



# МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 27 (391)  
26.07.2024

Информационно-аналитическая  
газета поселения Московский  
в городе Москве



## ЖИВЕМ В НОВОЙ МОСКВЕ

### Дома по реновации будут сданы в срок

Масштабную стройплощадку посетил депутат Мосгордумы Александр Козлов.

На прошлой неделе депутат, контролирующий ход работ, осмотрел ход строительства двух жилых корпусов на улице Никитина в Первом Московском городе-парке. В свое время при поддержке жителей Александру Козлову удалось добиться утверждения этой площадки на территории поселения, а не в соседнем районе.

– С тех пор строительство домов по реновации в Московском – на особом контроле, – рассказал Александр Козлов. – Перед началом посмотрели с представителем застройщика график производства работ, чтобы проверить, как идут дела на самом деле.



Депутат Мосгордумы Александр Козлов на стройке

В первом корпусе уже приступили к возведению 5-го этажа – строители проводят общемонтажные работы и обустраивают перекрытия помещений. Здесь и далее работы идут по графику.

Во втором корпусе ведется монтаж 9-го этажа – здесь также обустраивают стены, перекрытия, стяжки, перегородки, проводят герметизацию швов и работы по внутренней инженерии. Также на прилегающей территории ведется обустройство инженерных коммуникаций.

На стройплощадке работает около сотни человек, что говорит о высоком темпе строительства и вызывает уверенность – реновационные дома будут сданы в срок. Завершить строительство двух корпусов по программе реновации в Московском планируется уже в 2025 году.

Мария БЕРЕЗКИНА

Фото из личного архива Александра КОЗЛОВА



Дома по программе реновации возводятся на улице Никитина



На стройке жарко во всех смыслах

Работы у учебного заведения идут в несколько смен, в будни и выходные



Благоустройство газона



Укладка асфальта

## Современный стадион и гоночная трасса

Школа № 2065 обретает новые черты, сохраняя прежнюю индивидуальность.

Территория вокруг учебного заведения активно благоустраивается. Работы идут ежедневно в несколько смен.

Важно завершить благоустройство как можно раньше – до начала нового учебного года. Пока дети на каникулах, а учителя в отпусках, нельзя терять ни минуты. На школьном дворе жарко под стать температурному столбику на улице. Но никто не прячется от палящего солнца. В обеденный час у ворот корреспондента встречает трактор, ровняющий и распределяющий ковшом грунт. Работы идут в несколько смен в будни и выходные. У центрального входа обновляют покрытие, расширяют газоны, подсыпают и выравнивают грунт под озеленение, укладывают бордюрный камень. Аналогичные работы проводятся по всему периметру здания, сверху своими архитектурными формами напоминающего парящий планер. С ходом работ корреспондента знакомит педагог Евгения Тербова.

Во время благоустройства будут отремонтированы все входные группы, расширены зоны озеленения, установлены системы водоотведения, заасфальтированы дорожки, – рассказывает Евгения Викторовна, в сопровождении которой мы выходим на дворовую часть территории, смотрящую на церковь Андрея Боголюбского.

А здесь развернулся главный фронт работ, – продолжает педагог. – На месте старого стадиона возводится новый: широкий, просторный, полноразмер-



Педагог школы № 2065 провела экскурсию для корреспондентов «МС»

Скоро здесь появятся стадион с искусственной травой и гоночная трасса для радиоуправляемых автомобилей



Выравнивание грунта



Прокладка дренажной системы

ный – длиной 58 и шириной 28 метров, с легкоатлетической прорезиненной дорожкой и полем с искусственным газоном. Он будет приспособлен для сдачи норм ГТО. Так что школьникам больше не придется ехать в другой район.

Прежний располагался прямо под окнами учебных классов между двумя крыльями здания. Нынешняя арена выведена из их «тисков» чуть поодаль, на ранее пустовавшее поле. Строители его осушили, завезли дополнительный грунт, выровняли, а заодно установили дренажную систему под отвод и сток воды. Теперь на таком можно упражняться, бегать, играть в футбол, не стесняя себя в эмоциях от побед –

тем, кто сидит за партами с книжками и тетрадками, шум перестанет мешать. Вслед за стадионом на новое пространство тянутся электрические кабели и переустанавливаются опоры освещения. По соседству уже разбиты огороженные сеткой площадки для тренажеров и игры в баскетбол и волейбол, а рядом прокладывается трасса для занятий радиоуправляемыми автомобилями, так как строители учли интересы школьников и создают и прокладывают новый, модернизированный путь для изобретателей XXI века. Пусть он будет без сучка и задоринки!

Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Фото Виктора ХАБАРОВА



## Как из треша сделать фреш

20 июля спортивно-развлекательный комплекс «НЕБО Арена» пригласил жителей на семейный экофестиваль «Фреш и Треш». Организаторы задумали рассказать детям об экологии в увлекательной форме – через мастер-классы, игры и научные шоу.

На площадке рядом со спортивным комплексом расположились различные «станции», где проходили мастер-классы, танцевальный флешмоб, гигантский волейбол, действовала робототехника и так далее. Играла громкая музыка, а ведущая рассказывала, что «треш» – это мусор, а «фреш» – разные крутые вещи, которые можно из него сделать. Больше всего детей собралось у горы картона.



Химические опыты для любознательных

– Мы рассказываем ребятам, что такое картон. Это очень плотный вид бумаги и экологичный материал, – объяснил аниматор «Неба» Максим Логинов. – Если в доме остались картонные коробки из-под игрушек или бытовой техники, не нужно их выбрасывать. Это классный материал для разнообразных поделок. Сейчас мы предложили ребятам сделать из картона роботов. Вечером жюри выберет лучшую работу, и ее автор получит приз!

На земле уже стояли робот из «Майнкрафта» и модная робота с длинными кудрявыми волосами. Девятилетняя Лиза Лопатина решила сделать гибрида робота и животного.



Детям предложили много активностей

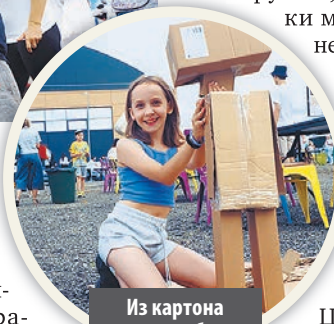
– Сделаю побыстрее, мне еще много «станций» надо пройти, – объяснила девочка. – Как-то мы с сестрой смастерили из картона домик, а потом в нем даже ночевали.

На фестивале были игры для детей разных возрастов. Все их объединяла общая цель – вдохновить на осознанное отношение к окружающей среде. На мастер-классах

учили делать поделки из природных материалов: свечи из вошины, магнитики на холодильник – из гипса, а также превращать обычные деревянные спицы в произведения искусства, расписав их красками. Экологично можно относиться и к одежде, например, не выбрасывать ее, а «освежать», используя



На фестиваль пришло много семей с маленькими детьми



Из картона делали роботов

технику тай-дай (способ окрашивания, когда вещь сворачивается в клубок, потом помещается в краситель. – Прим. «МС»).

– Моя маленькая дочка бесконечно пачкала одежду, и я не могла эти вещи отстирать, поэтому начала их красить, – поделилась ведущая мастер-класса Александра Фадеева. – Мне теперь вообще не жалко что-то испачкать. Я сразу думаю, что теперь это будет новая вещь.

В анонс фестиваля объявляли сбор макулатуры и старых игрушек, поэтому участники мероприятия могли не только повеселиться, но и сдать лишние вещи. Цветана и Таисия Зеликовы принесли большой пакет мягких игрушек.

– Решили освободить место дома, – рассказала Цветана. – Мы сортируем уже четыре года, а вторсырье обычно сдаем на акции, которую проводят волонтеры в Московском. Дочка к этому уже так привыкла, что периодически собирает весь мусор на детской площадке. Обертку от конфеты обязательно кладет в карман, пакет из-под сока – в рюкзак. Все идет на переработку.

