

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

# МОЙ район

ЧЕРТАНОВО СЕВЕРНОЕ  
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ  
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ  
ВЫПУСК

14.09.2019

№ 6 / 239

12+

### Цитата

#### Сергей Собянин

Каждый район имеет право на свой центр — благоустроенную площадь, улицу или набережную. Уютно должно быть везде. Поэтому благоустройство жилых районов будет приоритетом ближайших лет нашей работы



### ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



**Ревизор** Резиновое покрытие на детской площадке отремонтируют оперативно **4**

### Цифра

# 20

дворов благоустроили с начала 2019 года

## Эликсир вечной молодости

**6**

Елена Хачатурова ведет занятия по скандинавской ходьбе в центре соцобслуживания. Она уверена, что спорт может лечить и сохранять здоровье



**5**

### Программа

#### Уютные парки

За последние годы в городе благоустроили 550 скверов и парков. Работа в этом направлении продолжится в рамках программы «Мой район». При этом учитывают интересы москвичей **2**

### Любопытно

#### Весь мир — театр

Выставка фотоальбомов и книг, посвященная истории появления сценического искусства, открылась в библиотеке № 151 **7**

### Опрос

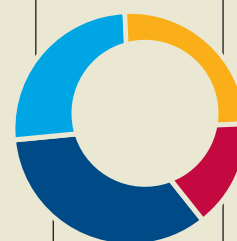
**Жители ответили, сортируют ли они отходы (%)**

**26**

Мне не хватает информации, как правильно сортировать отходы

**25**

Собираю мусор отдельно



**15**

Планирую начать собирать мусор отдельно

**34**

Стараюсь сортировать отходы, но не всегда получается

Голосование проходило в сообществе района [vk.com/4erto](https://vk.com/4erto)

**Гороскоп** Что сулят нам звезды в октябре? Читайте советы астрологов **8**

## Популярные места для занятий спортом



**Александр Демин**  
Глава управы

Считаю важным, чтобы у каждого жителя была возможность хорошо отдохнуть недалеко от дома. Лучше всего делать это на природе. Пожалуй, одним из любимых парков у наших жителей стал «Чертановское подворье». Территория полностью благоустроена. В парке проложены пешеходные дорожки, разбиты клумбы, стоят комфортные лавочки. Но главное, что в парке есть чем заняться. Например, родители гуляют здесь вместе с детьми, для которых мы сделали площадку. А спортсмены занимаются на тре-

### Реплика

нажерах или играют в настольный теннис. Другое место — скейт-парк в сквере «РИК» — пользуется популярностью у молодежи. Те, кто предпочитает активный вид отдыха, приходят сюда кататься не только на скейтбордах, но и на трюковых самокатах и велосипедах. Также в сквере есть большой пруд, где живут утки. Понаблюдать за ними или покормить их можно, сидя на удобных лавочках. После комплексного благоустройства посетителей в парках стало заметно больше.

### Справка

«Чертановское подворье» появилось благодаря проекту «Народный парк». При благоустройстве учитывали и мнения жителей.

# Уютный парк недалеко от дома

**Программа «Мой район» — это не только благоустройство улиц и дворов, но и создание приятных и комфортных общественных мест, в том числе парков и скверов. За последние годы в Москве модернизировали более 550 подобных пространств. Работа в этом направлении продолжится и дальше.**

Примерно 90 процентов горожан живут в шаговой доступности от парков. Каждый из них требует ухода, поэтому постепенно их благоустраивают.

### Поиск компромисса

Как оказалось, самым сложным в этом деле стал поиск не дизайнерских решений, а компромисса среди жителей. Ведь каждый предпочитает проводить свободное время по-своему.

— Парком будут пользоваться множество разных людей. И у каждого свое представление о жизни. Одному нужна тишина, другому нужна активная деятельность. Кому-то — детская площадка, третьему вообще ничего не надо, — отметил мэр Москвы Сергей Собянин на своем официальном сайте (sobyanin.ru).

Поэтому при благоустройстве в первую очередь власти стараются понять, для кого конкретное пространство будет сделано. Кроме того, учитывают и потенциал территории, ее уникальность и ландшафтные особенности. Парки — многофункциональные пространства: в них, как правило, можно найти и несколько детских площадок для ребят разных возрастов, и спортивные зоны — с турниками, беговыми и велосипедными дорожками, и уютные озелененные уголки с лавочками и верандами для тихого отдыха.

### Интересно всем

Но главное, что в каждый парк города стараются вдохнуть жизнь. А как это сделать? Нужно проводить районные праздники, фестивали, открывать фуд-корты, устраивать занятия от досуговых клубов, привлекая таким образом людей.

К примеру, этим летом во многих парках работали павильоны «Здоровая Москва». Любой житель города мог пройти в них бесплатную диспансеризацию прямо во время прогулки. Обследование занимало всего час. В парках можно было сдать общий анализ крови, измерить артериальное давление,



1

Официальный сайт Сергея Собянина



Игорь Северинов

2

Мэр Москвы Сергей Собянин (1) отметил, что в каждом уголке города должно быть пространство, где будет комфортно жителям всех возрастов (2). И в рамках программы «Мой район» таких мест станет больше

### ПРЯМАЯ РЕЧЬ



**Александра Ляхова**  
Домохозяйка

Я частенько бываю в Битцевском парке. За последние годы он заметно преобразился. Мне очень нравится! Стало лучше, чем было раньше. В парке появилось новое хорошее освещение. Там проложили пешеходные дорожки. Да и скамеек стало значительно больше, есть где присесть, отдохнуть. Мне очень нравится там гулять.



**Надежда Гришина**  
Пенсионерка

Парки нашего района стали очень красивыми, удобными и чистыми. Мне нравится там бывать. Причем не только летом, но и зимой. Я обожаю кататься на лыжах. Да и просто пройтись пешком приятно. Раньше в парках было намного хуже. А теперь там сделали освещение, не страшно ходить поздним вечером. Я очень довольна.

