

ЦИТАТА

«С 2019 года в рамках программы «Мой район» мы берём в работу целые микрорайоны и комплексно приводим в порядок дороги, детские площадки и остальную инфраструктуру».

Сергей Собянин, мэр Москвы



С. 2

«ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ» ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ

(495) 646-57-57

ЭТОЙ
ОСЕНЬЮ
ПОСАДЯТ

104

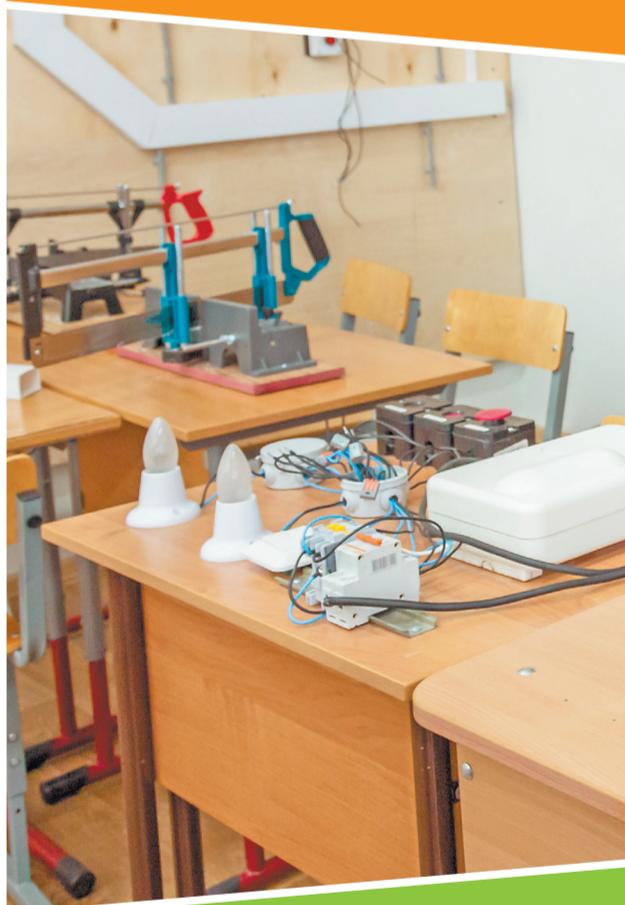
ДЕРЕВА

**АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ**

ЭТИМ ЛЕТОМ
ПО ПРОГРАММЕ
«МОЙ РАЙОН»
ОБНОВЛЕНЫ

9

ДВОРОВ



В РАЙОНЕ
ОТРЕМОНТИРОВАЛИ

6

ДОРОЖНЫХ
ОБЪЕКТОВ

Александр Лобанов уверен: предмет надо
объяснять наглядно.



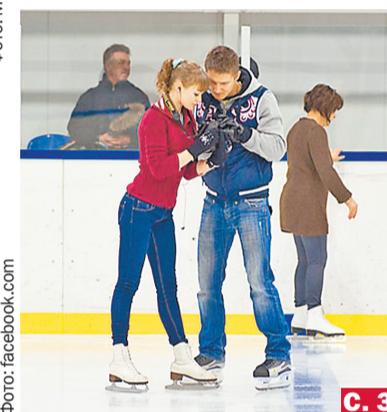
Фото: Марина Круглякова

Фото: facebook.com

С. 3

МЕСТНОЕ ВРЕМЯ

Обновлённый каток
почти готов к открытию



РАЙОН В ЛИЦАХ

Олимпийская чемпионка
Елена Шаламова –
о том, за что она
полюбила Куркино



Фото: Александр Саверкин

С. 5

РЯДОМ С ДОМОМ

В Куркине
отметили День добра
и уважения



Фото: Марина Круглякова

С. 6

РАЙОННЫЙ УРОВЕНЬ

ФИЗИКА И ЖИЗНЬ

УЧИТЕЛЬ ФИЗИКИ
АЛЕКСАНДР ЛОБАНОВ
РАССКАЗАЛ, КАК УВЛЕЧЬ
ДЕТЕЙ СВОИМ ПРЕДМЕТОМ

С. 4

Пошли гулять в парк!

Благоустройство района завершается

Подводим итоги общегородские...

Осенью традиционно подводятся итоги благоустройства за весь год.

«Правительство Москвы продолжает реализацию масштабной программы создания качественной городской среды, — сказал мэр Москвы **Сергей Собянин** на недавней встрече с горожанами. — Но если в прошлые годы благоустройство выполнялось на отдельных улицах или во дворах, то с 2019 года в рамках программы «Мой район» мы берём в работу



целые микрорайоны и комплексно приводим в порядок дороги, тротуары, пешеходные дорожки, детские и спортивные площадки, озеленение и всю остальную инфраструктуру».

Если говорить о столице в целом, то в этом году обновлены 60 улиц и 161 городской парк (или знаковый для района объект). А ещё 99 территорий около метро, дорог и платформ будущих МЦД. До холодов в Москве успели привести в порядок 2457 дворов плюс 310 территорий школ и детса-

дов. На октябрь оставлены ремонт фасадов и художественная подсветка на улицах. Одновременно идёт осенний этап акции «Миллион деревьев» — в столичных дворах появится 6,4 тыс. деревьев и 546 тыс. кустарников. Скоро придёт время укрывать цветники и клумбы древесной щепой.

...и местные

Мы прошли по Куркину, чтобы посмотреть, что успели сделать в районе в этом году. Конечно, украшением района стал парк «Пальмира», который открылся в сентябре. Там есть всё для полноценного и разнообразного отдыха: дорожки

для тех, кто любит пешие прогулки, безопасная и современная детская площадка, удобная спортивная площадка для любителей тренировок на свежем воздухе. Те жители, кому по душе тихий отдых, могут отдохнуть у фонтана на удобных лавочках, полюбоваться растениями на клумбах. Кстати, каждая клумба — тематическая: там растут лекарственные растения, ароматные травы и другие группы растений. На каждой клумбе — табличка с QR-кодом, чтобы узнать больше о каждом растении. Жители полюбили парк с первого дня — там многолюдно в любое время дня.

«Совсем недавно на месте этого парка был пустырь, а теперь — отличная зона для от-

Парк «Пальмира» очень напоминает Швейцарию.



Фото: Марина Круглякова

дыха для всех. Я гуляю тут с внуками каждый день, и мне эти прогулки нравятся даже больше, чем им.



В этом парке чувствуешь себя безопасно и спокойно — даже уходить не хочется», — радуется жительница Куркина **Людмила Чернобаева**, которая уже успела стать завсегдатаем «Пальмиры». Кроме того, в парке оборудован уникальный фонтан и особая дренажная система. В следующем году, когда саженцы деревьев подрастут, газон зазеленеет, а фонтан вновь заработает, жители увидят, что их любимый парк может быть ещё красивее. В октябре в новом парке появятся новые деревья и кустарники — их сажают «под зиму», потому что растения-крупномеры, посаженные осенью, лучше приживаются.

Куркино славится своими гольфистами, но также среди жителей разных возрастов много поклонников фигурного катания и хоккея. Выйти на лёд они смогут уже этой зимой — скоро в Куркине откроется обновлённый по программе «Мой район» каток с искусственным льдом. Любители зимних видов спорта смогут собираться в здании на пересечении Родионовской улицы и улицы Соловьина Ро-ща: в конце октября каток уже откроет свои двери для всех желающих. По словам главы управы района Куркино Дениса Тараканова, кататься можно будет бесплатно.

О простых дворах тоже не забыли: в этом сезоне в рамках программы «Мой район» на 9 дворовых территориях появились новые лавочки, оградки, урны, детские площадки.

