



# МОСКОВСКИЙ сегодня

№ 31(395)  
23.08.2024

Информационно-аналитическая  
газета поселения Московский  
в городе Москве



София Надеяева из Дворца культуры «Московский» в свободное время тоже читает «МС»



Тот самый первый номер газеты

## Газете «Московский сегодня» – 10 лет

Первый номер нашего издания вышел в свет 28 августа 2014 года.

В том стартовом номере первую полосу открывала колонка главы администрации поселения Московский Дании Андреевой. «Наше издание – о жителях Московского, о волнующих их актуальных темах, – обращалась со страниц газеты к жителям Дания Абдулбаровна. – Любому горожанин может стать героем одной из рубрик. Нам очень важно не только рассказать, но и знать, что вам понравилось, что – нет. Еще важнее то, что вы сможете принимать активное участие, присылая в редакцию интересую-

щие вас вопросы. Ведь газета – это живой организм, отражающий настроение и мнение читателей».

Мы действительно все эти годы являемся своеобразным зеркалом – пишем про все важнейшие мероприятия в Московском. Про открытие парка и метро «Филатов Луг», запуск автобуса № 333 до Рассказовки, открытие здания пожарно-спасательного отряда № 313, подстанции скорой помощи в Граде и больницы в Коммунарке, про сложный год пандемии, изобретение вакцины «Ковивак», про наших геро-

ических волонтеров и активных жителей».

С тех пор вырос тираж – от 10 до 40 тысяч экземпляров, газета выходит раз в неделю и распространяется бесплатно. По-прежнему мы ждем от вас, дорогие читатели, писем и звонков по редакционному телефону 8 (495) 841-90-16. Очень радуемся, когда вы сообщаете нам интересную тему или даже ругаетесь, если вдруг в подъезд не принесли газету – значит, мы по-настоящему вместе. И остаемся на связи!

Ваш «Московский сегодня» ■

### БЛАГОУСТРОЙСТВО

## Лето вернулось с фонтаном

С приходом теплой августовской погоды «водная достопримечательность» возобновила свою работу на обновленной площади перед ДК «Московский».



Депутат Ирина Иванова

В этом году фонтан на главной площади уходил на «летние каникулы» в связи с ремонтом плиточного покрытия перед Дворцом культуры. Чтобы не допустить засорения механизма, специалисты законсервировали его. Сейчас, когда благоустройство площади близится к концу, водно-музыкальный аттракцион снова может радовать жителей. Пуско-наладочные работы прошли в начале этой недели, – рассказала депутат Совета депутатов, директор ДК «Московский» Ирина Иванова.



Фонтану рады и дети, и взрослые

Как сообщили в администрации поселения, фонтан будет работать до первых заморозков. Так что, если с погодой повезет, мы еще успеем полюбоваться им до наступления холодов.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Новая дорога станет дополнительным выездом на Киевское шоссе из 10-й фазы ПМГП

## Подъезд к школам и поликлинике достраивают

Строящийся участок дороги от улицы Никитина до домов 10-й фазы вдоль проектируемого проезда № 7030 планируется ввести в эксплуатацию до конца сентября.

Об этом сообщили в пресс-службе застройщика. На данный момент здесь завершаются вывоз грунта, укладка тротуара и обустройство газонов. Началась подготовка

к укладке верхнего слоя асфальта.

Общая протяженность первого этапа – около 600 метров, а всей дороги – порядка двух километров. Дорога обеспечит удобный

подъезд к строящимся школе искусств и общеобразовательной школе, а также планирующейся здесь поликлинике. Кроме того, это будет дополнительный выезд на Киевское шоссе из микрорайона Первый Московский город-парк. Новая дорога будет иметь по две полосы движения в обе стороны и широкий троту-

ар из брусчатки. На этом участке будут расположены два павильона для остановки городского транспорта. После ввода в эксплуатацию существующий проезд вдоль улицы Никитина станет дублером новой дороги и будет предназначен для выезда из дворов.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА

### МЕНЯЕМСЯ К ЛУЧШЕМУ



## Оборот высокотехнологичных производств вырос вдвое

Почти 50 процентов оборота обеспечили производители компьютеров и периферийного оборудования.

Оборот столичных высокотехнологичных производств в январе–июне этого года вырос в 2,2 раза в сопоставимых ценах. Он составил 512,1 миллиарда рублей. Об этом рассказал Сергей Собянин в своем телеграм-канале.

Около 16 процентов пришлось на компании, которые выпускают контрольно-измерительные и навигационные приборы и аппараты, а также часы. Еще более 13 процентов обеспечили предприятия в сфере производства электронной аппаратуры и печатных схем (плат).

Лидерами роста по итогам первого полугодия стали компании, выпускающие бытовую электронику. За год их оборот увеличился в 72,5 раза.

Малые предприятия стали драйверами развития отрасли. За шесть месяцев этого года их оборот составил 212,9 миллиарда рублей.

## Дома по реновации – по индивидуальным проектам

Благодаря этому формируется новый облик многих районов Москвы.



Мэр Сергей Собянин на встрече с жителями

Для всех фасадов домов, которые строят по программе реновации, разрабатывают индивидуальные решения. Для этого специалисты используют уникальные детали, материалы и цвета.

«В столице есть утвержденные стандарты отделки и благоустройства жилья. Но это не значит, что здания получаются одинаковыми. Наоборот, у каждого проекта – свое архитектурное исполнение. Например, фасады жилого комплекса на улице Гаврикова украсят сложным декором, на улице Николая Химущина – сделают волнистыми», – рассказал мэр Москвы.

При отделке дома на улице Корнейчука специалисты используют стальные кассеты и панели насыщенного красного цвета. Для новостройки на Открытом шоссе выбрали несколько оттенков зеленого, а для дома на Профсоюзной улице – серо-лиловый и розовый.

Таким образом, благодаря программе реновации создается новый облик многих районов города.

По материалам mos.ru



Озеленители – депутаты и активные жители – на высадке кизильника

## По кусточку – в дружный ряд

В микрорайоне Первый Московский город-парк на улице Москвитина вдоль бульвара высадили живую изгородь из кизильника.

В совместной акции по озеленению вместе с жителями приняли участие депутаты Совета депутатов поселения Московский Ирина Иванова и Андрей Антонов. С первой минуты, надев перчатки, темп задала Ирина Иванова: «Мужчины – за лопаты, женщины – за кустарники», – воодушевила к началу работ директор ДК «Московский».

Осторожно, чтобы не нарушить корневой системы, Ирина Алексеевна вынимает из горшка вместе с грунтом первое растение и укладывает его в лунку, после чего берет в руки лопату и присыпает землей, слегка утрамбовывая почву. Пробуя ее на ощупь, замечает: «Земля влажная, хорошая». Обратив внимание на мои неловкие движения, не отвлекаясь от работы, дает мастер-класс: «Аккуратно, не повредите шейку ствола, а землю надо утрамбовать, чтобы



Депутат Андрей Антонов

воздух не поступал. Но не сильно – слегка». В стремлении помочь рядом оказываются двое мальчишек. Как выясняется, братья Али и Имран. Али радостно подсыпает землю. «Плотные комья



Депутат Ирина Иванова участвует в посадке растений

лучше разбить и измельчить, а камни откинуть в сторонку», – объясняет Ирина Алексеевна юному помощнику. Мальчишки с радостью делают так, как сказали взрослые. За соседними с детьми лунками – папа Вайс с лопатой в руках и мама Лиана держит кустик. Семья Рзаев в полном составе.

– Мы впервые всей семьей участвуем в озеленении любимого города, – говорит Лиана. – Соседи позвали. С радостью пришли все вместе. В доме живем уже семь лет. Хочется, чтобы под окнами было красиво. Дети научатся сажать растения, и на следующих каникулах поедем бабушке с дедушкой помогать.

– Я теперь обожаю кустарники, – бойко соглашается Имран. По другую сторону уже проявляющей себя стройным рядом живой изгороди главный специалист отдела по благоустройству и содержанию территории администрации поселения Московский Александр Нарольский рассказывает о кустарнике:

– Это кизильник. В городских условиях он неприхотлив, хорошо переживает зиму и краси-

во цветет. Растениям около трех лет, они окрепли и хорошо приживутся. Стараемся сажать их плотно.

