



МОСКОВСКИЙ

сегодня

№ 34(398)
13.09.2024

Информационно-аналитическая газета поселения Московский в городе Москве



877-й день рождения столицы в Московском в прошедшие выходные отметили с размахом.

Праздничные мероприятия проходили в разных частях нашего города: во дворах, парках, на стадионе и, конечно же, на центральной площади у Дворца культуры «Московский».



Праздники прошли во всех микрорайонах Московского

Горожане принимали участие в различных мероприятиях: от спортивных соревнований до музыкальных концертов. Наибольшее количество развлечений было рассчитано на детей. Например, артисты ДК «Московский» провели во дворах для ребят развлекательную программу «В царстве мыльных пузырей». Детей веселили конкурсами и танцевальными флешмобами.



Шоу мыльных пузырей

«Я впервые играю положительного персонажа – трубочиста, которого обижает Клякса. Дети меня защищают, отмывают и торжественно чистота, гигиена и порядок», – рассказал режиссер ДК «Московский» Павел Буценко. На стадионе Центра Спорта «Московский» проходили соревнования для детей и взрослых: семейные старты «Мама, папа, я», надувная полоса препятствий для детей от 4-х лет, шахматы, настольный теннис, стрельба из пневматической винтовки и функциональный тренинг. А затем победителей и призеров чествовали на пьедестале почета.

Главный праздник начался вечером на площади у ДК «Московский». В каждой части площади происходило что-то интересное. За участие



Девочка была счастлива попасть в сказку, где ожили любимые персонажи



Дорогая МОЯ СТОЛИЦА



R



В ЦСМ в честь праздника покоряли высоты...

в забавных конкурсах, например, надувном дартсе, дети получали отметку в лотерейном билете, который потом участвовал в большом розыгрыше. Счастливики выиграли школьный рюкзак, беспроводные колонки, самокат и даже велосипед. Детей угощали бесплатным попкорном, сахарной ватой, а фигурки из шариков можно было унести домой на память.

Шоу мыльных пузырей было эффективным: каждый ребенок оказывался внутри огромного мыльного пузыря – восторгу не было предела.

Торжественное мероприятие со сцены открыл первый заместитель префекта ТиНАО Игорь Окунев. Его пожелание тоже в первую очередь бы-



Желающим наносили аквагрим

ло адресовано детям. – В Москве для вас строятся садики, школы, дома культуры, спортивные комплексы, чтобы вы могли развиваться, получать знания и навыки. А когда вырастаете, могли найти себе дело по душе в нашем ТиНАО. Чтобы ваши родители могли комфортно с вами отдыхать, будем делать новые парковые и общественные зоны, – пообещал Игорь Петрович.

Горожане делились впечатлениями от праздника.

«Попробовали гречневую кашу из полевой кухни, поучаствовали в детских конкурсах, заполнили лотерейный билетик, теперь ожидаем розыгрыша. Все очень насыщенно и интересно», – рассказала Влада Савкина.

«Мы детей привели на праздник. За ватой сходили, попрыгали на батутах. Считают, что такие праздники способствуют тому, чтобы люди объединялись, общались в хорошем месте в праздничной атмосфере. Это особенно важно в наше время», – поделился Сергей Крес.



... и проходили семейные эстафеты

«Сегодня великолепный день. С утра мы поучаствовали в конкурсах на стадионе, а сейчас пришли провести вечер вместе с семьей, послушать хорошую музыку. Москва наша – красавица, развитый мегаполис, в котором хочется жить», – отметил Павел Чуйко.

Мероприятие завершилось большим концертом с участием кавер-группы «Вечное лето», певицы Юлии Береты и других популярных исполнителей.

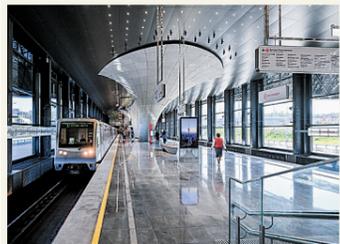
Светлана ГАВРИЛОВА
Фото Александра КОРНЕЕВА

МЕНЯМЯ К ЛУЧШЕМУ

Красная ветка выросла

Сергей Собянин открыл станцию «Потапово» Сокольнической линии столичного метрополитена. Она стала главной транспортной артерией Новой Москвы.

«Сокольническая ветка метро за последние годы увеличилась практически в полтора раза – на восемь станций. Прежде она доходила до станции «Новомосковская». Это деловой центр Новой Москвы. Но по просьбе жителей мы решили линию продлить еще на одну станцию – «Потапово». Это важная станция, потому что она будет обслуживать весь район Коммунарки, это уже 150 тысяч жителей, и значительную часть жителей Южного Бутова. «Потапово» разгрузит Бугловскую ветку метро. Станция готова. Это оригинальная, красивая, наземная, отапливаемая станция с художественным оформлением. И самое главное, здесь ходят качественные поезда и хорошее обслуживание. Станция готова, так что пассажиры могут открывать двери и заходить и продолжать свой путь до «Новомосковской» и дальше до центра Москвы», – сказал Сергей Собянин.



Последнее десятилетие стало периодом второго рождения Сокольнической линии. Если до 2014 года старейшая ветка метро насчитывала всего 19 станций, то теперь она выросла более чем в 1,5 раза – в ее составе действует уже 27 станций.

Продление Сокольнической линии на новые территории города стало одним из важнейших проектов московской программы метростроения. С 1963-го конечной станцией была «Юго-Западная». Через 51 год, в декабре 2014-го, линию продлили до «Тропарева», в 2016-м – до «Румянцевая» и «Саларьева» в 2019-м – до Коммунарки (станции «Филатов Луг», «Прокшино», «Ольховая» и «Новомосковская»). В результате красная ветка стала главной транспортной артерией бурно развивающихся новых территорий Москвы. Ее общая протяженность теперь составляет 45,4 километра.

«Потапово» стало первой отапливаемой наземной станцией Московского метрополитена. Прогнозируемый пассажиропоток на момент открытия – 20 тысяч человек в сутки. К 2030 году он вырастет почти до 30 тысяч.

Кроме того, благодаря станции «Потапово» в ТиНАО было создано около 200 новых рабочих мест, в их числе – дежурные по станции, монтеры пути и электрики.

Подвижной состав Сокольнической линии уже сегодня на 80 процентов состоит из поездов новых серий «Москва» и «Русич». Закупки составов продолжатся в последующие годы.

По материалам mos.ru

Новая достопримечательность Московского

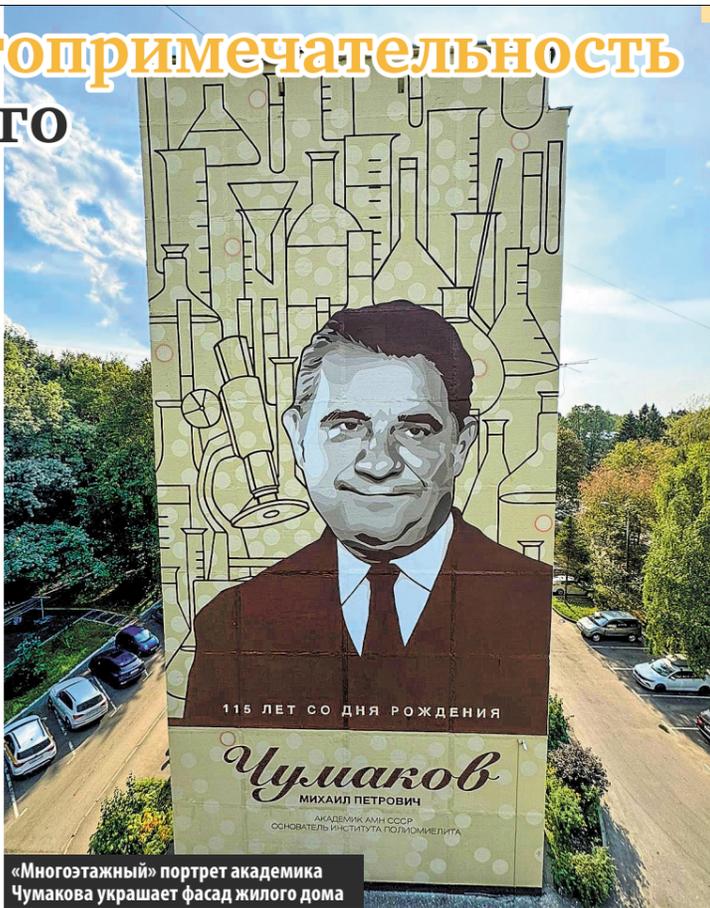
В Институте полиомиелита увековечили память выдающегося деятеля науки.

