

В ТиНАО обустраивают несколько зон отдыха

Правила безопасности на водоемах летом

ЗОЖ-фестиваль в парке «Филатов луг»



Жара продержится в столице весь июль

важно 2 наш город 3 экология 4 6 прогноз погоды 8

МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 24(388) 05.07.2024

Информационно-аналитическая газета поселения Московский в городе Москве



Депутат Совета депутатов поселения Московский Андрей Антонов (в центре) первым поздравил выпускников



В прекрасное далеко я начинаю путь

28 июня в столичных школах прошли выпускные вечера. Корреспонденты «МС» побывали во всех школах Московского и поздравили ребят.

Школа № 2120: капсула времени и тайна ключика к счастью

Выпускной прошел сразу в трех корпусах учебного заведения. В корпусе на улице Бианки он продолжил многолетнюю традицию музыкально-театрального спектакля, заложенную школьной театральной студией «МА-ДАМАННА». В этом году после постановок прежних лет – «Алые паруса», «Волшебник Изумрудного города», вручение медалей и аттестатов прошло в стилизации «Приключений Буратино» с музыкой Алексея Рыбникова. «Романс черпахи Тортиллы» на слова Юрия Энтина

звучал как напутствие: «Никогда не жнай покоя, плачь и смейся невпопад! Я сама была такою триста лет тому назад». В спектакле вместе с учениками заняты педагоги. Роль Тортиллы исполнила заместитель директора Алла Шурухина.

– У нас очень много талантливых и хороших ребят. В этом году более тридцати медалистов, – поделилась в паузе между сценами за кулисами актриса, педагог, руководитель.

Медали и аттестаты вручил депутат Совета депутатов поселения Московский, администратор школы № 2120 Андрей Антонов.

– Невозможно передать эмоции, которые я чувствую вместе с детьми. В этом

году у нас почти сто выпускников. Хочется волнения каждого взять на себя, но это, увы, невозможно, – сказал Андрей Антонов. – Ребята сегодня получают один из важнейших документов – аттестат, результат 11-летнего труда. Много сил было вложено, чтобы его получить, и мы гордимся успехами ребят. Желаем в будущем достичь всех высот, которые они запланировали. В нынешнем поколении заложен огромный потенциал, и хочется, чтобы он был реализован. И через какое-то время мы с вами могли сказать: «Молодым – дорогу, старикам – почет».

Глядя на открытые, радостные и уверенные лица уже вчерашних учеников, верится, что каждый из них найдет свой золотой ключик к собственному счастью. Ведь главную тайну им уже открыла черпаха Тортилла.

Продолжение на стр. 5

КОШЕЛЕК

Оплатить поездку на автобусе или метро стало проще

Абонемент на карту «Тройка» теперь можно купить на портале mos.ru.

С помощью услуги «Пополнение карты «Тройка», доступной в разделе «Транспорт», можно выбрать абонементы на разные периоды и виды транспорта, а также узнать, сколько денег осталось на счете карты. До этого на портале можно было только внести определенную сумму на билет «Кошелек». Купленный на mos.ru абонемент активируется автоматически в момент стандартной оплаты проезда на турникете.

– Город продолжает развивать цифровые сервисы, чтобы жители столицы экономили время и решали максимум задач онлайн в одном месте, на mos.ru, – приводятся в слова директора департамента сопровождения общегородских систем Департамента информационных технологий города Москвы Владимира Новикова. – Теперь на mos.ru доступны и все основные инструменты для оплаты поездок в городском транспорте. Это позволяет жителям использовать портал в режиме одного окна, чтобы получать услуги и вносить платежи, не переходя на другие ресурсы.

Напомним, что с середины июня оплатить проезд в метро, МЦК и на регулярный речной транспорт можно также используя QR-код на смартфоне. При этом стоимость каждой поездки будет на 15 рублей дешевле. Для этого нужно оформить подписку СБП в приложении «Метро Москвы» и при проходе через турникеты сканировать QR-код в приложении. Акция будет действовать до конца этого года.

По словам заместителя мэра Москвы по вопросам транспорта Максима Ликсутова, Москва является мировым лидером по числу способов оплаты проезда.

– Мы делаем столичную билетную систему удобнее по поручению Сергея Собянина, – отметил заммэра.

Светлана ГАВРИЛОВА

В Московском появится новый арт-объект

ЖИВЕМ В НОВОЙ МОСКВЕ

Новая архитектурная композиция будет рассказывать жителям и гостям поселения о его истории и развитии.



Проект стелы в 1-м микрорайоне

«Сферическая панорама» появится на пересечении бульваров 1-го микрорайона уже в этом году и будет располагаться напротив Дворца культуры «Московский». В настоящее время специалисты приступают к изготовлению конструкции.

Монумент высотой 6 метров будет выполнен из нержавеющей стали с зеркальной полировкой поверхности металла. Сооружение будет хорошо смотреться на фоне неба и окружающего пространства, смягчая все отражения воздушной перспективой. А внутренняя светодиод-

ная подсветка сделает его отличным дополнением для вечернего пейзажа Московского.

Арт-объект будет состоять из основания-подиума с домиками и ажурного кольца с орнаментом растительности, символизируя динамическое развитие, сохранение связи городской и природной среды, а также исторический вклад гра-

дообразующего предприятия – агрокомбината «Московский».

«Идея создания стелы принадлежит местным активистам, членам Экспертного совета, которые собрали подписи жителей в поддержку реализации данной инициативы», – отметил депутат Московской городской Думы Александр Козлов.

Юлия ГОНЧАРОВА Фото студии «Симметрия»



Депутат Мосгордумы Александр Козлов

В Новой Москве обустраивают несколько зон отдыха

Здесь создадут современные пространства для игр, занятий спортом и тихого отдыха. Об этом рассказал Сергей Собянин.

«В этом году в ТиНАО планируем благоустроить несколько больших зон отдыха: приведем в порядок набережную и три парка», – написал мэр Москвы.



Набережная реки Десны

В районе Щербинка, в поселке Фабрики имени 1 Мая, приведут в порядок набережную реки Десны (от плотины до дома 50). Здесь оборудуют спортивную зону, где можно будет играть в волейбол и баскетбол, заниматься на тренажерах и турниках. А для детей установят качели, горки и игровые комплексы.

Возле детской и спортивной площадок разместится амфитеатр для мероприятий. У воды обустраивают зону отдыха с настилами и шезлонгами. На месте заболоченной территории сохранят естественное понижение ландшафта и установят подпорные стенки. А еще там появится пруд, вокруг которого проложат пешеходные тропинки и установят беседки.

Парк «Ручеек»

На берегу пруда появится разноуровневая площадка в виде корабля, а также домик с лестницами, лазилками и горками. Там же установят качели-«гнезда», качели-балансиры и оборудуют зону с канатами, напоминающую большую паутину.

На второй площадке, возле Алешина ручья, установят многосекционный игровой комплекс с горкой и лестницами-переходами. Здесь также разместят круговую перголу с качелями и качели-«гнезда». Любители активного отдыха оценят тренажеры, комплексы с турниками, кольцами и брусками, столы для тенниса.

Спортивный парк «Красная Пахра»

Во время благоустройства менять парк кардинально не будут – обновится только его инфраструктура. Там заменят покрытие пешеходных и велодорожек, детских и спортивных площадок.

На детских площадках установят игровые комплексы, качели, а на спортивных – около 40 тренажеров на все группы мышц. Покрытие футбольного поля из искусственной травы обновят.

По берегам Пахры заменят мангальные зоны. Установят новые лавочки и урны, а также высадят около 48 тысяч цветов.

По материалам mos.ru

День рождения ТиНАО

1 июля – еще один праздник для всех жителей Новой Москвы. Ровно 12 лет назад к столице присоединились территории юго-запада Подмосквы, в результате чего она стала в 2,5 раза больше!

Троицкий и Новомосковский округа – такое название получили новые территории – за эти годы стремительно менялись. Много сил и ресурсов правительства Москвы было брошено на приведение новых территорий к столичным стандартам благоустройства, транспортной доступности, обеспеченности социальными объектами и так далее.