Всего вдоль бульвара в ходе озеленения высадили более 200 растений. При посадке учитывается расположение подземных коммуникаций и ширина газона: она должна быть не менее двух метров. Депутат Совета депутатов поселения Московский Андрей Антонов здесь живет более 30 лет.

– Московский всегда был очень зеленый. Как депутат, часто общаюсь с жителями, и одна из главных просьб связана с озеленением. Кроме того, подобные мероприятия – прекрасная возможность всем вместе встретиться, пообщаться и провести время с друзьями, соседями, коллегами.

Депутата поддерживает военный юрист, жительница Града Московского Елена Коньшина:

– Сегодня прекрасный день, хорошая погода, свежий воздух. Очень здорово, что мы собрались. Раньше рядом с домом всем двором устраивали субботники – вместе с соседями высаживали цветы и другие растения. Эта традиция всех сплачивает. Поэтому очень важно ее продолжать.

Вот так дружно, в разговорах, кустик за кустиком, на улице Москвитина, напротив дома № 7 выросла живая изгородь, отделяющая тротуар от проезжей части. Пока она совсем юная, но, как приживется, обретет пышный вид, который будет радовать не только жителей близлежащих домов, но и спешащих мимо прохожих.

Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Фото Виктора ХАБАРОВА

## Московский рулит



Депутат Людмила Скаринка и медбрат Алексей Синькин



Депутат Сергей Лебедев и педагог Евгения Тербова



Старт веселого заезда объявил депутат Мосгордумы Александр Козлов



Маленьких спортсменов поддерживали мамы

Последние недели летних каникул выдались очень насыщенными на уличные мероприятия. 15 августа юных жителей нашего города пригласили на конкурсную развлекательную программу «Московский рулит», приуроченную к Году семьи.

В анонсе мероприятия было объявлено, что нужно обязательно захватить с собой беговелы, самокаты или велосипеды, ведь планируется заезд по дорожкам парка «Филатов луг».

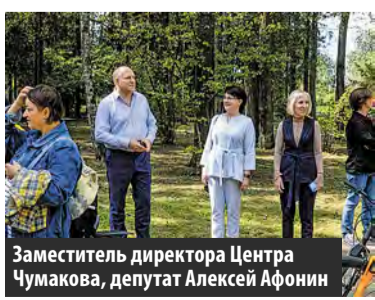
Дети стартовали по возрастным группам, от самых маленьких до подростков. Самым младшим участникам не исполнилось и трех лет. Они ехали на четырех-

колесных самокатах. Старт первому заезду дал депутат Мосгордумы Александр Козлов.

«Пользуйтесь последними теплыми деньками лета на полную. Еще много интересных меропри-



На покатушках в парке «Филатов луг» пришло несколько десятков ребятшек



Заместитель директора Центра Чумакова, депутат Алексей Афонин

ятий впереди!» – поприветствовал он участников.

На финише, как и на настоящих соревнованиях, было все: и радость победы, и горечь поражения. Десятилетние близняшки Настя и Вероника признались корреспондентам «МС»:

«Я хорошо катаюсь, но из-за спешки съехала на траву и упала с велосипеда», – пожаловалась Вероника. Девочка с сестрой скоро переключились на следующий конкурс – фигурное вождение. Нужно было объезжать на велосипеде конусы, стараясь не задеть и не сбить их. В это время на площадке для мини-футбола играли в старинную русскую игру городки. Оказалось, что выбить сложенные деревянные цилиндры битой не так-то просто. А также можно было поучаствовать в конкурсе рисунков на асфальте. Тот, кто придумал и нарисовал самый креативный дорожный знак для обозначения места для езды на велосипедах, был объявлен победителем конкурса. Завершилось мероприятие танцевальным флешмобом.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



ОБРАЗОВАНИЕ

# Собираем ребенка на учебу

«МС» проверил, можно ли сэкономить на школьной форме, если сделать все покупки онлайн, и узнал, во сколько обойдется родителям «набор первоклассника».

Тетрадкам точно ничего не будет, а вот ручки за год могут засохнуть. К тому же, зная о желании родителей сэкономить, магазины могут специально поднимать цены на востребованный товар. Например, одна шариковая ручка «BIC» в «Детском мире» стоит 33 рубля 90 копеек, а «выгодная» упаковка из таких же четырех ручек – 279 рублей, то есть 55 рублей 80 копеек за штуку.

Еще один известный способ потратить меньше – сделать все школьные покупки в интернете на маркетплейсах. Проверяем, так ли это, набирая по возможности равноценные «корзины первоклассника» в сетевом детском магазине офлайн, в дисконт-центре и на трех интернет-площадках.

Перед походом в магазин составляем список покупок. Это, кстати, тоже помогает экономить. Помимо минимального набора для основных уроков, ребенку, скорее всего, понадобятся принадлежности для уроков творчества и технологии. Если на родительском собрании классный руководитель не обозначил точный список нужных вещей, на первых порах лучше ограничиться минимумом.

## Ребенку в первый класс нужны:

- Портфель
- Школьная форма (рубашка и брюки для мальчика; блузка, юбка и колготы для девочки)
- Сменная обувь
- Сумка для сменной обуви
- Белая футболка
- Темные шорты
- Кроссовки
- Тетради в мелкую клетку
- Тетради в косую линейку
- Обложки для тетрадей
- Пенал
- Шариковые синие ручки
- Простые карандаши средней мягкости (ТМ)
- Цветные карандаши
- Ластик мягкий

- Линейка
- Точилка для карандашей
- Закладки для учебников
- Счетные палочки
- Веер с цифрами
- Альбом для рисования А4
- Акварельные краски
- Гуашь
- Баночка-непроливайка для воды
- Набор кистей для рисования
- Пластилин

На маркетплейсах выбираем популярные товары с самым высоким рейтингом и количеством отзывов. Это удобно, потому что времени на поиски уходит немного, а в советчиках оказывается не консультант, как в обычном магазине, а несколько тысяч таких же, как вы, родителей. Корзина на «OZON» обошлась в 8 559 рублей, на «Wildberries» – 11 752 рублей, на «Яндекс Маркете» – 10 446 рублей.

В «Детском мире» на улице Никитина минимальный школьный набор стоил нам 10 609,31 рублей. Почти столько же, как и на маркетплейсе, только времени на поход в магазин ушло почти в три раза больше, чем на онлайн-шопинг.

Еще один лайфхак – собрать школьный гардероб в дисконт-центре, где реализуются складские остатки и не распроданные на других площадках товары. Едем в магазин «Familia» ТРЦ «Саларис». Сразу становится понятно: придется покопаться, чтобы найти нужную вещь, зато, по слухам, есть шанс купить качественную одежду с большой скидкой. Набираем корзину по списку. Набор для школы в дисконте обошелся нам дороже всего – 16 956 рублей, к тому же не все предметы из списка удалось найти. С другой стороны, среди одежды и обуви на этот раз есть и брендовые вещи. Например, футболка «Adidas» и кроссовки «Puma» – все со скидкой в 70 процентов.

Подводим итоги: цены в онлайн- и офлайн-магазинах разли-

чаются мало, а значит, выбор, где покупать вещи к школе, – вопрос наличия времени и личных предпочтений. А вот в дисконте лучше охотиться за известными брендами по приятной цене.

## Как выбрать качественную одежду?

Эксперты «Росконтроля» при выборе школьной формы советуют обратить внимание на качество и состав ткани. Шерсть, хлопок, лен, шелк и вискоза обладают лучшими гигиеническими свойствами, чем синтетика, – то есть вспотеть в такой одежде сложнее, а впитываемость и воздухопроницаемость у нее выше.

Не рекомендуются к покупке вещи, в составе которых более 50 процентов полиэстера и акрила. А капрона, или иначе – нейлона, и вовсе должно быть не больше 20 процентов.

К детским блузкам и рубашкам требования еще выше, ведь надеваются они на голое тело. Содержание синтетических волокон в них не должно превышать 30 процентов.

## Поможет ли государство?

В Москве семьи с тремя и более детьми могут получить компенсацию за покупку школьной формы и учебных принадлежностей.