Москвичи выбирали внешний вид для своих районов

С 3 по 5 октября в 75-м павильоне ВДНХ прошла выставка «Город. Детали», посвящённая деталям городского интерьера. Здесь были представлены, к примеру, разноуровневые скамейки и стойки с возможностью зарядки мобильных устройств, урны из бука и покрытые лаком с ультрафиолетовой защитой для лучшей износостойкости, современные фонари, «умные» автобусные остановки и спортивные площадки, оборудованные multifunctionальными тренажёрами для людей разного возраста. Посетители выставки проголосовали за лучший проект. Элементы, получившие наибольшее число голосов, появятся на улицах и во дворах города.

Заместитель мэра Москвы по вопросам жилищно-коммунального хо-

зяйства и благоустройства Пётр Бирюков сказал: «В течение последних 9 лет велись масштабные работы по благоустройству в городе. Эта выставка во многом дополняет элементы, которые у нас есть на сегодняшний день. Полагаю, что её сделают долгосрочной и в год будет проходить несколько таких мероприятий. Важно, что по итогам экспозиции жители сами выберут, что им больше нравится, что они хотели бы видеть в парке, дворе или на своей улице».

Пётр Бирюков отметил, что все элементы благоустройства могут быть адаптированы к конкретной территории. Например, ландшафтная подсветка больше подойдёт для больших парков,



а представленные осветительные элементы в зоне «Ночной город», скорее всего, будут актуальны для районов реновации, поскольку все они выполнены в современном стиле.

«В ходе благоустройства мы используем детали, которые не представлены здесь, например, светильники времён XVIII–XIX веков, потому что они помогают воссоздать исторический облик некоторых районов. То есть в каждом конкретном случае мы будем подбирать соответствующие элементы», — подчеркнул заммэра. Такая адаптация каждого элемента дизайна к конкретному двору, улице, дому — важная часть идеологии программы «Мой район».

Посетитель **Дмитрий** говорит: «На выставке я увидел много нового, особенно понравились зоны отдыха для взрослых, в которых можно не только поиграть в настольные игры за столом, но и отдохнуть в гамаке или на качелях».

В зоне «Детский городок» **житель Павел** проголосовал за совместные качели: «Это возможность покатайтесь вместе с ребёнком и разделить с ним общие эмоции, что очень важно в семье».



Екатерина Загорская



В зоне «Городской сквер» посетители выставки особенно отметили проект «Гамак».

Фото: Павел Горбатюк

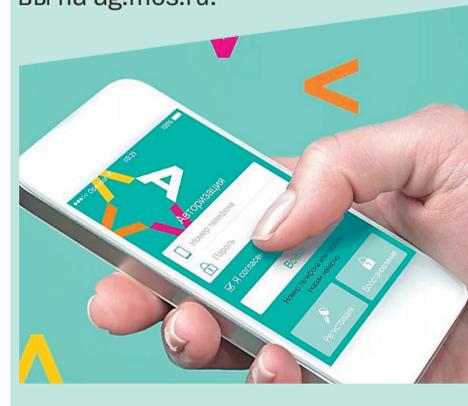
Проголосуй за свой район

В проекте «Активный гражданин» стартовало голосование, посвящённое программе «Мой район».

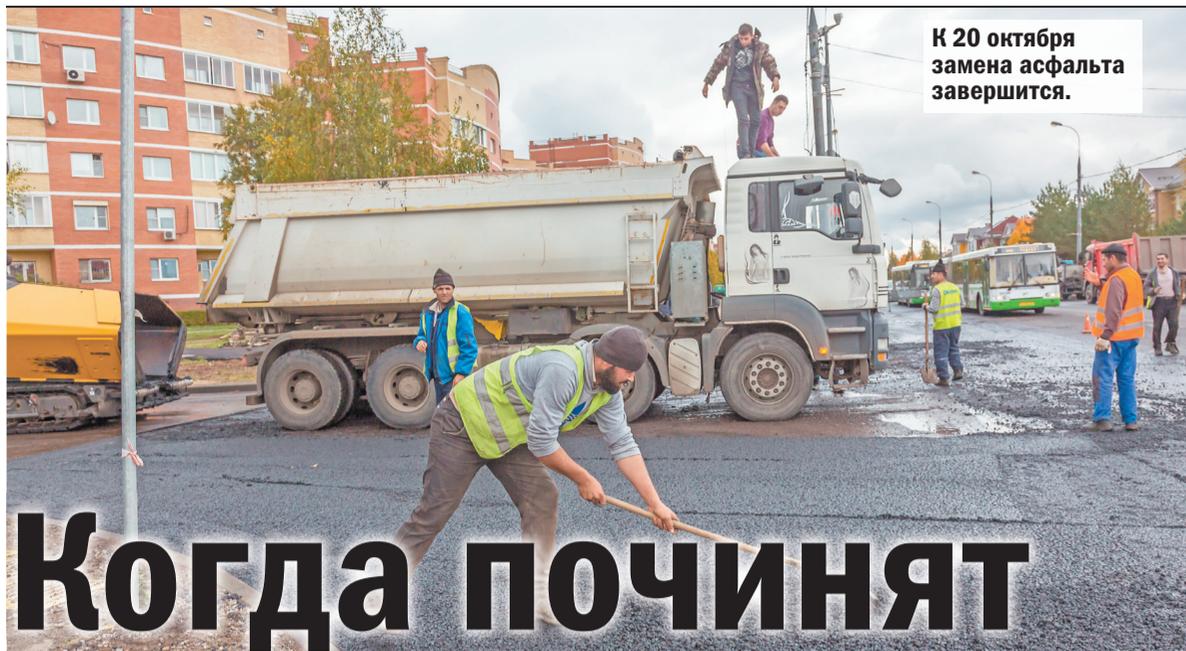
Москвичам предстоит ответить на три вопроса. Вначале участники выберут проекты, которые, по их мнению, следует реализовать в рамках программы в первую очередь. Это может быть создание транспортных узлов, необходимых жителям. Или благоустройство знаковых объектов, придающих району уникальные черты.

Затем участники ответят, нужно ли включить в программу благоустройство школьных дворов, территорий возле поликлиник, центров социального обслуживания, учреждений культуры и других городских объектов. Кроме того, респондентам необходимо будет указать район, в котором они живут.

Примите участие в голосовании и вы на ag.mos.ru.



Инициатива, идеи и предложения жителей — основа программы «Мой район».



К 20 октября замена асфальта завершится.

фото: Мария Круглякова

Когда починят лестницу?

Глава управы ответил на вопросы жителей района

Жители района Куркино регулярно присылают свои вопросы в редакцию газеты «Мой район». Мы попросили ответить на самые актуальные из них главу управы Куркино Дениса Тараканова.

– Лестница в «Долине реки Сходни» стала совсем запущенной – она разрушается, по ней стало трудно ходить. Когда будет проведена реконструкция?

Инга Пушкина

– Эта территория стоит на балансе у Департамента природопользования, поэтому все благоустроительные работы проводит он. Самостоятельный ремонт грозит управе штрафом. Мы уже отправляли туда запросы с просьбой устранить поломки. Департамент разъяснил, что планирует включить лестницу в программу благоустройства на 2021

Есть вопросы? Пишите нам info@aif.ru +7 (495) 646 57 57

год. Поэтому управа на ближайшем совещании будет писать запросы с просьбой провести ремонт своими силами.

Скоро ли откроют каток?

– На пересечении Родионовской ул. и ул. Соловьяна Роца реконструируют каток с искусственным льдом. Когда закончится реконструкция?

Мария Рыкова

– Реконструкция, которая проводится в рамках программы «Мой район», закончится к середине октября. Каток будет бесплатным, там будет прокат коньков и раздевалки. Мы планируем организовать на катке занятия по фигурному катанию и по хоккею, а также различные соревнования.