О прошедшем за эти годы пути много говорили на праздничном мероприятии в парке «Филатов луг». Дворец культуры «Московский» по случаю дня рождения ТиНАО организовал здесь праздничный концерт.

На концерте выступали артисты ДК и жители ТиНАО. Пенсионер Иван Поляков из Первомайского прочитал стихи собственного сочинения о Новой Москве. Сестры Марина и Ирина Шалыги-



Депутат Совета депутатов поселения Московский Алексей Афонин



На праздник пришло много семей с маленькими детьми

ны, постоянные участницы проекта «Московское долголетие», исполнили популярные ретрохиты. Баянист-виртуоз Андрей Луковский – «Либертанго». Кстати, он живет в Московском еще с тех пор, когда эта территория была Московской областью.

– Мы недавно вспоминали с друзьями, как ехали три часа в автобусе до метро. Сейчас, конечно, все изменилось к лучшему, – поделился баянист.

В празднике также принял участие депу-

тат Совета депутатов поселения Московский Алексей Афонин.

– Модернизируются парки, развивается инфраструктура, для детей очень многое делается, строятся комплексы. А будущее у Новой Москвы еще более перспективное, – заметил он.

Жители также активно делились своим мнением об изменениях в Новой Москве.

– Очень большие изменения произошли. Инфраструктура улучшилась. Нам парк такой прекрасный сделали. Все отлично, мы довольны! – объяснила жи-



Певец Алексей Хомяков

тельница Града Московского Светлана Гроздинская.

– Мы как раз 12 лет здесь живем. Район застроился, стало очень комфортно жить. Метро рядом открыли, – сказала Дарья Семенова из ПМГП.

– Я всего лишь 3 года в Новой Москве. Уютно, чисто, зелено. Я в восторге! – призналась жительница Филимонковского Татьяна Красноперова.

Помимо концертных номеров, на празднике провели интерактивные программы для детей.

Светлана ГАВРИЛОВА

Фото Александра КОРНЕЕВА

Московский украсили фотозоны любви

Яркие и праздничные уличные инсталляции появились в нашем городе ко Дню семьи, любви и верности.

Флаговые конструкции можно увидеть в Граде Московском на улице Радужной, в ПМГП на пересечении улиц Москвитина и Атласова, на бульварах 1-го микрорайона и в 3-м микрорайоне. Красочные инсталляции уже много лет традиционно украшают наше поселение в праздничные дни, но впервые они установлены по случаю Дня семьи, любви и верности.

Также в Московском установлены фотозоны. Каждая не повторяет другую. Поэтому в праздничный день, если не полениться, то можно обойти с камерой или



Фотозона напротив школы в 3-м микрорайоне

СРЕДА ОБИТАНИЯ

фотоаппаратом все и сделать красивые снимки на память.

В 3-м микрорайоне у дома № 8 фотозона в виде раскрытой книжки-открытки, а в 1-м микрорайоне напротив дома № 19А – в виде кубиков. Также фотозоны разместили на бульваре 1-го микрорайона напротив дома № 8 и в Граде на ул. Московской около дома № 2. Пройти, не заметив их, невозможно.

Все конструкции и фотозоны выполнены в расцветках государственного флага Российской Федерации. В оформлении каждого, будто солнышко, изображена ромашка, символ праздника, в основе которого – день святых Петра и Февронии, почитаемых православной церковью 8 июля.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ
Фото Виктора ХАБАРОВА

МЕНЯЕМСЯ К ЛУЧШЕМУ

Продолжают благоустраивать дворы

Этим летом в разных микрорайонах проводится ремонт покрытия дорог и тротуаров.



Работы в микрорайоне завершатся к концу июля

Сейчас асфальт обновляют в микрорайоне Град Московский: у домов № 1 и 3 на улице Московской, у дома № 1 по Радужному проезду, у дома № 4 на улице Радужной.

– В июне специалисты завершили благоустройство у домов 19, к. 1 и 2, 21, 25, 27, 29 на улице Радужной, – рассказала депутат Совета депутатов поселения Московский Людмила Скаринка. – Но впереди еще несколько дворов, которые будут благоустроены в этом году.

Работы планируется завершить до конца месяца. А в августе коммунальщики приступят к замене асфальта в 1-м микрорайоне – между корпусами 1 и 2 дома № 22. Она завершится в конце лета.

Светлана ГАВРИЛОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

В поселке Института полиомиелита произошел пожар

Загорелась одна из квартир на втором этаже.

Поздним вечером в минувшее воскресенье в одном из домов на территории поселка Института полиомиелита произошел пожар. Загорелась квартира на втором этаже дома № 2. Как сообщили жители, запах гари дошел даже до 1-го микрорайона Московского.

Пламя вспыхнуло в одной из комнат. В службу «112» звонок поступил в 22:12. На место оперативно приехали две пожарные машины с цистернами и одна – автолестницей. По словам начальника пожарно-спасательного отряда № 313 Евгения Сопота, в квартире находились люди. Их удалось спасти.

– Мы приехали очень быстро, поэтому пламя не успело распространиться по всей площади. Быстро вывели всех на улицу и погасили огонь. Соседи к тому времени эвакуировались самостоятельно. К счастью, никто не пострадал, – рассказал Евгений Сопот.

После ликвидации пожара спасатели проветрили подъезд с помощью специального вентилятора, после чего жильцы дома смогли вернуться в свои квартиры.

Эльвира ЯКУПОВА
Фото из соцсетей



Огонь вспыхнул на 2-м этаже



Депутат Людмила Скаринка

Спасение утопающих – дело рук профессионалов

На пруду «Чайка» в Московском прошел мастер-класс по оказанию первой помощи.

БЕЗОПАСНОСТЬ

ВАКАНСИИ



Спасатели на пруду «Чайка» обучили ребят, как спасти тонущего человека

Оказывается, 2,5 минуты требуется спасателям, чтобы добраться до утопающего и вытащить его из воды, а профессиональный круг способен удерживать на плаву до пяти человек одновременно. Этими и другими интересными фактами поделились дежурные спасатели с жителями Московского во время мастер-класса по оказанию первой помощи и правилам безопасности на воде, который прошел в выходные на пруду «Чайка».



Жаркий сезон – это не только отдых на природе и красивый загар. К сожалению, ни одно лето не обходится без трагедий на водоемах. Статистика этого года тому подтверждение: за две

последние недели июня в России утонули более 420 человек, из них 86 детей. Основная причина трагедий – несоблюдение правил безопасности.

– Чтобы не допустить несчастных случаев, в жару мы усиливаем дежурные посты на водоемах Московского. Наши спасатели постоянно находятся на пруду «Чайка» в Ульяновском лесопарке, а также на Говоровском и Мешковском прудах, – рассказывает начальник отдела по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности администрации поселения Московский Антон Тетерев.

Мастер-классы по оказанию

за всеми следить и быстро реагировать, если кто-то тонет. Я, например, давно занимаюсь в бассейне, поэтому плавать умею хорошо, – уверяет 13-летний Степан Сантопов. – Еще я знаю, что в воде нельзя бросать камни, использовать удушающие приемы, заплывать за буйки и мешать другим.

Во время обучения спасатели напомнили отдыхающим, как нужно вести себя во время купания.

– На пруду «Чайка» каждый день дежурят трое наших сотрудников. Один из них наблюдает за купающимися в бинокль, а двое других патрулируют территорию, – объясняет старший пожарный спасатель Павел Карпович. – В начале июня здесь спасли 11-летнего мальчика. Он доплыл почти до буйков – и начал тонуть. Помощь подоспела меньше чем за минуту, ребенок не пострадал.

За неполных десять лет работы в Московском на счету у Павла Карповича почти полсотни спасенных жизней. Павел говорит,



Круг и трос – необходимая принадлежность спасательной шлюпки (на фото слева)



Мастер-класс организовала администрация поселения Московский

первой помощи и правилам безопасности на воде в Московском проходят регулярно. Дети по очереди бросали круг и спасательный конец Александрова – так называется плавучий тонкий трос с петлей и яркими поплавками оранжевого цвета, этим оборудованием обычно оснащают маломерные суда и спасательные посты в зонах купания, на пляжах. Ребята азартно тянули канат, пытались вырвать из беды «утопающего» профессионального спасателя, который ради этого случая залез в воду, хотя купание в «Чайке» запрещено. Участники мастер-класса рассматривали резиновую лодку и водолазный костюм, которые используют в работе спасатели, а также учились оказывать первую помощь пострадавшим.