определить уровень общего холестерина и глюкозы в крови и другое. Парки становятся площадками для городских праздников и фестивалей. К примеру, в августе всю Москву украсило множество цветников. Их сделали в рамках фестиваля «Цветоч-

### Программа

ный джем». Это конкурс для всех желающих — москвичи смогли поучаствовать в творческом состязании и создать свой уникальный ландшафтный проект. На площадках

фестиваля — в парках и скверах — для жителей и гостей столицы проводились мастер-классы по кулинарии, танцевальные шоу, кукольные спектакли и экскурсии. Этот фестиваль организуют каждый год.

В первые выходные сентября в столице отметили День города. И, конечно, большинство праздничных событий были сосредоточены именно в парках. Где то проходили театральные марши, где-то — концерты, а где-то — разные экскурсии. Однако в парках отмечают не только масштабные городские праздники, но и рай-

онные и традиционные мероприятия. Например, проходят занятия в рамках программы «Московское долголетие».

В этом году в парках запустили летнюю оздоровительную программу. На специально оборудованных площадках и верандах проходили лекции, мастер-классы, тренировки по йоге, настольному теннису и другим видам спорта. В рамках масштабной программы «Мой район» парки продолжают благоустраивать, чтобы они отвечали требованиям горожан, а их посещение было полезным и интересным.

**Ирина Аникина**

## Городские службы готовы к зиме

В столице завершилась подготовка к отопительному сезону. Различные службы проверили системы в жилых и административных зданиях, чтобы зимой все работало без перебоев.

### Что проверяли



Жилые многоквартирные здания

Больницы, школы и другие социальные объекты

### Что проводят в домах



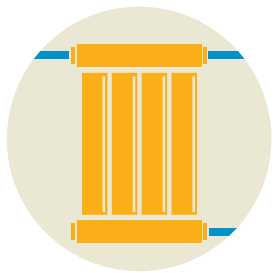
Устраняют неисправности стен, крыш, перекрытий, заполнения окон и дверей



Обеспечивают гидроизоляцию фундамента, лестничных клеток, стен



Устраняют препятствия для отвода талых и атмосферных вод



Исправляют неполадки в работе систем тепло-, электро- и водоснабжения

### Что еще делают к холодам



**Транспорт** — проходит техосмотр, проверяется система отопления



**Метро** — ставят вторые двери на входах, завершается ремонт фасадов



**Дороги** — завершают ремонт, наносят разметку, промывают шампунем

### Отопление включают:

если среднесуточная температура в течение 5 дней держится ниже 8 градусов и, по прогнозу погоды, ожидается ее дальнейшее снижение. Сначала включают на соцобъектах, затем в жилых домах, потом на предприятиях.



## «Битца» выйдет на мировой уровень

В конноспортивном комплексе «Битца» проведут капитальный ремонт. Там обновят стадион, манежи, центральный вход.

### Модернизация

Проект работ уже согласовали в Комитете города Москвы по ценовой политике в строительстве и государственной экспертизе проектов. После ремонта комплекс, который построили к Олимпийским играм 1980 года, сможет принимать соревнования мирового уровня.

Спектр работ очень широк. В конюшнях планируют утеплить фасады. Кроме того, их сделают вентилируемыми и облицуют керамогранитной плиткой. А еще в зданиях заменят гидроизоляцию и систему наружного водостока. На входе в конюшню появятся распашные утепленные ворота, а внутри установят двери и перегородки.

В административных зданиях заменят окна и ленточное остекление. На зрительских трибунах установят удобные кресла.

— На стадионе будет проведен комплексный ремонт, начиная от обновления фасада, кровли и освещения, заканчивая внутренней отделкой помещений основного, вспомогательного, обслуживающего и технического назначения, — прокомментировал председатель Москомэкспертизы Валерий Леонов.

По его словам, цель ремонта не только в восстановлении



Новое оборудование для профессиональных тренировок установят в конноспортивном центре

комплекса. Там хотят создать спортивный центр с новейшим оборудованием. Житель нашего района Кирилл Николаев считает,

### УТЕПЛЕННЫЕ ФАСАДЫ И ВОРОТА ПОЯВЯТСЯ В КОНЮШНЯХ КОМПЛЕКСА

что после ремонта в «Битце» будет гораздо больше посетителей.

— Немногие могут похвастаться, что в их районе есть конноспортивный

комплекс. Да еще в котором проходили Олимпийские игры! Здорово, что его отремонтируют. Здания там старые, пора привести их в порядок. Тогда и спортсменам удобнее будет заниматься, и больше людей захочет прийти туда в выходные и покататься на лошадях, — говорит Кирилл. Когда ремонт завершат, территорию около комплекса благоустроят. Там высадят деревья и кустарники и восстановят газоны.

В столице повсеместно модернизируют стадионы и физкультурные комплексы. В рамках программы «Мой район» в 2019 году в парках Москвы открыли 28 бесплатных площадок для занятий спортом.

**Ирина Стрельцова**

## Ребята смогут осознанно выбрать профессию

Профильный ИТ-класс открылся в школе № 1158. По этой программе уже обучаются 30 человек.

У жительницы Галины Симоненковой — трехлетний внук. Она хотела бы, чтобы в будущем мальчик учился в таком классе, потому что профильные занятия отлично развивают мышление.

— Сейчас наша жизнь связана с технологиями. Но часто дети смотрят на компьютере видео или играют в стрелялки. А если они будут изучать, например, как устроен интернет, будет гораздо полезнее, — говорит она.

Профильными предметами в ИТ-классе стали информатика, математика и физика.

### Учеба



Занятия по искусственному интеллекту будут вести в образовательном комплексе

Школьники познакомятся с искусственным интеллектом, методами криптографии, вирусологией и другими направлениями информационных технологий.

— Обучение в ИТ-классах позволит ребятам сделать осознанный выбор профессии, — отметила Наталья Лошкарева, помощник директора школы № 1158.