Почему всё копают?

– На Ландышевой всё перекопано. На информационном стенде стоит дата завершения работ – 19 августа, но работы продолжаются до сих

пор. Когда они будут закончены?

Иван Иврин

– На этом участке идёт реконструкция канализационно-насосной станции. У подрядчиков действительно возникли проблемы, поэтому срок сдачи объекта сдвинулся – сейчас они обещают закончить в IV квартале текущего года. А в следующем сезоне мы будем требовать от подрядчиков провести благоустройство – в ходе работ многие участки были повреждены.

– На Воротынской ул. сняты асфальт и тротуары. Когда всё будет снова приведено в порядок?

Лариса Огуненко

– Дорога на Воротынской ул. попала в программу капитального ремонта. Все работы идут по графику: бордюры уже заменили на новые, а на проезжей части начали укладывать асфальт. Подрядчик обещает завершить все работы к 20 октября. Нареканий к нему нет, уверен, что всё будет закончено точно в срок.

Наталья Лужнова

На перекрёстке Ландышевой и Куркинского изменили режим работы светофора

В сентябре 14 светофоров на улицах столиц изменили режим работы. Время работы зелёного сигнала было оптимизировано и стало более удобным для всех участников дорожного движения. По просьбам москвичей, на шести зебрах уменьшили время ожидания зелёного сигнала, на восьми – увеличили продолжительность зелёного света. В Куркине изменения коснулись работы светофора, расположенного на пересечении Ландышевой улицы и Куркинского шоссе – длительность зелёного сигнала там теперь увеличена.

«Мы регулярно оптимизируем работу светофоров на оживлённых улицах столицы – там, где расположены школы, детские сады, музеи, театры, офисы, крупные торговые центры и многое другое. Передвигаться по городу должно быть удобно и пешеходам, и автомобилистам, и пассажирам общественного транспорта. Поэтому при регулировке режима работы устройств мы учитываем поток транспорта. Изменения не сказываются на загруженности дорог. Пешеходам же больше не приходится долго ждать зелёного сигнала светофора – у них появляется больше времени на то, чтобы перейти улицу, – рассказал заместитель руководителя Центра организации дорожного движения (ЦОДД) Дмитрий Горшков.



Напомним, что жители могут повлиять на режим работы светофоров. Для этого нужно направить своё обращение на сайт мэра и Правительства Москвы mos.ru или на Единый транспортный портал transport.mos.ru. Также можно уведомить уполномоченные органы о неудобстве того или иного светофора в официальных группах ЦОДД в социальных сетях. Кроме того, москвичи могут предложить свои идеи дорожным координаторам ЦОДД. Чтобы провести встречу, нужно оформить заявку на сайте центра.

Кстати, с 2013 года режим работы переходов был изменён более чем на 1000 пешеходных переходов. Во многом это заслуга неравнодушных жителей, которые сообщали о неудобствах в соответствующие инстанции.

Удобство транспортного сообщения для всех участников дорожного движения – важная составляющая программы «Мой район».



ФОТОФАКТ
Вид на Куркино с высоты птичьего полёта. Фотографируете район? Делитесь снимками в паблике района vk.com/kurkinomsk. Автор фото: @trukhanov_ilya.

Знакомьтесь: участковый



ДОСЬЕ
ОДИНОВ ИЛЬЯ ВАЛЕРЬЕВИЧ,

старший лейтенант полиции, участковый уполномоченный.

Адрес опорного пункта: Новокуркинское ш., д. 51.

Приём: вторник, четверг, суббота – с 17.00 до 19.00.

Телефон: +7 (999) 010-74-11.

Старший лейтенант полиции Илья Одинок работает участковым 4 года. У него на участке есть как многоквартирные дома, так и частный сектор. «У нас достаточно благополучный район, и на шумных со-

седей, мужей-дебоширов и курильщиков-нарушителей жалоб практически не бывает. Но это не значит, что не случается всевозможных происшествий, – рассказывает участковый Одинок. – Конфликты

с соседями случаются из-за земли. Был случай, когда семейная делёжка имущества, доставшегося по наследству, довела до преступления. Один большой участок с домом оказался разделён между родственниками на три части. 31 декабря поступил вызов по этому адресу от соседки, которая услышала крики, шум, звук бьющегося стекла. На месте мы обнаружили окровавленную женщину, вызвали скорую. Выяснилось, что это её родственница постаралась. Новогодняя ночь прошла у всех «весело». Но хочу отметить, что эта история ещё и о неравнодушии соседей. Фактически соседка, позвонив участковому, спасла жизнь человеку.

Старший лейтенант говорит, что нередко случаются конфликты на почве употребления алкоголя в парке «Долина реки Сходня». «Но это сезонная история: летом по выходным там устраивают пикники приезжие, – говорит участковый. – А вообще сегодня Куркино – один из самых безопасных районов, в частности и потому, что отлично благоустроен. А это сказывается на безопасности: много освещения – меньше правонарушений. Простой пример. У нас за школой по адресу: ул. Соколово-Мещерская, д. 27, была пустошь, а сейчас по программе «Мой район» построены прекрасные детская и спортивная площадки.

И там не просто очень красиво, но и гораздо безопаснее». Конечно, это не значит, что жителям Куркина не приходится сталкиваться с преступниками. Много мошенников, которые работают дистанционно – по телефону. «Моя задача – профилактика. Рассказываю людям, особенно пожилым, как у них могут похитить деньги. Объясняя, почему важно лишний раз не вступать в разговоры и переписку с незнакомцами, – объясняет участковый. – А ещё хочу попросить жителей не стесняться и обязательно сообщать участковому обо всём подозрительном. Не надо бояться обращаться в полицию. Это наша работа – проверять сигналы и помогать людям».

Взять за руку и вместе подниматься



Учитель с полувековым стажем – о секретах профессии

Александр Михайлович Лобанов – учитель физики в школе № 1985, классный руководитель и любитель учеников. Стаж его преподавательской деятельности – 46 лет. Корреспондент газеты «Мой район» отправилась к нему на урок, чтобы выяснить, как физика становится интересной даже для детей гуманитарного склада ума.

Физика и жизнь

Александр Михайлович много улыбается и говорит, что это физика выбрала его, а не он – физику. Кажется, это слагае-

мые его успеха у детей: улыбка и любовь к физике.

«Когда я был юным, как раз случился первый полёт человека в космос, – вспоминает учитель. – Конечно, все мечтали стать космонавтами, но я смотрел на вещи более реалистично и подумал, что космонавтами становятся единицы, а вот для строительства космического корабля людей надо гораздо больше. Поэтому я поступил в МЭИ. Но на шестом курсе меня пригласили преподавать радиоэлектронику и физику в школе. Так меня и затянуло – в итоге инженера из меня не вышло, а вот учитель физики получился хороший».

Александр Лобанов считает, что надо уважать в детях личность и никогда не повышать на них голос.

Фото: Марина Круглякова

За свою педагогическую карьеру Александр Лобанов сменил три школы. В 1985-й он преподаёт уже 10 лет. Регулярно проходит курсы повышения квалификации: будучи учителем, нельзя отставать от современных тенденций.

«Учусь постоянно – для столичных учителей курсы повышения квалификации обязательны, поэтому за партами сидят не только школьники, – говорит Александр Михайлович. – Например, в прошлом году мы с ребятами ездили в Курчатовский технопарк и учились там вместе».

Подниматься вместе

Дисциплина на уроках идеальная – ученики не достают мобильные телефоны и не отвлекаются на разговоры. Они уважают и любят своего физика – это видно по заинтересованным взглядам, устремлён-

ным на учителя. Не всем удаётся добиться такого порядка на уроках, но тут у Александра Лобанова секретов нет – все дело в заинтересованности.