– У спасателей очень трудная и ответственная работа. Нужно

что речь только о зарегистрированных случаях, на самом же деле количество людей, которым он помог добраться до берега, в разы больше.

– Основная часть происшествий на воде среди взрослых случается по причине алкогольного опьянения. Люди злоупотребляют спиртным, затем идут купаться, не рассчитывая свои силы... и тонут. Трагедии, связанные с детьми, происходят в основном из-за недосмотра родителей или в случаях, когда дети идут купаться на водоемы самостоятельно, – продолжает Павел Карпович. – Поэтому лучшая профилактика несчастных случаев – это следование простым, но очень важным правилам, которые могут спасти жизнь.

Эльвира ЯКУПОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА

Отдельный батальон ППС зовет на службу

В детстве очень многие из нас хотели быть похожими на дядю Степу-милиционера.

Герой Сергея Михалкова защищал слабых, помогал в беде, спасал из огня и воды. А когда подрастали, равнялись на Глеба Жеглова и Володю Шарапова из «Места встречи изменить нельзя». Да так, что подпевали группе «Любэ». Образ героя-полицейского нигде не ушел и в наши дни.

Сериалы и фильмы о жизни и буднях полицейских собирают миллионы просмотров. И если вы не растеряли пыла романтики, хотите помогать людям, любите Родину и верите в справедливость, то можете реализовать себя на службе в полиции. Отдельный батальон патрульно-постовой службы полиции по Троицкому и Новомосковскому административным округам приглашает на службу в органы внутренних дел граждан России со средним полным, специальным или высшим образованием в возрасте от 18 до 40 лет на вакансии полицейского, полицейско-водителя, полицейско-кинолога. Кандидатам, прошедшим профотбор и приступившим к выполнению службы, полагается полный медицинский пакет, достойная оплата труда, единовременная выплата для приобретения жилья, возможность получения бесплатного высшего образования в профильных вузах, бесплатный проезд в общественном транспорте, 40-дневный оплачиваемый отпуск с отдыхом в ведомственных санаториях и пансионатах. График несения службы: 2/2.

Адрес: г. Москва, г. Троицк,
ул. Лесхозная, дом 7.
Телефон: 8-968-549-75-25
(Станислав Николаевич).
Виталий ЛЕСНИЧИЙ

ОБЪЯВЛЕНИЕ

3 мая 2024 года у жителей района Московский пропал их любимый питомец – кот по кличке Тигр. Эта ситуация сплотила весь район, более 200 человек собрались в единую группу и пытаются помочь найти любимца. Конечно, остаются и те, кто срывает объявления и мешает поискам, но их гораздо меньше. Благодаря этой группе была спасена не одна кошка, но Тигра до сих пор нет. Может быть, вы приютили его у себя? Или кто-то знает о его местонахождении? Видели похожего котика на улице?

В таком случае, пожалуйста, позвоните по номеру: 8 (917) 630-90-91
Хорошее вознаграждение и анонимность гарантируются!!!



Если вы приютили Тигра у себя и уже успели прикупить к нему, пожалуйста, верните хозяевам, они купят вам котенка любой породы на ваш выбор!

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ И ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ



1 Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах



2 Соблюдайте правила пользования лодками и другими плавательными средствами

ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ НЕЛЬЗЯ:

- ! Купаться в нетрезвом виде
- ! Оставлять у воды детей без присмотра
- ! Подплывать близко к судам, лодкам, катерам

ВЫЗОВ СПАСАТЕЛЕЙ:
112



ЗАПРЕЩЕНО



3 Заплывать за ограничительные знаки



4 Купаться в необорудованных местах, нырять в воду с крутых берегов и причалов



5 Пользоваться надувными матрацами, камерами при неумении плавать

БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ!



Шоу мыльных пузырей

Закаляйся, если хочешь быть здоров

В воскресенье 30 июня в парке «Филатов луг» поселения Московский прошел фестиваль, посвященный модному направлению – ЗОЖ. В рамках мероприятия, помимо самых разнообразных активностей на свежем воздухе, посетителям были предложены спортивные и творческие мастер-классы, а также показательные выступления.

«Этот отличный способ приобщить подрастающее поколение к спорту, дав им возможность на практике познакомиться с различными видами физической активности. Такие мероприятия популяризируют идею здорового образа жизни среди детей, а также становятся отличной площадкой для общения и обмена опытом между его участниками. Многие даже не знают, что у нас в Московском есть какие-то клубы, хотя мы, к слову, работаем с 2015 года, поэтому такие мероприятия в том числе способствуют и нашей узнаваемости», – отметил тренер

по самбо спортивного клуба «Победа» Сергей Поплевичев.

Дети, интересующиеся подвижными развлечениями, в сопровождении родителей участвовали в спортивных состязаниях, требующих смекалки и быстроты реакции. Тем временем ребята, любящие мастерить что-то своими руками, лепили фигурки из пластилина, делали картонные поделки и рисовали.

Среди гостей фестиваля можно было встретить жи-

телей не только Новой Москвы, но и близлежащих районов.

– Думаю, такие фестивали полезны как для развития различных секций и спортивных направлений внутри района, так и для живущих в нем детей, которые во время фестиваля знакомятся с ранее неизвестными полезными развлечениями. Погружение в спортивную среду в развлекательном и ненавязчивом формате, думаю, способно мотивировать детей знакомиться с тем или иным видом спорта поближе, – рассказывает Екатерина Мосова, приехавшая на фестиваль вместе с дочерью из Чертанова Южного.

Перед зрителями выступили юные гимнастки Центра Спорта «Московский», каратисты школы Александра Еременко, дзюдоисты спортивного клуба «Победа» и спортсмены СРЦ «Небо Арена». Желающие могли присоединиться к любой из перечисленных активностей, включая мастер-класс по йоге.



Здоровый – значит, красивый и стройный



Можно было сделать селфи с самим доктором Айболитом



Организаторы мероприятия приобщили ребят к играм своего детства

– Наше поселение всегда считалось спортивным, именно поэтому фестиваль здорового образа жизни вызвал у жителей такой интерес, – рассказал глава поселения Владимир Чирин. – Всегда

приятно, когда такие мероприятия посещает много семей с маленькими детьми. Беречь здоровье лучше смолоду!

Алина КАЛАШНИКОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА



В парке выступили каратисты

Глава поселения Владимир Чирин

Чтобы солнце нехватило ударом

О правилах выживания в экстремальную жару рассказал «МС» главный медбрат поликлиники Московского Алексей Синькин.

Столбики столичных термометров уверенно показывают отметку в +30 градусов. В эти дни только и разговоров, что о зное да о том, как от него спастись. Для этого достаточно соблюдать нехитрые правила.

Контролируем питьевой режим

Специалисты рекомендуют пить обычную негазированную воду. Однако, по мнению Алексея Синькина, этот момент не столь принципиальный.

– Обязательно не менее полутора литров прохладной воды, – говорит медбрат. – Ни в коем случае не ледяной. Можно соки, морсы, то, что вы любите, к чему привыкли.

Как ни парадоксально, в жару хорошо помогает горячий чай. Эту хитрость хорошо знают в Средней Азии. Лучше отдать предпочтение зеленым сортам и не заваривать напиток слишком крепко. Кофе – горячий напиток, он дополнительно повышает температуру тела, и мочегонный, что может вызвать обезвоживание.

– Любое спиртное нарушает водно-солевой баланс, – объяс-

няет Алексей. – Это значительно ухудшает состояние организма.

Питаемся правильно

Обычно в жару есть особенно не хочется, но и голодать не надо. Врачи рекомендуют отдавать предпочтение легкой пище. Благо сейчас фрукты и овощи в избытке.

