«Золотые» пары поздравили с Днем семьи — актуально 3

«Росич» с победой ушел на каникулы — наш город 4

Готовим летние салаты-гарниры — приятного аппетита! 5

ТЕЛЕГИД 17–18 июля — 6

Как спастись от комариных укусов — калейдоскоп 8

МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 25 (244)
17.07.2021

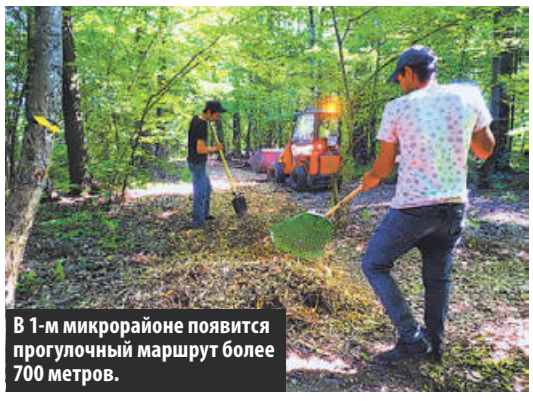
Информационно-аналитическая газета поселения Московский в городе Москве

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Дмитрий Саблин: «Защитить интересы местных жителей при обустройстве новой эко-тропы»

В скором времени на территории лесного массива в 1-м микрорайоне Московского появится новая эко-тропа, проложенная по любимому жителями поселения прогулочному маршруту.

Как сообщил депутат Государственной думы Дмитрий Саблин, на прошлой неделе начались работы по обустройству дополнительных пеших маршрутов в лесном массиве 1-го микрорайона.



В 1-м микрорайоне появится прогулочный маршрут более 700 метров.

– Это очень популярное среди жителей место, много протоптанных прогулочных троп, которые можно благоустроить, чтобы они стали еще лучше и комфортнее, – прокомментировал Дмитрий Саблин. – Участники общественной инспекции определили место для создания новой зоны для прогулок и занятий спортом, и жители поддержали эту инициативу.

Тропа выкладывается экологичной щепой

В настоящее время выполняется отсыпка тропиночной сети щепой с последующей трамбовкой. Для обустройства тропинок используется экологический материал: деревянная щепа, полученная после переработки удаленных аварийных и сухостойных деревьев. «Нужно сделать все для того, чтобы учесть и реализовать запросы жителей при реализации проекта», – заключил Дмитрий Саблин.

В общей сложности рабочие обустроят тропинки протяженностью более 700 метров. Завершение работ планируется до конца июля этого года.

Владимир НИКОЛАЕВ
Фото Александра КОРНЕЕВА

Жара, жара, жареное солнце больших городов

«Курорт» на главной площади

Так в проходит аэрация поселения

Аэрация воздуха, ледяной фонтан и мороженое: как Московский спасается от тропического зноя

На этой неделе в Москве стояла 35-градусная жара. Погода продолжает бить тепловые рекорды. Об этом сообщил ведущий сотрудник центра погоды «Фобос» Евгений Тишковец. Например, 13 июля был побит температурный рекорд 85-летней давности. В 1936 году в Москве стояла жара +32.4, а во вторник на этой неделе + 32.7.

Из-за сильного зноя в нашем поселении было решено проводить аэрацию: увлажнение дорог и воздуха. Иными словами, на улицы Московского через каждые два часа выезжают гигантские машины-поливалки, обрызгивающие все на своем пути. Это необходимо, чтобы охладить нагретый от асфальта воздух.

– В жаркую погоду асфальт более подвержен деформации, а благодаря регулярному поливу, уровень износа удается снизить, – рассказал начальник отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения Максим Голубев. – Полив асфальта проводят, когда температура воздуха поднимается выше 25 градусов.

Работы ведутся с 9 утра до 21 вечера. Специалисты орошают проезжие части, поливают тротуары и дворовые территории, моют плиты, дорожные знаки, остановки, шумозащитные экраны и опоры освещения. Кроме того, в усиленном режиме работают подметально-уборочные машины.

Ну а жители Московского спасаются от жары мороженым, купанием в Мещерском пруду и отдыхом на главной площади города – у любимого фонтана, напоминающего в эти дни маленький курорт.

Анастасия КИБАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

БЛАГОУСТРОЙСТВО

Перекресток обновили за один день

На пересечении улиц Атласова и Никитина 8 июля развернулись масштабные ремонтные работы

В полдень, когда шли работы, машин на перекрёстке было мало

С самого утра напротив ТЦ «Столица» находилась спецтехника. Рабочие сняли старый слой асфальта и положили новый. По словам представителя ГБУ «Автомобильные дороги», специалисты провели локальные мероприятия по ремонту дорожного покрытия.

– На перекрестке между 1-м микрорайоном и Первым Московским городом-парком всегда насыщенное движение, старый асфальт износился, образовалось множество трещин, которые мешают автомобилистам, – пояснил бригадир рабочих. – Сейчас мы устранили самые проблемные участки перекрестка.

Ямочный ремонт сделали быстро. Уже к вечеру трасса освободилась от спецтехники и ничто не мешало автомобильному потоку на перекрестке.

Марина ТУМАНОВА
фото Виктор ХАБАРОВ

МОСКОВСКИЙ сегодня

СЕРГЕЙ СОБЯНИН:

в Москве упростили порядок получения статуса предпенсионера

Услуга будет предоставляться только в электронном виде на портале mos.ru.

В Москве упростили порядок получения статуса предпенсионера. С 12 июля услуга будет предоставляться исключительно в электронном виде на портале mos.ru. Личное присутствие в центрах госуслуг «Мои документы» для этого не требуется. Постановление по данному вопросу подписал мэр столицы Сергей Собянин.

Подача заявления на получение статуса предпенсионера будет проводиться в максимально простой форме. Органы социальной защиты самостоятельно запросят все необходимые сведения в рамках межведомственного информационного взаимодействия. Кроме того, срок рассмотрения заявления сократится с шести до трех рабочих дней.

Уведомление о присвоении статуса будет направляться в личный кабинет на портале mos.ru. Сведения, подтверждающие статус предпенсионера, будут автоматически передаваться в информационные системы города для предоставления гражданам мер социальной поддержки.

По решению Правительства Москвы для предпенсионеров (мужчин, достигших возраста 60 лет, и женщин, достигших возраста 55 лет) сохранены все меры социальной поддержки, которыми они пользовались до изменения пенсионного возраста.

В 2019–2020 годах за получением статуса предпенсионера обратились свыше 140 тысяч человек, а за первое полугодие 2021 года – около 44 тысяч человек.

Напомним, для получения статуса предпенсионера необходимо, чтобы были соблюдены все следующие условия:

– Вы зарегистрированы по месту жительства в Москве;

– Вы достигли предпенсионного возраста: 55 лет – для женщин и 60 лет – для мужчин;

– У вас имеется страховой стаж, необходимый для назначения страховой пенсии по старости, либо звание «Ветеран труда» или «Ветеран военной службы».

По материалам сайта mos.ru

НОВОСЕЛЬЕ

У нового дома уже оборудованы спортивные и игровые площадки для малышей

В ЖК «Саларьево парк» сдали еще один дом

В эксплуатацию введут еще один корпус жилого комплекса «Саларьево парк» вблизи метро Филатов луг. Для жителей станут доступны 135 квартир.

На днях 16-этажной новостройке присвоили новый адрес: квартал № 28, дом 2, корпус 4 и уже выдали разрешение на ввод в эксплуатацию.

– Мы планируем начать заселение жителей 1 августа. Общая жилая площадь объекта составляет 7,3 тысяч квадратных метров, а нежилая – 2,5 тысяч, – сообщила сотрудник пресс-службы компании-застройщика Вера Григорович.