«Я никогда не делал ничего особенного, чтобы дети не отвлекались. Думаю, всё дело в том, что учеников надо заразить своей любовью к предмету, – признаётся педагог. – Давным-давно в одной книге я прочитал, что учитель не должен учить, он должен взять ребёнка за руку и подниматься вместе с ним. Кроме того, я не сторонник зубрёжки: ребёнок должен понять, ради чего он изучает предмет. Поэтому мы проводим эксперименты, выясняем, как та или иная тема пригодится в жизни. А если ребёнок будет просто читать параграфы, он быстро забудет, о чём читал».

Сейчас в школах активно используются интерактивные

технологии – Александр Михайлович тоже составил несколько уроков в МЭШ. Но и тут он использует свой, особый подход. Во время урока о теплоте он спрашивает ребят – почему представители горных народов не едят мясного супа? Ребята строят различные версии, а учитель объясняет им, что в горах вода закипает при температуре ниже 100 градусов, а это значит, что микробы в мясе убить не получится.

«Каждую тему учебника я связываю с реальной жизнью. Со многими физическими процессами мы сталкиваемся каждый день, и, если ребята понимают, как и где проходят эти процессы, учиться становится гораздо интереснее. Конечно, решать задачи тоже необходимо, но решать их в отрыве от жизни очень скучно», – убеждён предметник.

Наталья Лужнова

А что преподавал ваш классный руководитель?

В районном паблике жители района вспоминали, какой предмет преподавал их «классный».

Гуманитарные науки

43,93%

Точные науки

38,32%

Естественные науки

14,95%

Физкультуру

2,8%

Опрос проведён в соцсети ВКонтакте, группа района – vk.com/kurkinomsk.



Фото: Сергей Зоничев

Проголосовали 107 человек.

Ученики школы № 2005 побывали в Бауманке

Возможность получения качественного образования для каждого московского школьника является приоритетом программы «Мой район». Ученики инженерного 11 «И» и информационно-технологического 11 «Т» классов школы № 2005 посетили день открытых дверей в Московском государственном техническом университете имени Н. Э. Баумана.

МГТУ имени Н. Э. Баумана – один из старейших технических вузов страны, который ведёт подготовку по 70 специальностям. Кстати, в 2014 году

Фото: архив ГБОУ «Школа № 2005»



Ребята из школы № 2005 теперь много знают о предстоящем поступлении.

рейтинговое агентство Банка России присвоило университету рейтинговый класс «В», означающий очень высокий уровень подготовки выпускников. Обошёл Бауманку только МГУ, получивший в рейтинге класс «А», который означает исключительно высокий уровень.

«В рамках дня открытых дверей одиннадцатиклассники побывали в консультационных пунктах, где волонтеры подробно объяснили правила поступления, рассказали, на что необходимо обратить внимание при выборе факультета, направления подготовки и специальности. Особое внимание на дне открытых дверей было уделено работе приёмной комиссии и факультетам «Информатика и системы управления» и «Специальное машиностроение» – эти направления оказались для ребят особенно интересными. Такие мероприятия позволяют детям выбрать будущую профессию и вуз, где они будут её осваивать», – рассказала учитель английского языка Юлия Дятлова, которая сопровождала учеников.

Напомним, что проект «Инженерный класс в московской школе» стартовал в 2015 году при поддержке Департамента образования. Школа № 2005 стала одним из участников проекта.

Станция скорой помощи приняла гостей

Станция скорой и неотложной медицинской помощи им. А. С. Пучкова, что находится в Куркине, провела экскурсию для молодых ребят из Ростова-на-Дону – победителей интерактивного конкурса «Секунды ценою в жизнь». Это профориентационный проект, в рамках которого молодёжь обучают навыкам оказания первой помощи.

«Мы надеемся, что сердце нашей службы – Единый городской диспетчерский центр (ЕГДЦ) – вдохновит наших гостей избрать медицину в качестве основной области для дальнейшего изучения и карьерного роста», – отметил главный врач станции Николай Плавун.

Во время экскурсии ребята познакомились с работой диспетчерского центра, в который часто приезжают делегации из различных регионов России и других стран, получили возможность познакомиться с работой скорой и современным оборудованием.

Плавун также напомнил, что московская скорая традиционно поддерживает просветительские проекты для населения и профессиональных медиков, направленные на профилактику болезней и предотвращение несчастных случаев. Такие мероприятия как для гостей столицы, так и для жителей каждого района – важная составляющая программы «Мой район». «Мы и сами регулярно проводим мастер-классы и лекции для горожан, на которых наши врачи и фельдшеры рассказывают и показывают приёмы оказания первой помощи в различных ситуациях», – подчеркнул главврач.



Тяжесть олимпийского «золота»

Елена Шаламова – о том, как спорт формирует характер

Елена Шаламова – олимпийская чемпионка по художественной гимнастике и жительница района Куркино. Корреспондент газеты «Мой район» встретился с Еленой в её любимом парке «Дубки», чтобы поговорить о спорте, жизни и судьбоносных встречах.

«У меня было самое лучшее детство»

– Как и любой спортсмен, добившийся успеха, вы всё детство провели на тренировках. А как же школа, детские игры, обычная жизнь?

– У меня было самое лучшее детство, которое только может быть у ребёнка! Да, тренировки действительно занимали много времени, но мы успевали играть, как обычные дети. Просто потом, когда я уже стала старше и начала более осознанно подходить к занятиям спортом, меня больше тянуло в зал, чем на улицу, поэтому какой-то потери не ощущалось.

Зато у меня благодаря спорту огромное количество друзей. Я увидела всю Россию, посетила много стран мира – и всё это благодаря гимнастике.

А что касается учёбы, то тренировки не мешали хорошо окончить школу и получить два высших образования.

– Какой бы вид спорта вы выбрали, если бы не гимнастика? И был бы спорт вообще?

– Не было бы никакого спорта! Я попала в гимнастику случайно. С детства я была очень худой, с длинными руками и ногами. За мамой даже следили социальные службы – они думали, что меня моят голодом, но я ела сколько хотела – просто такое было телосложение. Мама даже надевала на меня по две пары колготок, чтобы на улице не по-

Маму юной Елены подозревали в том, что она не кормит ребёнка.

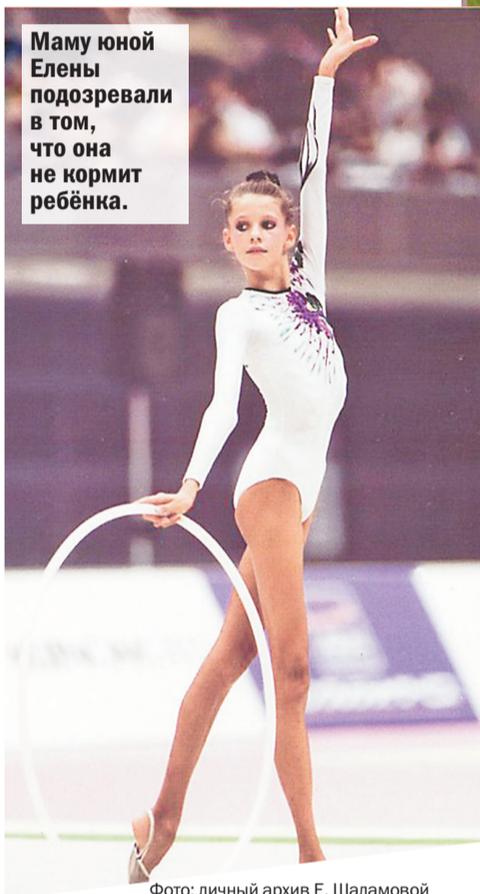


Фото: личный архив Е. Шаламовой

казывали пальцем! И вот как-то раз мы пошли лечить зубы. В больнице на меня долго смотрела какая-то женщина, а потом предложила заниматься гимнастикой – она оказалась тренером. Я отказалась! Но она уговаривала и пообещала, что когда я подрасту, то поеду на соревнования в Африку, а там увижу крокодилчиков. Крокодилчики мне очень понравились, и я согласилась.