– Это зависит от индивидуальных особенностей человека, – говорит Синькин. – Для здоровых людей никаких ограничений нет. Другие же должны придерживаться предписаний лечащих врачей. Конечно, не стоит выезжать на природу жарить шашлыки – солнце палит, а тут еще и мангал горячий.

Если вам весь день не хочется есть, пейте больше воды, советует наш эксперт, а после 10 вечера можете спокойно поужинать. Правило «не есть после 18» в такую погоду не работает.

Главное, не переедать при высоких температурах. Наше тело тратит больше энергии на поддержание нормальной температуры, и переваривание тяжелой пищи становится дополнительной нагрузкой.



Медбрат Алексей Синькин на оздоровительном мастер-классе фестиваля «Лето в Москве. Все на улице!»

Гуляем по времени

Если вы оказались на свежем жарком воздухе в городе, то следует избегать длительного пребывания на открытом солнце и стараться двигаться по теневой стороне улицы.

– Пенсионерам, детям, да и прочим гражданам, особенно это касается пожилых людей и пациентов с сердечно-сосудистыми проблемами, с 11:00 до 17:00 на улице лучше не находиться без особой надобности. Выходить по делам рекомендуется в утренние часы или после 18 часов, когда жара идет на спад.

Если без выхода в город никак не обойтись, вооружаемся всем необходимым для охлаждения. Бутылка с водой вам пригодится не только попить, но и при необходимости умыться, освежить шейно-воротниковую зону.

– Также обязательны головные уборы, – говорит медик. – Панамки, бейсболки, шапочки, платки, зонтики – все, что угодно, чтобы было меньше воздействия солнца на голову.

Цвет и состав ткани вашей одежды особой роли не играют. Но, конечно, она должна соответствовать погоде и быть хорошо продуваемой, легкой, не стесняющей движения.

Устраиваем сквозняк

Кондиционер – прекрасное изобретение человечества, но не у каждого в квартире он есть. Установщики же данного оборудования сейчас нарасхват, запись к ним не раньше сентября.

– Проветривайте помещения ночью и рано утром, когда температура не достигла пика, – советует собеседник «МС». – Потом закройте окна, задерните плотные шторы, а в ванну наберите ледяной воды. Так вы сохраните прохладную температуру в квартире на весь день.

Если стало плохо

При солнечном ударе в зависимости от степени тяжести характерны следующие признаки: это могут быть «разбитость», сонливость, головная боль, жажда, тошнота, уча-

ЗДОРОВЬЕ

щенное сердцебиение, одышка, повышение температуры тела.

– Такие симптомы вызывает перегрев головы, – объясняет Алексей Синькин. – В первую очередь человека необходимо переместить в тень и обеспечить приток воздуха. Например, расстегнуть стесняющую одежду. Можно побрызгать его прохладной (не ледяной) водой, дать попить и вызвать скорую помощь.

Юлия ГОНЧАРОВА

Фото Виктора ХАБАРОВА

Сам себе скорая помощь

Если вы столкнулись с первыми симптомами солнечного удара, постарайтесь перейти в прохладное помещение, хотя бы в тень деревьев или под навес. Следуйте нескольким правилам:

- необходимо зайти в дом, снять лишнюю одежду, ослабить ремень;
- исключите физическую активность (лучше прилягте) и пейте больше воды;
- восстановить минеральными водами водно-солевой баланс, который нарушается из-за чрезмерного потоотделения;
- оберните тело прохладным влажным полотенцем. Можно обмахивать пострадавшего человека веером, протирать прохладной (не ледяной) водой.

В прекрасное далеко я начинаю путь

28 июня в большинстве столичных школ прошли выпускные вечера. Корреспонденты «МС» побывали во всех школах Московского и поздравили ребят.

Начало на стр. 1

Тем временем в корпусе Ш-5 школы № 2120 шел совсем другой праздник. Прежде чем началась торжественная часть, выпускники, следуя традиции, заполнили так называемую «капсулу времени». В нее ребята заложили свои самые смелые ожидания, мечты и цели в надежде, что через пять лет они вернутся и с осознанием успеха вскроют ее. На церемонии вручения аттестатов выпускникам были сказаны теплые напутственные слова от учителей.

– Древние говорили: «Относись к человеку так, как ты бы хотел, чтобы он относился к тебе». Будьте всегда открыты новому опыту, новым знаниям и возможностям – именно они раскрывают весь ваш потенциал роста. Не забывайте школу, ведь школа всегда будет помнить о вас!» – сказал директор школы Дмитрий Ланщиков.

Прежде чем получить аттестаты, выпускники пустились в последний школьный вальс. От них не отставали и директора столичных школ – на большом экране в качестве подарка для ребят была показана запись их вальса.

Не менее эмоциональным вечер был и для родителей, которые пришли поддержать своих детей. Как отметила мать одной из выпускниц Олеся Худова, в этот ве-



В школе № 2065 в этом году много медалистов и стобалльников

Льюиса Кэрролла «Алиса в стране чудес». Мероприятие провели Шляпник, Белый Кролик, Чеширский Кот и, конечно, сама Алиса. Ну а главными героями стали сами одиннадцатиклассники.

Поздравить их и выдать «путевку» во взрослую жизнь приехал первый заместитель префекта ТиНАО Игорь Окунев.

– Дорогие ребята, сегодня ваши родители волнуются и переживают, наверное, больше вас,

А выпуск в этом году действительно блестящий: стобалльники, медалисты, победители олимпиад, научных конкурсов, лауреаты разнообразных премий. Ребята ждут лучшие вузы страны.

– Конечно, чтобы окончить школу хорошо, пришлось постараться, – говорит выпускница медицинского класса школы № 2065 с золотой медалью Анастасия Давыдова. – Два года я дополнительно занималась, плюс у нас в школе очень хорошая учительница по химии, она меня подготовила к поступлению. Я очень надеялась окончить школу с медалью, прикладывала все возможные усилия, и все получилось. Документы буду подавать во все медицинские вузы столицы.

Школа № 1000: в будущее проводили учителя, а позвал Александр Буйнов

В 16:30 выпускники корпуса в Татьянин Парке волнуются в преддверии бала. Девочки шествуют перед зеркалами летними вечерними платьями, мальчики щеголяют в накрахмаленных белоснежных сорочках. В толчее готовящихся к выходу выпускников встречаем золотых медалистов – Анастасию Кольную и Ивана Петрова. Вчерашние школьники, завтрашние студенты волнуются вместе с другими.

– Мы закончили 11 «Л», – говорит Анастасия Кольная. – Наш класс с финансово-экономическим уклоном, предпринимательский. Особенно сильно волновалась перед математикой и английским. Но я, как

и остальные ребята, справилась. Мы молодцы!

– Очень интересно было идти к золотой медали, – продолжает Иван Петров. – Это была цель, которую мы поставили еще в 10 классе. ЕГЭ был сложным, но все хорошо заканчивается, когда к нему готовишься. Все решает целеустремленность.

Анастасия планирует поступать в Высшую школу экономики, Иван в Дипломатическую академию МИД России. Обоим грустно расставаться со школой.

– С одной стороны, мы уже выросли, и нам нужен новый этап жизни, – говорит Анастасия. – С другой, грустим. Но, конечно, школу и всех учителей будем вспоминать с огромной ностальгией, а иногда и плакать.

– Будем обязательно возвращаться в наши классные времена! – воодушевляет оптимизмом одноклассницу Иван.

Все 147 выпускников всех классов поочередно спускаются в зал, в котором их аплодисментами встречают педагоги, родители, братья и сестры. Таких, как Настя и Иван, медалистов в школе № 1000 тридцать семь выпускников.

– У нас фееричный выпуск. Такого в истории школы не было, – обратилась с приветственным словом директор школы Наталья Муреева. – Хочется, чтобы ребята стали успешными людьми и все задуманное воплотили в реальность. Цените и берегите своих родителей, которые долгие годы учились и переживали вместе с вами.