На фестивале детей учили разделять мусор на разные виды: пластик, бумагу, стекло и органические отходы. Большая программа завершилась красочной дискотекой в стиле фестиваля красок «Холи».

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Александра КОРНЕЕВА



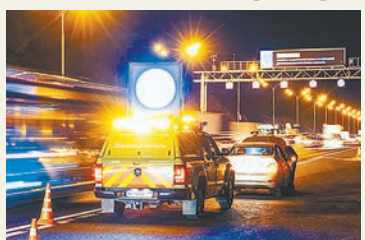
### К МЦД-4 построят удобную подъездную дорогу

Трасса появится у станции «Кокоскино». Она пройдет в объезд одноименного дачного поселка.

В ТиНАО началось строительство дороги к станции «Кокоскино» четвертого Московского центрального диаметра (МЦД-4). Об этом сообщил Сергей Собянин в своем телеграм-канале. «Сейчас готовим территорию, чтобы приступить к основным работам. Закончим строительство в следующем году», – отметил мэр Москвы.

Новая дорога пройдет в объезд дачного поселка и позволит доехать до станции на 25 процентов быстрее. Кроме того, появятся комфортный выезд на Зайцевское шоссе и удобный маршрут городского транспорта.

Всего до конца 2026 года в ТиНАО введут в эксплуатацию еще более 100 километров дорог.



### «Умные» камеры сократили ДТП на МКАД на 20%

Об этом сообщил мэр столицы Сергей Собянин.

На Московской кольцевой автомобильной дороге (МКАД), Московском скоростном диаметре и других магистралях установлено более 1,5 тысячи комплексов видеонаблюдения Центра организации дорожного движения (ЦОДД). «Умные» камеры помогают сделать движение в столице безопаснее.

«Интеллектуальная система непрерывно анализирует дорожную ситуацию и выявляет 13 типов инцидентов. К примеру, остановку автомобиля или лишние предметы на проезжей части. После чего информация поступает оператору, который вызывает на место нужную службу», – рассказал мэр Москвы.

Благодаря «умным» камерам количество дорожно-транспортных происшествий на МКАД сократилось на 20 процентов за три года.

Помимо камер для безопасности движения на МКАД, водителям круглосуточно помогают 18 экипажей ЦОДД, 160 современных табло экстренной информации предупреждают об авариях или дорожных работах. Для привлечения внимания автомобилистов рядом с крупными строительными объектами нанесены шумовые полосы.

В этом году на 10 участках МКАД запланирована разметка дополнительных рядов, переходо-скоростных полос и обустройство новых съездов.

По материалам сайта mos.ru

## Там, где цветут розы

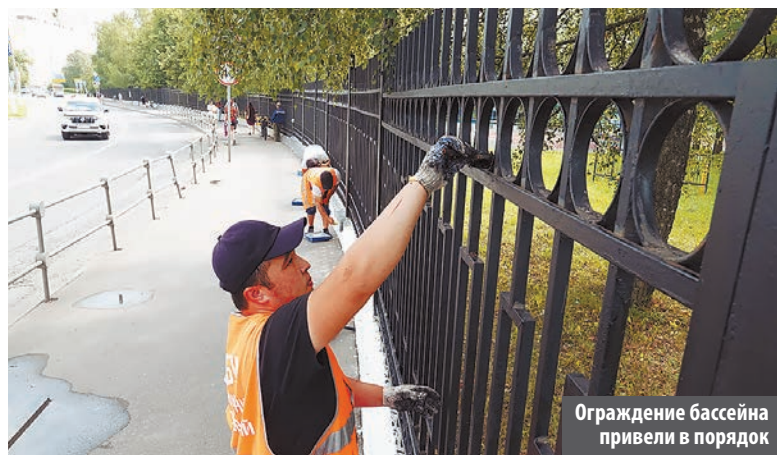
Специалисты освежили территорию вокруг бассейна «Московский».

Металлические решетки и цоколь покрыли черной и серой краской. За оградой территория спортивного комплекса видна как на ладони, и сразу у бассейна со стороны улицы

Академика Чумакова в глаза бросаются клумбы с роскошными розами – одна из визитных карточек нашего поселения. Как рассказал депутат Совета депутатов поселения Московский, директор бассейна Сергей Лебедев,

среди традиционных зарубежных и российских цветов растет очень символическая красавица сорта «Дабл Нокаут».

– Ее подарил нам Анатолий Фитисов (в прошлом – руководитель Ульяновского совхоза декоративного садоводства. – Прим. «МС»), – рассказал Сергей Лебедев. – Накануне Олимпийских игр в Пекине таким же сортом цветов украшали китайскую столицу. Розы у нас прекрасно прижились и теперь цветут на центральной клумбе. В таком количестве в Москве их можно увидеть только в Кремле.



Ограждение бассейна привели в порядок



Депутат Совета депутатов поселения Сергей Лебедев

В жаркие дни их особенно щедро поливают, пропалывают, обрабатывают газоны. А в самом бассейне в это время проводятся плановые летние профилактические работы: проверяются системы водоподготовки, водоснабжения, отопления. Профилактика продлится до 1 августа,

а потом отключают горячую воду, так что желающих поплавать ждут здесь 15 августа.

– Работы проводим, чтобы во время сезона не было никаких сбоев, – продолжил Сергей Сергеевич. – Ведь на всем его протяжении мы работаем без праздников. У нас один выходной – 1 января. В остальные дни мы открыты.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Фото Виктора ХАБАРОВА

## В «Татьянин Парк» едем другим путем

После тестовой проверки открыт проезд в микрорайон через ТПУ «Терешково».

С 20 июля после тестовой проверки в связи с открытием новой дороги изменился маршрут движения в ЖК «Татьянин Парк» и к ближайшей станции метро «Говорово». Старый выезд на Боровское шоссе с улицы Татьяна Парк вдоль Заводского пруда закрыт, и основной транспортный поток теперь направлен

по новой дороге через улицу 50 лет Октября и ТПУ «Терешково». Как рассказал начальник отдела градостроительной деятельности администрации поселения Московский Дмитрий Волков, этот проект организации дорожного движения реализуется в рамках проектной документации строительства ТПУ «Терешково».

– В настоящее время застройщиком завершены работы по строительству улично-дорожной сети и вблизи микрорайона Татьяна Парк.



720-й теперь останавливается ближе к метро

В результате масштабных работ остановка автобуса № 720, следующего в микрорайон от станции метро «Саларьево», перенесена ближе к выходу из метро «Говорово», а сам автобус уже не делает крюк с выездом на порой непредсказуемое из-за пробок Боровское шоссе, а идет в микрорайон напрямую.

Теперь путь для многих жителей ЖК «Позитив», «Румянцево Парк», деревни Румянцево, микрорайона Солнцево и других жилых комплексов сократился и стал удобнее.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Фото Виктора ХАБАРОВА



# Солнечное затмение

В Московский пришли жаркие дни и шумные ночи.



Если стройки ведутся круглосуточно, то шум для жителей близстоящих зданий обеспечен

Нынешнее лето не только раннее, но и горячее. Некоторым гражданам высокая температура настолько подняла градус настроения, что их и ночью не уговорить. С мая в редакцию звонят жители с жалобами на шум с детских площадок, соседей за стеной, музыку из автомобилей, песни из ресторанов на первых этажах. А если еще напротив дома идет ночная стройка, считайте, до утра не уснуть.

Мы обратились к начальнику Отдела охраны общественного порядка УВД по ТиНАО г. Москвы полковнику полиции Александру Каплунову, чтобы понять, как действовать, если у кого-то танцы до утра, и можно ли рассчитывать на помощь полиции, когда нарушается Закон о тишине.