**Кирилл Мушаков**

мой район

3

ГЛАВНОЕ

Мой район. Чертаново Северное  
14.09.2019 № 6 / 239

## Аварийные участки оборудуют камерами

Центр организации дорожного движения (ЦОДД) в течение следующего года установит на столичных дорогах 600 комплексов фотовидеофиксации.

Эти меры необходимы для повышения безопасности дорожного движения. Камеры появятся в очагах аварийности для снижения числа ДТП, а также на выделенных полосах.

— Москва сейчас — самый безопасный город в стране с точки зрения дорожного движения. Но,

### Транспорт

к сожалению, пока есть места, где не хватает камер, — отметили в пресс-службе ЦОДД.

Центр также планирует использовать новые комплексы для прогноза загруженности дорог, выявления проблемных участков.

**Андрей Русаков**

### Кстати

Создание условий для получения качественного образования подрастающим поколением — одна из приоритетных задач городской программы «Мой район».



## Установка счетчиков

Для размещения в квартире счетчиков электроэнергии обязательно обратиться к специалистам. **Первый шаг** — выбрать любую фирму, которая занимается установкой оборудования.

**Второй** — уточните в управляющей компании или на сайте dom.mos.ru, какая энергосбытовая или энергоснабжающая организация обслуживает ваш дом. После монтажа пригласите ее специалиста для опломбирования счетчика.

**Третий** — не забывайте вовремя передавать показания.

## Майор любит гулять в парке с семьей

**Участковый уполномоченный полиции района Чертаново Северное Юрий Куркин служит в органах внутренних дел 25 лет. Он выбрал эту профессию, потому что хотел противостоять преступности.**

Сейчас майор Куркин следит за порядком в девяти домах, в которых проживает 3768 человек. Каждого из них он должен знать в лицо. Поэтому полицейский обходит все квартиры, чтобы познакомиться с новыми жильцами.

— А еще люди могут поделиться со мной своими проблемами лично. Также многие рассказывают, какие квартиры собственники сдают незаконно, где проживает много иностранцев, — говорит майор.

Участковый внимательно следит за тем, не нарушается ли миграционное законодательство. Во время последнего обхода он выявил шестерых иностранцев, которые находятся на территории России нелегально. На них составили административные протоколы. После мигрантов депортировали на родину.

Участковый говорит, что многие приходят к нему на прием с бытовыми про-

### Личное дело



#### Юрий Куркин

Участковый уполномоченный полиции района Чертаново Северное  
■ 216 преступников задержано за время службы

#### Опорный пункт:

Ул. Чертановская, 18  
**Прием:** вторник, четверг — с 17:00 до 19:00, суббота — с 15:00 до 16:00

**(925) 502-65-97**

Телефон для жалоб на работу участкового

**(495) 313-36-93**

блемами. Часто жалуются на родственников, которые злоупотребляют спиртными напитками. Недавно к полицейскому обратилась женщина: у нее

пропали ювелирные украшения.

— Я начал проверку и выяснил, что кражу совершил ее сын. Парень сдал драгоценности в ломбард, а полученные деньги пропил. Против него возбудили уголовное дело, — рассказывает майор Куркин.

По словам полицейского, в последнее время в районе участились кражи крышек канализационных люков. Участковый просмотрел записи с камер видеонаблюдения и оперативно установил личность вора. Вскоре его задержали.

Майор Куркин считает, что в будущем в районе станет безопаснее. Дело в том, что в рамках программы «Мой район» в столице запланировали модернизировать систему уличного видеонаблюдения. Это очень поможет в работе.

Стоит отметить, что участковый свободное время любит проводить с семьей — женой, дочерью и сыном. Они часто гуляют в парке в Сумском проезде. А еще полицейский регулярно тренируется в спортивном зале и делает пробежки. Ведь по долгу службы он всегда должен быть в отличной физической форме.

**Андрей Обьедков**

### Обратите внимание

Для того чтобы принять какое-то решение, важное для судьбы дома, жильцам нужно организовать общее собрание. А это задача не из легких! Сегодня решить проблему помогает «Электронный дом». И у москвичей есть возможность сделать сервис еще лучше!

## Современный вариант беседы с соседом

На сайте «Активного гражданина» с февраля 2018 года действует раздел «Электронный дом». Он помогает горожанам решать важные вопросы и упрощать процесс взаимодействия с соседями. Сервис продолжает развиваться, и каждый житель может предложить свои идеи по его улучшению. Обсудить варианты новых опций можно на платформе crowd.mos.ru до 19 сентября. Организаторы хотят создать единый, эффективный инструмент взаимодействия всех, кто обеспечивает комфортное

проживание в доме. Сейчас «Электронный дом» позволяет проводить опросы среди соседей и общие онлайн-собрания собственников жилья. За полтора года сервисом воспользовались жители более двух тысяч многоквартирных домов. Они обсудили возможность установки шлагбаумов, камер видеонаблюдения и, в том числе, вопросы благоустройства в рамках программы «Мой район». Чтобы воспользоваться разделом, нужно зайти в профиль в системе «Активный гражданин» (ag.mos.ru).

## Покрытие на детской площадке отремонтируют

**Жители дома № 12 на Кировоградской улице пожаловались в редакцию нашей газеты, что игровой комплекс во дворе находится в плохом состоянии.**

### Ревизор

Москвичка Ирина Сергеева рассказывает, что оно порвалось в нескольких местах: возле горка, карусели и лавочек.

— Тут обычно играет очень много детей. Они, бывает, спотыкаются о разорванные края покрытия и падают. Мой ребенок постоянно приходит с грязными колготками. Да и само покрытие уже не мягкое и совсем не безопасное. Надо исправить эту проблему, потому что сам игровой комплекс



Работы по устранению дыр в резиновом покрытии выполняются оперативно

отличный, — пожаловалась Ирина Сергеева.