Около года я ходила изредка, почти ничего не делала, но тренер так мною восхищалась, что я расцвела и приобрела уверенность в себе. Потом она уговорила меня поехать на соревнования, и вот там-то меня заметила тренер Алла Юрьевна Сидоренко. Я пришла к ней просто из любопытства, но именно тогда по-настоящему влюбилась в гимнастику. Я увидела у неё взрослых девочек, они были очень красивые и грациозные, и решила: буду гимнасткой и стану мастером спорта. Меня переманивали в другие виды спорта, но я не хотела слышать ни о чём другом.



Елена Шаламова своих будущих детей планирует воспитывать только в родном Куркине.

Фото: Александр Саверкин

Так что, если бы не большой зуб, наверное, никакого спорта в моей жизни не было бы.

Характер и жизнь

– Большую ли роль в спорте играет характер?

– Конечно, он в любом деле играет большую роль. Но спортивные успехи – это заслуга не только характера. Ещё огромную роль играют любовь к своему делу, тандем спортсмена и тренера, трудоспособность и судьба! Много есть трудолюбивых девочек, которым везёт с тренером, но единицы становятся чемпионками.

– Подготовка к олимпиаде оказалась нервным делом? Были ли моменты, когда хотелось плюнуть и бросить спорт?

– Когда я уже была в сборной, этого не было. Спортсмены рано взрослеют, и когда ты идёшь к своей цели – тут не до истерик. А вот когда была маленькая – бывало. Я даже бросала гимнастику на несколько дней, но всегда возвращалась – мне было скучно после школы просто идти домой, и я опять приходила в зал. Жизнь в спорте яркая и насыщенная, от неё не получится отказаться. Свою дочь я бы тоже обязательно отдала в гимнастику!

– Вы давно закончили спортивную карьеру, но открыли свою школу гимнастики вместе с Марией Нетёсовой. Что подтолкнуло вас к созданию такого проекта?

– Благодарность. Я обязана спорту всем, что сейчас имею, – и я даже не о материальных благах. Поэтому мы решили открыть спортивную школу и брать туда всех желающих. Правда, проект оказался не очень успешным, поэтому в этом году школа закрылась.

Но мы с Машей не бросаем гимнастику – у нас открыто физкультурно-спортивное общество «Новая Лига». Оно нацелено на Сибирь – там проводятся сборы, соревнования – словом, это шанс для сибирских спортсменок заявить о себе. Мы помогаем им – решили, что если не можем отдать долг здесь, то отдадим его там.

– Какие ещё проекты вы сейчас планируете осуществить?

– Я работаю с сибирскими спортсменками, а ещё

Создание возможностей для занятий спортом, физкультурой – часть программы «Мой район».

я хореограф-постановщик, езжу по стране, ставлю номера. Являюсь волонтером Федерации художественной гимнастики, организую соревнования. Но самый большой проект, который мне сейчас хочется осуществить, – это стать мамой.

Инга Шварц

КСТАТИ

Возраст спорту не помеха

Осень – время учиться, поэтому в рамках программы «Московское долголетие» стартовал новый сезон. В этом году пенсионеров ждёт много спорта. Присоединиться к привычным занятиям и новым направлениям могут женщины старше 55 лет и мужчины старше 60 лет. Все занятия проводятся абсолютно бесплатно. Качественный досуг в шаговой доступности от дома – важная составляющая программы «Мой район».

По вторникам и пятницам пенсионерам Куркина предлагают заниматься йогой. Опытный преподаватель расскажет о том, как правильно выполнять упражнения, и проконтролирует технику исполнения. Это нужно для того, чтобы занятия приносили только пользу и никто не получил травму. Занятия будут идти с 17.00 до 18.00.

Для тех, кто в молодости был звездой танцпола или просто мечтал об этом, открыт набор на занятия по бальным танцам. Там научат танцевать бачату, вальс и другие танцы. Занятия будут проходить по средам и пятницам с 16.00 до 17.00.

Делать селфи вроде бы умеют все, а вот умение красиво фотографировать дано не каждому. Для тех, кто мечтал освоить искусство фотографии, открывается профильный кружок. Преподаватель научит выстраивать композицию в кадре и настраивать фотоаппарат, чтобы получать такие снимки, которые украсят любой фотоальбом. Участников будут ждать по средам и пятницам с 17.30 до 18.30.

Все занятия будут проходить в школе № 1387 по адресу: ул. Соколово-Мещерская, д. 27.

Записаться можно в центре социального обслуживания района, который находится по адресу: ул. Соловьиная Роща, д. 10. Необходимо взять с собой паспорт, СНИЛС и социальную карту москвича.

Также на занятия можно записаться по телефону 8 (499) 401-78-65.

Знаете героя района?

Мы расскажем о нём нашим читателям.

Звоните

+7 (495) 646 57 57

День добра и уважения

Пенсионеры из Куркина оригинально отметили День пожилого человека

В начале октября в России отмечают День пожилого человека. Для «Московского долголетия» это практически профессиональный праздник. И театральная студия для людей старшего возраста из Куркина решила отмечать нетрадиционно – как признались сами «долголеты», им надоело, что всё время поздравляют их, поэтому они решили поздравить всех сами и приурочили своё выступление к этой дате. Корреспондент газеты «Мой район» отправился туда на концерт и выяснил, что же приготовили пенсионеры.

Организованность во всём

Выступление было запланировано в школе № 1985. Члены студии собрались в актовом зале заранее: ведь надо провести генеральный прогон. Репетиция идёт бодро: пенсионеры – ответственный народ, поэтому все уже назубок выучили текст и все движения. Разок прогнали для разминки, второй раз – для закрепления результата. Можно начинать!

«В театральной студии мы научились многому – мы и тан-



Пенсионеры решили не ждать поздравлений, а сделать подарок сами.

Фото: Марина Круглыкова

цуем, и поём, и совмещаем всё это в зависимости от постановки, которую разыгрываем. Сегодня мы представим короткое выступление «День добра и уважения» – потому что мы не согласны отмечать День пожилого человека, мы совсем не чувствуем себя пожилыми», – улыбается одна из актрис, **Татьяна Захарова**.

Связь через поколения

Выступление состоит из двух частей. В первой женщины решили дать советы подрастающему поколению – ведь они, хоть и молоды душой, но уже успели накопить солидный жизненный опыт. Поэтому каждая из них сама придумала, что она может посоветовать ученикам школы.

«Я посоветую ребятам почаще обниматься. Объятия – это важный коммуникативный опыт, и они повышают настроение. Поэтому обниматься надо каждый день!» – уверена **жительница Куркина Маргарита Криворученко**.



Кроме объятий «долголеты» пожелали ребятам брать пример с лучших, дружить, веселиться, мечтать, заниматься гимнастикой, читать, активно отдыхать, любое дело выполнять с удовольствием и заниматься искусством. Пожелания были встречены юными зрителями очень тепло – ведь такие советы действительно пригодятся!

Вторая часть выступления была вокальной. «Долголеты» исполнили песню под гитару. Она была посвящена внукам и отношениям с бабушками. В песне женщины посетовали на то, как быстро летит время и растут внуки, выразили надежду на снисходительность молодого поколения к старшим и рассказали о любви к внукам. Песня никого не оставила равнодушным – кое-кто в зале даже украдкой вытирал слёзы.