Всего в доме спроектировано 135 квартир. – Всю инфраструктуру мы возводим одновременно с жильём, – добавила Вера Григорович. – Так, в непосредственной близости от корпуса уже строятся два детских сада на 220 мест каждый и школа для 1150 учеников. На первых этажах появятся магазины, кафе и другие предприятия сферы услуг.

Новые корпуса ЖК «Саларьево Парк» располагается в пешей доступности до станции метро «Филатов луг», а до станции «Саларьево» дорога на автомобиле занимает до пяти минут.

Анастасия КИБАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

Молодые семьи осматривают будущее место жительства

ТРАНСПОРТ

Станция Мещерская готова наполовину

Реконструкция станции МЦД-4, ближайшей к Московскому, завершена на 50 процентов. Об этом сообщает официальный портал мэра и правительства столицы.

Совсем скоро станция Мещерская войдет в состав четвертого Московского центрального диаметра. В настоящий момент рабочие завершили строительство двух платформ с навесами и приступили к удлинению подземного тоннеля. Пассажирский вестибюль станции в ближайшее время оборудуют кассами, лифтами и эскалаторами. Завершение работ планируется на текущий год.

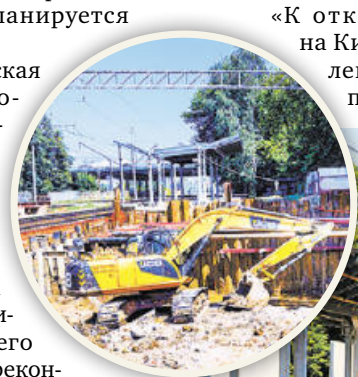
«Станция Мещерская расположена в столичном районе Солнцево, территория которого сейчас активно застраивается. Около станции – большой новый жилой квартал, отсюда можно доехать до Киевского вокзала всего за 20 минут. После реконструкции местные жители получат современную комфортную станцию и безопасный переход через железнодорожные пути, а после запуска МЦД-4 – тактовое расписание движения поездов, обновление подвижного состава, а также выгодные тарифы», – цитирует mos.ru заместителя мэра Москвы по вопросам транспорта Максима Ликсутова.

Как отметили в ведомстве, развитие Киевского направления Московской железной дороги началось после присоединения к Москве новых территорий.

«К открытию МЦД-4 на Киевском направлении МЖД будет полностью новая инфраструктура европейского уровня. Это крупнейшая железнодорожная стройка города. При этом работы проходят без остановки движения пригородных поездов», – уточняется на сайте правительства Москвы.

Открыть движение по четвертому диаметру власти Москвы планируют до 2024 года. Новый диаметр длиной 86 километров пройдет через всю Москву с запада на восток и свяжет Апрелевку и Железнодорожный. Сквозной маршрут позволит объединить семь вокзалов столицы и улучшить транспортную доступность более чем 20 районов.

Дарья СОКОЛОВА
Фото пресс-службы Московских центральных диаметров



Мещерская находится рядом с микрорайоном Солнцево

МЕТРО

РЕМОНТ на красной ветке

С 17 июля по 8 августа будет приостановлено движение поездов на Сокольнической линии метро между станциями «Спортивная» и «Тропарёво». О вынужденном закрытии станций сообщила пресс-служба Мосметро.

На закрытом отрезке красной ветки московского метрополитена будут проводиться работы по строительству юго-западного участка БКЛ, который запустят уже в сентябре этого года.

«В центре зала на «Проспекте Вернадского» построят пересадку на одноимённую станцию Большой кольцевой линии. На месте будущего перехода сейчас – кабели, которые необходимо отключить и переложить. На время работ мы отключим контактный рельс, а без него поезда не смогут ходить», – говорится в сообщении.

По информации ведомства, только в час пик на участке между «Спортивной» и «Тропарёво» сегодня заходят в метро 11 тыс. человек. Во время закрытия участка Сокольнической линии в Мосметро порекомендовали выбирать маршруты по МЦК и Калужско-Рижской и Солнцевской линиям.

«Мы запустим автобусы КМ, но им будет сложно справиться с таким количеством пассажиров. Поэтому рекомендуем ездить по МЦК, Калужско-Рижской и Солнцевской линиям.

Добраться до их станций можно на регулярных маршрутах наземки – автобусы будут ходить чаще. Для этого мы изменим схему движения в прилегающих районах», – уточнили в пресс-службе московского метро.

Ожидается, что после открытия юго-западного участка БКЛ на станции «Проспект Вернадского» станет свободнее почти на 15 процентов, а южные участки Калужско-Рижской, Серпуховско-Тимирязевской, Замоскворецкой, Люблинско-Дмитровской и других линий разгрузятся на 15-18 процентов.

Дарья СОКОЛОВА

ПРАЗДНИК

В Московском отметили День семьи

Улыбки, танцы, песни и множество поздравлений – так прошел День любви, семьи и верности 8-го июля во Дворце культуры.

Традиционно главные гости праздника пары, которые прожили вместе десятки лет и служат примером для всех. На этот раз поздравления принимали три семьи. Это Василий Ефимович и Лидия Трифоновна Филимоновы, Виктор Дмитриевич и Дамира Кадыровна Конюшко, прожившие в браке 55 лет, отпраздновавшие изумрудную свадьбу – 55 лет под одной крышей. И «золотые» юбиляры – супруги Николай Иванович и Татьяна Ивановна Никулины. Они поделились, в чем секрет прочного семейного союза:

«Терпение и уважение друг к другу – основа семьи, – сказала Татьяна Никулина. – Мы с мужем все делали вместе – воспитали детей и внуков, построили дом. Я советую молодым, если даже поссоритесь – простите обиды, поддерживайте друг друга и живите дальше в радости». «А мы с женой всегда друг друга выслушиваем, – поделился Василий Филимонов. – Ведь так важно уметь не только слушать, но и слышать».

Юбиляры получили подарки и поздравления от Совета депутатов и администрации поселения

Супруги Никулины

Лидия Трифоновна и Василий Ефимович Филимоновы

Героев дня поздравили глава администрации поселения Дания Андрецова и депутат Совета депутатов Андрей Долгодворов.

– Этот замечательный и добрый праздник отмечает вся Россия, – сказала Дания Абдулбяровна. – И у нас уже заведено в этот день чествовать юбиляров семейной жизни. Каждая пара имеет свою собственную историю. Конечно, она не всегда складывается из солнечных дней. Но, несмотря на это, каждая пара, кто прожил 50 лет вместе, смогла преодолеть все невзгоды, воспитать прекрасных детей и внуков и создать крепкую семью. Вы – наша гордость и пример для подражания.

После награждений и торжественных слов все пары остались на сцене, чтобы закружиться в медленном танце и показать, с какой нежностью и заботой танцуют те, кто прожил десятки лет друг с другом. Это стало трогательным стартом праздника.

Дания Андрецова и Андрей Долгодворов

Дамира Кадыровна и Виктор Дмитриевич Конюшко

А дальше начался большой концерт, где звучали хиты – песни о любви. Зрители подпевали и подтанцовывали. Завершился праздник художественными, интеллектуальными и музыкальными мастер-классами для детей.

– На такие праздники жители Московского всегда приходят с удовольствием, – рассказала ведущая концерта Екатерина Качай. – Вот и сегодня было много гостей. Каждой семье интересно – посмотреть на людей, которые 55 лет живут вместе. Это действительно подарок судьбы, и это восхищает.

Марина ТУМАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

ЗДОРОВЬЕ

За «КовиВаком» стояли километровые очереди

В субботу вакцина от коронавирусной инфекции «Ковивак» поступила в некоторые павильоны «Здоровая Москва».