К 115-летию со дня рождения Михаила Петровича Чумакова на фасаде дома № 6 в поселке Института полиомиелита появился мурал – масштабный архитектурный рисунок, призванный увековечить память великого ученого.

Михаил Чумаков – советский ученый-вирусолог, академик медицинских наук, основатель Института полиомиелита и создатель вакцины от вирусного полиомиелита, которая вышла в массовое производство и спасла миллионы жизней. В поселке сохранился дом, где Чумаков жил и работал, а теперь соседнее здание украшает его портрет.

На открытии мурала присутствовали депутат Московской городской Думы Александр Козлов, первый заместитель генерального директора Центра Чумакова, депутат Совета депутатов Алексей Афонин и местные жители.

– Позади непростой путь от разработки эскиза и прохождения процедуры согласования до за-



«Многоэтажный» портрет академика Чумакова украшает фасад жилого дома

вершения художественных работ, но результат того стоит – портрет стал визитной карточкой посел-

ка и является символом, напоминающим о выдающейся работе советских и российских ученых, которые трудятся над созданием вакцин в Центре Чумакова по сей день, – отметил Александр Козлов. – Вместе Алексеем Юрьевичем осмотрели проведенные работы – все выполнено на должном уровне, смотрится очень красиво и монументально. Такая работа достойна памяти основателя Института полиомиелита и человека, подарившего миру много замечательных открытий в области вирусологии.

Размеры портрета впечатляют. Этот мурал точно станет визитной карточкой нашего поселения.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото администрации поселения Московский.



Депутаты Алексей Афонин и Александр Козлов

Ремонт дороги завершается

Этим летом стартовали работы по обновлению улицы Академика Чумакова от Киевского шоссе до перекрестка на Атласова.

Здесь специалисты обновили покрытие проездов, парковок и тротуаров, провели обустройство газонов. Основные мероприятия уже завершены и сейчас выполняются мелкие работы для приведения территории в порядок после строительных работ.

Депутат Совета депутатов Сергей Лебедев держит ситуацию на контроле.



Асфальтируют участок недалеко от въезда в поселок института полиомиелита



Депутат Сергей Лебедев

– Развитие транспортной инфраструктуры – это не только строительство новых дорог и развязок, но и постоянное обнов-

ление существующих объектов дорожного хозяйства. На улице Академика Чумакова завершаются масштабные работы по обновлению покрытия проезжей части и тротуаров, а также замене бортового камня и восстановлению газонов. Всего специалисты провели ремонт на дороге протяженностью около 1,5 километров, – рассказал депутат Совета депутатов поселения Московский Сергей Лебедев.

Непростая зима и обилие осадков в совокупности с перепадами температур наложили свой отпечаток на состоянии этого участка дорожной сети. Теперь он станет ровным и безопасным. Завершить работы планируется до конца сентября.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото администрации поселения Московский

Мимо Радужной

В Граде Московском к Георгиевской улице можно пройти новым путем.



Вот так выглядит новая дорожка

Пешеходную дорожку по многочисленным просьбам жителей обустроили за школой № 2120 вдоль парка Филатов луг. Она проходит чуть поодаль и параллельно улице Радужная, под сенью плакучих ив и пышных дубов. Место, где воздух чище, шума и суеты меньше. Для уставших после буднего дня или поутру спешащих на работу или просто

отдыхающим жителям – лучшая возможность неспешным шагом привести мысли в порядок или пообщаться. Как рассказала депутат Совета депутатов поселения Московский Людмила Скаринка, рабочие приступили к обустройству новой пешеходной зоны в конце августа. За это время они провели подготовку многослойного основания тротуара с использованием геотекстиля и бетонной смеси, установили бордюрный камень и уложили асфальтовое покрытие.

– Комплекс работ включил в себя и рекультивацию прилегающей территории, – рассказала депутат. – В ближайшее время по обеим сторонам засеют газонную траву.

Общая протяженность дорожки более 200 метров. На первый взгляд она покажется небольшой, но в сезон дождей и снегопадов придется очень даже кстати. Особенно жителям строящегося ЖК «Первый Московский», для которых путь к улице Георгиевской станет близким и комфортным. В скором времени вдоль дорожки оборудуют наружное освещение – его установка внесена в потребность программы «Моссвета».

Виталий ЛЕСНИЧИЙ
Фото автора



Депутат Людмила Скаринка

СРЕДА ОБИТАНИЯ

БОЛЬШИЕ ПЛАНЫ

На южный манер

В ЖК «Саларьево парк» появится новый дом «Серии плюс» с авторской архитектурой.

Корпус 83 возведут неподалеку от станции метро «Саларьево». Он будет состоять из шести разновысотных секций от 3 до 18 этажей.

Особенностью авторского дизайна фасада станут фигурные трапециевидные балконы и окна в пол. «Архитектурную концепцию разработало российское бюро HADAA, – рассказали в компании-застройщике. – Террасированный силуэт, средняя этажность, акцентная подсветка и пастельные тона фасадных материалов создают уникальный облик зданий, отсылая нас к изысканной южной архитектуре».



Авторский дом станет изюминкой микрорайона

Дарья СОКОЛОВА
Фото компании застройщика

Если под рукой нет лекарств

14 сентября во всем мире отмечается День оказания первой медицинской помощи. Как без нашатыря привести в чувство человека в обмороке, что делать при высоком и низком артериальном давлении, и чем лечиться, если прихватило спину, на лекции в учебно-консультационном пункте по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям рассказал инструктор учебно-методического центра ГОЧС города Москвы Денис Сазонов.

Вызовите скорую

С мобильного телефона любого оператора по единому номеру экстренных оперативных служб 112. Если линии перегружены – звоните напрямую по номеру 103.

Проверьте, жив ли человек

Убедиться в этом можно по трем признакам:

- Прощупайте пульс на сонной артерии.
- Посветите в глаза фонариком телефона, убедитесь, что зрачки сужаются, реагируя на свет.
- Поднесите к носу зеркало или экран мобильного. Если поверхность запотеет, значит, легкие выделяют углекислый газ и дыхание есть.

Помощь при обмороке

Причиной обморока может стать временное снижение кровотока к мозгу. Человека нужно как можно быстрее привести в сознание, ведь через пять минут он может впасть в коматозное состояние.

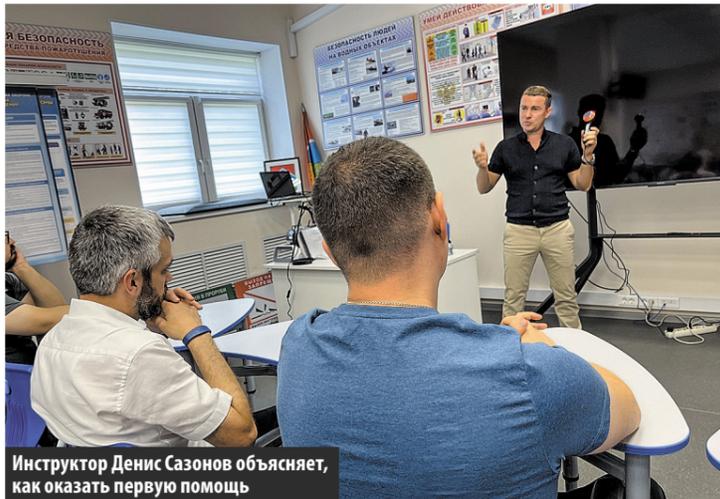
Медики и спасатели советуют обеспечить пострадавшему горизонтальное положение – уложить на спину, а затем подложить под согнутые в коленях ноги любые подручные средства – сумку или одежду. Это обеспечит приток крови к сердцу и голове.

Если под руками не оказалось нашатырного спирта, можно воспользоваться «точкой реанимации», которая находится между кончиком носа и верхней губой. От 7 до 10 раз сильно надавите костяшками пальцев на эту область.