«Каждый год социальная компенсация индексируется. В 2024 году многодетным семьям выделили по 13 257 рублей на каждого обучающегося. Также ежегодная компенсационная выплата доступна семьям, в которых воспитываются дети в возрасте от 6 до 16 лет с инвалидностью. Им выделяют компенсацию в размере по 13 257 рублей на каждого ребенка школьного возраста», – сообщает Информационный центр правительства Москвы.

Деньги родителям детей с особенностями перечисляются автоматически, без заявлений. Многодетные семьи могут оформить выплату на портале mos.ru.

Также в Москве предусмотрены выплаты для семей с 10 и более детьми и адресная помощь для родителей в трудной жизненной ситуации.

По вопросам компенсации за подготовку ребенка к новому учебному году можно обратиться на горячую линию Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы по телефону: +7 (495) 870-44-44.

Дарья СОКОЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Будущая первоклассница Ляйсан Аляутдинова и ее мама Найля Ахмеджанова живут на улице Лаптева

## Сколько стоит собрать ребенка в школу?

Аналитики торговой площадки «Авито» посчитали, что комплект новой одежды и канцелярских принадлежностей в этом году обойдется родителям в 12 200 рублей для мальчика и 13 700 рублей для девочки. В базовый набор для мальчиков вошли брюки и рубашка; платье, юбка и рубашка – для девочек. Также в стоимость включили спортивный костюм и обувь для физкультуры, рюкзак, пенал с наполнением и комплект тетрадей.

Дороже будет оборудовать рабочее место школьника. Письменный стол, кресло и ноутбук будут стоить 41 500 рублей.

Опрос среди тысячи родителей из Москвы провел исследовательский центр портала Superjob.ru. «По средним оценкам, в столи-

це на сбор в школу тратят 16,5 тысячи рублей», – подвели итоги авторы опроса. При этом стоимость базового комплекта вещей выросла на 10 процентов по сравнению с прошлым годом. Тем не менее большинство родителей (84 процента) не планирует прибегать к помощи кредитов для сбора ребенка в школу.

## Можно ли сэкономить?

По данным аналитиков «Авито», если покупать одежду не в магазине, а «с рук», можно сократить расходы на 40 процентов. Средняя стоимость комплектов в таком случае обойдется родителям в 6 900 рублей для мальчика и 8 400 рублей для девочки.

Многие эксперты советуют закупать канцелярские принадлежности оптом на весь учебный год вперед, однако и тут есть нюансы.

# Вместе весело даже на полосе препятствий

В парке «Филатов луг» хором поют «Катюшу». Это участники патриотического квеста «Московский патриот» бодро шагают по дорожкам парка навстречу новому испытанию.

Всего их четыре – лазертаг, сборка-разборка автомата Калашникова, «медсанчасть» и полоса препятствий с разными спортивными упражнениями. В квесте участвовали дети от 7 лет и старше. Их разделили на четыре команды, каждая из которых по очереди проходила патриотические «станции». Игрой руководила команда аниматоров, приглашенная администрацией поселения Московский. Собралось много участников. Не-



Лазертаг в палаточном городке

которые дети присоединялись к командам спонтанно, увидев интересную «движуху» в парке.

«Дома скучно было, вот и пришла. Что в телефоне сидеть? Лучше подышать свежим воздухом и побегать», – поделилась участница квеста Алина Опря.

«У меня сын переставал участвовать, оказывал первую помощь. Мне кажется, это очень полезный навык, в жизни при-



Команды соревновались в перетягивании каната

Сборка и разборка автомата Калашникова

годится», – отметила жительница ПМГП Юлия Ноговицына, которая привела своего ребенка на квест.

– Наша задача – обучить детей начальным навыкам военной под-

готовки. А еще организовать команду, чтобы у них сложился коллектив, чтобы был командный дух, – объяснил аниматор Никита Фоминых. – Мне кажется, у нас сегодня это получилось.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



# В самое сердце

Среди факторов риска развития заболеваний сердца врач перечислила курение, нарушение липидного обмена, гиподинамию и стресс, избыточное питание, сахарный диабет и артериальную гипертензию.

– Сердечно-сосудистые заболевания занимают ведущее место среди причин смертности. У людей старшего возраста они встречаются значительно чаще, чем у молодых. Самая распространенная – ишемическая болезнь сердца. В группе риска находятся мужчины старше 45 и женщины старше 55 лет, а также люди, имеющие наследственную предрасположенность. Чаще ишемической болезнью сердца страдают именно мужчины, – отметила доктор.

## Когда с «пламенным мотором» что-то не так

Если вы нашли у себя хотя бы один из этих симптомов, немедленно обратитесь к врачу:

- одышка даже при незначительных физических нагрузках;
- жгучая боль за грудиной, обычно не длительная, затихающая в состоянии покоя;
- аритмия, нарушение ритма сердца, чувство, будто оно пропускает удары;
- тахикардия, высокий пульс – от 90–100 ударов в минуту в состоянии покоя.

Лучшей профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний, по мнению доктора, является здоровый образ жизни. Придерживаясь простых правил, можно отсрочить поход к кардиологу на долгие годы.

## 5 простых правил для здоровья сердечной мышцы

### Начните с питания

В первую очередь рекомендуется ограничить потребление жиров. Для здоровья сердца лучше отказаться от маргарина, гидрогенизированных масел, свиного сала, масла, остающегося при жарке мяса, и мясных продуктов.

### Мясо

Вместо жирного свиного мяса, бекона, колбас, паштетов и ветчины медик рекомендует включить в рацион мясо кролика, индейки, а также телятину.

### Молочные продукты

Из молочных продуктов следует добавить в меню снятое молоко, сыры невысокой жирности. Также полезны кефир и йогурты с жир-

В августе в ЦМД прошло целых три «Школы здоровья», посвященных сердцу



Как сохранить главный мотор нашего организма здоровым рассказала врач общей практики Городской больницы поселения Татьяна Синькина на лекции школы «Здоровья» в Центре московского долголетия «Московский».

ностью не более 1%. А вот от сгущенки, сливок и жирных сыров лучше отказаться.

### Рыба

Рекомендуется вся белая рыба, такая как треска, хек и камбала. Не стоит бояться и жирных, богатых омега-3 видов – сельди, макрели, тунца, кеты, горбуши и семги.

### Злаки

Полезны для организма мука грубого помола (непросеянная), хлеб из нее, каши и гарниры из цельнозерновых круп, сухари, приготовленные в духовке, овсяное печенье, бездрожжевой хлеб.

### Сладкое

Обратите внимание на низкожировые пудинги, желе, щербет, фруктовые пюре.

### Напитки, супы

Пейте чай, кофе, минеральную воду, несладкие напитки и натуральные фруктовые соки без сахара.

### Приправы и соусы

Без вреда для здоровья в качестве заправки салатов можно использовать травы и специи, горчицу, перец, уксус, лимон или йогурт.

## Займитесь спортом

Всемирная организация здравоохранения рекомендует 150–300 минут умеренной или 75–150 интенсивной аэробной активности в неделю. Но даже небольшая физическая активность лучше, чем ее полное отсутствие. Простая утренняя зарядка, ходьба пешком, плавание, уборка дома, прогулки в парке и лесу помогут быть активными, советует Татьяна Синькина.

## Будьте в форме

Избыточный вес также может ускорить развитие сердечно-сосу-

дистого заболевания или осложнить течение имеющегося.

– Похудение даже на несколько килограммов имеет значение, так как дает возможность снизить артериальное давление. Старайтесь есть маленькими порциями, но регулярно, чтобы избежать переедания, – говорит врач.

## Откажитесь от курения

Курение – один из серьезных факторов риска возникновения и развития сердечно-сосудистых заболеваний. По словам медика, оно усиливает неблагоприятное воздействие гипертонии на сер-

дечно-сосудистую систему. От этого у курильщика учащается ритм сердечных сокращений, растет уровень артериального давления, повышается свертываемость крови и вместе с тем увеличивается риск тромбобразования в сосудах.

Чтобы победить стресс, учитесь контролировать свое эмоциональное состояние, осваивайте техники расслабления и медитации, найдите хобби, займитесь спортом и постарайтесь отгородить себя от негативной информации.