Несмотря на жару, за вакциной выстроились очереди, так что около 12 тысяч доз закончились в тот же день. Корреспонденты «МС», выбравшие для вакцинации отдаленные Перовский и Фестивальный парки, и приехавшие туда к 12 часам дня, поняли, что до них очередь вряд ли дойдет. В Перовском парке оказалось 850 доз вакцины, но перед нами были записаны 660 человек и еще около 300 стояло в живой очереди. В Фестивальном парке на метро Речной вокзал привезли всего 500 доз, но перед нами значилось около 700 желающих привиться.

В некоторых павильонах вакцина закончилась к обеду

На данный момент на сайте мэра Москвы сообщается, что «вакцины «Ковивак» нет в наличии. Ожидается поставка препарата от Минздрава РФ».

Вакцина «Ковивак», разработанная Федеральным научным центром исследований и разработки иммунобиологических препаратов имени М. П. Чумакова РАН в Московском, сейчас нарасхват. Москвичи, желающие привиться именно «чумаковской вакциной» (так ее прозвали в народе), с нетерпением ожидают ее появления в медпунктах и обсуждают, где и когда ее можно получить. Например, в одной из групп в телеграмме, посвященной «Ковиваку», собралось уже 30 тысяч участников. В редакцию «Московский сегодня» обратился читатель с вопросом, можно ли привиться этой вакциной в самом Центре Чумакова? Генеральный директор Центра Айдар Ишмухаметов пояснил, что поставить «Ковивак» в самом центре нельзя. «Мы разработчики, а не медицинское учреждение», – отметил Айдар Айратович. Он добавил, что Центр Чумакова, как и планировалось, производит 300 тысяч комплектов вакцины «Ковивак» ежемесячно, всего уже сделано один миллион 300 тысяч комплектов. Их распределением по медучреждениям занимается Минздрав РФ.

Светлана ГАВРИЛОВА
Фото club-tm.ru

ПРОИСШЕСТВИЕ

В Лапшинке мужчину засыпало землей

Трагический случай произошел вечером во дворе одного из частных домов деревни в минувшую субботу.

48-летний рабочий погиб на приусадебном участке в районе деревни Лапшинка (ОНТ Бараново) во время обустройства котлована под автономную канализацию. Как сообщили в следственном комитете, около 19 часов произошел обвал грунта. Обнаруженного в канаве мужчину спасти не удалось, медики констатировали смерть.

– На месте происшествия работают следователи, которые устанавливают все обстоятельства и причины трагедии. Возбуждено уголовное дело, – добавили в пресс-службе Следственного комитета по городу Москве.

Ход расследования уголовного дела также находится на контроле прокуратуры.

Эльвира ЯКУПОВА

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Само совершенство

Ученики Детской школы искусств «Московский» и их наставники завоевали сразу несколько наград на IV Всероссийском конкурсе исполнительского мастерства и методических работ преподавателей и концертмейстеров ДМШ и ДШИ «Путь к совершенству», проходившем в Вологде.

Звание лауреатов II степени в средней возрастной группе получил творческий дуэт преподавателя Елены Блиновой и ученицы Детской школы искусств Марии Долбенёвой. В этом году Маше исполнилось 11 лет, и после сдачи переводных экзаменов она с успехом перешла в 3-й класс музыкального отделения ДШИ.

Для парного исполнения было выбрано Концертино в 3-х частях Йозефа Гайдна. По словам Елены Блиновой, написавшей переложение для музыки австрийского композитора, Концертино особенно нравится юным пианистам за свою многогранность.

– В нем есть и быстрые и медленные места, поэтому ученик может проявить себя, показать разные стороны своих умений и талантов, – объясняет Елена Блинова. – Парное исполнение по силам далеко не каждому начинающему пианисту, ведь тут у ребенка нет возможности взять паузу, исправить что-то: играть нужно синхронно, и это дисциплинирует. Маша Долбенёва – способная и невероятно трудолюбивая ученица, которая очень серьезно относится к музыке. Уверена, у нее прекрасные перспективы.

Также звание лауреатов III степени получили преподаватель Марина Борисовна Силина вместе со своей ученицей Бакушиной Анной. На конкурсном прослушивании они исполнили «Вальс» Франца Шуберта и Вариации на тему русской народной песни «Ах, вы сени, мои сени» Игоря Рыжикова. В номинации «Сценарий творческого мероприятия» диплом Лауреата III степени получил сценарий праздничного концерта «Мама…первое слово» преподавателя ДШИ Ольги Бурковой.

Организатором конкурса «Путь к совершенству» выступили Управление культуры и историко-культурного наследия администрации города Вологды и «Детская школа искусств № 5». Творческое соревнование проводилось в заочном формате.

– В этом году прошло более 200 мероприятий, в которых участвовали наши ребята и стали победителями, – рассказала директор ДШИ, депутат Совета депутатов поселения Ольга Смирнова. – Победа является итогом совместной работы учитель-ученик. Мы стараемся чаще привлекать учащихся к соревнованиям, ведь конкурсы и фестивали являются средством творческого развития детей. А это наша главная задача.

Дарья СОКОЛОВА

МОСКОВСКИЙ сегодня

БЕЗОПАСНОСТЬ

Не зная броду, не лезьте в воду

В прошлые выходные активисты напомнили отдыхающим об опасности отдыха у водоемов – провели профилактический рейд по прудам и озерам поселения.

10 июля сотрудники администрации поселения Московский при взаимодействии МЧС России, Департамента по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности города Москвы, народной дружины и Молодежной палаты поселения Московский организовали очередное профилактическое мероприятие на территории водных объектов поселения.

– Мы проводим профилактические беседы с гражданами, которые отдыхают возле водных объектов о соблюдении требований безопасности на воде, рассказываем правила поведения в жаркую погоду и напоминаем о запрете купания, – объяснил начальник отдела по гражданской обороне чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Антон Тетерев. – В нашем поселении три водоема, где фиксируется несанкционированное купание: на территории Ульяновского лесопарка, деревень Мешково и Говорово.

По словам Антона Тетерева, плавать в водоемах поселения запрещено в связи с тем, что данные водоемы не входят в перечень зон с купанием в соответствии с Распоряжением Правительства Москвы №2-РП от 17 января 2012 г. Пруды специально огорожены лентой, так как вода не соответствует качеству: в ней могут размножаться вредные паразиты и бактерии.

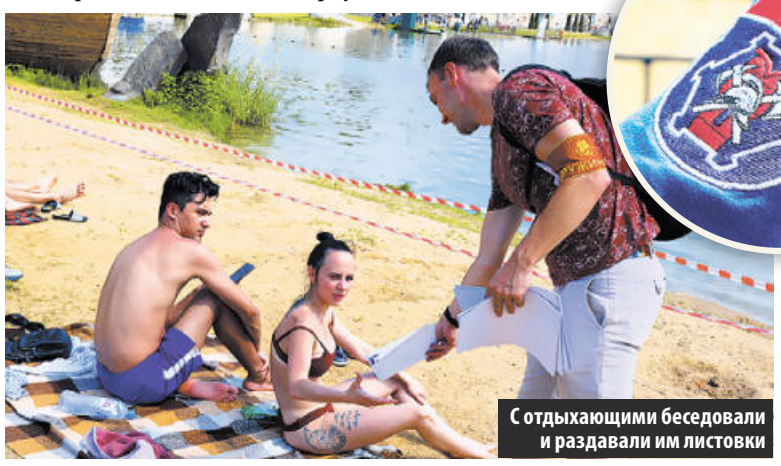
– Мероприятие проводилось для того, чтобы люди не купались в данной акватории, так как там были найдены инфекции, – рассказал член Молодежной палаты Ильяс Хасянов. – Благодаря таким рейдам мы можем спасти здоровье людей. Предупрежден – значит вооружен.