Пониженное давление

Когда человек приходит в сознание, у него понижается давление. За повышение давления в нашем организме отвечает гормон адреналин. Добиться небольшого выброса адреналина в кровь поможет точечный массаж.

На мизинце и среднем пальце отступите 2-3 миллиметра вниз от ногтевой пластины. Не слишком острым предметом, можно ногтем, нажмите на эти точки.



Инструктор Денис Сазонов объясняет, как оказать первую помощь

Найдите точки у основания кисти с лицевой стороны между указательным и безымянным, а также между средним и указательным пальцами. Массируйте 1,5-2 минуты на одной руке и 1,5-2 минуты на другой.

Помните, что кофе давление не повышает, а лишь увеличивает сердечный ритм. Повысить давление может сладкий чай за счет действия глюкозы.

А вот чего точно не стоит делать при пониженном давлении – физические упражнения. Падение даже с высоты собственного роста при неблагоприятном стечении обстоятельств может привести к летальному исходу.

Повышенное давление

По словам Дениса Сазонова, в России проживает 10 процентов так называемых «махровых гипертоников» – людей, которые отлично себя чувствуют при давлении за 200. Тем не менее, рост давления даже на 5-10 единиц у таких людей может привести к летальному исходу.

Признаки высокого давления:

- Пульсирующий шум в ушах;
- Распирающая головная боль;
- Давление на глазные яблоки;
- Красные пятна лице;
- Нарушения зрения;
- Онемение языка, бессвязная речь.

Данной категории людей специ-



Учебно-методический центр ГО и ЧС в Московском – лучший в ТиНАО

алист советует всегда носить с собой стерильную иглу. В случае непредвиденного скачка давления при признаках гипертонического криза необходимо положить руку на твердую поверхность и проткнуть дистальную поверхность – подушечки четырех пальцев. Когда выступит кровь, опустите руку ниже уровня сердца. Давление сразу начинает опускаться на 30-40 единиц.

Слегка понизить давление можно и без кровопускания. Для этого вновь обратитесь к двум пальцам: мизинцу и среднему пальцу. От кончиков пальцев к основанию руки ладонью совершайте вкручивающие движения, как бы



Начальник отдела по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Антон Тетерев

выгоняя кровь из пальца. 20 раз на мизинце и 20 на среднем пальце.

Затем найдите пульс. Для этого нужно положить два пальца у основания кисти с тыльной стороны. Второй палец придется на пульс. Сделайте 20 сильных нажатий с интервалом в одну секунду. Такой способ может понизить давление на 10-15 единиц.

Если болит спина

Остеохондроз – заболевание, поражающее межпозвоночные диски и хрящи, которые служат им амортизаторами. Со временем хрящи истираются, и это приводит к межпозвоночным грыжам.

– Вокруг позвоночника проходит мышечный корсет, а на уровне каждого позвонка выходят нервные окончания, кровеносные сосуды, ведущие к внутренним органам. При спазме мышц они пережимаются и питательные вещества не поступают в нужном количестве. Отсюда идут боль, отек, воспаление и как следствие – боль, – говорит Денис Сазонов.

Так нарушения в районе первого шейного позвонка – атланта – могут вызывать частые головные боли, мигрени, повышенное и пониженное давление, бессонницу и головокружение. Второй шейный позвонок влияет на зрение и слух. Второй и третий грудной позвонки влияют на сердечно-сосудистую систему. Переохлаждение поясницы может привести к бесплодию, простатиту и импотенции.

У людей, которые не обладают достаточным мышечным корсетом, нагрузка на позвоночник распределяется неравномерно. Поэтому хорошей профилактикой остеохондроза могут стать регулярные физические нагрузки, такие, как плавание три раза в неделю.

Также помогает аппликатор Кузнецова, который воздействует на спазм. Мышцы начинают работать и питательные вещества вновь поступают в должном объеме.

– Еще эффективнее аппликатор Ляпко с металлическими иглами из разных металлов. При воздействии с кислотно-щелочным балансом кожи образуется гальванический ток и терапевтический эффект становится выше, – объясняет Денис Сазонов.

Спасатели МЧС, регулярно сталкивающиеся с высокими нагрузками на позвоночник, при боли в спине используют аппарат ультразвуковой и фототерапии «Импульс».

А вот хорошо всем знакомые всем уколы «Диклофенака», по словам специалиста, оказывают сильное негативное действие на печень, почки и желудок и могут нанести необратимый урон организму всего за 10 применений.

Дарья СОКОЛОВА
Фото автора
и Виктора ХАБАРОВА

Пока «жареный петух» не клюнул

Пожар легче предупредить, чем потушить.



313-й пожарный отряд на страже Московского

Огонь, как известно, может быть не только другом, но и врагом. Это прекрасно знают граждане, пережившие пожар, который грозит не только потерей всего имущества, но и жизни. На днях в администрации прошло заседание комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных си-

туаций и обеспечению пожарной безопасности поселения Московский.

О принятии дополнительных мер, направленных на снижение количества пожаров и последствий от них, собравшимся доложили начальник отдела по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопас-

БЕЗОПАСНОСТЬ

ности Антон Тетерев и старший инспектор 1-го регионального отдела надзорной деятельности и профилактической работы Управления по ТиНАО ГУ МЧС России по городу Москве Марат Алхилаев. Этот вопрос наиболее актуален сейчас, поскольку пожароопасный период 2024 года продолжается.

По итогам заседания комиссии руководителям управляющих организаций, старостам населенных пунктов, председателям СНТ рекомендовано постоянно мониторить подведомственную территорию на предмет оперативного выявления мест возникновения пожаров, а также проверить исправность и доступных всех систем пожаротушения. Особое внимание уделено своевременному вывозу мусора и незаконному проживанию посторонних граждан в пустующих помещениях, как угрозе возникновения возгорания.

Юлия ГОНЧАРОВА
Фото Виктора ХАБАРОВА

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

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 повысят его узнаваемость среди покупателей.



«Сохранять дары природы – наша семейная традиция»

Анна Валентиновна Вавилова, учительница начальной школы № 2065:

Для нас заготавливать на зиму дары лета – добрая семейная традиция. От бабушки она передалась маме, от мамы ее подхватила сестра. Теперь и я люблю. У нас все готовят. Дома всегда пахнет пирогами, вкусными супами. И когда я приезжаю к маме, поднимаюсь и выходжу из лифта, по запахам на лестнице сразу понимаю: это аромат нашего дома. На даче у нас большой сад, в котором растет много ирги. Мы из нее варим варенье. Можно и просто из одной ягоды, но, если

с малиной, у варенья появляется особый вкус. Готовим по бабушкиному рецепту. На 11 стаканов ягод 12 стаканов сахара и полтора воды. Провариваем, постепенно добавляя сахар, не больше 10 минут, чтобы сохранить полезные свойства, и раскладываем по баночкам. Так же засахариваем черную смородину. Когда приходит пора калины, занимаемся ей. Это кладезь витаминов А, С и группы В. Ягоды промываем и измельчаем с косточками в блендере. Добавляем сахар из расчета килограмм на полкило ягоды и раскладываем по стерилизованным баночкам. Зимой вкусно и полезно, особенно в сезон острых ви-

русных болезней. Ведь в любой банке, купленной в магазине, будут консерванты. А если ягоды заморозить, то зимой из них можно сварить компот – куда лучше покупных лимонадов. Также мы все грибочки. В сезон опять и лисичек на кухне собирается вся семья, и допоздна вместе чистим, варим, жарим. Один чистит, другой режет, мама проваривает, добавляет перец, лавровый лист, чеснок. Потом раскладываем по пакетикам и в морозилку. А зимой достанешь брикет, приготовишь супчик или пожаришь к отварной картошечке, сядешь со всеми за стол и вспомнаешь, как семьей это летом готовили. Это же потрясающе!

Варенье

Если забыли, как сделать людей счастливыми, вспомните рецепт Карлсона: «Надо дать им радость, любовь и немного варенья». А чтобы лакомства на всех хватило, стоит летом изрядно постараться. Мы постучали в двери и заглянули в окна Московского, откуда разносился запах варений, компотов, солений, сушеных трав, и узнали, что наши жители запасают на зиму.