## А знали ли вы?

Под сердечную боль могут маскироваться нарушения в работе других органов и систем.

Колющие боли в сердце иногда сопровождают повышение давления, сосудистые дистонии нервного характера. Также отдавать в сердце может боль в позвоночнике, шейном и грудном отделах. Иногда болью в сердце проявляются колики при желчнокаменной болезни. Определить источник боли в таких случаях может только специалист.

**Дарья СОКОЛОВА** ■  
Фото Александра КОРНЕЕВА и из личного архива Алексея СИНЬКИНА



## Главный медбрат Городской больницы Московского Алексей Синькин:

Очень важно вовремя обратиться к врачу. Для диагностики сердечных нарушений используется эхокардиограмма, холтеровский аппарат, который фиксирует работу сердца в течение суток. При периодических нарушениях ритма сердца, нехватке воздуха лучше вызвать скорую прямо в момент приступа, чтобы медики могли зафиксировать это состояние. Также обязателен вызов скорой при сильной боли, чувстве жжения в области сердца, внезапной слабости и сбивчивом дыхании. Эти симптомы могут указывать на инфаркт.

## Красная ветка метро временно станет короче

Метростроевцы активно прокладывают новый участок Сокольнической линии на юг Новой Москвы. Конечную станцию «Потапово» планируют открыть ко Дню города. Для подключения линии с 24 до 28 августа поезда будут ходить только до «Саларьево».



Новую станцию метро откроют ко Дню города. Она будет выдержана в общей стилистике южного отрезка «красной» линии

Закрытие участка Сокольнической линии метро от станции «Саларьево» до станции «Новомосковская» (бывшая «Коммунарка») для подключения нового участка до «Потапово» планируется на период с 24 по 28

августа, сообщает департамент транспорта города Москвы.

Ограничивать движение на всех станциях после «Саларьево» придется из-за невозможности обернуть поезда раньше «Новомосковской», а как раз

за ней будут вестись все работы по присоединению новой станции.

В эти дни вдоль закрытого участка будут ездить бесплатные автобусы КМ. Также можно воспользоваться регулярными маршрутами наземного транспорта.

Новая конечная станция сделает поездки быстрее и удобнее почти 170 тысяч жителей Коммунарки. 27 тысяч жителей получат метро в пешей доступности. Экономия времени в пути составит до 40 минут в день.

Вместе с «Потапово» столичные власти обещают открыть и первый участок Троицкой линии метрополитена.

**Юлия ГОНЧАРОВА** ■  
Фото stroi.mos.ru

## ТРАНСПОРТ

## В «Саларьево парке» сгорел автомобиль

Владелец лишился «железного коня» за считанные минуты.

В последнее время в СМИ регулярно встречаются новости о самопроизвольном возгорании автомобилей. Очередной пожар произошел 15 августа на парковке вблизи дома № 16, корпус 5 на улице Саларьевской.

Жители ЖК «Саларьево парк» заметили дым и пламя под капотом припаркованного автомобиля «Ауди» и сообщили специалистам экстренных служб. На место происшествия оперативно прибыли пожарные 303 отряда. Помощь в тушении пожара оказали свидетели, находившиеся неподалеку и воспользовавшиеся автомобильными огнетушителями.

Как сообщили в пресс-службе МЧС по ТиНАО, в результате ЧП полностью выгорел моторный отсек автомобиля. Огонь был ликвидирован, пострадавших нет. Причина возгорания – замыкание электропроводки.



Легковая машина вспыхнула в результате замыкания проводки

**Юлия ГОНЧАРОВА** ■  
Фото из соцсетей

## ПРОИСШЕСТВИЕ



# Победителем может стать каждый

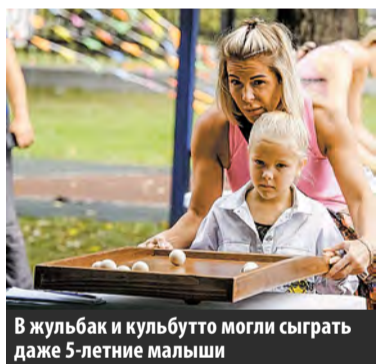
На День физкультурника, который отмечается во вторую субботу августа, в Центре Спорта «Московский» всегда придумывают интересные мероприятия.

СОРЕВНОВАНИЯ



Депутат Мосгордумы Александр Козлов и глава поселения Владимир Чирин

Неизменный принцип: все виды спорта должны быть доступны людям разных возрастов, и любой, даже новичок, может в итоге взойти на пьедестал почета. На этот раз праздник назвали «День спортивного города». Словно в подтверждение этого, перед большим тематическим баннером, который установили на площадке у стадиона, собралось очень много физкультурников, от малышей до пенсионеров. Все они пришли испытать себя в разных видах спорта.



В жульбак и кульбутто могли сыграть даже 5-летние малыши

Депутат Мосгордумы Александр Козлов, который открывал праздник, назвал Московский спортивной столицей Новой Москвы.

«Сколько спортивных мероприятий происходит в Московском, не проходит больше нигде, – отметил он. – В ближайшем будущем здесь будут открываться новые спортивные объекты, развиваться новые виды спорта. Мы с местными властями приложим для этого все усилия».

Как рассказал глава поселения, генеральный директор Центра Спорта «Московский» Владимир Чирин, в День физкультурника жителям предложили самые доступные виды активностей.

«Каждый может поучаствовать в нескольких видах спорта и уйти отсюда не с одной медалью, а то и с двумя, и тремя, – заметил Владимир Юрьевич».

В течение нескольких часов, переходя с одной площадки на другую, можно было посорев-

новаться в настольном теннисе, дартсе, шахматах, шашках, упражнениях из нормативов ГТО и многих других. А в экзотических играх жульбаке и кульбутто могли попробовать себя даже пятилетние малыши. Более серьезной подготовки требовало только стритбол. В него сыграли шесть мужских любительских команд.

«Сегодня с удовольствием пришли сюда всей семьей, потому что такое грандиозное событие невозможно пропустить, – поделилась участница соревнования Юлия Локтионова. – Дочка играет в турнире по шахматам, а я записалась на все, что можно. Посмотрим, как пойдет».

Станислав Костиков ловко забивал деревянные шайбы в лузы на доске. В жульбаке он уже не новичок.

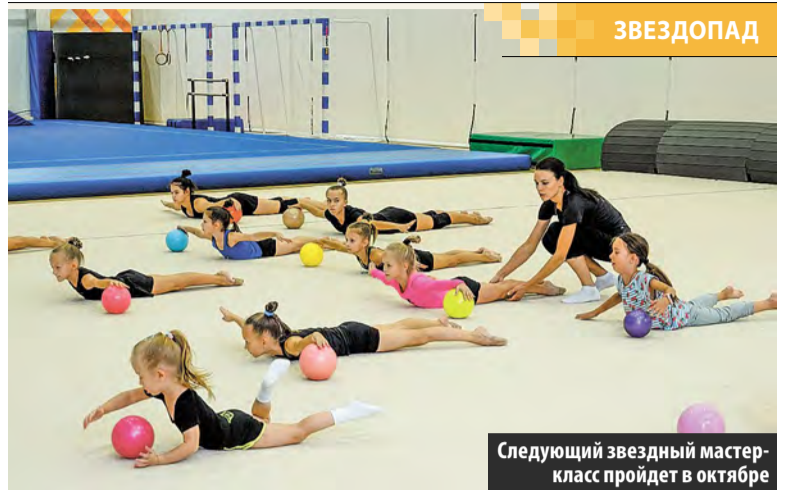
«Я впервые попробовал сыграть в жульбак на подобном спортивном празднике. Заинтересовался, стал читать о нем в интернете, узнал, что это французский бильярд. Я уже занимал в жульбаке и первые, и вторые места. Так что, можно сказать, я – опытный специалист».

Многие участники в этот день уходили с соревнований счастливыми, почувствовав себя победителями.

Светлана ГАВРИЛОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



В Московском к спорту приучают с детства



ЗВЕЗДОПАД

Следующий звездный мастер-класс пройдет в октябре

## Тренировка с чемпионами

В Московском прошел мастер-класс по художественной гимнастике от чемпионки мира Ольги и Елены Романченко.