Сюрпризом стало появление на сцене народного артиста РФ

Александра Буйнова. Певец пришел на церемонию, чтобы поздравить выпускников и принять участие во вручении. И когда на сцену поднялись 37 лучших выпускников школы, то собрался, как заметил исполнитель, целый сводный хор, который подпел артисту известную песню «Ведь это был я».

– Желаю, чтобы вам нравилась ваша профессия, – пожелал Александр Буйнов, у которого в этом году, кстати, из кадетского класса выпустился внук. – В мире много полезных специальностей. Но где бы вы ни были, главное – помнить, что ваша родина здесь, и здесь вы нужны больше всего на свете. Мы вас всегда будем любить и ждать.

Концерт продолжился, артист зажег весь зал. Конечно, такой выпускной запомнится на всю жизнь. Но нашим героям Насте и Ивану в счастливый вечер забыть некогда. Уже на следующий день, в субботу, после бессонной ночи они спешат в свои вузы, куда начался прием документов, навстречу будущему.

Школа № 2094: найти свое счастье в жизни и не упустить его

Кажется, совсем недавно прозвенел последний звонок, а уже позади волнительные экзамены, долгая и трепетная подготовка к выпускному вечеру... И вот она – рубежная черта в 11-летнем марафоне в школе № 2094: последний вечер в кругу одноклассников и учителей – выпускной вечер!

Прошел он, конечно, в праздничной атмосфере. За это благодарности не только учителям, но активным родителям, которые веселились вместе с детьми.



Директор школы № 2094 Юрий Вержицкий (на фото слева)

– Уверенно идите к намеченной цели, – напутствовал ребят директор школы 2094 Юрий Вержицкий. – Мечтайте. Никогда не отступайте. Найдите счастье в жизни и не упустите его. Я желаю всем нашим выпускникам найти исключительно свою, лучшую для себя дорогу жизни. Обязательно продолжить свое образование дальше. Это может быть колледж или вуз, как вы знаете, наша школа сотрудничает со многими образовательными организациями. Развивайтесь, стройте карьеру, достигайте успехов. Но главное, всегда оставайтесь патриотами, любящими и верными гражданами своей страны. Удачи и успехов вам на сложной, но очень интересной жизненной дороге! В добрый путь, ребята!

Юлия ГОНЧАРОВА
Алина КАЛАШНИКОВА
Виталий ЛЕСНИЧЕВ
Фото Александра КОРНЕЕВА,
Владимира СМОЛЯКОВА,
Алексея КОМИССАРОВА

«Сегодня главный день вашей жизни» – напутствовали выпускников старшие



чер многие родители окунулись в свои воспоминания из школьной жизни.

– Одним из самых главных навыков, которые были приобретены моей дочерью в процессе обучения в школе, я думаю, стало умение находить общий язык с теми, кто не похож на тебя, ведь мы все неповторимы и индивидуальны, – подытожила Олеся Худова.

В завершение вечера с напутственной речью выступила депутат Совета депутатов поселения Московский Виктория Усачева.

– Дорогие выпускники, сегодня настал тот момент, когда вы выпускаетесь из школы и отправляетесь в плавание в открытую взрослую жизнь. Пусть каждый из вас найдет дело, которое придется по душе. Удачи и успехов!

Школа № 2065: «Премия в мир чудес»

Так называлась праздничная программа – на основе книги



Депутат Совета депутатов поселения Московский Виктория Усачева

чтобы вы поступили в институты, – сказал Игорь Окунев. – Но сегодня ваш день. Главный день в жизни. Вы не только заканчиваете обучение в школе, вы здесь оставляете частичку себя. Школа в вас оставляет свою душу, свои знания, умения, которые вы нарабатывали, пока учились. Они останутся с вами на всю жизнь! Поверьте мне и своим родителям, мы тоже были выпускниками, и этот маленький колокольчик звучит в каждом сердце взрослого человека. Еще в 2012 году у нас было меньше 1000 выпускников на все ТиНАО. В этом году мы даем путевку во взрослую жизнь 3254 человекам. Это огромная мощь и потенциал для развития страны, столицы, ТиНАО! После окончания вузов мы ждем вас на работу в округе. Нам нужны врачи, учителя, инженеры, техники, люди разнообразных профессий, поскольку ТиНАО продолжает развиваться!



В школе № 1000 ребят поздравил певец Александр Буйнов



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

СУББОТА, 13 ИЮЛЯ

20:00 «Шестой день» [16+] Рен-ТВ
В будущем мир наводнен клонированными животными и кибер-людьми. Пилот Адам Гибсон обнаруживает дома своего двойника-клона. Поскольку клонирование людей все еще незаконно, Адам понимает, что ему и его близким грозит смертельная опасность.



Художественные фильмы и сериалы

07:55 «Жених из Майами» [12+] ТВЦ
09:30 «Секрет неприступной красавицы» [12+] ТВЦ
11:20 «Опасные гастроли» [16+] Культура
13:10 «Не могу сказать «прощай»» [12+] Первый канал
14:55 «Не бойся, я с тобой!» [12+] Культура
16:35 «Красота требует жертв» [16+] ТВЦ
22:25 «57 секунд» [16+] Рен-ТВ
22:45 «Верю в любовь» [12+] СТС
23:00 «Утраченные иллюзии» [16+] Первый канал
00:00 «Отступники» [16+] TNT
00:15 «Хроника» [16+] Рен-ТВ

Спорт на Матч-ТВ

06:00 Бокс. Vane Knuckle FC. Роберто Перальта против Рубена Уорра. Трансляция из США [16+]
09:20 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» [12+]
09:40 Футбол. Чемпионат Европы – 2024. Трансляция из Германии [12+]
13:50 Центральный круг. Прямая трансляция [12+]
15:55 Футбол. Мелбет Первая лига. «Арсенал» (Тула) – «Черноморец» (Новороссийск). Прямая трансляция [12+]

19:30 Футбол. OLIMPBET Суперкубок России. «Зенит» (Санкт-Петербург) – «Краснодар». Трансляция из Волгограда [12+]

21:00 «Лаборантка» [12+] Россия 1
Микробиолог Люся Поликарпова устраивается лаборанткой в заводскую лабораторию, которая контролирует промышленные выбросы производства. Однажды героиня узнает, что показатели оказываются заниженными. Теперь за девушкой начинается охота.



00:05 Один день на ЕВРО [12+]
00:30 Футбол. Лучшие голы чемпионата Европы [12+]

Документальные фильмы и научно-популярные программы

10:00 «Неизвестные маршруты России» [12+] Культура
10:40 «Больше, чем любовь. Иван Переверзев и Ольга Соловьева» [12+] Культура
11:00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко [16+] Рен-ТВ
12:45 «Соленое детство» [12+] Культура
13:40 «Лазурная обитель. Ритм приливов» [12+] Культура
14:25 «Отцы и дети. Константин Райкин» [12+] Культура

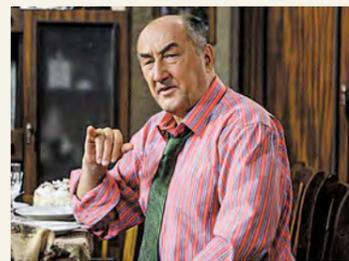
14:55 «Правительство США против Рудольфа Абея» [16+] Первый канал
15:00 «Совбез» [16+] Рен-ТВ
17:25 «Энциклопедия загадок. Медный свиток Мертвого моря» [12+] Культура
17:55 «Посвящение Людмиле Зыкиной...» [12+] Культура
18:00 «Засекреченные списки» [16+] Рен-ТВ
19:00 «Добровэфире» [16+] Рен-ТВ
21:00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым [16+] ТВЦ

23:00 «Следствие ведет КГБ» [16+] ТВЦ
23:45 «Обжалованию не подлежит. Лютыи» [16+] ТВЦ

Детское время

05:05 Мультфильмы [0+] СТС
06:00 «Ералаш» [6+] СТС

17:00 «Египетская сила Бориса Клюева» [12+] Первый канал
Успех артиста в кино не был головокружильным. У него почти нет главных ролей, но каждое его появление на экране становилось точным и безупречным попаданием в образ. В фильме – самые яркие эпизоды в судьбе Клюева и тайны личной жизни.