Виктор Круликовский

Досуговые мероприятия для жителей всех возрастов – важная составляющая программы «Мой район».

Как попасть на экскурсию по долине реки Сходни

Жители Куркина получают возможность узнать больше о родном районе. Такие мероприятия являются важной составляющей программы «Мой район».

19 октября состоится бесплатная пешеходная экскурсия по долине реки Сходни для всех желающих. Экскурсию организует библиотека № 239 в рамках проекта «Прочти район».

Экскурсию проведёт библиотекарь Ольга Валерьевна Ростовцева. Она расскажет об истории района Куркина, о его знаменитых жителях, о храме Владимирской иконы Божией Матери. После экскурсанты пройдут в долину реки Сходни, полюбоваться пейзажем со смотровой площадки и пройдут по экологической тропе. Кстати, надо тепло одеться – экскурсия продлится полчаса.

«Мы хотим сделать место проживания заметным и ценным для жителей округа, вместе с ними открыть для себя уникальные дома, улицы, памятники, узнать об удивительных людях, прочитать каждый район как увлекательную книгу. Для этого необходимо только позвонить и записаться», – рассказала **начальник отдела маркетинга и рекламы ЦБС СЗАО Татьяна Иванова**.

Начало экскурсии в 12.00, место сбора – у храма Владимирской иконы Божией Матери по адресу: Новогорская ул., д. 37. Запись по телефону 8 (499) 501-22-06.



Фото: библиотека № 239

Пешеходные экскурсии по району с сотрудниками библиотек уже стали регулярными мероприятиями.

РЕТРО



Так выглядел поворот с Куркинского на Машкинское шоссе в 1957 году, тогда здесь были ещё дачные места. Кстати, рядом с этим местом снимали кадры для фильма «Ночной патруль». Сохранились архивные фото района? Делитесь ими в паблике vk.com/kurkinomsk.

«Долголеты» из Куркина заговорили по-английски

В рамках программы «Московское долголетие» работает много кружков: пенсионеры учатся петь, танцевать, работать за компьютером, пользоваться смартфоном. Но это не полный список занятий, которые предлагают жителям старшего возраста. Например, на базе школы № 1985 пенсионеры осваивают английский язык.

Как проходят занятия

Занятия проходят в большом и светлом классе. «Ученики» сидят за парта-



Пенсионеры быстро осваивают английскую лексику и грамматику.

Фото: Марина Круглыкова

ми – совсем как школьники. Но в отличие от школьников никто не отвлекается и не шалит: «долголеты» – народ дисциплинированный, они приходят на занятия не чтобы повеселиться, а чтобы действительно освоить иностранный язык.

Иногда на английский приходят целыми семьями – как, например, **Елена и Александр Савины**. Пожилую чету забавляет, что они учатся «во вторую смену» в той же школе, куда ходят их внуки. «Мы занимаемся английским уже давно, но на занятия в этой школе ходим только с сентября. Языки всегда пригодятся, поэтому не стоит упускать такую возможность», – говорит Елена.

Муж Елены Александр – один из немногих мужчин в программе. Но участие в ней принимает с большим удовольствием, дамского коллектива не стесняется. «Мы с женой любим путешествовать, а английский – междуна-



родный язык, и в поездках за пределы России он просто необходим. В прошлом году мы занимались с другим преподавателем, он даже устроил нам целый курс английского для путешественников. Так что отсутствие языкового барьера в поездках и возможность правильно выражать свои мысли – моя главная мотивация», – говорит Александр.

Самые мотивированные ученики

Ведёт занятия терпеливый и внимательный педагог **Динара Габдеева**. Она всегда старается сделать так, чтобы тема занятия была понятна каждому, а на уроках царил комфортная атмосфера.

«Для меня занятия с «долголетами» в новинку – я начала с ними работать только в сентябре. Меня поражает трудоспособность учеников – ка-



жется, они могут заниматься часами! Им очень интересно, и они просто схватывают всё на лету! У «моих» пенсионеров просто неисчерпаемый запас мотивации – кто-то любит ездить за границу, кто-то хочет «быть в теме», общаясь с младшими членами семьи. Они особенные – любознательные, хваткие, очень дисциплинированные», – улыбается Динара.

Кстати, уроки английского за последние несколько лет очень изменились: преподаватели используют не только учебники, но и видео, аудиозаписи и специальные техники, которые позволяют быстрее запоминать материал. Группы разделены по уровням: можно выбрать группу для начинающих, для продолжающих и для тех, кто уже неплохо знает язык.

Присоединиться к занятиям по английскому языку можно, обратившись в ТЦСО «Куркино», которое находится по адресу: ул. Соловьина Роща, д. 10. С собой понадобится взять социальную карту москвича, СНИЛС и паспорт. Занятия проводятся бесплатно.

Куркино – московская Швейцария

Актриса и певица Анна Зайцева (Лореанна): «Наш район стал самым красивым в столице»

«Мой район» продолжает рассказ об известных жителях. В Куркине уже 15-й год живёт Анна Зайцева (Лореанна) – популярная певица и актриса, снявшаяся в 30 фильмах (сериалы «Тихая охота», «Чужой район», «Подземный переход» и др.). Известная артистка прогулялась с корреспондентом газеты по любимому Куркину.

«Съёмки кино здесь идут постоянно»

– Анна, почему вы выбрали Куркино?

– Район выбрали ещё мои родители в 2005 году. Красивые рекламные картинки, экологически чистое место, но это Москва – вот что повлияло на выбор будущего проживания в Куркине. В то время на месте наших теперь уже обжитых мест с прекрасной инфраструктурой было просто поле и лес вокруг. Но мои родители имели отличную интуицию: с годами район действительно стал престижным, оставшись экологически чистым и красивым.

– Недаром Куркино называют московской Швейцарией...

– Абсолютно верно! Один из любимых моих маршрутов – спуститься от церкви вниз по деревянным лестницам и гулять по парку вдоль реки,

где когда-то был санаторий. Это сказочное место. Тишина, зелень, чистота, спокойствие и свежий воздух. Район краси-

Фото: Эдуард Кудрявицкий



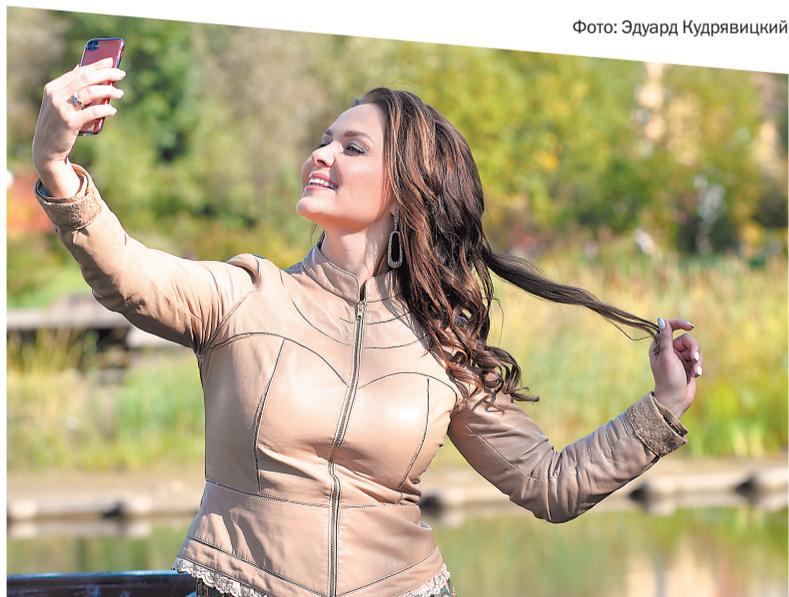
«Наш район самый красивый. Недаром здесь часто снимается кино».