В прошлую субботу в спортивно-развлекательном центре «Небо Арена», который находится в 1-м микрорайоне Московского, состоялся мастер-класс по художественной гимнастике, который собрал юных спортсменов из разных районов столицы. В роли тренеров выступили чемпионки мира по художественной гимнастике, заслуженные мастера спорта международного класса Ольга и Елена Романченко.

В течение двух часов знаменитые гимнастки показывали детям, как правильно работать со своим телом, давали упражнения на пластику, а также элементы спортивной программы с обручем, мячом и скакалкой.

– К нам приехали девочки из разных спортивных клубов Москвы, в том числе из школы олимпийского резерва «Крылья Советов». Некоторые участницы прилетели даже из Перми! Тренировки со спортсменами тако-

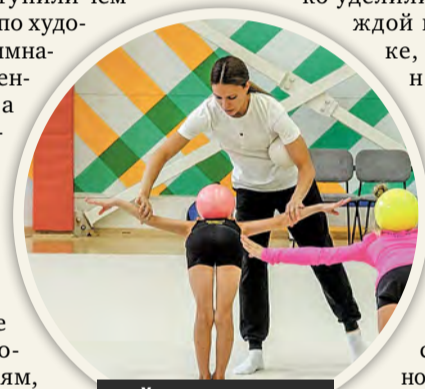
го уровня окрыляют детей. Это не только новые знания и опыт, но и прекрасный пример, на который хочется ориентироваться, – рассказала организатор мастер-класса, руководитель Центра спортивного развития «Ванеско» Кристина Гаврилова.

Ольга и Елена Романченко уделили внимание каждой юной гимнастке, объясняя технику дыхания и выполнение разных упражнений. В конце встречи они ответили на вопросы девочек, рассказывали о своем опыте, с какими трудностями им пришлось сталкиваться на пути к золотым медалям. Все участницы

мастер-класса получили подарки и фотографии чемпионок с их автографами.

По словам Кристины Гавриловой, следующий мастер-класс по художественной гимнастике с участием звезд из мира спорта состоится в октябре.

Эльвира ЯКУПОВА  
Фото Виктора ХАБАРОВА



Художественная гимнастика требует гибкости и упорства

В субботу день на старт вышли 250 бегунов – любителей и спортсменов со всей Москвы. Каждый из них выбрал свою дистанцию: 5,3, 10,6 или 15,9 км. Самой длинной была 21,1 километра – ровно половина от олимпийского марафонского забега. На нее вышли 49 участников. Лучший результат среди мужчин показал Константин Шишов: 1 час 11 минут 23 секунды. Среди женщин – 1 час 18 минут 4 секунды у Анастасии Макаровой. Большинство участников – обычные служащие городских учреждений, для которых бег – зарядка после работы или, наоборот, зарядка до нее, которая уже прочно вошла в жизнь и стала ее образом. Но целью этого забега стали не просто оздоровление или желание активно провести выходной. Атлеты вышли на дистанцию, чтобы принять участие в благотворительной акции и собрать денежные средства 7-летнему мальчику Борису Бессонову, пережившему ампутацию левой голени.

– Здорово бегать ради спортивных результатов. Но можно бегать еще и помогая другим, – рас-

## Говоровский лес покоряют любители дальних забегов

17 августа на аллеях парка прошел полумарафон «Жизнь в движении».

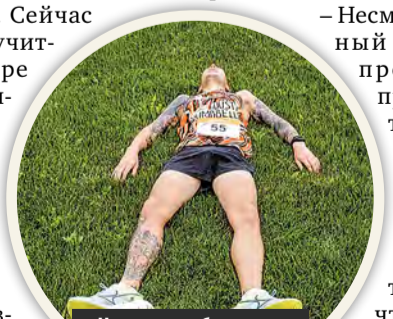


Более 250 бегунов стартовали из Румянцева

сказывает директор фонда «Жизнь в движении» Мария Рафалович. – И тогда забег приобретает более глубокий смысл: мы можем сделать счастливей детей, которые нуждаются в помощи.

Неслучайно среди участников забега есть спортсмены, ограниченные в физических возможностях. Для них эта дистанция – настоящее преодоление. Среди них Павел Трофимов. На дистанции

10,6 километров он пейсмейкер – тот, кто ведет за собой всю группу, задавая и выдерживая темп. В 7 лет, когда мальчик должен был пойти в первый класс, в результате несчастного случая лишился рук. После того как он вышел из комы, началось длительное восстановление. Сейчас ему 25 лет, и он учится в магистратуре Московского университета спорта «ГЦОЛИФК». В прошлом году совершил восхождение на Эльбрус и Арапат и ежегодно участвует в основных российских марафонах. На мой вопрос о том, как удается выдерживать без рук баланс, отвечает спокойно:



Некоторые боролись за результат до последней капли сил

– Я привык и никакого дискомфорта никогда не испытывал. А вот с протезами неудобно. Пока наденешь, снимешь... К тому же, они тяжелые.

На жизнь Павел не сетует, а спорт парню буквально помог не сойти с верной дорожки, когда подростком он попал в нехорошую компанию. С тех пор для него главная дорожка – спортивная. На ней он чувствует себя уверенно.

– Несмотря на умеренный темп, многие превысили свои прежние результаты. Я старался вести группу чуть быстрее обычного. И в итоге сам показал третий результат, что для меня стало приятной неожиданностью.

Так держать!  
Виталий ЛЕСНИЧИЙ  
Фото Виктора ХАБАРОВА

ДОБРОЕ ДЕЛО





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

СУББОТА, 31 АВГУСТА

**20:00** «Во имя короля» [16+] Рен-ТВ  
В королевстве Эхб разворачивается война между королем Конредом и злодеем Галлианом. Тем временем краги – воины-звери – похищают жену Дэймона и убивают его сына. Дэймон мечтает отомстить убийцам и в компании друзей спешит на поиски жены.



#### Художественные фильмы и сериалы

**07:00** «Мышеловка» [12+] ТВЦ  
**10:15** «ТАСС уполномочен заявить» [16+] Первый канал  
**13:30** «Детективный синдром» [16+] ТВЦ  
**15:55** «Золотой теленок» [12+] Культура  
**18:45** «Бладшот» [16+] СТС  
**21:15** «Раба любви» [12+] Культура  
**22:25** «Соломон Кейн» [16+] Рен-ТВ  
**23:30** «Мегрэ и таинственная девушка» [12+] Первый канал  
**23:55** «Аллея кошмаров» [16+] СТС

#### Спорт на Матч-ТВ

**10:25** Формула-1. Гаснут огни [12+]  
**10:55** XVII летние Паралимпийские игры. Прямая трансляция [12+]  
**12:55** Пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Супер-

финал. 1/2 финала. Трансляция из Саратова [12+]  
**16:25** Футбол. Чемпионат Германии. «Вердер» – «Боруссия» (Дортмунд). Прямая трансляция [12+]

**21:00** «Пираты Карибского моря. Проклятие «Черной жемчужины» [12+] СТС

Жизнь Джека Воробья меняется, когда Барбосса устраивает бунт и захватывает корабль. 10 лет спустя Барбосса похищает дочь губернатора Порт-Рояля, а ее друг с Джеком отправляется на поиски на быстроходном корабле.