22:05 «90-е. Преданная и проданная» [16+] ТВЦ
Западную группу войск бросают в поле, умирают от голода срочники, процветает дедовщина. От развала кончается с собой маршал Ахромеев. Российская армия в 90-е плохо одета и разоружена, а генералы строят дачи и наживаются на военных секретах.



07:00 М/с «Три кота» [0+] СТС
07:05 М/ф «Крокодил Гена» [0+] Культура
07:25 М/ф «Чебурашка» [0+] Культура
08:00 М/ф «Чебурашка идет в школу» [0+] Культура
15:15 М/ф «Рок Дог» [0+] СТС
17:05 М/ф «Зверогонщики» [0+] СТС
18:55 М/ф «Бука» [6+] СТС

Развлекательные передачи. Ток-шоу

08:00 «Про100 кухня» [12+] СТС
08:20 «Поедем, поедим!» [12+] НТВ
08:35 «По секрету всему свету. Подмосковье» [12+] Россия 1
09:00 «Формула еды» [12+] Россия 1
09:20 «Едим дома» [12+] НТВ
09:25 «Пятеро на одного» [12+] Россия 1

10:10 «Сто к одному» [12+] Россия 1
10:20 «Главная дорога» [12+] НТВ
11:00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым [12+] НТВ
11:50 «Доктор Мясников» [12+] Россия 1
12:15 «Поехали!» [12+] Первый канал
13:00 «В кругу друзей» [12+] Россия 1
14:00 «Суперниндзя. Дети» [12+] СТС
14:50 «Юмор! Юмор!! Юмор!!!» [12+] Россия 1
15:05 Шоу «Уральских пельменей» [12+] СТС
15:25 «Битва экстрасенсов» [16+] TNT
16:20 «Своя игра» [12+] НТВ
17:15 «Следствие вели...» [16+] НТВ
17:50 «Привет, Андрей!» [12+] Россия 1
18:20 «Эксклюзив» [12+] Первый канал
19:00 «Место силы» [16+] TNT
20:05 «Кто хочет стать миллионером?» [12+] Первый канал
21:00 «Музыкальная интуиция» [12+] TNT
21:35 «Сегодня вечером» [12+] Первый канал
22:10 «Звезды» [12+] НТВ
23:00 «Женский стендап» [16+] TNT

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 14 ИЮЛЯ

19:20 «Назад к динозаврам» [12+] СТС
Таинственный летательный аппарат, найденный в лесу, оказывается машиной времени и переносит двух друзей на миллионы лет назад. Им предстоит путешествие сквозь пространство, где надо побороться за свою жизнь и выяснить, как вернуться домой.



Художественные фильмы и сериалы

06:05 «Терапия любовью» [12+] Россия 1
10:00 «Сержант милиции» [16+] ТВЦ
12:00 «Хотите – верьте, хотите – нет...» [12+] Культура
13:00 «А у нас во дворе» [12+] Первый канал
13:45 «Питомец Юрского периода» [12+] СТС
14:00 «Овердрайв» [16+] Рен-ТВ
15:35 «Питомец Юрского периода. Утраченная тайна» [12+] СТС
17:35 «Разлучница» [16+] ТВЦ
20:00 «Акушер» [16+] НТВ
21:25 «Тихие люди» [16+] ТВЦ
23:00 «Обоюдное согласие» [16+] Первый канал
23:50 «Палач» [16+] Культура
00:00 «Остров иллюзий» [16+] TNT

Спорт на Матч-ТВ

06:00 Смешанные единоборства. UFC. Роуз Намаюнас против Трэиси Кортез. Трансляция из США [16+]
09:20 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» [12+]
09:40 Футбол. Чемпионат Европы – 2024. Трансляция из Германии [12+]
13:50 Центральный круг. Прямая трансляция [12+]
15:55 Мотоспорт. Чемпионат А5

Motors Motoring. Superbike. Прямая трансляция [12+]
16:55 Пляжный волейбол. Кубок России. Мужчины. Финал. Трансляция из Санкт-Петербурга [12+]

21:05 «Судья Дредд 3D» [16+] Рен-ТВ
Через пару столетий система правосудия не справляется с преступлениями. Правительство создает институт судей – полицейских и прокуроров в одном лице, что упростит процесс задержания, следствия и судебных тяжб. Один из них – судья Дредд.



17:55 Пляжный волейбол. Кубок России. Женщины. Финал. Трансляция из Санкт-Петербурга [12+]
21:00 Футбол. Чемпионат Европы – 2024. Финал. Трансляция из Германии [12+]

Документальные фильмы и научно-популярные программы

06:30 «Энциклопедия загадок. Медный свиток Мертвого моря» [12+] Культура
10:40 «Неизвестные маршруты России. Карелия» [12+] Культура
11:20 «Больше, чем любовь. Георгий Юматов и Муза Крепкогорская» [12+] Культура

13:05 «Забывшее ремесло. Трубочист» [12+] Культура
13:20 «Страна птиц. Аристократы неба. Орланы» [12+] Культура
14:05 «Бессмертнова» [12+] Культура
14:30 «Московская неделя» [12+] ТВЦ
14:55 «Ромео и Джульетта» [12+] Культура
15:00 «Дорогие товарищи. Сочинская мафия» [16+] ТВЦ
16:40 «90-е. Черный юмор» [16+] ТВЦ
17:00 «Когда меня не будет...» [16+] Первый канал

17:15 «Нобелевские победы российской науки» [12+] Культура
18:40 «Романтика романса. Избранное» [12+] Культура
21:55 «Вишневый сад» [12+] Культура

15:55 «Русские тайны. НЛО» [16+] ТВЦ
До сих пор нет доказательств существования НЛО. Однако у независимых исследователей накопилось немало фактов, с которыми официальной науке трудно поспорить. Какие аргументы приводят верующие в пришельцев и какие тайны могут скрывать ученые?



09:00 «Стильно, и точка» [12+] СТС
Новое реалити-шоу. Психолог определит тип личности участницы программы, а команда визажистов, стилистов и модельеров создаст для нее новый стиль, подберет разные образы, изменит интерьер квартиры, чтобы жизнь заиграла новыми красками.



05:05 Мультфильмы [0+] СТС
06:00 «Ералаш» [6+] СТС
07:00 М/с «Отель у овечек» [0+] СТС
07:05 М/ф «Ну, погоди!» [0+] Культура

Развлекательные передачи. Ток-шоу

06:55 «Играй, гармонь любимая!» [12+] Первый канал
07:15 Шоу «Уральских пельменей» [12+] СТС
08:10 «Здоровье» [12+] Первый канал
08:35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым [12+] Россия 1
09:25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым [12+] Россия 1
09:40 «Непутевые заметки» [12+] Первый канал

10:00 «Ипуристы» [12+] СТС
10:15 «Жизнь других» [12+] Первый канал
10:30 «Наука и техника» [12+] Рен-ТВ
11:00 «Чудо техники» [12+] НТВ
11:05 «Повара на колесах» [12+] Первый канал
11:30 «Легенды и мифы» [12+] Рен-ТВ
11:50 «Доктор Мясников» [12+] Россия 1
12:15 «Видели видео?» [12+] Первый канал
13:00 «Большие перемены» [12+] Россия 1
13:15 «Битва экстрасенсов» [16+] TNT
14:50 «Парад юмора» [12+] Россия 1
16:20 «Своя игра» [12+] НТВ
16:30 «Место силы» [16+] TNT
17:15 «Следствие вели...» [16+] НТВ
17:50 «Песни от всей души» [12+] Россия 1
18:30 «Выжить в Дубае. Возвращение» [12+] TNT
19:00 «Две звезды. Отцы и дети» [12+] Первый канал
21:00 «Русская дорога» [12+] СТС
22:00 «Москва. Кремль. Путин» [16+] Россия 1
22:10 «Звезды» [12+] НТВ
23:00 «Шоу Воли» [16+] TNT
23:55 «Самые шокирующие гипотезы» [16+] Рен-ТВ

Бесплатные развлечения Москвы

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



Выставка «Круг треугольника»

до 31 июля, вт.–сб.
с 12:00 до 20:00



По случаю своего 10-летия галерея «Треугольник», расположенная на территории «Винзавода», подготовила коллективный проект, в котором участвуют как признанные, так и начинающие художники. Проект посвятили памяти Валерия Чтака, ушедшего из жизни в мае этого года. За последние годы в «Треугольнике» выставлялись Кирилл Кто, Данила Ткаченко, Саша Пирогова, Vtol, Иван Бойко и многие другие. «Круг треугольника» объединяет произведения разных лет. Есть и много новых работ, которые публика еще не видела.