вейший. Именно поэтому съёмки кино у нас происходят постоянно. На Соколово-Мещерской улице снимали сцены для сериала «Тихая охота».

– Кстати, репетируете ли вы в своей квартире и как на это реагируют соседи?

– Да, репетирую почти каждый день. Распеваюсь и пою много оперных, мюзикловых

Фото: Эдуард Кудрявицкий



«Обожаю гулять по парку вдоль реки», – говорит артистка.



«Наш парк в Куркине – это сказочное место! Тишина, зелень, чистота, спокойствие и свежий воздух», – говорит актриса и певица Анна Зайцева (Лореанна).

Фото: Эдуард Кудрявицкий

арий или просто отдельные кусочки из опер, а потом ещё работаю с микрофоном. От двух, а иногда до шести часов в день. Это, конечно, происходит очень громко! Говорят, что в соседних домах слышно. (Смеётся.) Соседи у меня прекрасные! Ни разу не стучали по батареям. Единственное – просят позаниматься с ними тоже музыкой и техникой речи. (Улыбается.) Я ведь преподаю вокал, и у меня есть авторский тренинг «Тайна голоса». Правда, учеников беру редко. Преподавание – это большая ответственность, и если я начинаю заниматься с кем-то, то у нас должна быть какая-то глобальная цель – поступление в вуз или участие в серьёзном конкурсе, например. Ведь мои знания я собирала по крупицам в разных странах мира у лучших мировых преподавателей.

– По-вашему, сильно изменилась Москва за последние годы?

– Москва просто расцвела. Наша столица стала одним из лучших европейских городов – зелёная, ухоженная, нарядная. Друзья-европейцы остаются в восхищении, увидев, как преобразилась Москва. Нельзя не оценить и новую систему выдачи документов – сейчас всё можно оформить быстро. Хочу отметить работу центра госуслуг района Куркино. Сотрудники с улыбкой встречают посетителей, помогают в решении многих вопросов. А сам центр очень уютный и светлый, там даже проводят выставки и можно не только бумагами заняться, а ещё получить эстетическое удовольствие.

Вообще, я считаю, что наш район самый лучший. Если бы ещё метро открыли, это был бы вообще праздник. (Улыбается.) И ещё было бы здорово, чтобы у нас в Куркине был свой театр или концертный зал. Я бы с удовольствием сама там выступала и привлекала с кон-

цертами известных, интересных артистов.

«С живыми концертами ничего не сравнится»

– Знаю, теперь ваш сценический псевдоним Лореанна. Как он возник?

– Имя мне пришло совершенно необычным образом. В прошлом году не стало моего любимого папы – в 59 лет

Фото: Эдуард Кудрявицкий



«Куркино выглядит как Европа!» – считает Анна Зайцева (Лореанна).

он умер от рака. Было очень больно. И уже после похорон и после отпевания через какое-то время мне приснился сон, в котором я разговаривала с папой за ужином. Мы смеялись с ним и говорили про то, что я до сих пор не могу определиться со сценическим именем. Во время сна родилось имя Лореанна. Наутро я чётко поняла, что это и будет теперь моё имя!

– Вы сейчас работаете над сольным альбомом. Ка-

Знаете героя района? Мы расскажем о нём нашим читателям. Звоните +7 (495) 646 57 57

кие композиции в него войдут?

– Альбом будет очень разноплановым, и каждая композиция в нём имеет свой смысл, как текстовой, так и музыкальный.

Моя музыка – для слушателя, имеющего представление об опере, мировых мюзиклах, кто слушает Сару Брайтман, Алессандро Сафина, Андреа Бочелли. Это музыка моих любимых композиторов – Валерия Парамонова, Александра Бараева, Сергея Ковальского, Сергея Войтенко. Будут даже рок-баллады и мюзикловые арии.

– Планируете продолжить актёрскую карьеру?

– Было время, когда я снималась одновременно в нескольких проектах. На занятия любимым вокалом просто не оставалось времени. А голос не прощает такого. Его надо шлифовать каждый день. Быть в хорошей форме – значит заниматься хотя бы 3–4 раза в неделю, не считая концертов и репетиций. Головные складки – это мышцы, которые надо тренировать. Конечно, от интересного предложения о съёмках я не откажусь. Хочется верить, что я встречу своего гения-режиссёра, который раскроет в полной мере мои актёрские способности. (Улыбается.)

Ольга Шаблинская

У каждого района Москвы своё лицо. Сохранить его – принцип программы «Мой район».