#### Документальные фильмы и научно-популярные программы

**09:00** «Здоровый смысл» [12+] ТВЦ  
**11:00** «Военная тайна» с Игорем Прокопенко [16+] Рен-ТВ  
**12:10** «Черные дыры. Белые пятна» [12+] Культура



**19:00** Футбол. МИР Российская премьер-лига. «Спартак» (Москва) – «Рубин» (Казань). Прямая трансляция [12+]

**21:45** Футбол. Чемпионат Италии. «Лацио» – «Милан».

**12:50** «Страна птиц. Песни розового скворца» [12+] Культура  
**14:50** «Уфа: 450 лет в сердце Евразии» [12+] Культура  
**16:50** «Крым Юлиана Семенова» [12+] Первый канал  
**17:00** «Документальный спецпроект» [16+] Рен-ТВ  
**18:00** «Засекреченные списки» [16+] Рен-ТВ  
**18:40** «Спокойной ночи, малыши!» – 60 лет! [12+] Культура  
**19:45** «Больше, чем любовь. Петр Столыпин и Ольга Нейдгарт» [12+] Культура  
**20:25** Спектакль «Столыпин. У премьер-министра мало друзей» [12+] Культура

## ДЕЛАЕМ ВИДЕО ДЛЯ ВАШЕГО БИЗНЕСА

- Реклама
- Продуктовые, имиджевые и презентационные ролики
- Видео с мероприятий
- Корпоративные фильмы
- Обучающие видео
- Видео визитки
- 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

# МОС МЕДИА ПРОДАКШН

#### Что мы создаем?

Видео стало одним из **ключевых инструментов** для продвижения бизнеса. Масштабное производство или личный бренд – качественные видеоролики помогут рассказать о вашем продукте и повысить его узнаваемость среди покупателей.

#### Художественные фильмы и сериалы

**06:00** «Работа над ошибками» [12+] Россия 1  
**10:00** «Укротительница тигров» [12+] ТВЦ  
**11:20** «Первоклассница» [12+] Культура  
**12:20** «Классик» [16+] ТВЦ  
**14:00** «Вымогательство» [16+] Рен-ТВ  
**20:45** «Дневной поезд» [12+] Культура  
**23:00** «Обоюдное согласие» [16+] Первый канал  
**00:20** «Сквозь время» [16+] СТС

#### Спорт на Матч-ТВ

**10:55** XVII летние Паралимпийские игры. Прямая трансляция [12+]  
**12:55** Футзал. Чемпионат России. Суперлига. КИРФ (Москва) – ЛКС (Липецк). Прямая трансляция [12+]  
**14:55** Пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Суперфинал. Матч за 3-е место. Трансляция из Саратова [12+]  
**16:55** Пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Суперфинал. Трансляция из Саратова [12+]

**19:00** Футбол. МИР Российская премьер-лига. «Локомотив» (Москва) – «Краснодар». Прямая трансляция [12+]

**18:15** «Переводчик» [16+] Рен-ТВ

Отряд сержанта Кинли попадает в засаду в Афганистане. В живых не остается никого, кроме раненого Кинли и местного переводчика Ахмеда. Сержант обязан жизнью Ахмеду и должен спасти переводчика и его семью, за которыми охотятся талибы.

**21:45** Футбол. Чемпионат Италии. «Ювентус» – «Рома». Прямая трансляция [12+]  
**23:45** После футбола с Георгием Черданцевым [12+]

#### Документальные фильмы и научно-популярные программы

**10:40** «Острова. Илья Фрэнз» [12+] Культура  
**12:30** «Страна птиц. Хранители гнезд» [12+] Культура  
**14:30** «Московская неделя» [12+] ТВЦ  
**15:05** «Дорогие товарищи. Дело канатоходцев» [16+] ТВЦ  
**15:55** «Настоящий детектив. Узор на ковре» [16+] ТВЦ

**06:00** «Ералаш» [6+] СТС  
**06:30** М/ф «Храбрый заяц» [0+] Культура

#### Детское время

**07:00** М/ф «Детектив Финник» [0+] СТС  
**11:35** М/ф «Волки и овцы: бе-е-е-зумное превращение» [0+] СТС



**21:00** «Вызов» [12+] СТС  
Евгения Беляева – первоклассный торакальный хирург. Через месяц ей предстоит отправиться в космос, где в условиях невесомости сделать сложную операцию космонавту, чтобы спасти ему жизнь. Удастся ли героине справиться с испытаниями?



**10:05** «Мифы о еде» [12+] ТВЦ  
В новом телепроекте зрители узнают, чем отличается российское кино от южноамериканского, действительно ли улучшает зрение черника, чем могут быть опасны орехи и ягоды годжи и правда ли, что суперфуды обладают удивительными свойствами.



**22:15** «Право знать!» [16+] ТВЦ  
**22:45** «Раба любви». Господа, это ошибка! [12+] Культура  
**23:30** Национальная премия в области музейного дела имени Д.С. Лихачева [12+] Культура  
**23:40** «Тайная комната. Призрак Третьего рейха» [16+] ТВЦ  
**00:25** «СС. Прислужники зла» [16+] ТВЦ

#### Детское время

**07:00** М/ф «Детектив Финник» [0+] СТС  
**07:05** М/ф «Разные колеса» [0+] Культура  
**07:20** М/ф «Лиса и заяц» [0+] Культура  
**07:35** М/ф «Кентервильское привидение» [0+] Культура  
**10:05** М/ф «Команда Матч» [0+] Матч-ТВ

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

**08:00** «Про100 кухня» [12+] СТС  
**08:20** «Поедем, поедим!» [12+] НТВ  
**08:35** «По секрету всему свету» [12+] Россия 1  
**09:00** «Формула еды. Айран» [12+] Россия 1  
**09:25** «Едим дома» [12+] НТВ  
**10:10** «Сто к одному» [12+] Россия 1

**10:55** «Просто & вкусно» [12+] ТВЦ  
**11:00** «Семейные игры. Битва за Олимп» [12+] СТС  
**11:50** «Доктор Мясников» [12+] Россия 1  
**12:00** «Квартирный вопрос» [12+] НТВ  
**12:30** Шоу «Уральских пельменей» [12+] СТС  
**13:00** «Секрет на миллион» [12+] НТВ  
**14:50** «Юмор! Юмор!! Юмор!!!» [12+] Россия 1  
**15:00** «Своя игра» [12+] НТВ  
**16:20** «Экстрасенсы. Битва сильнейших» [16+] ТНТ  
**17:00** «Следствие вели...» [16+] НТВ  
**17:50** «Привет, Андрей!» [12+] Россия 1  
**18:20** «Кто хочет стать миллионером?» [12+] Первый канал  
**19:00** «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым [12+] НТВ  
**19:15** «Лучше всех!» [12+] Первый канал  
**21:00** «Музыкальная интуиция» [16+] ТНТ  
**21:35** «Клуб веселых и находчивых». Летний кубок [12+] Первый канал  
**23:00** «Женский стендап» [16+] ТНТ  
**00:00** «Место силы» [16+] ТНТ

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 1 СЕНТЯБРЯ

**16:30** «Картина мира» с Михаилом Ковальчуком [12+] Культура  
**16:55** «Атомная бомба. Личное дело человека Икс» [16+] Первый канал  
**17:35** «Путь Чайковского» [12+] Культура  
**22:25** «Я – Божьей милостью – певец...» [12+] Культура  
**23:55** «Самые шокирующие гипотезы» [16+] Рен-ТВ

**16:45** «90-е. Криминальные жены» [16+] ТВЦ  
Кто любил и поддерживал Япончика, Деда Хасана и Геру Обезьяну? Как нашел вторую половину киллер Леша Солдат? Чем кончились отношения с женщинами для Шахро Молодого? И как «криминальные жены» пытались заменить мужей, пока те мотали срок?



**14:45** М/ф «Синдбад. Пираты семи штормов» [0+] СТС  
**16:25** М/ф «Садко» [0+] СТС

#### Развлекательные передачи. Ток-шоу

**08:35** «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым [12+] Россия 1  
**09:00** «Кто круче всех?» [12+] СТС  
**09:20** «Непутевые заметки» [12+] Первый канал  
**09:25** «Утренняя почта» с Николаем Басковым [12+] Россия 1  
**10:00** «Интуристы» [12+] СТС  
**10:10** «Сто к одному» [12+] Россия 1  
**10:20** «Первая передача» [12+] НТВ  
**10:40** Шоу «Уральских пельменей» [12+] СТС  
**11:00** «Чудо техники» [12+] НТВ  
**11:50** Фестиваль детской художественной гимнастики «Алина» [12+] Россия 1

**14:05** «Однажды...» [12+] НТВ  
**15:00** «Измайловский парк» [12+] Россия 1  
**16:20** «Человек в праве» с Андреем Куницыным [12+] НТВ  
**16:55** «Новая битва экстрасенсов» [16+] ТНТ  
**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** «Спасская Башня. Прямая трансляция» [12+] ТВЦ  
**21:00** «Игры без границ» [12+] ТНТ  
**23:00** «Шоу Воли» [16+] ТНТ  
**23:40** «Звезды сошлись» [12+] НТВ  
**00:00** «Музыкальная интуиция» [12+] ТНТ

## РИЭЛТОР,

проживающий в городе Московский,

поможет быстро сдать или продать квартиру, дом, дачу. Бесплатно проконсультирую по любым вопросам недвижимости.