Кроме того, активисты напомнили отдыхающим о запрете распития спиртных напитков на берегу, недопущении разведения огня и о необходимости соблюдения общественного порядка.

Анастасия КИБАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

Антон Тетерев в поиске нарушителей

Активисты вышли спасать здоровье людей


С отдыхающими беседовали и раздавали им листовки

Акватория Чайки огорожена от желающих искупаться в неположенном месте

СПОРТ

В отпуск с победой

«Росич» вышел в полуфинал Кубка Москвы. Следующая игра турнира состоится после «летних каникул» – 20 августа.

9 июля футбольный клуб «Росич» обыграл в четвертьфинальном поединке Кубка Москвы команду «Летний дождик» и вышел в полуфинал. Встреча завершилась со счетом 2:0 в пользу нашей команды.

– Это была последняя игра перед «паузой» – каникулами футболистов. Соперник приехал не проигрывать, а бороться за победу.

Мы смогли лишь в конце матча прорвать его оборону и забить два мяча, – рассказал пресс-атташе футбольного клуба «Росич» Антон Буялов. – Хорошо, что мы победили в основное время и не довели матч до серии пенальти. Теперь будем готовиться к игре в полуфинале. Она состоится 20 августа. Там будет ждать наш самый главный соперник во всех турнирах – «Зеленоград». Хотим отыграться за поражение в чемпионате Москвы.

В последнем матче очередного тура чемпионата Москвы среди любителей «Росич» проиграл «Зеленограду» со счетом 0:1, из-за чего сейчас он остается на второй строчке турнирной таблицы. «Следующая игра состоится 17 августа с командой «Гераклион». В чемпионате Москвы мы выигрывали четыре раза, надеемся, что в этом году также заберем этот трофей», – добавил Антон Буялов.

Футболисты Московского нацелились на Кубок Москвы

А вот Кубок Москвы остается единственным трофеем, который «Росич» пока не завоевывал. Однако у футболистов теперь есть время, чтобы отдохнуть и подготовиться к важным играм турниров, чтобы одержать победу.

Анастасия КИБАНОВА
Фото ФК Росич

ЭКОЛОГИЯ

Дружно выносим мусор

17 июля в поселении пройдет третья акция по раздельному сбору отходов

Так акция проходила в прошлый раз

Экологические мероприятия стали в Московском традицией. Здесь можно сдать стекло: бутылки, пузырьки, прозрачные банки для консервации; металл: электроотходы (все, что работает от розетки и провода), смятые жестяные и алюминиевые банки, металлические крышки, кастрюли, сковороды, макулатуру, твёрдый пластик с маркировкой 1 PET, 2 HDPE, 4 LDPE, 5 PP, 6 PS – бутылки и банки от шампуней тоже предварительно следует смять, а крышечки желательно сдавать в твердой таре.

Можно избавиться и от старых CD и DVD дисков, зубных щеток, пластиковых ручек и фломастеров. Экоакция состоится по адресу: 3-й мкр., д. 21 (ориентир – площадка напротив аптеки «Магнит») с 10.00 до 11.00.

Организаторы-волонтеры напоминают, что вторсырье принимается в чистом, сухом и компактно сложенном виде, которое необходимо заранее ополоснуть от остатков пищи. Отходы лучше рассортировать по разным пакетам по принципу «подобное к подобному».

Анастасия КИБАНОВА
Фото волонтеров

P.S. О том, как правильно сортировать мусор, если вы никогда этого не делали, мы подробно расскажем в одном из ближайших номеров.

РЕЦЕПТЫ

Салат – лучший летний гарнир

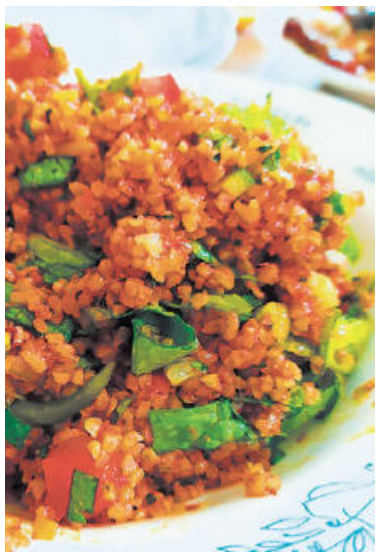
Жаркая погода диктует свои условия и в меню на домашнем столе

Горячие гарниры отходят на второй план. Лучшим аккомпанементом к мясным и рыбным блюдам будут овощные салаты. Они отлично подойдут и как легкий перекус. Добавка различных круп и бобовых делает эти салаты полноценным, вкусным и самостоятельным блюдом. Простота в приготовлении значительно экономит время, особенно если сварить крупы заранее. Об этом подробно – кулинарный эксперт «МС» Юлия Троян.

Восточный кисир

Понадобятся: крупа булгур – 2 стакана (готовый и охлажденный), огурцы, нарезанные кубиками – 1 стакан, красный болгарский перец, нарезанный кубиками – 1 стакан, покрошенный зеленый лук – 3/4 стакана, мелко нарезанная петрушка – 1/3 ст., томатная паста – 1/4 стакана, паста из болгарских перцев – 2 столовых ложки, гранатовый сладкий соус – 2 ст. л., сок одного лимона, оливковое масло – 1/4 стакана, тмин – 3/4 чайной ложки, соль – 1 ч. л., репчатый лук (по желанию) – 1/3 ст., перец острый (по желанию) – 2 ст.л.

Готовим. Замочить булгур на 20-30 минут. Затем залить крупу кипятком из расчета 1 стакан булгура на 1,5 стакана воды, оставить под крышкой на полчаса. Или сварить, согласно инструкции на упаковке. Нарезать кубиками и измельчить все ингредиенты. На сковороду налить оливковое масло, добавить соль, томатную и перечную пасту и готовить на слабом огне около 5-7 минут, периодически помешивая, чтобы сформировать основу из томатной пасты. Выключить огонь. Добавить булгур и хорошо перемешать. Дать остыть.



В миску добавить все ингредиенты и готовый булгур, смешать с гранатовым соусом, лимонным соком и тмином. Посолить по вкусу. Охладить перед подачей в холодильнике. Кстати, в герметичном контейнере кисир хранится в холодильнике до трех дней.

Кус-кус с яйцами и брокколи

Понадобятся: кус-кус – 150 г., яйца – 6 шт., брокколи – 175 г., помидоры – 150 г., оливковое масло – 4 ст. л., лимонный сок – 2 ст. л., петрушка – пучок, семена мака, соль и перец по вкусу.

Готовим. Залить кус-кус кипятком в соотношении 1:1. Дать постоять 5 минут под крышкой. Вареные яйца разрезать на четвертинки. Отварить соцветия брокколи в течение 7 минут в соленой воде, переложить в ледяную воду и дать остыть (для сохранения цвета). Помидоры порезать на дольки. Аккуратно перемешать кус-кус с маслом, солью, лимонным соком, рубленной петрушкой и перцем. Выложить сверху помидоры, брокколи и яйца, посыпать все маком.

Рисовый салат с курицей и томатами

Понадобятся: смесь риса (бурый и белый) – 50 г., вода – 350 мл., куриная грудка – 60 г., помидоры черри – 5 шт., стручковый горошек – 4 шт., горчица дижонская – 1 ч.л., мёд цветочный жидкий – 1 ч.л., бальзамический уксус – 1 ст. л., растительное масло – 45 мл., зеленый лук – 2 стрелки, эстрагон – 4 листика, сок лимона – 1 ст. л., зелень петрушки и соль по вкусу, пучок зеленого салата.