Напомним, что в подобных случаях необходимо обращаться в управу, местное отделение «Жилищника» или другую управляющую компанию, которая ответственна за данный

участок. Есть и альтернативный способ: оставить электронное обращение на портале «Наш город Москва» (gorod.mos.ru). Все сообщения там отслеживаются специалистами коммунальных служб. На ответ дается срок в во-

семь рабочих дней. За это время ситуация должна быть исправлена либо, в особо трудных случаях, обозначен срок исполнения ремонтных работ.

Корреспондент газеты позвонил в управу и передал сотруднику просьбу жителей обновить покрытие в ближайшее время. Там заверили, что обращение взято на контроль.

— Ремонт займутся сотрудники управляющей компании. Покрытие на детской площадке планируем привести в порядок в ближайшие дни, — прокомментировал глава управы Александр Демин.

Он уточнил, что специалисты коммунальных служб стараются оперативно реагировать на обращения жителей. Ведь только так можно создать комфортную городскую среду.

**Павел Воробьев**

### Цифра

# 52

подъезда многоквартирных домов отремонтировали с начала 2019 года

### Кроме того

**Куда обратиться для получения информации по реновации: (495) 777-77-77** — телефон единой справочной службы Москвы; **stroj.mos.ru** — официальный сайт Комплекса градостроитель-

ной политики и строительства Москвы. Здесь пользователю нужно выбрать рубрику «Реновация» и перейти в раздел «Часто задаваемые вопросы»; **fr.mos.ru** — сайт Фонда реновации

Эту страницу мы делаем вместе с вами, дорогие читатели. Здесь вы становитесь корреспондентами. Делитесь своими проблемами, идеями, впечатлениями и яркими кадрами, рассказывайте о том, как работает программа «Мой район» у вас по соседству. Присылайте свои сюжеты на [chs@vm.ru](mailto:chs@vm.ru)



Вечер — это время, когда все спешат домой с учебы или работы. Каждый подводит итоги дня и мечтает о лучшем завтра. И лишь немногие способны в такой момент остановиться



и насладиться красотой заходящего солнца. В сообществе жителей «Чертаново Москва» в социальной сети «Фейсбук» ([facebook.com/4erto](https://facebook.com/4erto)) Михаил Чапов опубликовал такой «стоп-кадр». Посмотрите, как прекрасен наш район на закате!



А вы в детстве мечтали научиться разговаривать с животными? Согласитесь, здорово было бы поболтать со своим котом или собакой, например. Представьте, сколько всего интересного можно было бы узнать!

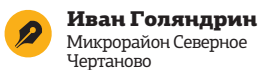
В нашем районе есть молодой человек, который, кажется, овладел таким навыком и освоил птичий язык! Иначе как бы он приручил ворона? В сообществе «Чертаново» в социальной сети «ВКонтакте» ([vk.com/4erto](https://vk.com/4erto)) появился снимок Сергея Вдовина, на котором мужчина отдыхает на лавочке, а около него сидит большая черная птица. Кажется, будто ворон ручной. Он присосанился на спинке лавочки



и терпеливо ждет, пока его хозяин закончит разговаривать по телефону. Эта фотография вызвала неподдельный интерес и набрала много лайков. В комментариях житель-

ница Наталья Борисова написала, что часто видит эту парочку в районе. А некоторые тоже хотят встретиться с необычной птицей. Здорово было бы с ней сфотографироваться!

## На контроле



Во дворе дома № 6, корпус 605, переполнены контейнеры. Мусор не вывозили уже довольно давно. Мешки вываливаются через край. Примите, пожалуйста, меры и приведите контейнерную площадку во дворе в надлежащее санитарное состояние.

### Ответили в управе:

По указанному адресу проведены работы по уборке контейнерной площадки. С целью поддержания надлежащего состояния территории с начальником участка и сотрудниками мусоровывозящей организации проведена беседа. Им напомнили о недопустимости ослабления контроля. В настоящее время место для сбора отходов находится в удовлетворительном санитарном состоянии.



Во втором подъезде дома № 5, корпус 2, неисправно освещение около входной двери. Лампочки не горят и на площадке у лифта. Там очень темно, можно упасть. А пожилым людям и вовсе опасно там ходить, ничего не видно.

### Ответили в управе:

По указанному адресу проведены работы по замене неисправных ламп. Сейчас освещение в подъезде на первом этаже полностью восстановлено. Помещение соответствует техническим требованиям.

## Фот-так!



Посмотрите, каким милым снимком поделилась пользовательница ananasvika в сообществе «Чертаново Москва» в социальной сети «Фейсбук» ([facebook.com/4erto](https://facebook.com/4erto)). По водной глади пруда в районе плывет утка со своими малышами. Дети выстроились в ряд за своей мамой и пересекают водоем. Может быть, кто-то из жителей бросает около берега хлеб, и они спешат пообедать? Или соскучились по своему папе-селезню?



Каждый день мы видим красивые и ухоженные улочки и дворы, которые благоустраивают в рамках программы «Мой район». Обновляют и набережные, территории около прудов. В группе «Чертаново» в социальной сети «ВКонтакте» ([vk.com/4erto](https://vk.com/4erto)) пользователь irovos1 поделился замечательной фотографией. На ней — пруд на закате. Автор снимка пожелал своим соседям отличного дня. А как он может быть плохим с таким красивым закатом?



А какие трамваи вам больше нравятся: новые «Витязи» или старые добрые голубые вагончики? Большинство жителей района в группе «Чертаново» в социальной сети «ВКонтакте» ([vk.com/4erto](https://vk.com/4erto)) выбрали современные составы. Например, Ася Виноградова написала, что с колыской удобнее ездить в «Витязях». Там широкий и низкий вход. А другие пользователи говорят, что новые трамваи им нравятся больше, потому что в них можно подзарядить телефон или планшет. Конечно, «Витязи» более современные, они двигаются плавнее и тише, но, согласитесь, приятно проехать в стареньком вагончике и вспомнить, как катались в них в детстве.