НЕ ПРИНЕСЛИ ГАЗЕТУ? ЗВОНИТЕ: +7 (495) 646-57-57

Кроссворд

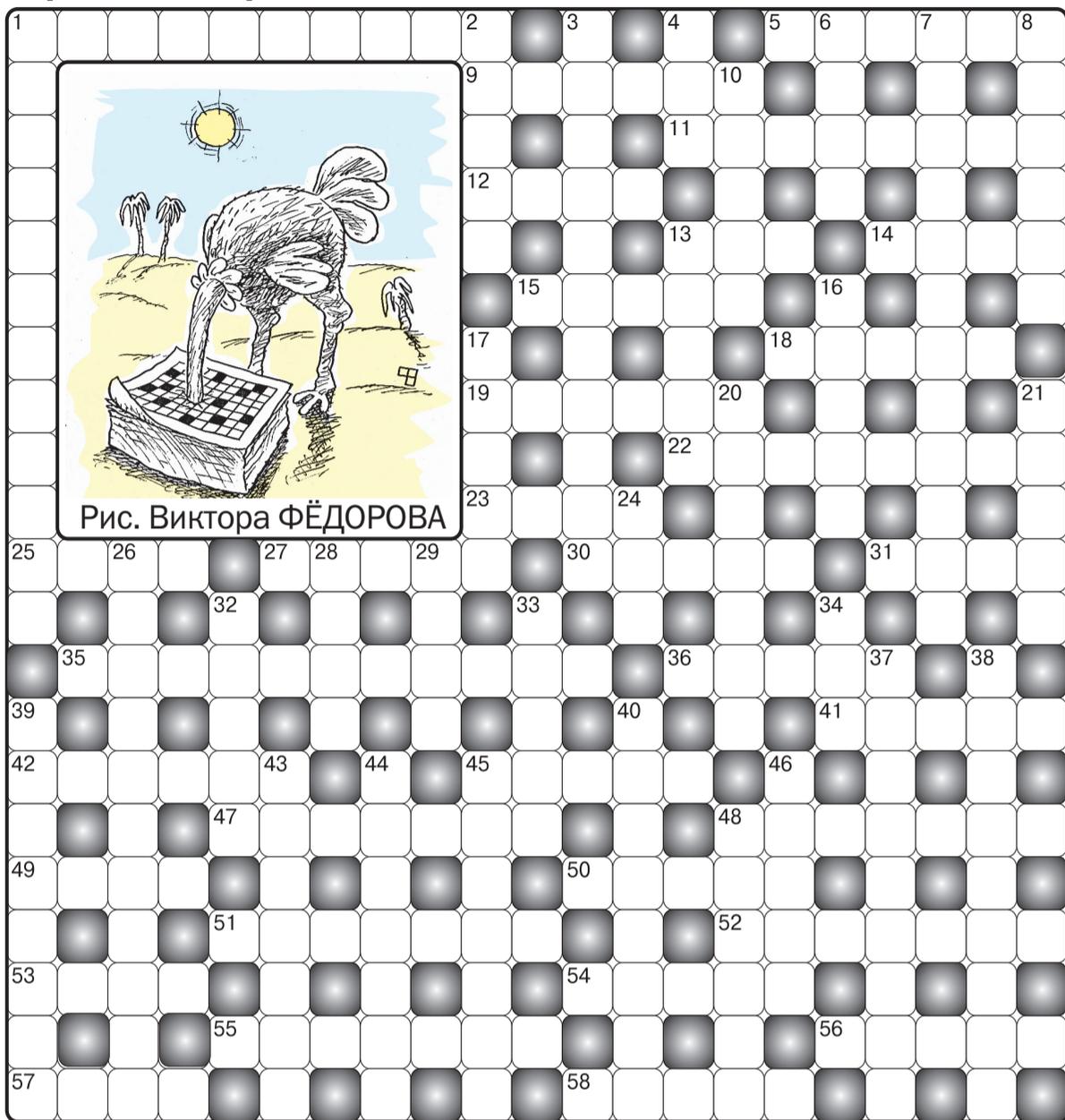


Рис. Виктора ФЁДОРОВА

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Это «когда оба договариваются, делая вид, что выиграли». 5. «Культура» глянцевого журналов. 9. Юный борец за дело Ильича. 11. Вампир славянских кровей. 12. Приманка в мышеловке. 13. «... по дереву не плачет». 14. Новогодний спектакль. 15. Американский «длинный Джон» для нас. 18. Что собой представляла «кошка», которой прежде на английском флоте наказывали провинившихся моряков? 19. Первая женщина, поймавшая пулю зубами. 22. Грех перед налоговой инспекцией. 23. «У меня была справка, что я не ..., но я взял и съел её». 25. Безоблачное. 27. «Птичий тормоз». 30. Топор тяжёлой весовой категории. 31. Морской электрошокер. 35. Талисман от алкоголизма. 36. Сырьё на черепицу. 41. «Волшебный», «сказочный» и «божественный» одновременно остров для древних римлян. 42. Подлинная фамилия Максима Горького. 45. Народ, чья армия проиграла в битве на Каталаун-

ских полях. 47. Бумага из тростника. 48. Стадион с жидкими дорожками. 49. Какой Жан помогал найти «Розовую пантеру»? 50. Какой инструмент звучит в фильме «Гладиатор»? 51. Фривольный халатик. 52. Главный шут при дворе французского короля Людовика XIII. 53. «Чем тоньше историческая ..., тем чаще рвётся связь времён». 54. Револьвер кровавого Скараманги. 55. Искатель поживы. 56. «Загадывай свои загадки, ... чистого дождя». 57. Труженик стола. 58. «Бесподобное создание».

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Дело буквоеда. 2. Барское чванство. 3. Ручка кресла. 4. Золотой хищник с герба Гааги. 6. «Не судите меня, ..., не суди меня, родня». 7. «Автомобильный пони». 8. Чьё падение в пропасть спровоцировало сход лавины из триллера «Вертикальный предел»? 10. Экстремал на крыше. 13. Кого Норвегия выдвинула в 1917 г. на присуждение Нобелевской премии мира? 16. Где пасутся коровы, чью кожу

используют для отделки салона «Бугатти»? 17. Идеальный фанат. 20. Кем был лермонтовский Демон до своего изгнания? 21. Кто из итальянских гениев в своё время приписался к цеху докторов и аптекарей? 24. Популярный «... Турецкого». 26. Чьё мнение при голосовании решающее? 28. Детективный роман «Мой личный ...» от Татьяны Устиновой. 29. «Шампанское» на яблочном соке. 32. Из чего состоял «букет любви и преданности» у древних греков и римлян? 33. За каким растением «трепетно ухаживает» герой «Леона»? 34. Оружие Вильгельма Телля. 37. Кто мнёт с пользой для тела? 38. Какой дом в Мемфисе легендарный Элвис Пресли купил на первый заработанный им миллион? 39. «Источник творческой энергии» для Фрэнсиса Фицджеральда. 40. Доска вместо лыжи. 43. Снегоходы. 44. Игра с киями. 45. Элитные кавалеристы Речи Посполитой. 46. «Солнечный финиш». 48. Какой литературный Тарас стал отцом Остапа и Андрия?

ХОТИТЕ РАЗМЕСТИТЬ РЕКЛАМУ? ЗВОНИТЕ: +7 (495) 646-57-55

«АиФ-Москва» № 7 (224), 2019 (16+). Приложение. Главный редактор «АиФ-Москва» Е. Ю. Бычкова. Ведущие редакторы: Д. А. Буравчикова, Ю. С. Тутина. Учредитель, издатель – АО «Аргументы и факты». Адрес редакции и издателя: 101000, Москва, ул. Мясницкая, 42. Газета зарегистрирована в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Рег. ПИ № 77-14973. Главный редактор «АиФ» И. А. Черняк. Генеральный директор АО «Аргументы и факты» Р. Ю. Новиков. Служба рекламы «АиФ»: +7(495) 646-57-55. Отпечатано в АО «Прайм Принт Нижний Новгород», 603028, г. Нижний Новгород, Базовый проезд, д. 11. Заказ № 11107. Тираж 1 223 163. Дата выхода в свет 11. 10. 2019. Распространяется бесплатно. По вопросам распространения на территории ЮЗАО, ЗАО и СЗАО г. Москвы – mfm@aif.ru.

Судoku

	8		9	2			7
	6			8	3	9	
	9		7	3	5		6
6			3			2	9
2	3	9				4	7
4		8			7		3
8			6	5	9		3
	4	3	8				2
7			4		3		8

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Компромисс. 5. Гамур. 9. Пионер. 11. Вудяк. 12. Сапо. 13. Лес. 14. Егип. 15. Энеид. 18. Пьер. 19. Дитрих. 22. Непитата. 23. Лисх. 25. Небо. 27. Хвост. 30. Колун. 31. Сект. 35. Александрит. 36. Битум. 41. Капри. 42. Пешков. 45. Гунья. 47. Папирус. 48. Бассейн. 49. Рено. 50. Дудук. 51. Пенювар. 52. Ланкелли. 53. Нить. 54. Копыт. 55. Ширник. 56. Осень. 57. Едок. 58. Идеал.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Канцеляршина. 2. Снедь. 3. Подкоготник. 4. Лев. 6. Люди. 7. Малотражка. 8. Рюкзак. 10. Рюкер. 13. Ленин. 16. Альпы. 17. Агерт. 20. Херувим. 21. Данте. 24. Хор. 26. Боялыствво. 28. Браг. 29. Сидр. 32. Укрон. 33. Фигус. 34. Лук. 45. Гусария. 46. Закат. 48. Бульба.

Читайте ТОЛЬКО в еженедельнике «Аргументы и факты»

- ? Что будет с рублём, если рухнет доллар?
- ? Как распознать липовое налоговое уведомление?
- ? Могут ли коммунальные тарифы заморозить на 5 лет?

Ответы на эти и другие вопросы читайте в еженедельнике «Аргументы и факты»
Спрашивайте в киосках вашего района



КАК НАУЧИТЬСЯ УПРАВЛЯТЬ СВОИМИ СНОВИДЕНИЯМИ
«ДУРАЧКИ ВЕЗДЕ НУЖНЫ» - НАПРАСНО ВЕРИЛ КРАМАРОВ
СКОЛЬКО МОЛОКА В РОССИИ СИЗ-ПОДПАЛЬМЕЙ?
ЧУДО-ДЕРЕВО
СКОЛЬКО МОЛОКА В РОССИИ СИЗ-ПОДПАЛЬМЕЙ?
ПРАВО
ОТЫ И ДЕНЬГИ
На сколько могут посягнуть за неуплату алиментов
МИР ГЛАЗМА ЗОТОВА
«ТУЗЕМЦЕВ СЛИШКОМ МНОГО»
На примере Индии «АиФ» объясняет, как именно жили, как властью колонизаторов
СПОРТ
«СПАТЬ ЕВРОПЕЙСКИ»

Реклама 16+