстраняться, отчуждаться и у него большая потребность в уединении, чем у вас.

Радостно, что вы умеете справляться с тревогой неопределенности: умеете «не трогать», «заниматься своими делами», то есть, быть сконцентрированной на себе, своих заботах, собственной жизни. Это замечательно, когда есть своя территория, своя «клумба».

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

Адрес редакции:
108811, г. Москва, г. Московский, микрорайон 1-й, д. 23а.
Телефон: 8 (495) 841–81–47, 8 (495) 841-90-16 (редакция).
E-mail: mostoday@bk.ru
Издатель: МБУ «Мосмедиа» 142784 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: 2357

Подписано в печать:
по графику и фактически 14.08.2019 в 17.00
Тираж 25 000 экземпляров
Распространяется **БЕСПЛАТНО**