## Так просто



### Житейские советы по решению бытовых мелочей

**1.** Неприятный запах обуви может разрушить самооценку и даже личную жизнь. Моющие средства не помогают? Заморозьте свои ботинки! Одна ночь в морозильнике убьет большую часть бактерий, «ответственных» за запах.

**2.** Для того чтобы быстро разрезать на две половинки несколько томатов черри или виноградин, используйте две тарелки. На одну выложите продукт, накройте другой и, придерживая верхнее блюдо, проведите между ними ножом.



**3.** В процессе рисования малыш испачкал стол фломастерами? Не беда! Есть необычный, но очень действенный способ для решения этой проблемы. Потрите пятно шариковым дезодорантом для тела и уберите остатки ватным диском.



Житель Николай Морковин предложил соседям создать партию футболки с логотипом района! В группе «Чертаново Москва» в соцсети «Фейсбук» ([facebook.com/4erto](https://facebook.com/4erto)) поддержали идею. Некоторые вызвались самостоятельно разработать дизайн. Интересно будет увидеть конечный продукт!

**Оглянуться, принять решение и идти вперед. Вот основные методики, с помощью которых прокладывает свою дорогу Елена Громова, дипломированный инженер, переводчик русского жестового языка, марафонец, тренер по скандинавской ходьбе в местном центре социального обслуживания... И это еще далеко не полный список ее профессий. Ко всему прочему, в начале июня Елена в третий раз поменяла свой личный статус — вышла замуж и стала Хачатуровой.**

### Роль личности

— Когда-то я окончила художественную школу: рисовала очень хорошо, — но художником так себя и не почувствовала. Мое первое высшее образование в Бауманке дало мне самое главное — научило приобретать знания и ими пользоваться, — Елена разговор начинает сразу и по существу, уже на ходу. Идем мы, конечно, в парк. Скандинавской ходьбой правильнее всего заниматься на свежем воздухе.

### Поиски себя

Изначально диплом инженера одного из престижных технических вузов Елена получила исключительно для мамы. Именно по ее просьбе девушка, освободившись от художественных «оков», погрузилась в не менее «сладостный» мир формул. Я слушаю ее и буквально начинаю терять в весе — с точки зрения личной самооценки. Перепрыгнуть из одного полушария мозга в другое — творцу стать технорем — равносильно настоящему подвигу, а Елена всего лишь небрежно пожимает плечами. — В 1990-е мои навыки даром никому не понадобились. Тогда нужно было уметь торговать — товара-

ми, услугами. И я училась вновь. Только счастье материнства, подаренное мне судьбой дважды, на 13 лет выключило меня из программы всеобщего выживания, — рассказывает Елена. Вернуться на работу после затянувшегося декрета ей помогли дружеские связи. Еще несколько лет пробежали в бесконечной спешке в компании, специализирующейся в выставочной сфере. — Мне хотелось чего-то большего. Всерьез заинтересовавшись языком жестов для глухонемых, я отучилась на курсах и тут же следом поступила в МГУ на факультет лингвистики, — вспоминает Елена Хачатурова. Сегодня она выглядит такой уверенной в себе. Никак не вяжется ее современный образ с тем, что пришлось ей пережить уже вне выставочной деятельности. — Случилась черная полоса: проблемы в семье, болезни. Я пережила две операции, сильно поправилась. Деньги зарабатывала дома — как SMM-менеджер и переводчицей, — вспоминает Елена

и вдруг совсем огорошивает меня вопросом: — Вы когда-нибудь принимали психотропные лекарственные средства? Ходишь, как болванчик улыбающийся, все тебя как бы устраивает: существуешь, не живешь. Если бы не спорт, жизнь Елены могла бы уже закончиться. — А врачи вам разрешали бегать? — Нет. Но умереть можно было что так, — тихо признается моя героиня. Но она побежала, ничего не загадывая, ни о чем не рас-

суждая. И тело, сознание, мир вокруг стали постепенно меняться. Появились новые краски и ощущения. — И мне расхотелось принимать лекарства, я научилась обходиться без них, — говорит моя героиня.

### Ее «четвертая высота»

О том, что спорт может лечить, Елена знала не пона-

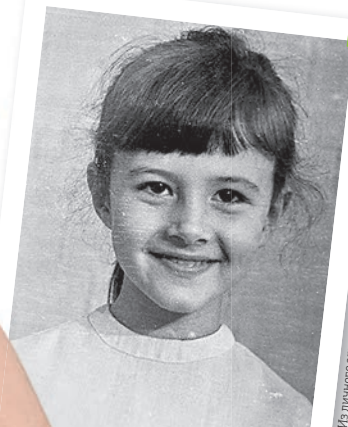
слышке: успела получить еще одно образование — в питерском университете имени П. Лесгафта. — В первый раз мне удалось пробежать от силы 200 метров. Через месяц я преодолела километр, а через полгода уже десять на Московском марафоне, — радостно сообщает мне Хачатурова — женщина, победившая смерть. Спорт стал сопровождать ее практически круглосу-

точно. Тихими пробежками по дорожкам парка ранними часами она не ограничивалась. Уже через какие-то недели в ее жизни появилось немало единомышленников, друзей и даже симпатичных мужчин, объединенных любовью к бегу. Добившись результатов в этом спорте, Елена задумала развивать свои физические способности и дальше. Выбор пал на скандинавскую ходьбу, один из молодых видов спорта в России, не требующий серьезных денежных вложений. Пройдя обучение у нескольких тренеров, моя собеседница как-то постепенно и сама подключилась к тренерской работе. — Не забуду, как одна из моих учениц, еще совсем молодая женщина, уже с первого занятия скандинавской ходьбой буквально преобразилась. Потухшие глаза, серая кожа, тусклые волосы — такой она пришла. Свою «болезнь» она объяснила истощающе: «У меня умер ребенок». Вы представляете

## Старость, одиночество — не про нас



Елена Хачатурова ведет занятия по скандинавской ходьбе для жителей Чертанова Северного (1). 1982 год. На тренировке (2). В детстве (3)



### Рядом с домом

Организация качественного отдыха и досуга для горожан «серебряного» возраста — важная часть программы «Мой район». Пение, живопись, творчество, танцы, а также спортивные секции и занятия по различным видам гимнастики организуют в социальных и культурных центрах. Сегодня каждый может найти себе хобби по вкусу и рядом с домом.