«Если мужчина готовит – внимание девушек обеспечено»

Сергей Александрович Головин, повар школы № 2065:

Обычно летом по мере созревания плодов на даче делаем варенье, конфитюры. Все очень просто. Если спелую сливу протереть через сито, отделить кожицу и косточки, получится очень хороший конфитюр янтарного цвета. Его потом можно намазать на хлеб и будет очень вкусно. Так как в сливе мало пектина, можно добавить мякоть яблока или купить пектин в магазине. Сахар берется из расчета килограмм на килограмм. Как правило, любое варенье, за исключением очень сладких плодов, например, инжира, так делают. Ягоду засыпать сахаром на ночь. Она пустит сок, и в этом соке можно варить. Довести до кипения, снять с огня, остудить, на следующий день вновь довести до кипения и остудить. Так три раза. Разложить по стерилизованным банкам. Еще мы сушим траву. Все слышали о полезном иван-чае, а его можно собрать и высушить самому. Чтобы он был ферментированным, прокрутите его через мясорубку. Полученную кашку оставьте в закрытом пакете на полсутки-сутки в теплом и темном месте. Чуть потемнел – готово. Потом надо выложить на противень ровным нетолстым слоем и подсушить в духовке при температуре чуть меньше 100°C несколько часов. В конвекционной чай дойдет быстрее. При откры-

то духовке у некоторых плит ручка может подгореть, поэтому надо контролировать. Как потемнел – готов. Внешне он похож на гранулированный. Сложили в баночку, и два месяца иван-чай должен постоять. К холодам как раз будет готов. Также мы всегда квасим капусту. Она – кладезь витаминов, особенно С. На засолку надо брать поздние сорта – в октябре-ноябре. Такая капуста более белая и приплюснутая внизу. На средний кочан берем две ложки соли и одну сахара. Капусту нарезать, смешать с солью и сахаром, пожать, чтоб сок пустила, плотно уложить в кастрюлю, утрамбовать и сверху накрыть грузом. Можно добавить бруснику, яблоко «антоновку». Морковка идет для красоты. Если капуста сухая, можно добавить рассол (вода, соль, сахар) из расчета 1–2 чашки на ведро. Выносим на четыре дня на воздух – балкон, лоджию. Каждый день дважды прокалываем, выпуская углекислый газ. На пятый день ставим в холодильник. Через сутки она готова. Когда мы что-то делаем, сын с нами присутствует на кухне – спрашивает, пробует, интересуется, что-то простенькое может нарезать. В будущем пригодится. Ведь молодой человек, который умеет готовить, пользуется популярностью у девушек.



«Консервировать научили болгары»

Галина Петровна Петкова, пенсионерка, 82 года:

Я всегда любила готовить. Но консервировать научилась в Болгарии. После того, как вышла замуж за болгарина, прожила там 10 лет. Мы очень дружно жили с соседями – ходили друг к другу в гости, угощали, делились. Они любили мои пирожки – с капустой, мясом, рисом, творогом, ягодами. Там я научилась делать болгарскую царскую туршию.

По-русски «туршия» – соленье. Сейчас самое время ее готовить. Нам понадобятся 3 кг. красного и 3 кг. желтого сладкого болгарского перца. Можно взять плоды одного цвета, но с двумя блюдами смотрится ярче и аппетитнее. К ним берем килограмм моркови, 2 килограмма цветной капусты, две головки сельдерея, два пучка петрушки. Нарезаем кольцами или соломкой перец, разбираем на соцветия цветную капусту. Морковки также нарезаем либо соломкой, либо с помощью

специального ножа делаем треугольнички, кружочки. Сельдерей нарезаем помельче, а петрушку покрупнее, можно разобрать на листочки. Когда все нарезали, укладываем в простерилизованные 800-граммовые или литровые банки слоями. Чередуем перец, морковь, капусту, сельдерей, петрушку – так, чтобы красиво сочетались. Заполнив, добавляем на каждую банку кофейную чашку уксуса. Болгары добавляют винный, но я люблю яблочный. Далее на каждую банку по чайной ложке сахара, соли, рафинированного подсолнечного масла. Если жидкости оказалось недостаточно, то доливаем воды по горлышко и ставим в посуду на огонь для стерилизации. После того как в банке вода закипела, стерилизуем 5–7 минут и закрываем стерилизованной крышкой. Такую закуску любят и дети, и внуки, и правнуки. Их у меня двое. Старший сейчас пошел в шестой класс, а младшая в первый. Все овощи получаются ароматными, хрустящими, и дети их очень любят. К тому же в таких консервах сохраняется много полезных витаминов и веществ. Потому каждый год я с удовольствием их заготавливаю на зиму.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

На счастье

«Жена грибы моет, а я консервирую»



Игорь Данилович Югай, заведующий подстанцией скорой и неотложной помощи № 58:

Консервацией всегда занимаемся вместе с супругой. Друг другу помогаем: один банки держит, другой разливает. На даче растет много клубники. Всю съесть не успева-

ем и в самый пик варим и закрываем варенье. Ягоду надо собрать, хорошо промыть, почистить. Ведь она почти по земле стелется. Поэтому все делаем вместе. Потом варенье дети с удовольствием едят.

Также закрываем грибы. Их делать сложнее. В лес хожу сам. Занятие кропотливое, но приятное. Появляются азарт, интерес, вдохновение. В этом году за благородными не ходил – собирал личички, опята. Выбирал средних размеров. Маленькие грибочки есть приятнее. Супруга помогает мыть, перебирать, чистить, а остальное делаю сам. Варю в трех водах. Первые две сливаю, а третью разливаю по баночкам и укладываю в бульон наполовину грибы. Банки небольшие – пол-литра. Укладываю некрупный лавровый лист, перец-горошек, иногда гвоздику, добавляю одну столовую или две чайные ложки 9% уксуса. Не солю, так как соль понемногу добавляю при первой и второй варке. Часть раскладываем по пакетикам и замораживаем. А часть закрываем. Банки либо закручиваю, либо закатываю старым способом. Это несложно. У нас же не массовое производство. Мы закатываем для себя всего один-два раза за сезон. Поэтому усталости нет. Особенно если понимаешь, что через несколько дней, когда грибы наполнятся ароматом и вкусом, их можно будет уже есть. От одной мысли становится приятно. Многие боятся грибов, а я ем без сомнений и страхов, потому что точно знаю, что собрал.

«Вместо банок овощи, фрукты и ягоды замораживаю»

Ирина Иванова, депутат Совета депутатов поселения Московский, директор Дворца культуры «Московский»:

Летом на даче собираю урожай. Консервировать перестала. В вареньях много сахара, в солениях – соли. Я все замораживаю. Нарезаю помидорчиками, кубиками, кружочками перец, помидоры и в морозилку. Обязательно фарширую и замораживаю перец. Зимой остается только положить его в кастрюльку, заправить специями и потушить. Помидоры идут куда угодно – в яичницу на завтрак, в первые и вторые блюда, в лечо, которое раньше тоже консервировала, но сейчас от этой затеи отказалась. Зачем, если можно из замороженных овощей зимой все приготовить. Замораживаю баклажаны, но, чтобы из них ушла горечь, и они не были «резиновыми» на вкус, предварительно пару минут провариваю овощи в кипящей воде. Кабачки в сезон стараюсь готовить, но, если остаются, также пару минут варю, после чего замораживаю. Они водянистые, но зимой всегда можно приготовить рагу. Компоты и варенье также не закрываю. Все, что растет на даче – клубнику, малину, черную смородину, лесную малину, – замораживаю. Некоторые ягоды перетираю с сахаром и замораживаю в таком виде. Потом они идут в десерты, в начинку для блинчиков, к сы-



рникам, в творог, куда угодно... Не могу не отметить свой фирменный чай. На даче у меня растут чайные травы – чабрец, душица, монарда, шалфей, мята. К ним ферментирую листья смородины, малины, клубники, земляники. Все сушу, потом делаю разные смеси и рассыпаю по баночкам. Добавляю лепестки шиповника. Всю зиму с удовольствием ем потом пью чай с перетертой ягодой, угощаю знакомых. Заготавливаю все небольшими порциями, поэтому справляюсь сама. И знаете, у меня растет очень хороший сорт чеснока, доставшийся еще от прабабушки. Я его

каждый год обновляю, развожу. Многие не знают и потому выбрасывают чесночные стрелки, а я их молоденькими, пока они не выпрямились, срезаю и прокручиваю в блендере. Потом смешиваю массу с крупной солью и хорошим сливочным маслом и тщательно вилок размешиваю, после чего раскладываю по маленьким лоточкам и замораживаю. Не представляете, какая вкуснота получается, когда зимой этим маслом намажешь кусочек черного хлеба. Если добавить его в пельмени или любое другое блюдо, оно наполнится невероятным ароматом, вкусом и, конечно, пользой.