— Александр Анатольевич, какое место Московского в рейтинге районов и поселений ТиНАО по жалобам?

— В основном жалобы на несоблюдение Закона о тишине к нам поступают из Московского и Коммунарки. Это густонаселенная территория плотной застройки, которая продолжает активно застраиваться. За ночь в среднем мы получаем из каждого по 10 сообщений о нарушении режима тишины. Вместе с другими вызовами общее число доходит до 30 за дежурную смену. В месяц порой до четырехсот. Звонки поступают не с одного периметра передвижения экипажа ППС или определенной точки, а с разных мест. Очаг пресечь всегда проще, а у нас ситуацию осложняют большие расстояния. В мою бытность непосред-

ственного патрулирования самая большая протяженность была в Южном Бутове, где я служил, — 12 километров. Это считалось много. А сегодня, если ехать от Московского до Крекшина, набегает более 20 километров.

— На что люди жалуются до 6 утра?

— Приблизительно 30 % жалоб приходится на шум строек и работу магазинов. Крупные застройщики, например, «А101» или «Са-



Дружинники ОПОП в Московском помогают сотрудникам правопорядка обеспечивать соблюдение Закона о тишине. Справа — депутат Андрей Антонов

## «Делаем все, чтобы любимый город был уютным»

Депутат Совета депутатов поселения Московский Андрей Антонов:

Активные жители нашего поселения делают все возможное, чтобы в нашем любимом Московском было хорошо и комфортно всем. Например, депутаты, сотрудники пунктов охраны общественного порядка (ОПОП), члены Молодежной палаты и неравнодушные жители постоянно инспектируют микрорайоны поселения. Не однажды удавалось пресекать случаи незаконной торговли, сбыта запрещенных веществ, асоциального поведения на улице. Мы ходим по остановкам общественного транспорта с целью выявления вандальных надписей, потом закрашиваем надписи на остановоч-

ных павильонах и многоэтажных домах, ликвидируем незаконную рекламу. С представителями управляющих компаний следим, чтобы подвалы были в порядке и не служили укрытием для лиц без определенного места жительства и наркоманов. Смотрим, чтобы не были загромождены эвакуационные выходы. Со школьниками часто проводим мероприятия профилактического характера «Безопасный Московский» и «Права и обязанности маленького гражданина».

По поводу шума в общественных местах отмечу, что сейчас во дворах ста-



### КОММЕНТАРИЙ ДЕПУТАТА

ло тихо, так как в летний период вчерашние школьники заняты подготовкой к поступлению, поиском работы, а многие подростки разъехались с родителями в отпуск или на каникулы. С другой стороны, жители обсуждают в мессенджерах, чатах поведение шумных соседей. Мы также проводим с нарушителями спокойствия разъяснительные беседы, совершаем обходы неблагополучных мест, на которые чаще всего поступают жалобы.

Существует Закон о тишине. И если он не соблюдается, то человек совершает правонарушение, что влечет за собой административную ответственность. Поэтому, когда шумная компания во дворе не дает спать, распевает песни под вашими окнами или среди ночи играет в футбол, необходимо обращаться в органы полиции.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Мария БЕРЕЗКИНА

молет», работают круглосуточно. Прибыв по вызову к месту, экипаж может только передать охране просьбу жителей о приостановке шумовых работ, например, строительного крана. Замерами превышения уровня шума и сопоставления его с предельно допустимым занимаются специалисты Роспотребнадзора. В последнее время поступают жалобы на работу магазинов и кафе на первых этажах — из-за погрузки-разгрузки, шума оборудования, громких посетителей, клиентов... Если предприниматели получают разрешение работать до 6 утра, значит, они должны нести ответствен-



Полковник  
полиции Александр  
Каплунов

успеваем на место. Бывает, пока экипаж доедет, шумная компания или те же футболисты разойдутся. Не всегда и сотрудников хватает — в последнее время в ППС МО МВД России «Московский» наблюдается кадровый дефицит, не хватает сотрудников. И, конечно, если параллельно с вызовом к шумной компании нам поступит вызов, связанный с действиями, представляющими угрозу жизни — придется сначала ехать туда. Сотрудники ППС действуют в зависимости от ситуации, по обстановке.

— Есть ли у вас статистика, основанная на жизненном опыте, или профессиональные наблюдения — много ли среди жителей столицы таких «громких» людей?

— В каждом московском подъезде на 68 квартир найдутся две-три, где нарушают тишину. В одной живет парень, к которому пришла девушка, и у них до утра играет музыка. В другой — шумная компания, создающая проблемы соседям. Но это легко пресечь, обуздать. Когда в квартире «гуляют» или виден беспорядок, сразу понятно, кто нарушает, выпивает и кричит. Наш народ, увы, пребывает в правовом нигилизме и не знает о том, что существует Закон о тишине. Он действующий. Мы знаем, как пресечь или предотвратить нарушение и что делать. Если к нам поступил сигнал, всегда направляемся на вызов.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Фото Виктора ХАБАРОВА  
и из личного архива  
Александра КАПЛУНОВА

### ВАЖНО

В соответствии со статьей 3.13 Кодекса города Москвы об административных правонарушениях за нарушение тишины и покоя граждан в городе Москве предусмотрена административная ответственность в виде предупреждения или административного штрафа для граждан до двух тысяч рублей; для должностных лиц — до восьми тысяч рублей; для юридических лиц — до восьмидесяти тысяч рублей.

ность перед жителями и соблюдать тишину.

— Кроме застройщиков, в большом городе шумят и люди?

— Совершенно верно. Вечером после работы некоторые могут пойти во двор на лавочку или поиграть в футбол. И заиграться до глубокой ночи. А ведь эту азартную спортивную игру сопровождают удары по мячу, крики болельщиков, которые, бывает, доносятся до 15-го этажа. Причем у многих таких «громких» граждан нет понимания того, что они нарушают закон. Тогда проводим разъяснительную работу. Выезжаем, составляем протокол об административном нарушении, выписываем штраф. Но не всегда

## ДЕЛАЕМ ВИДЕО ДЛЯ ВАШЕГО БИЗНЕСА

- Реклама
- Продуктовые, имиджевые и презентационные ролики
- Видео с мероприятий
- Корпоративные фильмы
- Обучающие видео
- Видеовизитки
- Контент для сайтов и соцсетей



Обращайтесь к нам и получите уникальный видеопроduct, который поможет вам выделиться на рынке и достичь новых успехов.

г. Московский, 1-й микрорайон, д. 23-А. Телефон 8 (495) 841-90-16

mostoday@bk.ru





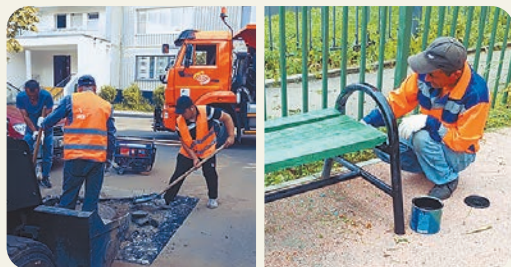


МБУ Жилищник  
Московский

### Благоустройство и содержание территории:



- дорожное хозяйство;
- дворы, парки, скверы;
- спортивные и детские площадки;
- инженерное оборудование.



На данный момент в территорию обслуживания МБУ «Жилищник Московский» входят: 1-й и 3-й микрорайоны города Московский, поселок Института полиомиелита, деревни Лапшинка и Мешково.