Адрес: 4-й Сыромятнический пер., 1/8
Метро: Курская, Чкаловская

Выставка «Вселенная Третьяковской галереи»

до 29 декабря, чт.–сб. с 10:00
до 21:00, вс. с 10:00 до 18:00

Первая выставка в новом здании Третьяковки на Кадашевской набережной рассказывает об истории и актуальной деятельности музея.



Датой основания Третьяковской галереи принято считать 1856 год: именно тогда Павел Третьяков купил первое полотно, давшее начало легендарному собранию. Эту богатую коллекцию меценат завещал Москве. Сначала произведения хранились в доме Третьяковых, но вскоре места стало не хватать, начали пристраиваться новые помещения. Третьяковка растет по сей день, в Москве музеем принадлежит несколько зданий. Мультимедийная экспозиция в интерактивной форме рассказывает гостям о масштабе галереи и знаковых шедеврах русского искусства.

Адрес: Кадашевская наб., 12
Метро: Третьяковская, Новокузнецкая

Концерт ко Дню любви, семьи и верности

8 июля
в 19:00



В Московском Доме книги выступит вокальное трио «Реликт». В составе коллектива – заслуженные артисты России. В исполнении Александра Никерова, Вячеслава Моюнова и Александра Леонова прозвучат известные песни о любви и семье на стихи Сергея Есенина, Николая Рубцова, Михаила Матусовского, Алексея Фатьянова, Якова Халецкого и других поэтов.

Адрес: ул. Новый Арбат, 8
Метро: Арбатская

Лекция «Душа-поэзия: тайна текстов Поля Верлена»

10 июля
в 19:00

Гости Библиотеки-читальни имени А.С. Пушкина узнают о поэтическом мире одного из самых известных представителей французского символизма – Поля Верлена, проследят развитие его драматической судьбы и становление его мировидения.

Кандидат филологических наук Лариса Симонова расскажет, в чем особенность гениальности и славы Верлена-поэта, чем заплатил французский поэт за талант, каким образом соединились в его творчестве гармония и разлад мира и как Верлен пронес судьбу «проклятого поэта».

Адрес: Спартаковская ул., 9
Метро: Бауманская

Фестиваль конного спорта

до 25 августа,
в течение дня



На историческом вывodom круге Центра национальных конных традиций на ВДНХ проходит Фестиваль национальных видов конного спорта.

6 и 7 июля в 12:00 участники соревнований продемонстрируют управление конем в сочетании с акробатическими упражнениями.

С 11 по 14 июля состоится международные соревнования по тентпегингу в шоу-формате. Спортсмены выйдут на поле в национальных костюмах своих стран.

С 1 по 4 августа запланированы международные соревнования по конной стрельбе из лука WNAF. Лучшие всадники продемонстрируют меткость стрельбы из лука по мишеням на скорости.

21 августа фестиваль продолжат клубные соревнования по джигитовке.

С 22 по 24 августа пройдет чемпионат мира по джигитовке. В борьбе за звание лучших спортсменов сойдутся всадники из России, Казахстана, Белоруссии, Монголии, Палестины, Пакистана, Турции, Малайзии и других стран.

25 августа состоится финал отборочных соревнований по детской джигитовке на Кубок Спасской башни, показательные выступления по конному луку и выступление команды всадников КШВЕ.

Адрес: просп. Мира, 119
Метро: ВДНХ

Фестиваль корейских фильмов ужасов

6 июля в 21:00
и 7 июля в 19:00



В кинотеатре «Иллюзион» в рамках фестиваля K-HORROR FEST зрителям покажут главные корейские хоррор-хиты последних лет. В их числе – фильмы «Призрачная станция», «Бугимен» и «Призрачный дом».

После сеансов можно будет обсудить увиденное с известными киноведами и кинокритиками и послушать лекции об экзорцизме и шаманизме, особенностях корейских антологий фильмов ужасов и фестивальных хоррорах.

Подробная программа и регистрация на сайте кинотеатра.

Адрес: Котельническая наб., 1/15
Метро: Китай-город, Марксистская, Таганская

Фестиваль «Ретрорейс»

14 июля
с 10:00 до 22:00



Музей транспорта Москвы проводит фестиваль на Воробьевых горах. В этом году тема – эпоха 80–90-х годов и знакомство с городским, специализированным и личным транспортом тех лет.

Гостей ждет ралли классических автомобилей, рейсы на ретроавтобусах, выставка техники под открытым небом, экскурсионные туры по экспозиции, интеллектуально-развлекательная игра «Игры с ИИ» и детские pedalные машинки Музея автомобильных историй.

Регистрация
Адрес: Воробьевы горы, Университетская пл.
Метро: Воробьевы горы, Ломоносовский проспект

Экскурсия «Москва-Сити – архитектурный прорыв в будущее»

13 июля
в 12:00



Участники узнают, где находится самый высокий открытый балкон, почему небоскреб «Меркурий» стал золотым, что осталось в Сити от первоначального проекта, простил ли Эрнст Неизвестный Никиту Хрущева, отключают ли в небоскребах горячую воду; увидят лучший вид на Сити, переправу, названную в честь полководца, площадь-фонтан, произведения современных скульпторов, самые высокие здания столицы и многое другое.

Регистрация
Место встречи: у памятника Петру Багратиону, Кутузовский просп., 22
Метро: «Деловой центр», выход № 5
Эльвира ЯКУПОВА

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ



«Моя любовь – моя семья».
08.07 Тематическая программа, посвященная Году семьи и Дню семьи, любви и верности
в 12:00
08.07 Тематическая программа «Давай с нами» (Липовый парк, пос. Коммунарка)
в 12:00
09.07 Бесплатный показ фильма «В погоне за ветром» (12+)
в 12:00
11.07 Бесплатный показ фильма «Комната чудес» (16+)
в 12:00
Примечание:
в афише возможны изменения. Уточнить дату и время проведения мероприятия можно по телефону +7 (495) 841-89-94.
Вход на мероприятия свободный.

БИБЛИОТЕКА № 259



6 июля
ТВОРЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ «ПОД ТРЕПЕТ КРЫЛЬЕВ СТРЕКОЗЫ» (6+). Мастер-класс по созданию красочных стрекоз из бумаги и пластиковых трубочек увлечет не только детей, но и взрослых. В процессе работы участники вспомнят произведения, где «летают» стрекозы, прочитают вслух и по ролям басню И.А. Крылова «Стрекоза и муравей», обсудят строение и места обитания этих насекомых. Начало в 15:00.

13 июля
СЕМЕЙНАЯ ИНТЕРАКТИВНАЯ ПРОГУЛКА «В НОГУ С МОСКОВСКИМ: УСАДЬБА ВАЛУЕВОВ». Увлекательная краеведческая прогулка по одной из красивейших усадеб Новой Москвы – Валуево и регулярному парку с уникальными липами и лиственницами, возраст которых превышает столетний рубеж. Прогулка сопровождается рассказом об истории усадьбы, архитектурных особенностях постройки, о перипетиях жизни ее прежних владельцев. Начало в 15:00.

13 июля
МАСТЕР-КЛАСС ПО АКАДЕМИЧЕСКОМУ РИСУНКУ ОТ ПЕДАГОГА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ШКОЛЫ ИМ В.М. ВАСНЕЦОВА (7–11 ЛЕТ). Тема «Ботаническая иллюстрация: тюльпан и лилия». На мастер-классе мы научимся верно располагать рисунок на листе, измерять пропорции, правильно штриховать, рисовать с натуры, выделять индивидуальную, характерную форму цветка, передавать детали и текстуру. Необходимые материалы от участников на мастер-класс: 2 листа для черчения А4, карандаши НВ и 5В, ластик, точилка. Начало в 16:00.