СЮРПРИЗЫ ПОГОДЫ



Лето

продолжается

До конца сентября нас ждут теплые дни.

Об этом «МС» рассказал метеоролог, ведущий специалист центра погоды «Фобос» Евгений Тишковец. Необычайно теплый воздух накрыл столицу с головой благодаря антициклону, расположившемуся над Уралом. В результате столбик термометра до последней декады месяца днем не опустится ниже +22°C, в ночные часы будет показывать от +11 до +16°C. Пиковыми станут ближайшие выходные и первые будние дни – +26–+27°C. Вода в реках и озерах прогреется до +16–+20°C. Градусы начнут опускаться лишь в предпоследние сентябрьские выходные.

– Нынешние температурные показатели соответствуют первой декаде августа, – отметил синоптик. – Такая теплая погода для Центральной полосы России на фоне солнечной и сухой погоды – очень редкое явление. В Москве, как и на всей Русской равнине, продолжается календарное лето, когда средняя температура составляет +15°C. Учитывая, что оно началось в середине мая, его можно смело причислить к одному из самых продолжительных в истории метеонаблюдений.

По-летнему теплую и солнечную погоду в сентябрьские дни у нас в народе называют «молодым» бабьим летом, а в английском фольклоре у Шекспира как «лето всех святых».

Самое время его использовать с максимальной пользой. Сам «часовой погоды», как Евгения Тишковца назвали СМИ, не упускает возможности в эти дни лишней раз поплавать на каяке, совершить пробежку или сделать гимнастику на свежем воздухе. Берем пример, надеваем спортивную форму и отправляемся на аллею, в парк и стадионы Московского.

КОММЕНТИРИЙ МЕДИКА
Депутат Совета депутатов, главный медбрат городской больницы Московского
Алексей Синькин:

Не все на пользу, что тепло

– Переменчивая погода опаснее, чем стабильно холодная.

Процессы, протекающие внутри нас, во многом зависят от температуры воздуха. Из-за перепадов дневной и ночной организм испытывает стресс. Когда она часто меняется, приходится подстраиваться и активизировать свои защитные силы, что приводит к бы-

строму истощению внутренних ресурсов и, соответственно, к снижению иммунитета. Также повышается риск простудных заболеваний. Подобные колебания температур и влажности воздуха способствуют размножению вирусов и бактерий. Ослабленный иммунитет делает организм более подверженным инфекциям. Кроме того, переменчивая погода может вызывать переохлаждение или, наоборот, перегревание, что также негативно сказывается на здоровье. Конечно, в такую солнечную погоду никто не хочет болеть. Поэтому, чтобы уберечь себя от простуды, рекомендую не пренебрегать простыми правилами. Если приходится рано утром выходить из дома или поздно вечером возвращаться, имейте при себе куртку или кофту для комфортного пребывания на улице. Она спасет от резкого переохлаждения, а организм скажет «спасибо».

Виталий ЛЕСНИЧИЙ
Фото Виктора ХАБАРОВА

Сборную России по футболу встретили в бизнес-терминале аэропорта Внуково. Российские футболисты спаслись от самого сильного за последние десятилетия тайфуна, разыгравшегося на севере Вьетнама.

ЗВЕЗДОПАД

«Яга» против футбола

Футбольная сборная России прилетела в Москву после участия в товарищеском матче на стадионе «Ми Динь» в Ханое. 5 сентября наши футболисты обыграли вьетнамцев с со счетом 3:0.

7 сентября сборная России должна была встретиться с командой Таиланда, однако матч не состоялся из-за разыгравшегося во Вьетнаме супертайфуна «Яги», кото-

рый уже унес жизни 59 человек. «Первую игру сыграли нормально, затем два дня игроки восстанавливались. Те, кто не сыграл в первом матче, расстроены, что не удалось выйти на поле, но против погоды ничего не сделаешь. Думаю, у них еще будет шанс себя проявить», – приводит слова главного тренера сборной РФ Валерия Карпина пресс-служба Внуково.
Дарья СОКОЛОВА



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

СУББОТА, 21 СЕНТЯБРЯ

20:00 «Война миров» [16+] Рен-ТВ
Инопланетяне давно выжидали момент для нападения. Война цивилизаций разразилась, когда Рэй Ферье остается на выходные со своими детьми, а бывшая жена уезжает к родителям. Теперь Рэю предстоит спасти семью, и, может быть, все человечество.



Художественные фильмы и сериалы

10:45 «Чемпионы» [12+] Матч-ТВ
13:10 «Тень дракона» [12+] ТВЦ
13:20 «Принц пустыни» [12+] СТС
15:05 «Золушка» [12+] Культура
15:35 «Пираты Карибского моря: На странных берегах» [12+] СТС
17:15 «Отель «Солнечная долина» [16+] ТВЦ
18:20 «Пираты Карибского моря: Мертвецы не рассказывают сказки» [12+] СТС
20:20 «Чочара» [12+] Культура
22:15 «Гренландия» [16+] Рен-ТВ
23:25 «Сядь за руль моей машины» [16+] Первый канал
00:35 «Адреналин-2: Высокое напряжение» [16+] Рен-ТВ

Спорт на Матч-ТВ

06:00 «Рецептура» [12+]
06:30 «Центральный круг» [12+]
10:25 «Лица страны. Беслан Мудранов» [12+] Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА-УНИКС (Казань). Прямая трансляция [12+]
16:25 Футбол. Чемпионат Германии. «Вердер» – «Бавария». Прямая трансляция [12+]
18:55 Футбол. Чемпионат Италии. «Ювентус» – «Наполи». Прямая трансляция [12+]

Художественные фильмы и сериалы

09:30 «Если он меня узнает» [12+] ТВЦ
11:25 «До свидания, мальчики» [12+] Культура
12:05 «Долина рыцарей» [12+] СТС
14:05 «Ширли-Мырли» [12+] Первый канал
15:05 «Невероятное пари, или Истинное происшествие, благополучно завершившееся сто лет назад» [12+] Культура
16:05 «Последний богатырь» [12+] СТС
18:25 «Война миров» [16+] Рен-ТВ
20:25 «Руфь» [12+] Культура
23:05 «Русалка и дочь короля» [12+] СТС

Спорт на Матч-ТВ

06:00 «Формула-1. Гаснут огни» [12+]
06:30 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway» [12+]
10:25 «Лица страны. Дарья Пикалова» [12+]
10:45 «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» [12+]
12:55 Регби. PARI Чемпионат России. 1/2 финала. Енисей-СТМ (Красноярск) – Локомотив-Пенза. Прямая трансляция [12+]
15:30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Спартак» (Москва) – «Динамо» (Москва). Прямая трансляция [12+]

21:55 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал» – «Эспаньол». Прямая трансляция [12+]
00:55 Регби. PARI Чемпионат России. 1/2 финала. Стрела-Ак Барс (Казань) – Красный Яр (Красноярск) [12+]

21:00 «Верю я в любовь» [12+] Россия 1
Накануне свадьбы дочери швея Надежда застает мужа с любовницей. Она уходит из дома, но не находит поддержки ни у дочери, ни у матери, которые убеждают ее закрыть глаза на измену. Оказавшись на перепутье, Надежда ищет свою первую любовь.



Документальные фильмы и научно-популярные программы

09:00 «Здоровый смысл» [12+] ТВЦ
09:40 «Острова. К 85-летию со Дня Рождения Владимира Меньшова» [12+] Культура
11:00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко [16+] Рен-ТВ
11:55 «Земля людей. Юртовцы. На перекрестке миров» [12+] Культура
12:25 «Черные дыры. Белые пятна» [12+] Культура
13:05 «Страна птиц. Тайная жизнь камышовок» [12+] Культура
13:50 «Рассказы из русской истории. XVIII век» [12+] Культура

Детское время

06:00 «Ералаш» [6+] СТС
07:00 М/с «Три кота» [0+] СТС
07:20 М/ф «Вовка в Тридевятом царстве» [0+] Культура

18:20 «Любовь и голуби. Что характерно! Любили друг друга!» [12+] Культура
Руководители советской киноиндустрии пытались переделать всенародно любимый фильм «Любовь и голуби» на свой лад. Воспоминаниями о работе делятся режиссер Владимир Меньшов, вдова автора пьесы Людмила Гуркина и актер Александр Михайлов.