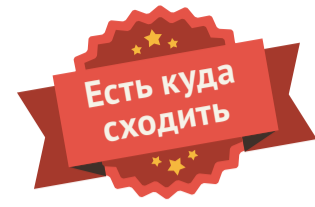
Звоните:

**+7 (915) 388-94-56,**  
Татьяна



# Бесплатные развлечения Москвы

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



## Выставка «Москва без окраин. Орехово-Борисово»

до 13 октября, вт.–вс.  
с 11:00 до 21:00



Музей Москвы продолжает масштабный проект, посвященный разным районам столицы. В центре внимания очередной выставки – Орехово-Борисово Северное и Южное. Экспозиция основана на интервью с более чем 50 людьми, чьи судьбы связаны с Ореховым-Борисовым. Посетители увидят фотографии, предметы быта, семейные реликвии местных жителей и узнают о любопытных архитектурных объектах района.

Адрес: Зубовский б-р, 2  
Метро: «Парк Культуры»

## Выставка «11-й сезон открытых студий Винзавода»

до 14 января 2025, вт.–вс.  
с 12:00 до 20:00



На традиционной выставке по итогам проекта гостям представят новые имена и работы художников, среди которых – Алиса Смородина, Надя Петрова, Ваня Репкин, Юрий Чернышев и другие. На этот раз авторы исследовали тему пограничных состояний. Их произведения существуют между реальным и вымышленным, логичным и иррациональным, личным и коллективным, фигуративным и беспредметным.

Адрес: 4-й Сыромятинский пер., 1/8  
Метро: «Курская», «Чкаловская»

## День знаний

29 августа  
в 13:00



В Московском доме книги состоятся презентация издания «Россия на 64 клетках: история великих шахматных чемпионов» и детский турнир. В книге известному историку шахмат Владимиру Линдери и его соавторам удалось в живой и доступной форме рассказать о легендарной отечественной шахматной школе и судьбах великих гроссмейстеров – Александра Алехина, Михаила Ботвинника, Михаила Талля, Анатолия Карпова и других. Все поклонники шахмат смогут сыграть друг с другом в настольные и настольные шахматы в интерактивной зоне или понаблюдать за игрой других.

Адрес: ул. Новый Арбат, 8  
Метро: «Арбатская»

## Московская международная книжная ярмарка – 2024

4–7 сентября с 10:00 до 20:00  
и 8 сентября с 10:00 до 17:00

Выставочный комплекс «Экспоцентр» со-

берет более 300 издателей и книгораспространителей из России и других стран. Ярмарка порадует не только обширным ассортиментом книг, но и богатой программой, включающей встречи с известными писателями, книжные презентации и разнообразные конференции и семинары, ориентированные на широкую публику и профессионалов издательского дела.

Кроме того, второй раз подряд здесь пройдет детская книжная ярмарка, где соберутся детские издательства со всего мира.

Адрес: Краснопресненская наб., 14  
Метро: «Выставочная», «Деловой центр»

## Спортивные дни «Моя семья – моя команда»

до 5 сентября,  
в течение дня



На 15 площадках Москвы проходят спортивные, игровые, обучающие и развлекательные мастер-классы в рамках мероприятий «Моя семья – моя команда». Участников ждут 13 игровых программ, среди которых эстафета, полоса препятствий, семейные игры, фитнес-зарядка, спортивные загадки, мастер-классы, веселые старты, лазертаг, настолки, мечевой бой и другие. Все желающие могут зарегистрироваться непосредственно на мероприятия, получить карточку участника, памятную медаль и браслет, а самым активным семьям вручат сувенирный набор с символикой «Московский спорт».

Подробности и расписание на сайте.



## Фестиваль «Высоко»

27 августа –  
1 сентября

На семи столичных площадках пройдет I московский международный кинофестиваль молодежных фильмов «Высоко». В Новой Третьяковке состоятся церемонии открытия и закрытия. Кинопрограмму можно будет посмотреть в большом зале Новой Третьяковки и кинотеатрах «Синема парк» и «Формула кино». А внеконкурсную программу представят в Музее Москвы, музее-заповеднике «Царицыно», Библиотеке иностранной литературы имени М.М. Рудомино, Московском планетарии и ДК «Рассвет».

Ежедневно на фестивальных площадках можно послушать лекции от экспертов медиа об особенностях публичных выступлений, современных зрелищных танцах, истории кино и особенностях его создания в странах Азии и Европы. Кроме того, запланированы открытые встречи о взаимосвязи фольклора и кинематографа, экзотике и самобытности этнического кино, современных технологиях анимации и многом другом.

Стать участником фестивальных площадок можно по предварительной регистрации



## Фестиваль медиаискусства «Москва-2030. Город света»

до 8 сентября, вт.–пт. с 14:00  
до 23:00, сб.–вс. с 12:00 до 23:00

В парке «Зарядье» появится удивительный Сад света. Создатели инсталляции установили в ней 120 кристаллов-призм: днем они улавливают и отражают солнечный свет, а в темноте загораются от лазерной подсветки.



Аудиореактивная инсталляция преобразует невидимое движение ветра в произведение искусства, сотканное из света и звука. Она состоит из тысячи светящихся ивовых прутьев и похожа на остров посреди пруда. А светящиеся динамичные формы, созданные художником Сао Юйхи, предлагают переосмыслить мир цифрового искусства.

Адрес: ул. Варварка, 6  
Метро: «Охотный Ряд», «Китай-город»

## Фестиваль «Московское чаепитие»

до 15 сентября,  
в течение дня



На Тверской площади каждую пятницу, субботу и воскресенье с 12:00 до 21:00 проходят театральные представления, передающие атмосферу прошлых веков, мастер-классы по историческим танцам, лекции, ярмарки, интерактивные экскурсии и спектакль, посвященный традициям московского чаепития. По будним дням гостей ждут кинопоказы, ярмарка и мастер-классы с интерактивной лекцией. Попробовать разные вкусы и найти любимый рецепт чая можно до 31 августа на верандах ресторанов и до 8 сентября на улицах и в парках, где стоят тележки «Московского чаепития».

Адрес: Тверская пл.  
Метро: «Тверская»

## Экскурсия «Москва Владимира Высоцкого и Глеба Жеглова»

25 августа  
в 17:00



Участников экскурсии ждет прогулка по странным дворам и закоулкам Москвы в районе Самотеки. Они побывают на Большом Каретном, увидят 5-ю швейную фабрику, где служил завсехом товарищ Сатюков, окажутся в нескольких местах, связанных с персонажами фильма и книги, узнают, почему ранние песни Высоцкого называются «дворовыми» и как «Петровка, 38» переплетена с его судьбой.

Регистрация  
Место встречи: у фонтана с клоуном на Цветном бульваре  
Метро: «Цветной бульвар»  
Эльвира ЯКУПОВА



### ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ

24.08 с 12:00 до 15:00 **День открытых дверей** Дворца культуры «Московский» (фойе ДК)

24.08 в 13:00 **Бесплатный показ фильма** «Летучий корабль» (Большой зал ДК, 6+)

26.08 в 10:00 **Интерактивная программа** «Веселая детворяндия» (парк «Пыхтино»)

26.08 в 12:00 «Морские сокровища». **Мастер-класс** Юлии Жарких по изготовлению подсвечника (парк «Пыхтино»)

30.08 в 19:00 **Концертно-развлекательная программа** «Лови ритм», посвященная Году семьи (ул. Бианки, сквер у дома № 7)

Примечание: в афише возможны изменения. Уточнить дату и время проведения мероприятия можно по телефону +7 (495) 841-89-94. Вход на мероприятия свободный.