# НАДЕЖНЫЙ ПОМОЩНИК в сфере жилищно-коммунального хозяйства



БОЛЬШОЙ ШТАТ  
РАБОЧИХ, ВОДИТЕЛЕЙ  
И МАШИНИСТОВ

СОБСТВЕННЫЙ  
ПАРК  
ТЕХНИКИ

КРУГЛОСУТОЧНАЯ  
ДИСПЕТЧЕРСКАЯ  
СЛУЖБА

ВСЕ  
ВИДЫ  
РАБОТ

МБУ «Жилищник Московский»  
учреждено администрацией поселения  
Московский в 2021 году. На данный  
момент в штате организации **418 рабочих,  
водителей и машинистов.**

Адрес: 108811, г. Москва, поселение Московский,  
г. Московский, 1-й мкр., д. 18а

Телефоны: **(495) 225-14-34** (приемная)  
**(495) 120-71-01** (диспетчерская служба по вопросам  
обслуживания многоквартирных домов)

Электронная почта: [gilishnik-mos@yandex.ru](mailto:gilishnik-mos@yandex.ru)

Директор: **ВАРЕНИК Илларион Валерьевич**



### Управление многоквартирными домами

(лицензия № 077002309 от 29.10.2021 г.)



- техническое обслуживание общего имущества многоквартирных домов;
- текущий ремонт общего имущества многоквартирных домов;
- дератизация и дезинфекция;
- предоставление коммунальных услуг;
- круглосуточная аварийно-диспетчерская служба.



В управлении МБУ «Жилищник Московский» находятся многоквартирные дома в разных микрорайонах города Московский.



## В собственном парке МБУ «Жилищник» 60 единиц различной коммунальной техники: экскаваторы, самосвалы, тракторы, погрузчики, различная уборочная техника.



Автомобиль КАМАЗ с краном-манипулятором «Галичанин» служит для погрузки, перемещения и отгрузки материалов, а также для выполнения разных видов работ на высоте.

Аварийно-ремонтная машина обеспечивает быструю доставку бригад рабочих к месту работы, оснащена комплектом необходимых устройств, механизмов, оборудования и инструмента для проведения ремонтных работ.



Многофункциональная малогабаритная комбинированная машина повышенной маневренности «Чистик» на базе УАЗ. Летом убирает и моет дороги и тротуары. Зимой очищает их от снега, распределяет противогололедные реагенты.

Трактор колесный «Белорус 320.4» – универсальная малогабаритная модель, которая используется для планировочных работ и уборки территории.



Экскаватор-погрузчик ELAZ-BL880 – универсальная дорожно-строительная техника, которая объединяет в себе функции ковшевого экскаватора и фронтального погрузчика.



# Лето на блюдец

В разгар июльского растительного буйства на даче как не приготовить обед из свежей зелени? Вашему вниманию предлагается «этюд в зеленых тонах», выполненный на собственной кухне кулинарным экспертом «МС» Юлией Троян.



## Суп с рисовой лапшой, кинзой и мятой

**Понадобится:** говядина (вырезка) или набор для карпаччо – 150 г, рисовая лапша – 100 г, вода – 1,5 л, капуста – 100 г, лук репчатый – большая головка, чеснок – 2 больших зубчика, соевые ростки – 100 г, соевый соус – 2 ст. ложки, кинза – 1 пучок, зеленый лук – 1 пучок, мята и базилик – по несколько веточек, лимон (или лайм) – 1 шт., рисовый уксус – 1 ст. ложка, перец и соль – по вкусу.

**Готовим.** Капусту вымыть, почистить и крупно нарезать. Почистить и разрезать пополам луковицу и чеснок. Половинку лука отложить. Сварить бульон из полутора литров воды и овощей в течение 40 минут. Добавить в бульон соль, перец и рисовый уксус. Варить на сильном огне еще несколько минут, затем процедить.

Замочить рисовую лапшу либо сварить согласно инструкции. Сырую говядину нарезать очень тонкими пластинами и разложить в глубокие тарелки. Положить к говядине лапшу и тонко нарезанный на кольца оставшийся лук. Залить все кипящим бульоном. Нарезать зелень.

Подавать суп с соевым соусом, дольками лайма, присыпав рубленой зеленью и соевыми ростками.



## Душистая соль с травами

**Понадобится:** мята, базилик, душица, тимьян, укроп, петрушка – любая зелень по предпочтению аромата. Соль морская (крупная). Соотношение зелени к соли – 2:1 (два объема зелени к одному соли).

**Готовим.** Пробить измельчителем (электропроцессором) вместе соль и зелень. Застелить пергаментом противень и выложить солевую смесь ровным тонким слоем. Поставить противень в духовку, прогретую до 200 °С, уменьшить нагрев до 80–100 °С. Оставить небольшой зазор для воздуха у дверки духового шкафа. Прокалить соль около часа. Она должна совершенно высохнуть. Пробить измельчителем еще раз и разложить по чистым сухим баночкам.

Такая домашняя специя – незаменимая вещь для овощных салатов, вареных и запеченных овощей.

## Пирог с зеленью и свекольной ботвой

**Понадобится:**

**Для теста:** мука 750 г + 100 г для формовки – 850 г, масло растительное – 2 ст. ложки, айран или кефир – 400 мл, соль – 2 ч. ложки, сода – 1/2 ч. ложки, яйцо куриное – 1 шт.

**Для начинки:** свежая зелень – 400 г, растительное масло – 2–3 ст. ложки, сливочное масло (растопленное) – 100 г.

**Готовим.** Традиционная зеленая начинка для пирога – это шпинат или свекольная молодая ботва. Но чем разнообразнее набор трав, тем более яркий вкус получается у пирога. В зеленой начинке основной частью, примерно 40%, должна быть зелень с нейтральным вкусом: шпинат, свекольная ботва, мангольд, салат-латук. Зелень со специфичным вкусом – крапива, кинза, зеленый лук – может составлять 20% общей массы. Щавель можно добавить ровно столько, чтобы чувствовалась кислинка. Травы же с ярким вкусом, например, мята, базилик, эстрагон, могут составлять до 1/3 зеленой смеси. Можно добавить горькой зелени – листьев рукколы, кресс-салата, горчицы – совсем немного, для пикантности.

Замесить тесто и поставить в теплое место на 30–40 минут. Хорошо промыть под проточной водой зелень, высушить и удалить утолщения, тонко нарезать. Прогреть зелень на сковороде с растительным маслом. Как только травы выпустят сок и уменьшились в объеме, снять сковороду с огня. Откинуть массу на дуршлаг и дать стечь соку. Посолить и приправить по вкусу. Можно ду-



шистые травы (мяту, базилик) добавить к прогретой смеси свежими.

Тесто разделить на 12 частей. Скатать каждую часть в шарик. Присыпать щедро доску мукой. Раскатать шарик теста в круг 20 см. Разложить по центру на-

чинку и собрать тесто в узелок, хорошо закрепив. Раскатать узелок в лепешку. Выпечь на хорошо нагретой сковороде без масла с двух сторон. Проткнуть тонким ножом, если образуются пузырьки воздуха. Смазать сливочным маслом.

## Желе из ревеня

**Понадобится:** ревень – 1 кг, сахар – 500 г, ванилин – 1 пакетик, пектин или желфикс (1:2) – 1 пакетик (или можно заменить 100 г желатина).

**Готовим.** Сезон ревеня приходится на июнь. Но у многих на грядках еще растет это замечательное растение. Стебли стали более грубые, лучше всего сварить из них не варенье, а желе. Это замечательная идея для утреннего тоста.

Вымытые стебли (кожицу чистить не обязательно) нарезать ножом на мелкие кубики и засыпать сахаром. Оставить на ночь. Пробить блендером фруктовую массу и дать стечь под гнетом через мелкое сито или марлю. Поставить сотейник с ревенем на средний огонь. Добавить пектин. Варить, помешивая около 20 минут, после закипания уменьшить огонь до минимума. Ввести ванилин. Если использовали желатин, то добавить после варки. Снять с огня. Переложить желе в банки, закрыть и дать остыть.