12:00 «Вызов» [16+] TNT
12 звезд музыки, кино и шоу-бизнеса и 12 представителей науки, искусства и интеллектуальных видов спорта делятся на пары и проходят испытания на силу и смекалку. Первый сезон шоу снимался в Карелии, второй – в Дагестане, третий в Вологде.



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. Творог» [12+] Россия 1
09:25 «Ягтер на одного» [12+] Россия 1
10:10 «Сто к одному» [12+] Россия 1
10:20 «Главная дорога» [12+] НТВ
11:00 «Играем свадьбу!» [12+] Первый канал
11:50 «Доктор Мясников» [12+] Россия 1
12:15 «Поехали!» [12+] Первый канал

12:40 Шоу «Уральских пельменей» [12+] СТС
12:55 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым [12+] Россия 1
13:00 «Секрет на миллион» [16+] НТВ
13:55 «Осведомленный источник в Москве» [12+] Первый канал
14:50 «Юмор! Юмор!! Юмор!!!» [12+] Россия 1
15:00 «Своя игра» [12+] НТВ
16:30 «Новая битва экстрасенсов» [16+] TNT
16:55 «Кто хочет стать миллионером?» [12+] Первый канал
17:00 «Следствие вели...» [16+] НТВ
17:50 «Привет, Андрей!» [12+] Россия 1
18:20 «Родня» [12+] Первый канал
19:00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым [12+] НТВ
19:50 «Эксклюзив» [12+] Первый канал
20:20 «Чудо» [12+] НТВ
21:00 «Музыкальная интуиция» [16+] TNT
21:35 «Сегодня вечером» [16+] Первый канал
22:15 «Ты не поверишь!» [12+] НТВ
23:00 «Женский стендап» [16+] TNT
00:00 «Игры без границ» [12+] TNT

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 СЕНТЯБРЯ

16:20 «Рубикон» [16+] Рен-ТВ
Астронавты на космической станции видят, как на Земле происходит глобальная катастрофа. Связь с планетой потеряна, герои в изоляции. Они решают: или вернуться на Землю и найти выживших, или остаться на орбите в ожидании неясного будущего.



Художественные фильмы и сериалы

09:30 «Если он меня узнает» [12+] ТВЦ
11:25 «До свидания, мальчики» [12+] Культура
12:05 «Долина рыцарей» [12+] СТС
14:05 «Ширли-Мырли» [12+] Первый канал
15:05 «Невероятное пари, или Истинное происшествие, благополучно завершившееся сто лет назад» [12+] Культура
16:05 «Последний богатырь» [12+] СТС
18:25 «Война миров» [16+] Рен-ТВ
20:25 «Руфь» [12+] Культура
23:05 «Русалка и дочь короля» [12+] СТС

Спорт на Матч-ТВ

06:00 «Формула-1. Гаснут огни» [12+]
06:30 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway» [12+]
10:25 «Лица страны. Дарья Пикалова» [12+]
10:45 «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» [12+]
12:55 Регби. PARI Чемпионат России. 1/2 финала. Енисей-СТМ (Красноярск) – Локомотив-Пенза. Прямая трансляция [12+]
15:30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Спартак» (Москва) – «Динамо» (Москва). Прямая трансляция [12+]

18:45 Футбол. МИР Российская Премьер-лига. «Пари НН» (Нижний Новгород) – «Локомотив» (Москва). Прямая трансляция [12+]

21:10 «Беги!» [12+] ТВЦ
Капитан полиции Маркин едет в колонию строгого режима в Сибири для выполнения секретного задания. Неожиданно он становится свидетелем побега заключенного. Офицер бросается в лес – в погону за преступником – без карты, продуктов и оружия.



21:00 «После футбола с Георгием Черданцевым» [12+]
21:40 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» – «Милан». Прямая трансляция [12+]

Документальные фильмы и научно-популярные программы

10:45 «Острова. Михаил Кононов» [12+] Культура
12:45 «Невский Ковчег. Теория невозможного» [12+] Культура
13:15 «Неизвестные маршруты России. Ингушетия» [12+] Культура
14:30 «Московская неделя» [12+] ТВЦ
15:00 «Дорогие товарищи. Яйца Фаберже» [16+] ТВЦ

21:55 «Сказки народов мира в опере» [12+] Культура
23:35 «Кинескоп» с Петром Шепотинником [12+] Культура

Детское время

06:00 «Ералаш» [6+] СТС

11:50 «Большие перемены» [12+] Россия 1
Передача помогает семьям преобразить квадратные метры и сделать жизнь уютной. Команда дизайнеров найдет простые решения сложных задач. Мастера преобразят спальни, детские, гостиные и вдохнут новую жизнь в старые, но дорогие сердцу вещи.



18:30 «Звезды в джунглях» [12+] TNT
В новом шоу зрители увидят 19 артистов. Главная задача участников – заработать на сложных испытаниях монеты, которые можно потратить на еду или забрать в качестве приза. Максимальный выигрыш может составить более 30 миллионов рублей!



06:40 «Смотрим мультфильмы» [0+] Россия 1
07:00 М/с «Отель у овец» [0+] СТС
07:05 М/ф «Это что за птица?» [0+] Культура
07:20 М/ф «Детектив Финник» [0+] СТС
07:25 М/ф «Гадкий утенок» [0+] Культура
07:50 М/ф «Рикки-Тикки-Тави» [0+] Культура
08:15 М/ф «Заколдованный мальчик» [0+] Культура
10:05 М/ф «Команда Матч» [0+] Матч-ТВ

Развлекательные передачи. Ток-шоу

06:50 «Играй, гармонь любимая!» [12+] Первый канал
07:20 «В кругу друзей» [12+] Россия 1
08:05 «Здоровье» [12+] Первый канал

08:35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым [12+] Россия 1
09:00 «Кто круче всех?» [12+] СТС
09:10 «Непутевые заметки» [12+] Первый канал
09:25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым [12+] Россия 1
10:00 «Наука в шоке» [12+] СТС
10:15 «Жизнь других» [12+] Первый канал
10:30 «Наука и техника» [12+] Рен-ТВ
11:05 «Повара на колесах» [12+] Первый канал
11:30 «Легенды и мифы» [12+] Рен-ТВ
12:00 «Дачный ответ» [12+] НТВ
12:50 «Истории большой страны» [12+] Россия 1
13:00 «НашПотребНадзор» [12+] НТВ
14:05 «Однажды...» [12+] НТВ
15:50 «Экстрасенсы. Реванш» [16+] TNT
16:20 «Человек в праве» с Андреем Куницким [12+] НТВ
17:00 «Следствие вели...» [16+] НТВ
17:50 «Песни от всей души» [12+] Россия 1
18:00 «Новые русские сенсации» [16+] НТВ
19:00 «Точь-в-точь!» [12+] Первый канал
20:20 «Ты супер!» [12+] НТВ
21:30 «Игры без границ» [12+] TNT
23:30 «Шоу Воли» [16+] TNT
23:40 «Звезды сошлись» [12+] НТВ

Бесплатные развлечения Москвы

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



Воскресный СВОП
15 сентября
в 13:00



В галерее «На Каширке» можно обменять вещи, которыми вы перестали пользоваться, на что-то приятное или необходимое совершенно бесплатно. Если не хотите обмениваться, можно просто забрать какую-то вещь себе, договорившись с ее владельцем. А если вы готовы расстаться с некоторыми своими вещами просто так, оставьте их в галерее – и они точно обретут новых хозяев.

Адрес: ул. Академика Миллионщикова, 35, корп. 5
Метро: Каширская

Выставка-форум товаров и услуг для здоровья и красоты

17–19 сентября
с 10:00 до 18:00



На масштабной выставке в Event Hall «Даниловский» соберутся производители, поставщики и эксперты со всей страны. Свою продукцию представят бренды из более чем 70 городов России, от Калининграда до Владивостока, от Мурманска до Махачкалы. Также участвуют свыше 20 молодых компаний.