Готовим. Рис хорошо промыть и сварить в подсоленной воде до готовности (около 25 минут). Лишнюю воду слить. Куриную грудку нарезать на полоски, обжарить до золотистой корочки. Томаты черри разрезать на четвертинки. Стручковый горошек ошпарить кипятком измельчить крупной соломкой. Смешать горчицу, мед, уксус и хорошо перемешать, небольшими частями влить масло, довести до нужного вкуса солью и перцем.

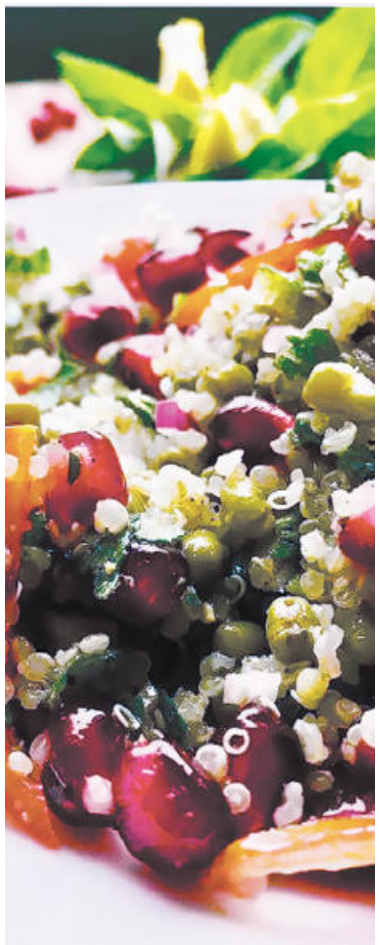
Салат с крутонами из поленты

Понадобятся: полента (кукурузная мука) – 250 г., оливковое масло – 1-2 ст. л., кукурузный крахмал (для обжаривания на сковороде) – 2 ч. л., соль и перец по вкусу.

Готовим. Отварить поленту по инструкции на упаковке. Дать остыть. Сформировать из готовой крупы пласт и разрезать на маленькие кубики. Обвалять кубики в кукурузном крахмале, стряхнуть излишки. Нагреть масло и обжарить поленту с обеих сторон по несколько минут до хрустящей корочки, на среднем огне в сковороде. Посолить и поперчить перед добавлением в салат.

Табуле из маша с гранатом и киноа

Понадобятся: крупа маш – 50 г., киноа – 50 г., крымский лук – 1/4 маленькой луковицы, среднего размера помидор – 1 шт., зерна граната – 30 г., оливковое масло – ст.л., сок лимона – 50 мл., петрушка, мята, кинза, соль по вкусу.



Готовим. Крупы отварить каждую по отдельности до готовности. Из томатов удалить семечки, нарезать. Лук измельчить, смешать с томатами, зернами граната, крупами. Заправить солью, соком лимона и мелко порубленной зеленью.

Средиземноморский салат с тунцом и нутом

Понадобятся. Для салата: консервированный тунец – 200 гр., вареный горох нут – 350 гр., шпинат – 2 пучка, стебель сельдерея, мелко нарезанный – 2 шт., оливки без косточек – 3/4 стакана, зеленый лук – 2 перышка, помидоры черри – 10 шт. Для заправки: зубчик чеснока – 1 шт., оливковое масло – 3 ст. л., лимонный сок – 2 ст. л., смесь сухих прованских трав – 2 ст. л., щепотка морской соли.

Готовим. Смешать оливковое масло, лимонный сок, соль и приправы. Добавить тертый чеснок, хорошо перемешать. Отварить нут по инструкции на упаковке. Смешать тунец и нут в миске. Добавить шпинат, сельдерей, зеленый лук, оливки и помидоры. Полить заправкой и перемешать.

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

СУББОТА, 17 ИЮЛЯ

16.25 «Белоснежка и охотник» [16+] **СТС**

Тьма наступает. Никто не укроется от магического зеркала Королевы, живущей в неприступном замке, охраняемом большой армией. Но над Белоснежкой злые чары не властны. И тогда Королева отправляет охотника, чтобы он принес ей сердце соперницы.

Художественные фильмы и сериалы

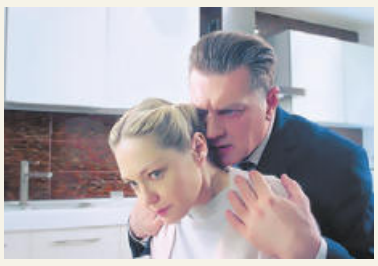
08.20 «Яна+Янко» [12+] **ТВЦ**
09.20 «Отряд «Дельта» [16+] **Матч-ТВ**
10.10 «Приключения Петрова и Васечкина. Обыкновенные и невероятные» [12+] **Культура**
12.05 «Перси Джексон и похититель молний» [12+]**СТС**
13.40 Т/с «Чужое счастье» [12+] **Россия 1**
14.05 «Плохая дочь» [12+] **ТВЦ**
15.25 «Ларец Марии Медичи» [12+] **Культура**
16.25 «Белоснежка и охотник» [16+] **СТС**
17.25 «Морской бой» [16+] **Рен-ТВ**
18.20 «Горная болезнь» [12+] **ТВЦ**
19.45 «Али» [16+] **Матч-ТВ**
22.05 «Хроники Риддика: Чёрная дыра» [16+] **Рен-ТВ**
23.00 «Испытание невиновностью» [16+] **Первый канал**
23.20 «Маска» [16+] **СТС**
00.05 «Капкан» [16+] **Рен-ТВ**
01.05 «Цена любви» [16+] **Россия 1**

Спорт на Матч-ТВ

06.00 Профессиональный бокс. Джермелл Чарло против Джейсона Росарио. Трансляция из США [16+]
13.05 «Кубок Париматч Премьер». «Специальный репортаж» [12+]
13.25 Регби. Чемпионат Европы. Россия – Португалия. Прямая трансляция из Нижнего Новгорода [12+]
15.30 Футбол. Кубок Париматч Премьер. «Рубин» (Казань) – «Сочи». Прямая трансляция [12+]
18.25 ФОРМУЛА-1. Гран-при Великобритании. Спринт-квалификация. Прямая трансляция [16+]
00.00 Футбол. Кубок Париматч Премьер. «Рубин» (Казань) – «Сочи» [12+]
02.20 Смешанные единоборства. RCC Intro. Михаил Рагозин против Вагнера Прадо. Трансляция из Екатеринбурга [16+]

21.00 «Замок на песке» [12+] **Россия 1**

Семье Богуцких можно позавидовать. Александр – светило медицины. Его жена Людмила – надёжная помощница, а дочь Лиза – студентка-отличница. У них нет ни врагов, ни завистников. Но однажды, в день рождения Лизы приходит странное послание...



Документальные фильмы и научно-популярные программы

10.30 «Рина Зелёная. 12 историй со счастливым концом» [12+] **ТВЦ**
11.15 «Военная тайна» [16+] **Рен-ТВ**
12.30 «Большие и маленькие» [12+] **Культура**
14.20 «Осторожно, вода!» [16+] **Рен-ТВ**
14.40 «Жизнь и путешествия Миклухо-Маклая» [12+] **Культура**
15.20 «Засекреченные списки. Крыша поехала? 8 заявок на премию Дарвина» [16+] **Рен-ТВ**
17.50 «Тульский Токарев. Он же ТТ» [16+] **Первый канал**
18.50 «Третий командующий. Иван Затевахин» [12+] **Культура**
22.20 «90-е. Преданная и проданная» [16+] **ТВЦ**
23.10 Д/с «Дикие деньги» [16+] **ТВЦ**

16.55 Вечер-посвящение А. Дементьеву «И все-таки жизнь прекрасна!» [12+] **Культура**

В память одного из самых известных русских поэтов, автора популярных песен, выступят Владимирский русский оркестр, Кубанский казачий хор, Дмитрий Певцов, Леонид Серебренников, Ренат Ибрагимов и другие. Ведущие: Ангелина Вовк и Марк Тишман.