## Ракушки конкильони со шпинатом и рикоттой

**Понадобится:** конкильони (сорт макарон, большие ракушки) – 200 г, шпинат – 200 г, сыр рикотта – 600 г, сыр твердый – 100 г, яйцо – 1 шт., томаты в собственном соку – 400 г (1 банка) или свежие такого же объема; соль, перец, ароматные специи – по вкусу.

**Готовим.** В большой кастрюле довести до кипения 2 литра воды, посолить и отварить ракушки 8–10 минут. Откинуть на дуршлаг, дать стечь жидкости. Потушить 5 минут шпинат, добавив 2–3 столовые ложки воды. Слить оставшуюся жидкость, дать слегка остыть. Натереть сыр на мелкой терке. Отложить столовую ложку натертого сыра. Соединить шпинат с рикоттой, сыром, яйцом и солью. Выложить рубленые помидоры с соком в форму. Если используете свежие помидоры, очистите их от кожицы и семян, потушите в сковороде с добавлением соли и щепотки сахара.

Наполнить смесью ракушки и разложить в соус открытой частью вверх. Посыпать сверху оставшимся сыром. Поставить запекать в верхнюю часть духовки на 30 минут. Вынуть форму из духовки, немного остудить и подавать блюдо к столу.

Кстати, подавать конкильони можно прямо в той форме, в которой они запекались.



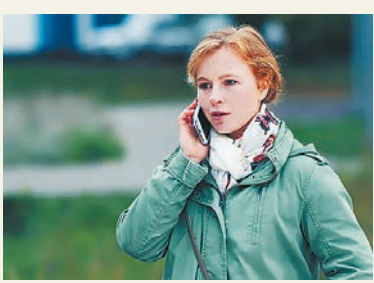


Редакция газеты «Московский сегодня» подготовила небольшой обзор наиболее интересных, на наш взгляд, телепередач и фильмов, которые можно будет посмотреть в следующий уик-энд.

СУББОТА, 3 АВГУСТА

21:00 «Дурочка Надя» [16+]  
Россия 1

Добрая Надя Круглова всегда готова помочь другим в ущерб себе. В циничном мире, где каждый думает о себе, она не теряет веру в людей. Однажды ей суждено встретить мужчину, который сумеет разглядеть в простой дворничихе прекрасную Галатею.



#### Художественные фильмы и сериалы

- 07:20 «Нинкина любовь» [16+] ТВЦ  
09:15 «Хамелеон» [16+] ТВЦ  
12:05 «Король-львенок» [6+] СТС  
13:00 «Зимородок» [16+] НТВ  
13:20 «В зоне особого внимания» [12+] Первый канал  
13:35 «Женщина его мечты» [12+] ТВЦ  
16:35 «Призрак в доспехах» [16+] СТС  
17:50 «Королевская свадьба» [0+] Культура  
18:05 «Тайна последней главы» [16+] ТВЦ  
19:00 «Хищные воды: западня» [16+] ТВ-3  
20:00 «Грозные ворота» [16+] Рен-ТВ  
23:15 «Пастораль» [16+] Первый канал  
00:00 «Судья» [16+] НТВ  
00:40 «Забывшая обо всем» [16+] Россия 1

#### Спорт на Матч-ТВ

- 06:00 Смешанные единоборства. Опе FC. Трансляция из Таиланда. Прямая трансляция [12+]  
09:30 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России. Трансляция из Новосибирска. Прямая трансляция [12+]  
13:25 Пляжный футбол. Московский международный кубок. «Коринтианс» (Бразилия). Прямая трансляция [12+]

14:55 Пляжный футбол. Московский международный кубок. «Локомотив» (Россия) – «Аль Амерат» (Оман). Прямая трансляция [12+]

21:00 «Мизантроп» [18+] СТС  
В новогоднюю ночь стрелок-маньяк под гром фейерверков убивает десятки людей в центре города. Главный следователь ФБР Ламмарк подключает к делу полицейскую Элеанор. Вместе они должны поймать психопата и предотвратить следующую трагедию.

#### Документальные фильмы и научно-популярные программы

- 07:00 «Российская дипломатия» [12+] НТВ  
11:10 «Неизвестные маршруты России» (Тульская область. Из Тулы в Лукино) [12+] Культура  
12:15 «Архитектор времени» [12+] Первый канал  
15:05 «Преодоление. Лев Термен. Электрификация звука» [12+] ОТР  
16:55 «Специальный репортаж (Герои. Десант на линии огня)» [12+] Первый канал



17:00 Футбол. МИР Российская премьер-лига. «Зенит» (Санкт-Петербург) – «Ростов» (Ростов-на-Дону). Прямая трансляция [12+]

20:30 Смешанные единоборства. UFC. Кори Сэндхаген против Умара Нурмагомедова. Трансляция из ОАЭ. Прямая трансляция [16+]

01:40 Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. BMX. Гонка. Трансляция из Саранска [12+]

03:00 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России. Трансляция из Новосибирска [12+]

17:15 «Следствие вели...» [16+] НТВ  
17:25 «Роман в камне. Архитектурные шедевры мира» (Ярославль. Замок Никиты Понизовкина) [12+] Культура

23:00 «Женский стендап» [16+] ТНТ

Здесь нет запретных тем. Героини говорят о том, что их не устраивает в отношениях, высмеивают стереотипы семейной жизни и заявляют, что быть хорошей матерью очень сложно. Хочешь узнать, о чем думают женщины, смотри «Женский стендап».

22:15 «Звезды против СССР» [16+] ТВЦ

В 90-х некоторые артисты заговорили о ненависти к советскому режиму. За что Михай Волонтир призывал гнать русских? Почему Вахтанг Кикабидзе отказался от ордена Дружбы народов? Как Олег Видов на 15 лет лишил детей любимых мультфильмов?



- 19:15 «Михаил Задорнов: вся жизнь» (7-я серия) [16+] Первый канал  
23:00 «Следствие ведет КГБ» [16+] ТВЦ  
23:50 «Обжалованию не подлежит (Гармонист)» [16+] ТВЦ  
00:30 «Прощание» [16+] ТВЦ  
01:40 «Искатели. Дракон Голубых озер» [16+] Культура

#### Детское время

- 05:00 Мультфильмы [0+] СТС  
06:00 «Ералаш» [6+] СТС  
07:05 М/ф «Приключения домовенка» [0+] Культура  
07:35 М/ф «Сказка для Наташи» [0+] Культура  
08:05 М/ф «Ну, погоди!» [0+] Культура  
09:45 М/ф «Леди Баг и Супер-кот» [6+] ТВ-3  
13:50 М/ф «Ералаш» [0+] Карусель

17:00 М/ф «Сказочный патруль» [6+] Карусель

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

- 07:00 «С бодрим утром!» [16+] РЕН ТВ  
08:35 «По секрету всему свету» (Пермь) [12+] Россия 1  
09:25 «Едим дома» [12+] НТВ  
10:00 «Самая полезная программа» [16+] РЕН ТВ  
10:40 Шоу «Уральских пельменей» [16+] СТС  
10:40 «Классная тема» [12+] Культура  
11:00 «Живая еда с Сергеем Малоземовым» [12+] НТВ  
11:00 «Битва экстрасенсов» [16+] ТНТ  
11:05 «Поехали!» [12+] Первый канал  
11:50 «Доктор Мясников» [12+] Россия 1  
13:00 «В кругу друзей» [12+] Россия 1  
14:50 «Юмор! Юмор!! Юмор!!!» [12+] Россия 1  
16:20 «Своя игра» [12+] НТВ  
17:50 «Привет, Андрей!» [12+] Россия 1  
18:20 «Эксклюзив» [16+] Первый канал  
20:00 «Основано на реальных событиях» [16+] НТВ  
20:05 «Кто хочет стать миллионером?» [12+] Первый канал  
21:35 «Сегодня вечером» [16+] Первый канал

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 4 АВГУСТА

17:35 «Сколько живет любовь» [16+] ТВЦ

Учительнице Вере Алексеевне трудно найти общий язык с хулиганом и второгодником Сашей. Она решает подтянуть парня по своему предмету. На занятиях тот признается ей в любви. Вера замужем, ее пугает разница в возрасте и настойчивость Саши.