### В ПЕРВЫЙ РАЗ Я ПРОБЕЖАЛА 200 МЕТРОВ, А ЧЕРЕЗ ПОЛГОДА — ВСЕ ДЕСЯТЬ КИЛОМЕТРОВ

мое состояние? Я побоялась ее ранить пустыми, ненужными словами. Мы просто начали заниматься, — рассказывает Елена. После двухчасовой тренировки новая подопечная Хачатуровой порозовела и засветилась, как будто внутри у нее разлился какой-то эликсир вечной молодости. — Уже больше года ко мне на тренировки, в Чертанове Северном, приходит более 75 пенсионеров. От врача своего 80-летнего подопечного, страдающего болезнью Паркинсона, постоянно получаю приветствия. Дедушка давно забыл, что такое «шаркать ногами», старта достигает постоянно первым и рвется продолжить занятие, — рассказывает Елена Хачатурова. Поглядывая на проходящих мимо нас любителей с палочками, она, как профессионал, лишь снисходительно улыбается. Скандинавская ходьба — настоящий спорт, ему нужно обучаться всерьез. А самый желанный отдых для Елены сегодня — пробежка по какому-нибудь живописному маршруту вместе с мужем, Андреем Хачатуровым, всемирно известным марафонцем.

Наталья Науменко

У каждого района должно быть свое сердце — пространство, куда можно прийти, чтобы пообщаться и хорошо провести время. Ведь мы любим свой дом не только за комфорт, но и за особую атмосферу. Создание таких мест и стало одной из задач программы «Мой район».

## Театр начинается с вешалки, а его история — с интересной книги

**Вы любите спектакли? Знаете самых талантливых актеров и режиссеров? А помните, как и когда он появился? В библиотеке № 151 знают ответы на все эти вопросы: там организовали выставку «Весь мир — театр». Ее посвятили искусству Мельпомены.**

Марианна Цейтлина очень любит читать. Она часто приходит в библиотеку за очередной книгой. Теперь женщина стоит около выставочного стенда и внимательно изучает представленные там издания. Марианна признается, что раньше и не слышала о том, что сейчас в России проходит Год театра.

— Здорово, что сотрудники библиотеки не только выдают книги, но и рассказывают посетителям о таких вещах. Меня очень заинтересовала эта тема. Теперь хочется взять несколько книг, чтобы прочитать побольше об истории театра, — поделилась впечатлениями Марианна Цейтлина.

На стенде представили издания из библиотечного фонда, который насчитывает около 30 тысяч различных экземпляров. Интересно, что все экспонаты на выставке не только можно,



Главный библиотекарь Татьяна Маталасова рассказывает посетителям об экспонатах выставки

но и обязательно нужно трогать руками, листать, рассматривать или даже забирать домой, чтобы внимательно прочесть.

### Любопытно

Выбор довольно большой: тут есть и иллюстрированные фотоальбомы, и печатные издания, повествующие об истории становления мирового театра, о различных стилях и направлениях этого искусства, а также книги

об известных актерах и режиссерах.

Библиотекарь Валентин Юнин рассказал, что выставку формировали исходя из предпочтений и интересов самих читателей.

— Всем известно, что театр начинается с вешалки, а вот его история, на мой взгляд, — именно с книги. Мне кажется, что мы можем гордиться той подборкой изданий, которая сейчас украшает наш стенд. Все эти книги невероятно интересные, — пояснил Валентин Юнин.

Жительница Наталья Бычкова пришла в библиотеку выбрать, что бы новенького почитать. Но она остановилась около стенда, посвященного театральному искусству.

— Очень приятно видеть, что наша библиотека не остается в стороне от интересных всероссийских акций, — говорит она, увлеченно разглядывая альбомы с иллюстрациями. Экспозицию, посвященную Году театра в России, можно будет посетить в библиотеке до конца года.

Стоит отметить, что в столице часто устраивают интересные и познавательные мероприятия для горожан. А в будущем их планируют проводить еще чаще. Ведь каждый житель вне зависимости от возраста и круга интересов должен иметь возможность интересно провести время рядом с домом. А организация досуга горожан в каждом уголке Москвы — одна из важнейших задач масштабной столичной программы «Мой район».

**Кирилл Мушаков**

## Улучшаем пластику тела и развиваем чувство ритма

**Программа «Московское долголетие» популярна в столице. Бабушки и дедушки занимаются спортом, творчеством, посещают образовательные студии. Представители старшего поколения нашего района ходят на бальные танцы.**

Елена Островская — одна из участников «Московского долголетия». Она занимается танцами уже больше года. — У нас шикарные преподаватели и замечательные условия. Благодаря занятиям, я стала чувствовать себя прекрасно. Это будто продолжение нашей молодости. Ощущаю себя активной, красивой и здоровой. Я подружилась на занятиях с другими танцорами. У нас очень хороший коллектив, — рассказала Елена Островская.



Сергей Макаренко и Елена Островская разучивают новые движения

Уроки проводит Сергей Макаренко. Особое внимание педагог уделяет развитию пластики тела и чувства ритма у своих учеников. Они отрабатывают движения, оттачивают каждый элемент.

— Я часто бываю в других странах, и нигде не видел такой программы, как «Московское долголетие». Так заботятся о пенсионерах только здесь. Да и пожилые люди очень любят танцевать, и у них все получается.

Они хотят заниматься на уровне профессионалов. Мои ученики очень активны, они получают удовольствие от тренировок, — поделился Сергей. Сейчас бальными танцами занимается четыре группы.

### Полезная информация

Набор в группу по бальным танцам для пожилых людей открыт. Занятия проводят бесплатно.