14.00 «Честное слово». Пелагея [12+] **Первый канал**

Певица и наставник шоу «Голос» расскажет, откуда она черпает вдохновение, каким должен быть настоящий мужчина и что дало ей замужество. И откроет, как воспринимает соперничество с другими наставниками и что ей хотелось бы изменить в себе.

00.00 Д/с «Советские мафии» [16+] **ТВЦ**
00.50 «Удар властью. Александр Лебедь» [16+] **ТВЦ**

Детское время

06.00 «Ералаш» [6+] **СТС**
06.05 М/с «Фиксики» [0+] **СТС**
06.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей» [0+] **СТС**
06.45 М/с «Три кота» [0+] **СТС**
07.00 Мультфильмы [6+] **Культура**
07.30 М/с «Приключения Вуди и его друзей» [0+] **СТС**
08.00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» [0+] **СТС**
10.00 Х/ф «Дора и затерянный город» [6+] **СТС**

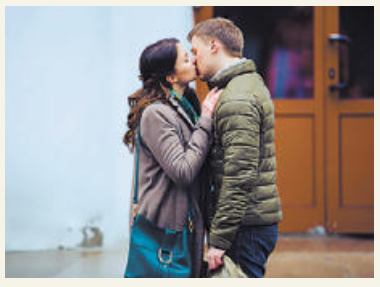
Развлекательные передачи. Ток-шоу

07.20 «Кто в доме хозяин?» [12+] **НТВ**
08.35 «По секрету всему свету» [12+] **Россия 1**
08.40 «Папа в декрете» Скетчком [16+] **СТС**
09.00 «Просто кухня» [12+] **СТС**
09.25 «Пятеро на одного» [12+] **Россия 1**
10.15 «На дачу!» с Наташей Барбье [12+] **Первый канал**
11.15 «Видели видео?» [6+] **Первый канал**
12.00 «Квартирный вопрос» [12+] **НТВ**
12.35 «Доктор Мясников» [12+] **Россия 1**
13.00 «НашПотребНадзор» [16+] **НТВ**
14.45 Концерт «Вишневый сад» [12+] **Первый канал**
15.00 «Своя игра» [12+] **НТВ**
16.20 «Кто хочет стать миллионером?» [12+] **Первый канал**
18.00 «Привет, Андрей!» [16+] **Россия 1**
21.20 «Сегодня вечером» [16+] **Первый канал**
22.30 «Маска» [16+] **НТВ**
00.45 Юбилей группы «Цветы» в Кремле [12+] **Первый канал**
02.35 «Модный приговор» [16+] **Первый канал**
01.45 Худ. фильм «Навстречу шторму» [16+] **Рен-ТВ**

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 18 ИЮЛЯ

18.00 «Закон сохранения любви» [12+] **Россия 1**

Соня – аспирантка биологического факультета, увлечена наукой. В университете появляется новый аспирант Эдуард и девушка влюбляется без памяти. Она летит в другой город, чтобы поздравить его с днём рождения. Но Эдуарда в городе почему-то нет…



Художественные фильмы и сериалы

06.10 «Белая ночь, нежная ночь...» [16+] **Первый канал**
08.35 «Невезучие» [12+] **ТВЦ**
09.40 «Отряд «Дельта 2» [16+] **Матч-ТВ**
10.20 «Повесть о первой любви» [12+] **Культура**
11.45 «Неисправимый лгун» [12+] **ТВЦ**
13.25 «Громобой» [16+] **Матч-ТВ**
14.00 Т/с «Чужое счастье» [12+] **Россия 1**
16.35 «Крепкий орешек-4» [16+] **СТС**
17.00 «Властелин колец: Две крепости» [12+] **Рен-ТВ**
19.10 «Телепорт» [16+] **СТС**
21.00 «Я – четвёртый» [12+] **СТС**
23.05 «Золотой век» [12+] **Культура**
00.00 «50 первых поцелуев» [16+] **ТНТ**
00.30 «Храброе сердце» [16+] **Рен-ТВ**
01.00 «Жених» [16+] **Россия 1**

Спорт на Матч-ТВ

06.00 Профессиональный бокс. Джермелл Чарло против Брайана Кастаньо. Бой за титулы чемпиона мира по версиям WBA, WBC, IBF и WBO. Прямая трансляция из США [16+]
13.05 «Кубок Париматч Премьер». «Специальный репортаж» [12+]
16.40 ФОРМУЛА-1. Гран-при Великобритании. Прямая трансляция [12+]
19.30 Футбол. Кубок Париматч Премьер. «Химки» (Московская область) – «Спартак» (Москва). Прямая трансляция [12+]
23.00 Профессиональный бокс. Джермелл Чарло против Брайана Кастаньо. Бой за титулы чемпиона мира по версиям WBA, WBC, IBF и WBO. Трансляция из США [16+]

20.35 «Властелин колец: Возвращение короля» [12+] **Рен-ТВ**

Последняя часть трилогии о Кольце Всевластия и о героях, спасающих Средиземье. Повелитель сил Тьмы Саурон направляет свои рати под стены крепости Последней Надежды. Но не замечает двух маленьких хоббитов, приближающихся к Роковой Горе...

Документальные фильмы и научно-популярные программы

11.45 «Больше, чем любовь. Евгений Евтушенко» [12+] **Культура**
12.30 «Большие и маленькие в живой природе» [12+] **Культура**
13.20 Д/с «Первые в мире» [6+] **Культура**
13.35 Д/с «Коллекция» [12+] **Культура**
14.05 «Бессмертнова» [12+] **Культура**
15.45 «У моего ангела есть имя». Л. Казарновская [12+] **Первый канал**
16.35 «Мужчины Лидии Федосеевой-Шукшиной» [16+] **ТВЦ**
16.40 «Григорий Лепс. По наклонной вверх» [12+] **Первый канал**
16.55 Д/с «Предки наших предков» [12+] **Культура**
17.35 «Линия жизни. Александр Ширвиндт» [16+] **Культура**

14.50 «Михай Волонтир. Цыганское несчастье» [16+] **ТВЦ**

Будулай волновал сердца миллионов советских женщин. Мудрый, мужественный, верный. И никто не знал, что Михай Волонтир скандалил с режиссёрами, соблазнял партнёрш по фильмам и… страдал от побоев жены. Почему актёр был несчастным человеком?

17.35 Фестиваль «Белые ночи Санкт-Петербурга. Григорий Лепс собирает друзей» [12+] **Первый канал**

Телеверсия фестиваля, который является грандиозным событием в сфере поп-музыки. Среди участников: А-Студио, Артик и Асти, Александр Панайотов, Александр Ревва, Авраам Руссо, Burito, Вера Брежнева, Валерия, Владимир Пресняков и др.