Кроме того, выставку посетят более 5000 экспертов – нутрициологи, косметологи, врачи и мастера салонов красоты. Более 50 представителей профессионального сообщества выступят с лекциями и презентациями. В программе – мастер-классы, практические конференции, конкурсы, розыгрыши и другие события.

Адрес: ул. Дубининская, 71
Метро: Тульская

Выставка «Юбилейное Юбилейного»
до 20 октября, вт.-вс.
с 12:00 до 21:00



Экспозиция стала местом встречи двух литераторов – Александра Пушкина и Владимира Маяковского. Выставка Московского музея современного искусства приурочена сразу к нескольким круглым датам. Это и 225-летие со дня рождения Александра Пушкина, и 100-летие стихотворения Владимира Маяковского «Юбилейное», и 25-летие самого музея. Она включает произведения 1920–2000-х годов и предлагает рассмотреть фигуры Пушкина и Маяковского с разных точек зрения. Посетители увидят картины, рисунки, скульптуры и фотографии. Среди авторов – Александр Родченко, Давид Бурлюк, Зураб Церетели, Аделаида Пологова, Дмитрий Пригов и другие. Визуальный ряд дополняют книжные издания, видеointервью, журнальные публикации и кинозаписи.

Адрес: пер-к Ермолаевский, 17
Метро: Баррикадная, Маяковская, Тверская

Интерьерная выставка «Русский дом»

19–21 сентября
с 10:00 до 18:00



В пространстве IRRI-Loft представят коллекции, объединившие актуальный дизайн и многовековые традиции, а в рамках форума выступит сотня спикеров. Свою продукцию представят 255 производителей. Гости увидят капсульные коллекции от дизайнеров из более чем 20 регионов России. Амбассадорами выставки станут архитектор Полина Афонская, дизайнер и художник Алена Горская, руководитель дизайнерского бюро Вячеслав Ушаков, видеоблогер Вадим Шишкин, светодизайнер Константин Цепелев и другие известные люди.

Для специалистов, желающих совершенствоваться в дизайне интерьера, пройдет трехдневная программа повышения квалификации. Также будут работать пространство «Культурный код» и площадка для предпринимателей. Кроме того, состоится церемония награждения победителей премии в области интерьерного дизайна «Выбор года».

Адрес: Дербеневская наб., д. 7, стр. 31
Метро: Павелецкая

Лекция «Осторожно, манипуляция!»

21 сентября
в 14:00



Лекция психолога Екатерины Бушиной в библиотеке имени Некрасова предлагает разобраться в механизмах манипуляции и понять, как защититься от их воздействия.

Слушатели узнают, как распознавать манипуляторов и противостоять их влиянию, рассмотрят основы социального воздействия, привычки в социальных сетях и при покупках, а также самые распространенные ловушки. Самые активные посетители получат в подарок книгу Роберта Чалдини «Психология влияния».

Адрес: ул. Бауманская, 58/25, стр. 14
Метро: Бауманская

Выставка «Сказки московской майолики»

до 12 января 2025,
вт.-вс. с 11:00 до 22:00



В Музее ВДНХ выставка объединяет произведения майолики, созданные



в 1950–1960-е годы. Среди них – архитектурная керамика и мелкая пластика. Также в экспозиции представлены бытовые скульптуры того времени. Они украшали интерьеры домов и продавались как сувениры.

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

Музей археологии Москвы

15 сентября
с 10:00 до 18:00



В рамках акции «Московская музейная неделя» можно бесплатно посетить основную экспозицию и временную выставку Музея археологии Москвы.

Музей расположен в подземном павильоне на глубине семи метров, на месте археологических раскопок 1993–1996 годов. Он знакомит с историей развития территории современной Манежной площади, а также материальной культурой Москвы от палеолита до XIX века. Основа экспозиции – обнаруженные во время раскопок устои Воскресенского моста XVII–XVIII веков, который в прошлом соединял два берега реки Неглинной. Большой интерес также представляют клады, найденные в центре столицы, и другие предметы московского быта.

Регистрация
Адрес: Манежная площадь, 1а
Метро: Охотный Ряд



«Поцелуй со вкусом Суздальской медовухи»

20 сентября
в 20:00



В культурном центре «Марьяна роща» покажут перформанс с живым звуком, авторской поэзией и экспериментальным сценикографическим решением.

Действие, сотканное из поэтических локусов, разворачивается вокруг героини по имени Алиса. Стараясь собрать себя воедино после нелегкого разрыва с молодым человеком, Алиса проживает все стадии принятия через стихотворения современной поэтессы Валеры Ленской, музыкальное сопровождение панк-группы «Что ты делаешь?!?!?!» и силу русского, женского духа, который проходит лейтмотивом через всю постановку.

Регистрация
Адрес: ул. Октябрьская, 58
Метро: Марьяна Роща



Эльвира ЯКУПОВА

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ



«Огни Кремлевских звезд». Праздничная программа академического хора «С песней по жизни», посвященная Дню города Москвы.

14.09 в 14:30
Примечание: в афише возможны изменения. Уточнить дату и время проведения мероприятия можно по телефону +7 (495) 841-89-94. Вход на мероприятия свободный.

ЦЕНТР СПОРТА «МОСКОВСКИЙ»



14 сентября
Соревнования по легкоатлетическому кроссу, приуроченному ко Дню солидарности в борьбе с терроризмом.
Начало в 10:00
г. Московский, 3-й микрорайон, д. 8, стадион школы №2065.

22 сентября
10:00 Кубок поселения Московский по игре в дартс среди детей «Здоровье – всей жизни основа».
12:00 Кубок поселения Московский по игре в дартс среди взрослых.
Соревнования проводятся по предварительной регистрации до 12:00 20 сентября по телефону 8(985) 542-88-85.
г. Московский, 1-й микрорайон, д. 41А, ФСК ЦС «Московский».

БИБЛИОТЕКА № 259



14 сентября
ЧАС КНИГИ И ТВОРЧЕСТВА «В ГОСТИ К ХОЗЯЙКЕ МЕДНОЙ ГОРЫ» (6+)
Волшебное путешествие в мир сказов Павла Бажова погрузит участников в атмосферу магии и красоты Уральских гор и лесов, а герои произведения «Малахитовая шкатулка» вдохновят ребят-мастеров на создание сказочных артефактов в технике бумагопластики. Творческие занятия развивают у детей воображение и художественный вкус. Начало в 14:00.

«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»



14 сентября
Сольный концерт лауреата международных конкурсов Татьяны Аноховой. Вы услышите старинные и современные романсы. Добавят красок в мероприятие поэтические номера Ивана Полякова. Начало в 14:00.

16 сентября
Мастер-класс по нейрографики. Вы научитесь осознанному рисованию, работе с образами и узнаете тайны подсознания. Начало в 10:00.

17 сентября
Концертная программа клуба «Вокаломания». Для вас – новые номера в песенном жанре. Всё, чтобы порадовать наших дорогих зрителей. Начало в 18:00.

18 сентября
Встреча любителей кино «Киносреда» – новый увлекательный фильм, яркие эмоции, захватывающий сюжет. Наши кинозрители неизменно остаются в хорошем настроении и ждут новых кинокартин. Начало в 18:00.