#### Художественные фильмы и сериалы

- 06:30 «Каникулы строгого режима» [12+] 5 канал  
09:30 «Не надо печалиться» [16+] ТВЦ  
11:55 «Шестнадцатая весна» [12+] Культура  
12:35 «Мачеха» [0+] ТВЦ  
13:40 «А у нас во дворе» [16+] Первый канал  
18:15 «Последний визит» [16+] Культура  
18:45 «Кто я» [18+] ТВ-3  
20:15 «Близнец» [18+] 5 канал  
23:30 «Отчаянные аферистки» [16+] СТС  
23:30 «Кремень. Освобождение» [16+] Рен-ТВ  
00:30 «Любовь на сене» [16+] Россия 1

#### Спорт на Матч-ТВ

- 06:00 Бокс. Vane Knuckle FC. Бритейн Харт против Тэйлор Старлинг. Трансляция из США. Прямая трансляция [16+]  
09:30 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России. Трансляция из Новосибирска. Прямая трансляция [12+]  
13:25 Пляжный футбол. Московский международный кубок. Матч за 3-е место. Прямая трансляция [12+]

14:55 Пляжный футбол. Московский международный кубок. Финал. Прямая трансляция [12+]

22:00 «Мрачные небеса» [16+] ТВ-3  
Странные вещи происходят в обычной семье из пригорода. Электронные приборы без причины отключаются. Всюду находят мертвых птиц. Это загадочные существа, прилетевшие с другой планеты в поисках новой жизни, охотятся на детей, живущих в доме.



17:30 Смешанные единоборства. UFC. Кори Сэндхаген против Умара Нурмагомедова. Трансляция из ОАЭ [16+]

20:15 Футбол. МИР Российская премьер-лига. «Ахмат» (Грозный) – «Локомотив» (Москва). Прямая трансляция [12+]

- 13:50 «Страна птиц. Правила птичьего леса» [12+] Культура  
14:30 «Специальный репортаж» [16+] ТВЦ  
15:00 «Дорогие товарищи» [16+] ТВЦ  
15:55 «Русские тайны. Нечистая сила» [16+] ТВЦ  
16:30 «Загадки века. Румыния. Забытый агрессор» [16+] Звезда  
16:35 «Нобелевские победы российской науки (Жорес Алферов)» [12+] Культура

13:00 «Неизвестная история» [16+] Рен-ТВ

Что бы было, если бы Берии не убили? Что связывает крыс, американца, которому вводили плутоний, и Фрейда? Как советская Москва оказалась под угрозой эпидемии чумы? Кто превратил графа Дракулу в воплощение зла? Все это – в программе.



- 07:05 М/ф «Ну, погоди!» [0+] Культура  
07:00 М/с «Отель у овечек» [0+] СТС  
08:00 М/ф «Леди Баг и Супер-кот» [6+] ТВ-3  
09:30 М/ф «Леди Баг и Супер-кот» [6+] ОТР  
17:00 М/ф «Сказка сказок» [6+] ОТР

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

- 06:55 Шоу «Играй, гармонь любимая!» [12+] Первый канал  
07:40 «Часовой. Специальный выпуск ко Дню Воздушно-десантных войск» [12+] Первый канал  
08:20 «У нас выигрывают!» [12+] НТВ  
08:35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым (Анастасия Немоляева и Вениамин Скальник) [12+] Россия 1

- 09:25 «Утренняя почта с Николаем Басковым» [12+] Россия 1  
10:10 «Сто к одному» [12+] Россия 1  
10:20 «Первая передача» [16+] НТВ  
10:50 «Жизнь своих» [12+] Первый канал  
11:05 «Повара на колесах» [12+] Первый канал  
11:30 «Как люди живут» [16+] Пятница  
11:50 «Дачный ответ» [12+] НТВ  
12:15 «Видели видео?» [6+] Первый канал  
13:00 «Большие перемены» [12+] Россия 1  
14:40 «Парад юмора» [16+] Россия 1  
16:20 «Своя игра» [12+] НТВ  
17:00 «Последний герой. Русский сезон» [12+] ТВ-3  
17:15 «Следствие вели...» [16+] НТВ  
17:45 «Шоу «Уральских пельменей» [16+] СТС  
17:50 «Песни от всей души» [12+] Россия 1  
18:30 «Выжить в Дубае. Возвращение» [12+] ТНТ  
19:00 «Две звезды. Отцы и дети» [12+] Первый канал  
20:00 «Основано на реальных событиях» [16+] НТВ  
22:00 «Русская дорога» [12+] СТС  
23:00 «Шоу Воли» [16+] ТНТ  
23:00 «Подкаст.Лаб» [16+] Первый канал

#### Документальные фильмы и научно-популярные программы

- 07:05 «Расследование Эдуарда Петрова» [12+] Россия 24  
11:25 «Моя история. Наталия Белохвостикова» [12+] ОТР  
11:30 «Легенды и мифы» [16+] Рен-ТВ  
13:20 «Музеи без границ. Самарский областной историко-краеведческий музей имени П.В. Алабина» [12+] Культура

06:15 «Простоквашино» [0+] Пятница

19:40 «Легенды советского сыска. Годы войны» [16+] Звезда  
Цикл документальных фильмов посвящен уголовным делам, которые вели в годы войны. Тогда для сыщиков работы было не меньше, чем в мирное время. Пока лучшие люди страны билась с врагом, в столице активизировались карманники, грабители, убийцы.





# Бесплатные развлечения Москвы

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



## Выставка «Хорошее воспитание»

до 18 августа,  
вт.–вс. с 12:00 до 21:00



Московский музей современного искусства в Ермолаевском переулке представляет выставку фэшн-фотографий современных российских авторов. Посетители увидят пленочные кадры Булата Арсланова с социальным подтекстом, работы Дмитрия Булина на стыке живописи и кинематографа, фольклорные произведения Алексея Дунаева, чувственные снимки Николая Ефимцева и не только.

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

## Зеленая школа Мельника Кузьмы

30–31 июля  
в 11:00



На природной территории «Кузьминки-Люблино» проходят занятия летней школы – в вольерном комплексе, дендросаду и эко-классе. Мельник Кузьма и его помощники научат детей работать на огороде, проведут мастер-классы по развитию творческих навыков, познавательные игры, научные опыты и эксперименты, экскурсии и даже уроки физкультуры.

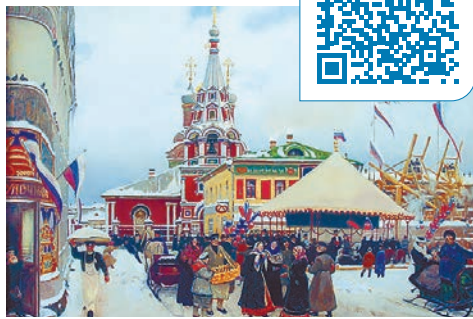
**Расписание:** 30 июля – «Берегите тигров, детки!» (зарядка, лекция о многообразии кошачьих). 31 июля – «Мистер Колючкин» (зарядка, рассказ о ежах, мастер-класс).  
Подробную информацию можно уточнить по телефону: 8 (495) 377-35-93 или отправить письмо на почту [kuzeco@yandex.ru](mailto:kuzeco@yandex.ru).