21.30 «Караваджо. Душа и кровь» [16+] **Культура**
01.15 «Чёрная метка для звезды» [16+] **ТВЦ**

Детское время

06.00 «Ералаш» [6+] **СТС**
06.05 М/с «Фиксики» [0+] **СТС**
06.25 М/с «Приключения Вуди и его друзей» [0+] **СТС**
06.45 М/с «Три кота» [0+] **СТС**
07.00 Мультфильмы [6+] **Культура**
07.30 М/с «Царевны» [0+] **СТС**

Развлекательные передачи. Ток-шоу

07.00 «Играй, гармонь любимая!» [12+] **Первый канал**
07.55 Шоу «Уральских пельменей» [16+] **СТС**
08.10 «Здоровье» [12+] **Первый канал**
08.35 «Устами младенца» [12+] **Россия 1**
09.20 «Когда все дома» [12+] **Россия 1**
09.50 «Обыкновенный концерт» [12+] **Культура**
10.15 «Жизнь других» [12+] **Первый канал**
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» [12+] **ТВЦ**
11.00 «Большая переделка» [12+] **Россия 1**
11.50 «Дачный ответ» [12+] **НТВ**
12.15 «Видели видео?» [12+] **Первый канал**
13.25 «Смех с доставкой на дом» [12+] **ТВЦ**
13.55 «Суровое море России» [12+] **Первый канал**
14.05 «Однажды...» [16+] **НТВ**
15.00 «Своя игра» [12+] **НТВ**
16.20 «Следствие вели...» [16+] **НТВ**
19.15 «Три аккорда» [12+] **Первый канал**
22.00 «Dance Революция» [12+] **Первый канал**
22.40 «Маска» [16+] **НТВ**
01.25 «Наедине со всеми» [16+] **Первый канал**

Есть, куда сходить

Бесплатные развлечения столицы

Куда пойти в ближайшие выходные в Москве – читайте в нашем обзоре

Выставка живописи Светланы Холмогоровой

17-18 июля
с 10.00 до 22.00

Посетители экспозиции увидят более 20 картин – это пейзажи, натюрморты и этюды с флористической тематикой, написанные автором за последние годы.

Светлана Холмогорова – художник-модельер, участвовала в профессиональных конкурсах и показах коллекций одежды, преподает в художественной студии изобразительное искусство, дизайн текстиля и моделирование одежды, историю культуры и искусства. Регистрация по ссылке https://www.mos.ru/afisha/event/102586257/

Адрес: *библиотека-читальня имени А. С. Пушкина, ул. Спартаковская, 9*
Метро: *Бауманская*

Выставка «Как завоевывать друзей»

17-18 июля
с 12.00 до 21.00

В Московском музее современного искусства вы познакомитесь с работами художницы и фотожурналистки Алины Десятниченко, созданными в разные годы.

Жизни монахов, кубанских казаков или забайкальских шаманов, попавшие в объектив Алины, кажутся максимально близкими. Каждая фотография подкреплена аудиоинтервью, текстовыми и другими материалами, иллюстрирующими суть проекта.

Адрес: *пер. Ермолаевский, 17*
Метро: *Баррикадная, Маяковская, Тверская*

Концерт «Холодный Бит»

18 июля
в 19.00

В столичном баре пройдёт вечеринка из серии «Холодный бит». В этот раз, помимо диджеев-резидентов Soyuzpechal и Pivnoy Cowboy, к лайн-апу присоединится молодой талантливый музыкант и саундпродюсер Ренат Да Капо, выступающий под именем Monowave, и сыграет специально подготовленный для вечеринки лайв-сет.

Адрес: *Ministry Bar, ул. Спартаковская, 3, стр. 3*
Метро: *Бауманская*

Маркет «4 сезона»

17–18 июля
с 12:00 до 20:00

На мероприятии посетителей ждут тысячи уникальных вещей от 150 мастеров со всей страны: дизайнерская одежда, кошельки, обложки для документов и билетов, необычные украшения, натуральная косметика, волшебные записные книжки, забавные открытки и постеры, уютные мелочи, ловцы снов, изделия из кожи и многое другое.

Адрес: *центр дизайна Artplay, ул. Нижняя Сыромятническая, 10*
Метро: *Курская, Чкаловская*

Мастерские полезных каникул

17 июля
в 12.00

В парке «Красная Пресня» вожатые Мосгортура проводят бесплатные игры и творческие мастер-классы для детей от 6 до 12 лет. Ребята сделают баночки варенья, смастерят повязку на голову и украшение для цветочного горшка «Верный друг», а также поиграют в разные дворовые игры. Телефон организаторов +7 925 500-01-59.

Адрес: *ул. Мантулинская, 5*
Метро: *Улица 1905 года*

Музей завода ЗИЛ

17–18 июля
10:00–19:00

Небольшой музей, передающий силу страны, ее прошлого, настоящего и будущего. Здесь почти вся жизнь для десятков тысяч работников, их детей и внуков, это воспоминания о юности и гордость за общее дело. Музей рассказывает реальные истории экспонатов и проводит обзорные экскурсии.

Адрес: Сокольнический Вал, д. 1А
Метро: *Сокольники*

Музей «Булгаковский дом»

17-18 июля
с 12.00 до 19.00

В музее находится уникальная электронная экспозиция, посвященная жизни и творчеству Булгакова, содержащая более 500 фотографий и документов, фрагменты из фильмов, снятых по произведениям мастера.

Проводятся выставки по мотивам творчества писателя. В этом же самом доме, в квартире №50, которая больше известна как «нехорошая квартира», располагается Музей М. А. Булгакова.

Адрес: *ул. Большая Садовая, 10 (302-Бис)*
Метро: *Маяковская*

Открытые уроки танцев под джаз

18 июля
в 18.00

Танцевальная школа «Хоп! Линди хоп» возрождает джазовые традиции начала XX века и приглашает всех, кто любит музыку и танцы, на открытые уроки. Неважно, какого вы возраста, имеете ли танцевальные навыки или ваши способности находятся на начальном уровне, вселенная этой музыки рада всем! Вход на мастер-класс свободный, для участия необходима регистрация по ссылке https://igoevent.com/msk/event/jazzdance?utm_source=kudago.com&utm_medium=vitalhit&utm_campaign=event-free&utm_content=event&utm_term=dance

Адрес: *Лесная улица, 59, стр. 1, 3 этаж, служебный вход*
Метро: *Менделеевская, Белорусская, Новослободская*

Фестиваль «Кино без барьеров»

17 июля
в 17:00

Возвращается уникальный для России проект, который стал традиционным событием – фестиваль кино о людях с инвалидностью. Киноленты доказывают, что каждый человек уникален и важен как личность, несмотря на свои особенности. Подробную программу кинофестиваля можно посмотреть на официальном сайте https://mmoma.ru/events/kino_bez_barerov/

Адрес: *Московский музей современного искусства в Ермолаевском переулке, пер. Ермолаевский, 17*
Метро: *Баррикадная, Маяковская, Тверская*

Фестиваль цветов в ГУМе

17-18 июля,
в течение дня

Этим летом главный универмаг страны вновь превратился в цветущий сад. В дни цветочного праздника на территории универмага можно увидеть более 600 000 декоративных растений разных сортов – бегонии, георгины, пеларгонии, хризантемы, каланхоэ, колеусы и многие другие. Узорчатый цветочный ковёр украсит внутреннее пространство универмага, а на фасаде повесят кашпо с цветами. Панораму разноцветных аллей дополнят скульптуры работы современных художников.

Адрес: *пл. Красная, 3*
Метро: *Охотный Ряд*

Фотовыставка «Герои России»

17-18 июля
с 9.00 до 22.00

В Таганском парке пройдет фотовыставка «Герои России, какими их не видел никто». Герои – ветераны Великой Отечественной войны, труженики тыла и дети войны. Люди на фото пережили страх, потери и голод военного времени, и сейчас каждый из них рассказывает историю своей жизни. Чтобы ее услышать, гостям выставки нужно считать QR-код около фотографии.