Более подробную информацию о расписании и правилах записи в секцию можно получить, позвонив по телефону (495) 123-55-15.

Это около 120 человек. Второй год подряд участники «Московского долголетия» из нашего района завоевывают первые места на городских хореографических соревнованиях. Записаться в программу «Московское долголетие» можно в ближайшем центре социальное обслуживания или на сайте мэра Москвы MOS.RU. Все занятия проходят бесплатно.

**Кирилл Мушаков**

### Возрасту вопреки

## Прививку можно сделать по пути

**Сезон прививок от гриппа стартовал в столице. Пройти вакцинацию можно в поликлиниках и мобильных пунктах возле станций метрополитена.**

### Сезон

Чтобы сделать прививку, нужен паспорт гражданина России. Вся процедура займет десять минут. Перед тем как сделать укол, врачи измерят температуру и предложат посетителю заполнить анкету. Всего в столице открыли 65 пунктов мобильной вакцинации. В этом году прививку можно было сделать в парках, а именно в 28 павильонах «Здоровая Москва». Они завершили работу 15 сентября. Продолжают функционировать еще 37 точек, 31 из них — у станций метро, три — на Московском центральном кольце, одна на железнодорожной платформе и две — во флагманских центрах госуслуг «Мои документы». Выбрать наиболее удобный пункт вакцинации можно на сайте мэра Москвы (MOS.RU).

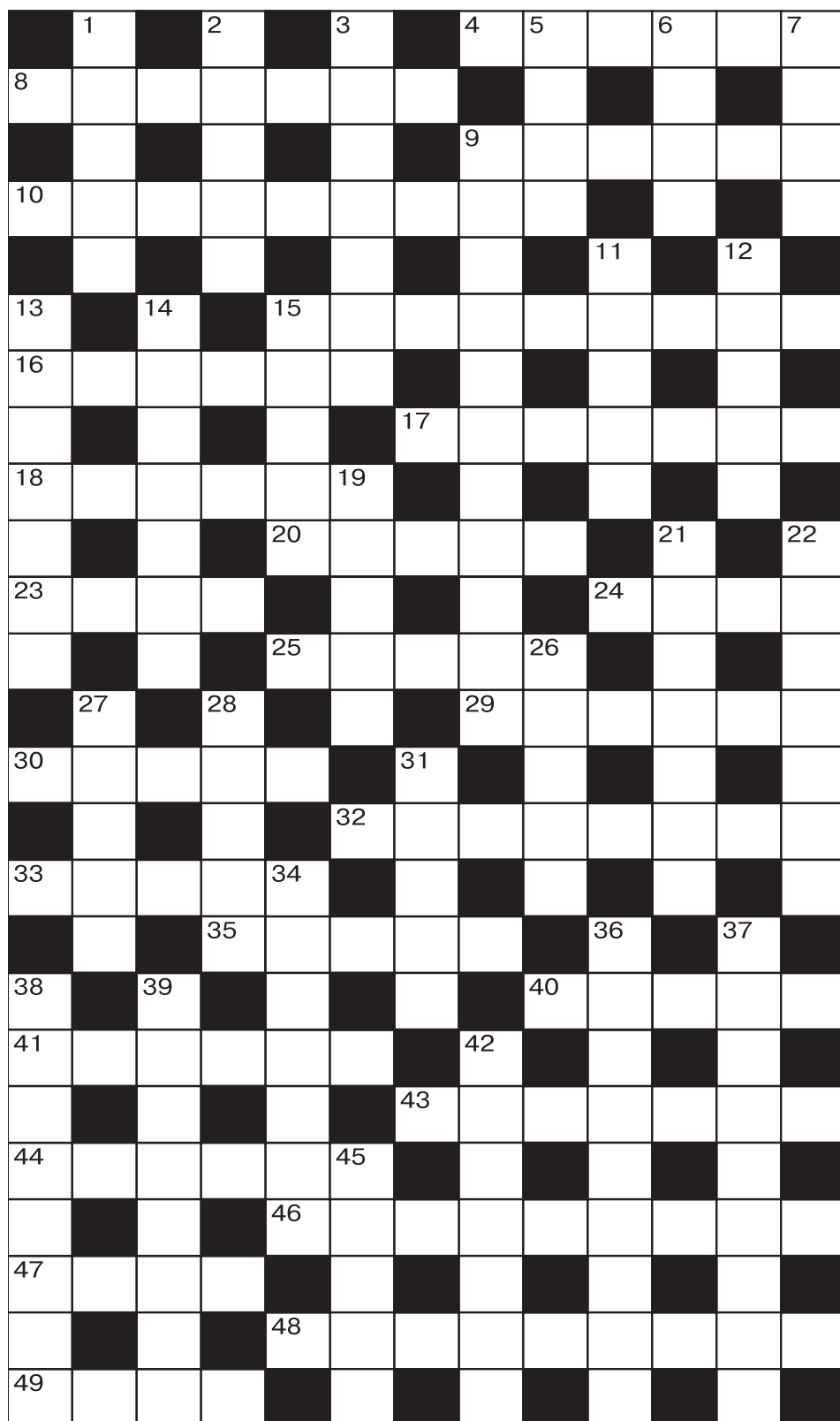
**Александра Морозова**

### Ответы на кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Экстаз. 8. Баллада. 9. Кристи. 10. Амстердам. 15. Викторина. 16. Отскок. 17. Снайпер. 18. Краков. 20. Тавро. 23. Верх. 24. Суше. 25. Тубус. 29. Страус. 30. Точка. 32. Таблетка. 33. Юниор. 35. Шишка. 40. Банан. 41. Округа. 43. Журавли. 44. Азимов. 46. Недостача. 47. Лорд. 48. Телеэкрэн. 49. Кеша. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Хармс. 2. Плоть. 3. Ударник. 5. Корм. 6. Тост. 7. Змей. 9. Каптенармус. 11. Фрейд. 12. Ангел. 13. Подкова. 14. Эскадра. 15. Ворот. 19. Варум. 21. Курранты. 22. Детская. 26. Стиль. 27. Сосна. 28. Сквош. 31. Шапка. 34. Рингтон. 36. Галактика. 37. Шашлычная. 38. Кораблик. 39. Проигрыш. 42. Туполев. 45. Ветер.