**Адрес:** ул. Кузьминская, 10  
**Метро:** Кузьминки

## Игра «Как торговали в Древней Руси»

10 августа  
в 14:00

Музей Москвы и Газпромбанк проводят интерактивную игру для детей, посвященную особенностям древнерусской торговли, а также системе мер и весов. Дети узнают, как велась торговля на Руси: познакомятся с древними эталонами длины, попрактикуют измерение в локтях и ладонках и попытаются понять, как раньше взвешивали сыпучие продукты.



**Участие по регистрации.**  
**Адрес:** Зубовский бул., 2  
**Метро:** Парк Культуры

## Музей-мастерская Зураба Церетели

13 августа  
в 12:00

В Музее-мастерской Зураба Церетели представлены живопись, графика, мелкая пластика, эмаль и мозаика, созданные худож-

ником, а во внутреннем дворе находится парк скульптур. На трех этажах размещено более 250 произведений автора. Гости узнают о творческом пути мастера, связи его работ с направлением модернизма, а также увидят уникальные объемные эмали, ставшие визитной карточкой Церетели.



**Регистрация**  
**Адрес:** Большая Грузинская ул., 15  
**Метро:** Краснопресненская



## Фестиваль искусств «Горький в Парке Горького»

8–11 августа,  
в течение дня



В Парке Горького гостей ждут спектакли, карнавальное шествие, иммерсивное шоу и театральные лаборатории с участием зарубежных режиссеров. Фестиваль посвящен творчеству писателя Максима Горького. Среди мероприятий: спектакль-концерт с участием народного артиста России Евгения Миронова и Московского государственного академического камерного хора под руководством народного артиста СССР Владимира Минина, карнавальное шествие «Горький, домой» и постановка для детей «Каждый шорох».

Подробное расписание появится позже на сайте парка.

**Адрес:** ул. Крымский Вал, 9  
**Метро:** Парк Культуры, Октябрьская

## Фестиваль «Спасская башня»

до 21 сентября

В московских парках в исполнении военных музыкантов можно послушать популярные композиции разных жанров – от классики до рок-музыки.



**Расписание:** 28 июля в 16:00, парк «Кузьминки» – сводный оркестр Алабинского военного гарнизона;  
3 августа в 16:00, парк «Усадьба Люблино» – оркестр войск национальной гвардии РФ;  
10 августа в 16:00, Перовский парк – военный оркестр войсковой части № 83466;  
17 августа в 16:00, Гончаровский парк – показательный оркестр МЧС России;  
7 сентября в 16:00, парк «Ангарские пруды» – военный образцовый оркестр Почетного караула;  
14 сентября в 16:00, парк «Фили» – оркестр Военного университета;  
15 сентября в 16:00, парк Олимпийской деревни – Центральный оркестр ФСИН России;  
21 сентября в 16:00, ландшафтный парк «Митино» – оркестр курсантов военного института.

## Фестиваль японской культуры «Хару»

10 августа  
с 12:00 до 18:00

В Институте иностранных языков студенты-японисты приготовили захватывающее косплей-дефиле, демонстрационные выступления мастеров кюдо, а также мастер-классы по оригами и каллиграфии. Гости смогут примерить традиционные японские юкаты и выбрать сувениры на память.



**Адрес:** Малый Казенный пер., 5Б  
**Метро:** Курская

## Экспозиция «Москва в миниатюре»

вт.–вс.  
с 10:00 до 20:00

На Сиреневой аллее ВДНХ расположен павильон «Макет Москвы» площадью 429 квадратных метров. Здесь можно почувствовать себя Гулливером, с высоты разглядывающим Красную площадь, фабрику «Красный Октябрь», Китай-город и Крымскую набережную. В масштабе 1:400 воссозданы 23 тысячи миниатюр.

Макет очень реалистичен: в положенное время на Спасской башне бьют куранты, с Храма Христа Спасителя раздаются мелодичный звон, реки подернуты рябью, а на зданиях воссозданы барельефы и панно.

Каждый час по будням и каждые полчаса по выходным с 11:00 до 19:00 для гостей проходят светотехнические шоу: «История Москвы», «Времена года», «Мегаполис Москва», «Архитектурные стили» и другие.



**Адрес:** просп. Мира, 119  
**Метро:** ВДНХ, Выставочный центр

## Экскурсия «Царицыно – здесь сущий рай»

31 июля  
в 18:30

Участники экскурсии узнают, какое событие определило стиль построек императорской резиденции, кто говорил о себе: «Я родился художник», что такое «нежная готика», на что пришлось пойти архитектору ради завершения многолетнего труда, почему отстроили зодчего, какую постройку называли «замком Черномора» и «уродом архитектуры». Увидят самый большой в столице музыкальный водомет, Верхний и Средний пруды, древнейший памятник заповедника, воплощенные и утраченные части задумки «бумажного» зодчего, архитектурный ансамбль и его «обманки», Большой дворец, Земляную пирамиду, трехсотлетний дуб и многое другое.

**Регистрация.**  
**Место встречи:** метро «Царицыно», выход № 2



## Ярмарка локальных брендов

27–28 июля  
с 12:00 до 21:00



В Москву впервые приедет петербургский проект «Провокатор маркет». В ярмарке с диско-настроением на «Хлебозаводе № 9» примут участие российские дизайнеры, бренды товаров для дома, игрушек, гастрономии и не только.

Модное пространство наполнится дизайнерской одеждой и аксессуарами на разные случаи жизни. Посетители окупятся в настроение летней дискотеки с танцами под виниловые пластинки – из Санкт-Петербурга приедет постоянный диджей проекта Тем G. Кроме того, на ярмарке можно будет посетить бесплатные мастер-классы по катанию на квадах – четырехколесных роликовых коньках.

**Адрес:** ул. Новодмитровская, 1  
**Метро:** Дмитровская

Эльвира ЯКУПОВА

## БИБЛИОТЕКА № 259



27 июля

### ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ «ВСЮ ЖИЗНЬ СВОЮ НЕСУ Я РОДИНУ В ДУШЕ» (10+)

К 95-летию со дня рождения писателя, режиссера, сценариста, актера В.М. Шукшина состоится беседа с презентацией. Участники беседы постараются ответить на вопросы: актуально ли творчество Шукшина? Почему героев Шукшина называют чудаками? Отрывки из кинофильмов и чтение рассказов вслух дополняют беседу. **Начало в 16:00.**

3 августа

### «В НОГУ С МОСКОВСКИМ: АЛЛЕЯ ЗАГАДОК» ИНТЕРАКТИВНАЯ ПРОГРАММА, СЕМЕЙНАЯ ПРОГУЛКА. (6+)

Во время прогулки по аллеям города Московского участники узнают интересные факты о местной флоре и фауне, поучаствуют в краеведческой викторине. **Начало в 13:00.**

## «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



27 июля

Мастер-класс «Здоровье через танец». Танцы помогают обрести легкость движений, ощутить радость жизни и раскованность. Ждем вас! **Начало в 15:30.**

28 июля

«Оздоровительный цигун» с Гульнур Тагировой – это мастер-класс для увеличения здоровья и улучшения контакта со своим телом. Растяжки и плавные движения помогут вам успокоить разум и эмоции, улучшить настроение. **Начало в 17:00.**

29 июля

Встреча клуба «Зумба Голд». Присоединяйтесь к дружной компании единомышленников, любящих оздоровительные танцы под веселую музыку. Зумба – прекрасное начало дня! **Начало в 11:00.**

30 июля

Ждем вас на музыкальной программе Марины Басиной. Для вас прозвучат песни и стихи в исполнении творческих участников клубов ЦМД «Московский», а также вы откроете для себя новые имена на нашей сцене. **Начало в 16:00.**

31 июля

Встреча клуба «Йога – как способ жизни на Земле». Упражнения из йоги работают с мышцами всего тела, а растяжки помогают улучшить гибкость. **Начало в 11:00.**

1 августа

На музыкальном квартирнике выступит Сергей Колесников и исполнит песни под гитару. В его богатом репертуаре – песни разных жанров, много шлягеров, где вы сможете присоединиться и подпеть. **Начало в 16:00.**

2 августа

Встреча клубов по игре в настольный теннис. Развивая ловкость и быстроту реакции, вы каждый раз заряжаете себя позитивом и энергией. **Начало в 16:00.**

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



## УДОБНЫЙ ГОРОД

## НАШ ОПРОС

## Пешеходных переходов станет больше

Недавно завершилось обустройство «зебры» в проектируемом проезде № 7806 вблизи ЖК «Хоум Сити». Скоро подобные работы начнутся на улице Никитина и в поселке Института полиомиелита.