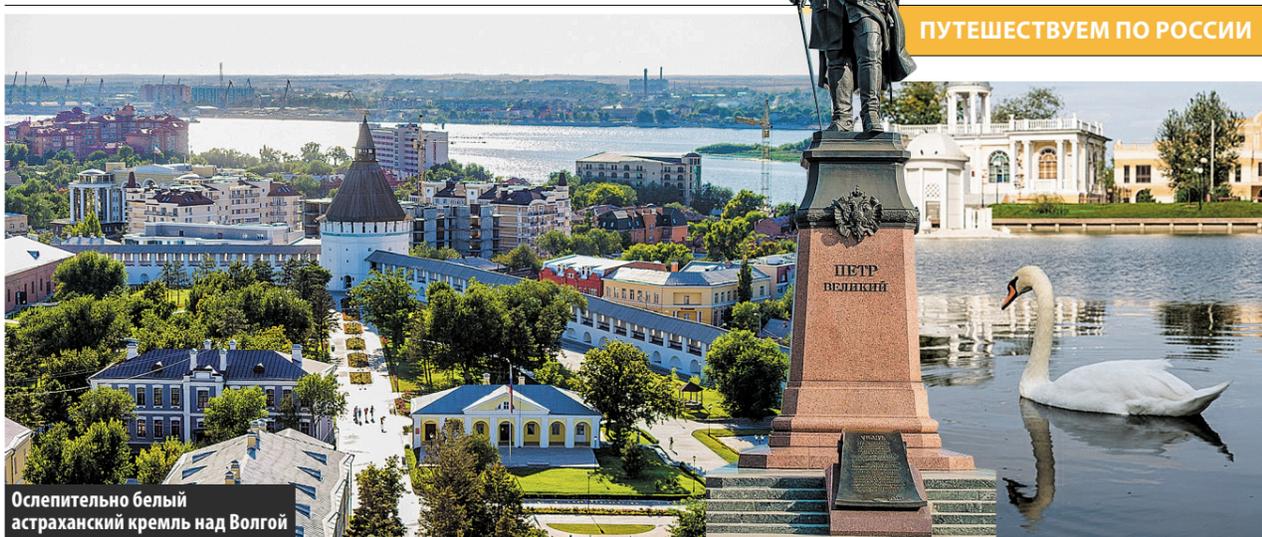
19 сентября
В гостях у нашего музыкального квартирника – Леонид Резник с сольным концертом «Вы остались в Париже». Авторские песни под гитару, душевные посиделки в уютной атмосфере нашего кафе. Начало в 17:00.

20 сентября
Встреча клуба «Фриволите». Вы сможете овладеть искусством изготовления ажурных украшений и предметов для дома и порадовать близких и друзей. Начало в 11:00.
Все мероприятия пройдут в Центре московского долголетия «Московский» по адресу: г. Московский, ул. Солнечная, д. 1.

Хотите знать больше о жизни Московского?



Самые свежие новости в телеграм-канале администрации поселения Московский @adm_moskovsky



Ослепительно белый астраханский кремль над Волгой

ПУТЕШЕСТВУЕМ ПО РОССИИ

СТОЛИЧНЫЙ СУВЕНИР

Весь город в одной чашке

У Москвы появился свой чай. Он пахнет смородиной, васильками и земляникой.

Особый купаж самого любимого народного напитка жители столицы выбрали на проходившем этим летом фестивале «Московское чаепитие». С июля до конца августа каждый желающий мог вслепую продегустировать несколько разновидностей напитка и отдать свой голос за тот, который лучше всего выражает яркий характер и гостеприимный дух Москвы.



У московского чая вкус васильков, роз и смородины

«Самым московским» признали купаж № 3: золотисто-янтарный черный чай со вкусом черной и красной смородины, земляники, с добавлением лепестков василька, сафлора, бутонов роз и долек апельсина», – сообщает интернет-портал мэра и правительства Москвы.

Так что теперь у столицы, помимо торта «Москва», выбранного народным голосованием в 2015 году, есть чай «Москва», которым этот торт можно запить.

Дарья СОКОЛОВА ■ Фото mos.ru

ПРОИСШЕСТВИЕ

Загорелась стиральная машинка

Огонь возник из-за бытового электроприбора в квартире на территории ЖК «Саларьево парк».

Пожарная сигнализация сработала вечером 8 сентября в доме № 14 корп. 2 на улице Саларьевская. Жители соседних домов делились в соцсетях видео, на которых видно, как жильцы верхних этажей дома № 14 спешно покидают квартиры по внутридомовой лестнице.

На место происшествия прибыл пожарный наряд, однако потушить огонь жителям удалось еще до приезда спасателей.

– Происходило загорание стиральной машины на площади 1 кв.м. Ликвидировано до прибытия. Пострадавших нет, – рассказали в пресс-службе Управления по ТиНАО ГУ МЧС России по г. Москве.

Дарья СОКОЛОВА ■

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

Там, где Волга впадает в Каспий

Зачем ехать с мужем в Астрахань на рыбалку?

При слове «Астрахань» в голове сразу всплывают рыбалка и арбузы. Сентябрь – действительно лучшее время, чтобы провести здесь время со спиннингом и наесться бахчевых до отвала. Но город интересен не только этим, а долгой историей и массой достопримечательностей. Рассказываем, что можно успеть здесь за 2–3-дневное путешествие выходного дня.

Посетить местный кремль, построенный в конце XVI – начале XVII века, когда Астраханское ханство было разбито и вошло в состав Русского государства. Сейчас на территории вы увидите соборы, архиерейское подворье, часовню, гауптвахту, цейхгауз и другие архитектурные объекты. Успенский собор считается одним из лучших примеров культового зодчества XVIII столетия: он единственный в России объединен с лобным местом – каменным помостом, который использовался во время крестного хода и для оглашения царских указов народу. А сами башни и стены с зубцами в стиле «ласточкин хвост» повторяют московские. Главный вход ведет через Пречистенские ворота прямо под Соборной колокольней. Здесь действуют несколько музеев.

Погоулять по набережной Волги: она начинается у «стрелки» – места, где от реки отходит рукав городского канала, носящий имя императора Петра I, который не раз бывал в Астрахани и многое сделал для развития города. Тут стоит здание бывшей торгово-промышленной биржи, а ныне это Дворец бракосочетаний. На набережной множество сохранившихся с XVIII века старинных зданий, скульптур – например, чеховская «Дама с собачкой» – и музыкальный фонтан. При желании можно на любом причале сесть на речной трамвай и осмотреть город с воды.



В окрестностях была столица Золотой Орды – Сарай-Бату. Сейчас сюда водят экскурсии



Лotosовые поля – незабываемое зрелище



В городе много старинных особняков



Рыбалка в дельте Волги – главное, за чем едут сюда туристы

Посмотреть на лотосы – они цветут в дельте Волги и образуют целые водяные «клубы» прямо в черте города. Любоваться «каспийскими розами» можно даже с Центральной набережной.

Узнать об удивительной истории Астрахани в старейшем региональном историческом музее. Он был открыт в 1837 году как «Губернский музей», и с тех пор его коллекция только расширилась – сейчас она насчитывает 300 тысяч единиц хранения. Вы узнаете, что давным-давно под Астраханью водились мамонты, а в Волге совсем недавно плавали гигантские белуги. Интересны и археологические находки золотоордынского периода, богатая нумизматическая коллекция, старинные фотографии и документы, оружие, доспехи, национальные наряды, керамика, предметы быта.

Купить рыбу на одном из крупнейших рынков XIX века «Селенские Исады», работающем до сих пор, уже на протяжении более 150 лет. Сюда надо идти за баночкой икры не только черной, но и щуцый, сазаньей и икрой волбы в ястыках или вкуснейшим балыком и стерлядь. А рядом – жерех, кутум, щука, лещ, сом, судак, толстолобик. Как и на любом рынке, здесь можно и нужно торговаться.

Покормить птиц на Лебедином озере – это не балет на музыку Чайковского, а красивый водоем в центре города, где приятно расположиться на берегу небольшим пикником. К вам тут же подплывут белоснежные поповайки.

Юлия ГОНЧАРОВА ■
Фото Владимира НИКОЛАЕВА

Уборка как ритуал

Начинать новую жизнь с избавления от старых вещей придумала вовсе не Мари Кондо. Еще наши предки верили, что ветошь радость в дом не приносит.

Своя традиция ритуальной уборки есть во многих странах. Итальянцы, мексиканцы и японцы наводят чистоту в декабре под новый год. Иранцы «встряхивают дом» весной. На Руси от лишних вещей избавлялись в день мученицы Домны Добродородной.

16 сентября из избы выносили заношенную одежду, обветшавшую утварь, протертые до дыр лапти. Все это развешивали на заборе – от злого глаза. Вечером ненужные вещи сжигали на грядках. Верили, что вместе с сором из дома уходят печали. А тех, кто провел уборку особенно добросовестно, ждет счастливый год.

Дарья СОКОЛОВА ■ Фото Владимира НИКОЛАЕВА

НАРОДНЫЕ ТРАДИЦИИ



Сегодня в моде организация домашнего быта по системе японки Мари Кондо

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: 3232-24

Подписано в печать:
по графику и фактически
11.09.2024 в 17.00
Тираж 40 000 экземпляров
Распространяется
БЕСПЛАТНО