Адрес: *ул. Таганская, 40-42*
Метро: *Таганская*

Экскурсии в павильоне «Цветоводство»

17-18 июля
в течение дня

Павильон «Цветоводство» приглашает на экскурсии и квесты.

Расписание:
– 10:30 – Погружение в природу, 10+
– 12:30 – Порхающие цветы, 4+
– 14:30 – Невероятные муравьи, 7+
– 16:30 – Квест «Что снится семечку?», 7+

Запись на экскурсии по телефону: +7(495) 966-09-27.

Адрес: *пр-т Мира, 119, стр. 29*
Метро: *ВДНХ*

Эльвира ЯКУПОВА

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 6300
mostoday@bk.ru

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

НАШ ОПРОС

Как спастись от комаров

Стоит выйти в парк или на озеро, как отдыхающих окружает неумолчный гул, который даже страшнее, чем сами жала назойливых насекомых. Корреспонденты «МС» выяснили у бывалых людей, кто часто бывает на природе, все способы уберечь себя от укусов.

Вера РАЙСКАЯ, путешественник в тайге и горах, Ханты-мансийский автономный округ:

– В тайге, где гнус легко прокусывает джинсы, мы пользуемся специальным составом – смешиваем 1:1 скипидар с березовым дёгтем, кладем в аптечный бутылёк и берем в поход. В лесу наносим на открытые участки тела и на одежду. Расход на семью 5 человек – 70 грамм в день. Гаджеты и ДЭТА в условиях Крайнего Севера малоэффективны. Местные жители до сих пор пользуются именно смесью дёгтя и скипидара. Когда идёшь по лесу, дымовушки или ещё что-то использовать тоже не будешь. Здесь помогают накомарники: шляпа с сеткой, как у пчеловодов, обязательно темные. Светлая одежда привлекает гнус. От мошки сейчас пробовали разводить ваниль в воде, эффект краткосрочный, скипидар лучше и надёжнее.

Евгений ТИМАКОВ, врач-педиатр, инфекционист:

– Я советую с умом подходить к выбору защитных средств от комаров. Обращайте внимание, чтобы на тюбике репеллента было написано IR3535. Это синтетическое производное бета-аланина. Оно менее токсично, чем ДЭТА, его можно использовать для детей от года. Репелленты с таким действующим веществом эффективно помогают от комаров, и при этом не наносят вреда окружающей природе. Дома мы используем фумигаторы. Лучше всего включать фумигатор минимум за час до сна. После, если на окнах есть сетка, нужно проветрить помещение, чтобы не произошло интоксикации. Все фумигаторы основаны на парализации насекомых. Думаю, в большой дозе для человека они тоже не полезны.

Степан ШУШАРИН, заместитель директора филиала Рослесинфорга «Севлеспроект»:

– Инженеры-таксаторы лесоучетной организации проводят в лесах ежегодно около пяти месяцев. Они надевают специальные москитные костюмы, однако подручные средства никто не отменял. Например, можно растереть в руках листья полыни, протереть ладонями лицо и одежду. Резкий запах ненадолго, но эффективно отпугнет «лесных вампиров». Также можно мазаться детским кремом с добавлением ванилина или корицы.

Дмитрий АЛЕШКИН, основатель клуба выживания «Волчица»

– Лучшая защита – это одежда. Она должна быть длинной, плотно закрывающей все тело. Именно одежду мы пропитываем репеллентами. На кожу их наносить не советую. А на лицо уже – специальная сетка. Также в походах мы часто разводим костры. Конечно, где это безопасно и разрешено. Так вот именно костер, а точнее дым – очень эффективное средство против комаров. В костер мы бросаем зеленую траву, и та начинает тлеть, отпугивать насекомых. Есть еще вариант, которым пользовались древние народы Сибири. На шею можно повесить специальный сосуд или баночку, туда положить семена полыни, сухие травы и уголек. Таким образом травы будут тлеть и окуривать лицо человека. Комары в этом случае точно разлетятся.

Ирина КРАЮШКИНА, культорганизатор, знаток народных традиций

– Отправляясь в лес, лучше запастись репеллентами. Но именно народными! Лучшие репелленты — эфирные масла. Подбирать их надо по своему ощущению, так как у каждого свое восприятие. Это, например, розмарин, анис, герань, лаванда, корица, гвоздика. Комаров отпугивает, хоть и ненадолго, любой стойкий аромат. Даже духи. Так что, собираясь в парк, брызните на кожу каплю любимого аромата – так вы обеспечите себе спокойную прогулку.

Опрашивала Марина ТУМАНОВА
Фото из личного архива героев.

СРЕДА ОБИТАНИЯ

У дома №18 в 1-м микрорайоне появилась дорожка

На прошлой неделе здесь заменили асфальт на пути от многоэтажки к автостоянке.

Замену асфальтного полотна администрация города проводит в рамках ремонта внутриквартальных проездов. Уже появились новые проезды у домов № 31 и 32. Сейчас сняли старый слой асфальта вокруг дома №18. Ремонт проездов у домов № 19 и 20 коснётся только задней стороны дома. Также здесь отремонтируют тротуары. Когда положат новый слой асфальта – приступят к ремонту проездов у дома №21.

«Ремонт дворов идет активно, однако процесс затормаживают припаркованные автомобили, – сообщил Александр Нарольский, главный специалист отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения. – Приходится ждать, когда найдется водитель и уберет машину с нужного участка».

Завершить работы планируют к концу недели. То есть, уже с 19 июля можно будет наслаждаться новым видом двориков Московского.

Марина ТУМАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

ВОПРОС-ОТВЕТ

Когда откроется бассейн

Хотел купить абонемент в бассейн, но, к сожалению, не смог это сделать – спортивный центр не работает. Сначала в нашем микрорайоне не было горячей воды, а теперь ее всем дали. Подскажите, когда снова можно будет поплавать?

Владимир ЧЕРЕДНИЧЕНКОВ, житель 1-го микрорайона.

Отвечает директор Бассейна «Московский» Сергей ЛЕБЕДЕВ:

– Бассейн «Московский» закрыт в связи с летними профилактическими работами: необходимо удалить отложения кальция в трубах, провести тщательную механическую очистку чаши, заменить поврежденные элементы, прочистить все фильтры. Плавательный бассейн начнет свою работу раньше, чем выйдет этот номер газеты – с 15 июля в обычном режиме: вторник – воскресенье с 8.00 до 23.00, понедельник с 9.00 до 23.00. Кроме этого, для посещения станет вновь доступен фитнес-зал с 10.00 до 22.00 ежедневно.

Анастасия КИБАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

ФОТОФАКТ

В торговом центре поселился бегемот

Зону отдыха украшает почти четырехметровый экзотический зверь

В торговом центре – новое место притяжения

Необычную декорацию видно сразу – купающийся в клумбе бегемот в «Саларисе» появился недавно и сразу стал любимцем всех посетителей. Здесь частенько назначают свидания и фотографируются.

– Зона полюбилась гостям торгового центра, стала местом встреч, а также интересным фото-пространством, – подтвердила представитель ТРЦ «Саларис» Вероника Прадун. – Бегемот будет радовать посетителей до осени, а затем переедет на зимовку в свой крытый дом (на склад или в торговую галерею – прим. ред.) и будет ждать лета.

А пока у всех желающих есть возможность заселфиться с необычным животным и поделиться необычной фотографией с друзьями.

Анастасия КИБАНОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

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

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

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

Отпечатано
в филиале ОАО ПФОП «Волоколамская типография»
Адрес: 143600, г. Волоколамск, ул. Парковая, дом 9.
Номер заказа: 1436-21

Подписано в печать:
по графику и фактически 15.07.2021 в 17.00
Тираж 37 000 экземпляров
Распространяется **БЕСПЛАТНО**