Как сообщил главный специалист отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения Московский Александр Нарольский, в ближайшее время дорожную разметку для пешеходов начнут наносить у дома № 8 на улице Никитина.



«Зебра» появится на въезде в поселок Института полиомиелита в течение лета

Также принято решение обустроить переход в поселке Института полиомиелита вблизи автомобильной заправочной станции.

По обращениям граждан вопрос пешеходного перехода был рассмотрен на комиссии по безопасности дорожного движения, и принято положительное решение, – рассказал глава поселения Московский Владимир Чирин. – Переход здесь необходим, он позволит повысить уровень безопасности пешеходов на этом участке дороги по пути от остановки общественного транспорта к существующему тротуару вдоль Центра Чумакова.

Мария БЕРЕЗКИНА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



## БЛАГОУСТРОЙСТВО

## Кустарникам освежают кроны

На бульвары Московского вышли озеленители.

В разгар лета специалисты ровняют кроны, обрезают сухие веточки, пожухлые листочки, а у основания стригут и прореживают траву. – В соответствии с санитарными требованиями, как правило, раз в две недели мы обрезаем кустарники, – рассказывает ведущий специалист отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения Московский Суганат Мусаева. – В засуху кусты растут не так активно. Если прошел дождь, растения сразу разрастаются веточками в разные стороны, теряют прежнюю форму. Тогда мы оперативно приводим их в порядок и возвращаем прежний вид.

Подобные работы проходят в течение сезона до глубокой осени. Чтобы шум техники не мешал жителям, их проводят не в ранние или поздние часы, а в дневное время.

Самые приспособленные к городской среде – кизильник и дерен. Они хорошо приживаются на нашей почве и уже запланированы к посадке в 3-м микрорайоне после благоустройства территории.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ

# Как жители Московского СПАСАЮТСЯ ОТ ЖАРЫ

В столице в этом году выдалось необычайно знойное лето. Но наши земляки из Московского не сдаются. У каждого собственные методы борьбы с высокими температурами, а многие рады теплу: говорят, так и должен выглядеть правильный июль в зените.



Анвар Мамин,  
житель микрорайона Первый  
Московский город-парк:

– Стараемся гулять с женой и сыном в тенистых местах, где есть ветерок. Например, в парках 3-го микрорайона по экотропе и в «Филатовом лугу». Можно принять холодный душ, если уж слишком жарко, но, правда, это дает кратковременный эффект.



Вера Дондова,  
жительница «Испанских кварталов»  
поселения Сосенское, любит гулять  
в Московском:

– Всей семьей проводим много времени на улице. Муж с детьми катаются на велосипедах, а я прогуливаюсь, наслаждаюсь тишиной, природой. Вообще я северный человек, поэтому тяжело переношу жару. В самое пекло стараюсь поменьше двигаться и снизить физические нагрузки. Но жара только поначалу усложняет жизнь, со временем организм адаптируется.



Лидия Алексеевна Молчанова,  
жительница 1-го микрорайона:

– В полдень вообще не стоит выходить на улицу. Лучше гулять утром и вечером.

Если все же есть необходимость выйти, то стараюсь либо вообще не пить, либо отдавать предпочтение минеральной или подсоленной воде. Это для того, чтобы восстановить в организме потерю солей и микроэлементов, которые выходят с потом. Люди на Востоке, например, вообще воду в жару не пьют. А еще ношу светлую хлопковую одежду с длинными рукавами, чтобы укрыть тело от солнечных лучей. Ну и, конечно, обязателен головной убор. Если эти рекомендации соблюдены, можно спокойно выходить дышать свежим воздухом – это даже полезнее, чем сидеть дома. Ну а в квартире предпочитаю легкий сквозняк кондиционеру, хоть он у меня есть.



Елена Коньшина,  
юрист, жительница микрорайона  
Град Московский:

– Перед началом жарких дней обычно вешаю дома плотные занавески, тогда солнечные лучи не проникают в квартиру, и в комнате гуляет легкий ветерок. Ну и еще обожаю гулять в тенистом «Филатовом лугу». По секрету скажу – самая густая тень на площадке с качелями, да и кататься на них «с ветерком» – отдельное удовольствие.

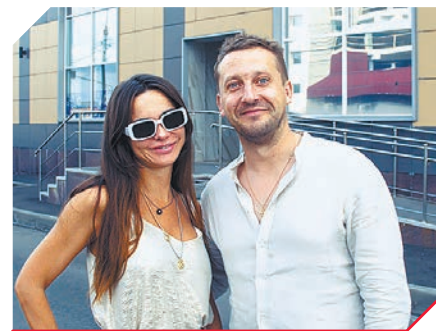


Мария Марецкая,  
жительница 3-го микрорайона:

– У меня нет кондиционера, я не принимаю ледяной душ и не пью освежающих напитков – в общем, живу так же, как если бы жары и не было.

Разве что стараюсь носить натуральные ткани, льняную одежду. Регулярно хожу на массаж, чтобы избавиться

от отеков и жидкостей в тканях, виной которым как раз жара и повышенная влажность. И много гуляю – у меня собака, поэтому выходить с ней на улицу мне приходится в любую погоду.



Юлия Королева  
и Евгений Пилюгин,  
жители микрорайона Первый  
Московский город-парк:

– Мы не просто любим – обожаем лето и стараемся по максимуму ему радоваться, пока не наступила осень. В прямом смысле наслаждаемся жарой и надеемся, что она продержится как можно дольше.

Можно сказать, потеем и радуемся! Недавно играли на площадке в теннис в самое пекло, под палящим солнцем – такие кайфовые ощущения, хоть каждый день пусть будет так. Потому что жаркие дни на самом деле мимолетны, и их не так уж и много. И совсем незачем от них спасаться.



Павел Шалутин,  
житель микрорайона  
Град Московский:

– В самый пик жары я, как правило, сижу дома под включенным кондиционером. В остальное время стараюсь много гулять, весело проводить время с друзьями. Перед долгими пешими прогулками одеваю в легкую «дышащую» одежду, беру бутылку холодной воды. Однако обычно мы с компанией предпочитаем поездки на машине, поэтому меня везде выручает кондиционер.

Алина КАЛАШНИКОВА  
Фото автора

## Какой будет Гаврила – такая и осень

Народный праздник Гаврила Летний отмечается 26 июля 2024 года (по старому стилю – 13 июля). Православная церковь в этот день почитает архангела Гавриила.

Наши предки славяне отмечали этот день ударным трудом, убирая созревшее зерно и сено с полей. Траву хорошо просушивали, расстилая на земле, чтобы не осталось влажных стеблей и листьев. Запрещенный пучок мог погубить большую часть стога. Молились Божьей Матери о том, чтобы хватило сил завершить все работы на земле до наступления сезона дождей. По народным поверьям считалось: какая погода будет в этот день, такой будет



## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

и осенняя пора. Гаврила дождливый – к холодной и снежной зиме, да и будущий урожай погибнет. Если день теплый – к мягкой зиме. Грачи и другие птицы держатся стаями – к ранней осени.

Мария БЕРЕЗКИНА  
Фото Виктора ХАБАРОВА