### «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

25 августа  
Мастер-класс «Оздоровительный цигун» – ваш вклад в здоровье и долголетие. Несложные упражнения помогут сохранить тонус и гармонию с собой. **Начало в 17:00.**

26 августа  
Встреча клуба «Йога – как способ жизни на земле». Йога всегда поднимает тонус, укрепляет мышцы и дает бодрость на весь день. **Начало в 10:00.**

27 августа  
Ждем вас на концерте-дискоотеке с театром песни «KRASNOBAEV SHOW». Зажигательные хиты, танцы до упаду, популярные мелодии. **Начало в 16:00.**

28 августа  
Встреча клуба «Серебряные предприниматели С.А.М.И.» – это поддержка единомышленников в сфере продвижения своих товаров и услуг. Все, кто создает свой творческий продукт, могут получить помощь и ценные советы. **Начало в 15:00.**

29 августа  
Приходите на встречу клуба «Мой сенсорный огород». Заботливый уход за растениями – прополка, полив и рыхление. А также пора сбора урожая – огурцов, кабачков, томатов. **Начало в 12:00.**

30 августа  
Встреча театрального клуба «И в шутку, и всерьез». Участие в театральных миниатюрах, спектаклях и сценках заряжает позитивом и придает разнообразие вашей жизни. **Начало в 14:00.**

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

### Реклама в газете

**МОСКОВСКИЙ сегодня**

Редакция принимает от физических и юридических лиц рекламу и объявления, в том числе поздравления с юбилеями, праздниками и т.п.

8 (495) 549 6300  
mostoday@bk.ru



СРЕДА ОБИТАНИЯ

## 33 коровы на один ЖК

ЖК «Средневский лес» Филimonковского района решил отобрать славу у Южно-Бутова. Но если район ЮЗАО оккупировали козы, то в Новой Москве пастись на заливные газоны у новостроек пришли коровы.



Фото буренок, безмятежно жующих траву прямо под окнами жилого комплекса, разлетелись по соцсетям. Комментаторы удивляются: не каждый день увидишь, как коровы спокойно разгуливают по дворам и дорогам.

А вот кого новость не удивила, так это жителей окрестных деревень и СНТ.

— Коровы из частного сектора, всегда выгуливались на поле, где теперь стоит ЖК, — рассказали корреспонденту «МС» местные жители. — Раньше там лисички, лоси и кабаны ходили в лесу, где сейчас «Цветочные поляны» и «Средневский лес»... Толпами животные перебежали по утрам дороги в поисках нового жилья. Козочки, коровы, барашки в наших районах давно! Поэтому все раньше по Бурцевской дороге проезжали тихо и спокойно, зная, что здесь — живность.

Дарья СОКОЛОВА ■ Фото из соцсетей

## Голубая или розовая?

Августовское суперлуние астрономы называют «голубым», однако в ночь 19 августа жители Московского увидели в небе розовый лунный диск.



На самом деле луна серая, а красный цвет дает эффект атмосферы, — объяснил автор снимка фотограф Сергей Создательев.

Оптический эффект появляется от высокой влажности воздуха, так что Луну мы видим словно через цветные фильтры.

Название «голубая луна» указывает не на цвет, а на то, что это третье полнолуние в астрономическом сезоне. В этот раз оно совпало с суперлунием, когда спутник Земли выглядывает на 14 процентов крупнее и на 30 процентов ярче, чем обычно.

«Сочетание суперлуний и голубых лун происходит довольно редко. Промежуток между такими событиями может достигать 20 лет, хотя в среднем это случается каждые 10 лет. Следующая пара таких лун ожидается в январе и марте 2037 года», — сообщили в погодном центре «Фобос».

В этом году ожидается еще три суперлуния: 17 сентября, 17 октября и 15 ноября.

Дарья СОКОЛОВА ■ Фото Сергея СОЗДАТЕЛЕВА



Белке добыть ореховый урожай помогли люди

Орел — символ Пятигорска, по легенде, спасся благодаря местным источникам

## Мода на воды

В XIX веке русская аристократия ездила на минеральные курорты — оздоравливаться с помощью целебных ванн. Это был веселый и полезный отдых. С утра пили минералку, вечером — местное вино. В Пятигорске до сих пор можно провести незабываемый отпуск.



Домик, где жил Лермонтов

Побывать в лермонтовских местах. Поэт, сосланный на Кавказ, поселился в «веселом Пятигорске». В городе сохранился дом-музей Михаила Лермонтова с подлинными креслом и столом, за которыми написаны многие знаменитые стихи. Можно подняться в грот из повести «Княжна Мэри»: тут Печорин встретился с давней любовью — Верой. Или посетить место дуэли Лермонтова, установленное по воспоминаниям очевидцев 40 лет спустя после его трагической гибели. Там стоит обелиск с горельефом поэта и четырьмя орлами по углам ограждения. Орлы отвернулись от памятника — это символизирует секундантов, уехавших с места дуэли и бросивших смертельно раненого друга под проливным дождем.

Исцелиться с помощью минеральной воды. Сто-двести лет назад поехать «на воды» было очень модно. По паркам и променадам Пятигорска гуляли романтические барышни в шляпках и бравые офицеры. Сегодня в окрестностях исследовано более 40 скважин и минеральных ключей. Углекислые воды помогают при заболеваниях нервной, сердечно-сосудистой и эндокринной систем. Сероводородные воды



Парк «Цветник» — главное место встреч

повышают иммунитет, снижают вес, лечат опорно-двигательный аппарат. Радонные воды спасают при кожных, «женских», болезнях дыхательных путей и т.д. Для лечения необязательно селиться в пятигорских санаториях, которые предлагают курс на 10, 14 или 21 день. На долечение можно ходить в центральную нарзанную галерею на проспекте Кирова, где в краях есть вода от самых разных недугов.

Пройти по следам Остапа Бендера. Карстовое озеро Провал на склоне Машука — главное место притяжения туристов. Свод пещеры рухнул



Вход в пещеру и бронзовый Остап



Подземное озеро

и образовал воронку с гротом и минеральной водой ярко-бирюзового цвета и запахом серы. Раньше болящих опускали в озеро в провале горы в корзинах на веревке. Но в 1858 году по просьбе исцелившейся жены богатого купца к озеру прорубили тоннель в горе. Прогулки к Провалу стали любимым развлечением «водяного» общества. На входе стоит бронзовая скульптура Великого комбинатора, собиравшего с курортников деньги за вход в бесплатный Провал.

Отведать пятигорское мороженое. Предприятие «Холод» выпускает больше сотни видов лакомства, сохранившего благодаря натуральным ингредиентам тот самый «советский» вкус. Можно записаться на экскурсию на фабрику мороженого, а после продегустировать разноцветные десерты в местном кафе.

Загадать желание у орла. К столетию курорта, в 1903-м году на одном из отрогов горы Горячей установили скульптуру орла. Она стала эмблемой всех Кавказских Минеральных Вод. Скульптор воплотил горскую легенду об орле, ужаленном змеей и спасшемся от гибели в источнике целебной воды.

Лариса ВАСИЛЬЕВА ■ Фото автора и Владимира НИКОЛАЕВА



Беседка «Эолова арфа»

## Праздники урожая

28 августа наши предки отмечали обжинки — завершение жатвы. А 29 августа в этом году — Ореховый Спас.

На обжинки традиционным образом восточных славян было завивание «бороды» («козы»). На поле оставляли немного колосьев и связывали их лентой. Считалось, что это поможет земле восстановиться. Жнецы катались по сжатому полю,

прося вернуть им силу, потраченную на сбор урожая. Последний сноп наряжали и несли в деревню, где начинались гуляния с плясками, песнями и ломившимися от еды столами.

На Ореховый Спас хозяйки готовили пироги, булочки, пряники из муки нового урожая. Внутри клали ореховую начинку. В этот праздник было принято угощать родственников. Семьи собирались за богатым столом, на котором обязательно были яблоки, мед и орехи.

Мария БЕРЕЗКИНА ■ Фото Виктора ХАБАРОВА

НАРОДНЫЕ ТРАДИЦИИ

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: 2958-24

Подписано в печать:  
по графику и фактически  
21.08.2024 в 17.00  
Тираж 40 000 экземпляров  
Распространяется  
БЕСПЛАТНО