## Гороскоп октябрь

Для **Овна** удачными будут финансовые вложения. **Тельцам** лучше посвятить время делам, которые забирают много сил. Для **Близнецов** наступает период творчества, когда они смогут проявить свои таланты. **Раки** улучшат финансовое положение. Вероятно возвращение долгов. **Львы**, будьте настойчивы, но пусть козырями в этой партии станут ваши способности и обаяние. **Девам** звезды рекомендуют прислушиваться к советам близких. Перед **Весами** откроются новые перспективы. Мир подскажет, как лучше действовать. **Скорпионов** ждет удача в делах, если они научатся доверять внутреннему голосу. **Стрельцам** стоит посвятить себя новому делу, избегая риска. **Козерогам** пора расставить приоритеты. **Водолеям** лучше проявить осторожность при заключении сделок. **Рыбам** стоит заняться делами, которые принесут удовольствие.



## Кроссворд



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Восторг за гранью разумного. 8. Наш классический военный фильм «... о солдате». 9. «Разговоры избранные» для того, чтобы мешать людям думать» (детективный классик). 10. Европейская столица из кинокомедии «Табачный капитан». 15. Игра в ответы на вопросы. 16. Траектория полета гороха после удара об стенку. 17. Виртуоз выстрелов. 18. Старинный город с усыпальницей польских королей. 20. «Логотип» фермера. 23. Перевернутый низ. 24. Какой актер без малого четверть века играл роль Эржюля Пуаро? 25. Цилиндр под мышкой чертежника. 29. С самкой этой птицы русский поэт Валерий Брюсов сравнивал спящую Москву. 30. Главный элемент в азбуке Брайля для слепых. 32. «Противоядие» от недуга. 33. Олимпийский чемпион в начальной стадии развития. 35. Что можно набить на лбу или найти в бору? 40. Какой плод имеет практически тезку среди популярных в 1970-х годах фасонов брюк? 41. Все, что поблизости. 43. Последняя песня, записанная Марком Бернесом. 44. «Господь любит нас всех, но ни от одного из нас он не в восторге» (мировой фантаст). 46. «Утечка наличных» из кассы. 47. Какой титул у англичан передается от отца к сыну «из вежливости»? 48. Что делает власть «ближе всего к народу»? 49. «Блудный попугай» из мультфильма.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Литературный кумир Бориса Гребенщикова. 2. «Из дома выйдя в непогоду, взбодрите дух, прищпорьте ...». 3. Кто из музыкантов на тарелках играет? 5. Что рыбкам в аквариум сыплют? 6. За что хочется выпить? 7. Кто виноват в изгнании Адама из Эдема? 9. Кладовщик из казармы. 11. Кто из великих психологов придумал «комплекс неполноценности» и «подсознательное»? 12. «Быть может, за грехи мои, мой ..., я любви не стою!» 13. Непарнокопытный протектор. 14. Косяк военных кораблей. 15. Отличие свитера от джемпера. 19. Наша эстрадная певица, не поступившая в театральный вуз из-за акцента. 21. Первая русская рукописная газета. 22. В какой комнате самые веселые обои? 26. Куторье Слава Зайцев считает, что «мода — для дураков». А что «для умных»? 27. «На севере диком стоит одиноко на голой вершине ...». 28. Какая игра стала спортивным предпочтением певицы Земфиры? 31. Знаменитая «... Мономаха» хранится в Оружейной палате Московского Кремля. 34. Мелодия вместо звонка на мобильнике. 36. Иностранное слово, означающее «Млечный Путь». 37. Кавказское быстро. 38. «Пустите мой ..., господи! Хочу я одного, хочу уплыть туда, где волны бесятся». 39. Причина карточного долга. 42. Наш авиаконструктор, почетный гражданин Парижа и Нью-Йорка. 45. «... листья обрывает, чтобы лето унести».

## ЧАСТНОСТИ

Реклама

### Недвижимость

● Аг-во «СТОЛИЧНОЕ».  
Т. 8 (499) 677-49-39

### Мебель

**ШКАФЫ КУПЕ**  
Мебель на заказ  
Без предоплаты  
Гарантия 3 года  
ЗАМЕРЫ  
БЕСПЛАТНО  
Минимальная цена  
от производителя  
8(495)226-04-86  
8(963)711-16-55  
Kupestil www.kupestil.ru

### Юридические услуги

**БЕСПЛАТНАЯ**  
юридическая поддержка  
граждан г. Москвы

**КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ДЕЖУРНОГО  
ЮРИСТА**

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ!  
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ!  
8 (495) 136-76-26  
ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

Размещение рекламы  
**(499) 557-04-04**  
доб. 132, 158

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ ОРГАНИЗАТОР ООО «ПВЦ», Тел: (499)559-99-26, E-MAIL: MP-EXPO@YANDEX.RU, ЭКСПОНИКА.РФ, ОГРН 5157746157872, 111033, ТАМОЖЕННЫЙ ПР., 6, СТР.3, 210

ВСЕРОССИЙСКАЯ ПРАВОСЛАВНАЯ ВЫСТАВКА-ЯРМАРКА

0+

# ПО ЗАВЕТУ КНЯЗЯ ДАНИИЛА

## 5-10 ОКТЯБРЯ 2019

### КВЦ «СОКОЛЬНИКИ» ПАВИЛЬОН №4

ПРОЕЗД ДО СТ. МЕТРО СОКОЛЬНИКИ, 5-9 ОКТЯБРЯ С 11.00 ДО 19.00 10 ОКТЯБРЯ С 11.00 ДО 16.00

@PRAVOSLAVIE\_EXPO @PRAVOSLAV\_EXPO