«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



6 июля
Концерт-дискотека вместе с Театром песни «KRASNOBAEV SHOW». В исполнении молодых и талантливых артистов прозвучат яркие зажигательные хиты, под которые можно будет потанцевать! Начало в 14:00.

7 июля
Мастер-класс «Оздоровительный цигун». Цигун – одна из древнейших китайских оздоровительных практик, гимнастика долгожителей. Цигун подходит для людей любого возраста и любой физической подготовки, обладает не только лечебным, но и гармонизирующим эффектом. Начало в 17:00.

8 июля
Встреча клубов по игре в настольный теннис. Любимая многими игра способствует развитию ловкости, координации и стратегического мышления. Присоединяйтесь! Начало в 16:00.

9 июля
Клуб «Танцевальная гимнастика для позвоночника». Под музыку участники выполняют комплекс упражнений для восстановления позвоночника и поддержания его в здоровом состоянии. Начало в 15:00.

10 июля
Встреча клуба «ЛОК». Несложные упражнения, направленные на укрепление мышечного корсета, помогут оставаться в хорошей форме и прекрасно себя чувствовать. Начало в 10:00.

11 июля
Клуб «Мой сенсорный огород». Участники в течение весенне-летнего периода выращивают собственные садовые культуры, цветы и лечебные травы. Присоединяйтесь к огородным работам. Начало в 12:00.

12 июля
Концертная программа Петра Богородского, где участники смогут не только насладиться исполнением хорошо известных советских и российских песен, но и потанцевать под любимые хиты. Начало в 14:00.

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

Знатоки идут по следу

Дворец культуры «Московский» провел увлекательный квест по территории поселения «По следам ученого»!

В минувшую пятницу в ДК собрались взрослые люди, забросив свои домашние дела и проблемы, чтобы посвятить вечер игре и стать немного детьми. Восемь команд, по три человека в каждой в возрасте 18+, отправились в путешествие по Московскому, чтобы разгадать загадки, придуманные организаторами квеста.

«Главный герой, ученый, работал над созданием вакцины в исследовательском институте ГОМОиелита. Его научные открытия были на грани завершения, когда ему вдруг начало казаться, что за ним следят. Опасаясь за безопасность своих наработок и свою жизнь, он решил скрыться и оставить подсказки, чтобы верные союзники могли его найти и продолжить дело», — это легенда игры. Участникам квеста предстояло спасти гения, проявив находчивость и смекалку.

— Мне показалось интересным провести вечер таким образом, — рассказала Елизавета Жищенко, пришедшая вместе с подругой Алисой Зубовой. — Никогда не пробоваала, но всегда хотелось, а тут такая возможность рядом с домом.

В команду к девушкам добавляется пришедший в одиночку Михаил Куделин. Он тоже новичок. Быстренько придумали себе название «Следопыты». А вот рядом собралась компания парней уже бывалых, хотя и тоже незнакомых друг с другом.

— В прошлый раз было очень весело, — рассказывает Константин Самсонов из команды «Знатоки». — Мы разгадывали ребусы, пели песни, да много чего. Я решил, почему бы не продолжить веселье на этот раз? Тогда я тоже не знал своих коллег, все подружилось во время игры.

И сейчас с Артемом Слонем и Сергеем Ильиным они быстро организовались в команду «Стивен Сигал в тумане». Соревнование началось. Первая подсказка ждала героев прямо на площади перед ДК — ларек «Мороженое». И так 11 локаций, где важно



Квест закончился вечером в парке 3-го микрорайона

Участникам выдали листы с заданиями



Представители Молодежных палат поселений Московский, Филимонковское и Первомайское



не перепутать последовательность, например, баннеров на женской консультации и в 3-м микрорайоне. Успеть увидеть корову на рынке в 1-м микрорайоне, пока он не закрылся, и найти крохотный замочек.

Иногда участники ошибались и возвращались к предыдущему этапу. На сложных задачах команды даже объединялись, помогая друг другу. Им давали подсказки три лаборантки учено-

го. Но не всем можно было верить, ведь Анна работала на стороне агентов противника.

В честной борьбе победила семейная команда «Леди и джентльмены» — Мария, Никита и Игорь Соловьевы, получившие в качестве приза сумки-холодильники и признательность от спасенного ученого с объяснением важности его изобретения.

Символично, что в квесте «По следам ученого» приняла участие объединенная команда от Молодежных палат поселений Московский, Первомайское и Филимонковское, которые уже являются одним муниципальным районом.

Ребята отметили интересный сюжет квеста, его динамичность и сложность, поскольку отгадать загадки необходимо было, быстро перемещаясь по городу и используя свои собственные знания.

В современном обществе наблюдается психологическое состояние «ФОМО», или «Fear of Missing Out» — страх упустить что-то важное. Поэтому люди постоянно смотрят в экраны, непрерывно получая информацию из соцсетей. Чтобы избавить их от этой зависимости, ученый разрабатывает вакцину.

Ну, а организаторам квеста потребовались фантазия и мастерство, чтобы отвлечь больше двух десятков жителей Московского от гаджетов и отправить в увлекательный мир приключения.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА
ДК «Московский»



Квестом руководил режиссер и шоумен Павел Буценко

Клумба в подарок

В 1-м микрорайоне благоустроили территорию вокруг дома № 23Г.



Сотрудники «Жилищника» высаживают цветник

По просьбе неравнодушного жильца вокруг многоэтажки разбили большую и красивую клумбу, а также провели мероприятия по уходу за огромной елью — достопримечательностью двора.

— У нас во дворе одна из лучших детских площадок в поселении, — рассказывает Валерий Геннадиевич Михеев. — На ней всегда много ребятшек, гуляют мамы и не только из окрестных домов. Украшением площадки служит большая ель, ей, наверное, лет 30. Зимой мы вместе с соседями отмечаем вокруг нее новогодние праздники, украшаем, водим хор. А тут весной я обратил внимание, что наша красавица заболела.

Михеев пришел в администрацию поселения Московский, в Совет депутатов, к Ирине Ивановой.

— Я обратилась за помощью в «Жилищник Московский», — говорит Ирина Алексеевна. — Специальными растворами, поливая елку снизу и обрабатывая крону, дерево удалось спасти. А рядом по просьбе жителей посадили разнообразные цветы, которые будут радовать глаз до конца сезона.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА

ПРОИСШЕСТВИЕ

Человек выпал из окна

Спасти мужчину не удалось.

В минувшую пятницу в Московском произошла трагедия. Из окна дома № 8 на улице Лаптева в Первом Московском городе-парке с большой высоты упал мужчина предпенсионного возраста. Спасти его, к сожалению, не удалось.



Трагедию успели снять соседи-очевидцы

Как сообщил «МС» источник, причиной трагедии стал несчастный случай: мужчина решил вымыть окна в квартире, но в какой-то момент не удержался и упал вниз. Очевидцы трагедии вызвали специальные службы. Подробные обстоятельства происшествия устанавливаются.

Эльвира ЯКУПОВА
Фото из соцсетей



Жители Московского спасаются у воды и в тени

Жара ставит рекорды

Аномальная погода продержится в столице весь июль.

Конец июня и начало июля ознаменовались знойной погодой: во многих регионах зафиксированы и ожидаются новые температурные рекорды. Так 2 июля столица побил рекорд столетней давности, установленный в 1890 году: +34 градуса.

По прогнозам, средняя месячная температура превысит норму на 2–3 градуса,

а нехватка осадков составит 20–40%.

Метеорологи советуют по возможности проводить больше времени у водоемов, не выходить на улицу без головных уборов, пить чистую негазированную воду, держаться в тени и избегать интенсивных физических нагрузок.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА

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: 2155-24

Подписано в печать:
по графику и фактически
03.07.2024 в 17:00
Тираж 40 000 экземпляров
Распространяется
БЕСПЛАТНО