

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

**В КОТЛОВКЕ
ЖИВУТ**

372

**ВETERАНА
ВЕЛИКОЙ
ОТЕЧЕСТВЕННОЙ
ВОЙНЫ**

**АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ**

«ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ» ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ

(495) 646-57-57

ПО ПРОГРАММЕ
«МОЙ РАЙОН»
В ОКТЯБРЕ
ОБОРУДОВАНО

2

НОВЫХ ПАНДУСОВ
ДЛЯ ИНВАЛИДОВ



ПЕРЕД НОВЫМ
ГОДОМ
ОТКРОЮТСЯ

3

ЁЛОЧНЫХ БАЗАРА



Участник телепроекта «Голос», посол доброй воли «Мосволонтер» родился и живёт в Котловке.

Фото: архив Дмитрия Нестерова
Фото: Валерий Христоворов

МЕСТНОЕ ВРЕМЯ

Когда и где в районе
откроются ёлочные
базары



С. 3

РАЙОННЫЙ УРОВЕНЬ

В каком учебном
заведении учат будущих
спасателей



С. 4

ТОЧКИ ПРИТЯЖЕНИЯ

Где пенсионеры могут
научиться играть
в бильярд



С. 6

РАЙОН В ЛИЦАХ

**ВДОХНОВЛЯЮЩАЯ
КОТЛОВКА**

ПЕВЕЦ ДМИТРИЙ
НЕСТЕРОВ –
О РОДНОМ РАЙОНЕ

С. 7

Пошли гулять в парк!

Благоустройство района завершается

Фото: Игорь Харитонов

Новый пешеходный маршрут по кварталу № 69 охватывает несколько детских и спортивных площадок.

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 детских садов.

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 Котловке, чтобы посмотреть, что успели сделать в районе в этом году.

Первым делом мы отправились в квартал № 69. Этим летом здесь построили сквозной

пешеходный маршрут через весь квартал. Жители района теперь могут пройти от автобусной остановки на ул. Ремизова к остановке на Нагорной, д. 14, корп. 1. Проход предусмотрен и к пешеходной зоне вдоль ул. Академика Векшинского и далее через реку Коршуниху. Здесь установили новые опоры освещения, оборудовали зоны отдыха со скамейками и урнами. Обновили и газоны, и цветники. Кроме того, здесь появились зоны для бега и 10 детских площадок.

Далее мы направились к долине реки Коршунихи, где недавно в районе Севастопольского просп., д. 51, открыли смотровую площадку. Это место

стало благодаря программе «Мой район» ещё одной зоной отдыха жителей Котловки.

«Район заметно преобразился – это факт, – считает пенсионерка Людмила Филатова. – Его активно благоустроили

в этом году. Столько сделали пешеходных зон, зон отдыха. Заметила, что появилось много опор освещения. В районе стало светлее. Конечно, здорово отремонтировали дворы. Детские площадки у нас почти все новые, старых почти не осталось. Хорошие спортивные площадки. Тоже все современные и симпатичные. В общем, живи и радуйся».



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 бамбука и покрытые лаком с ультрафиолетовой защитой для лучшей износостойкости, современные фонари, «умные» автобусные остановки и спортивные площадки, оборудованные многофункциональными 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 хозяйства

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 представ-



ленные 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 дизайнера 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» **посетитель выставки Павел** проголосовал за совместные качели: «Это возможность покатайтесь вместе с ребёнком и разделить с ним общие эмоции, что очень важно в семье».

Екатерина Загорская

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



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

Фото: Павел Горбатько

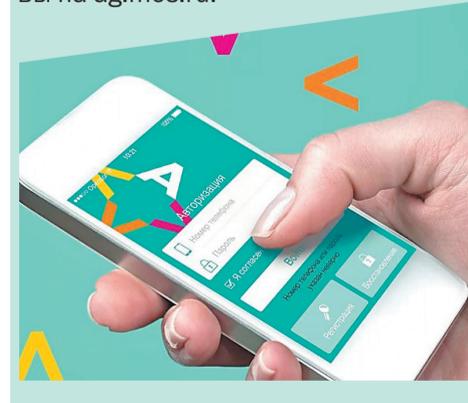
Проголосуй за свой район

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.



300 семей ГОТОВЫ к переезду

Как жители Котловки обживают квартиры, полученные по реновации

Жительница Котловки Надежда говорит, что влюбилась в новую квартиру сразу.

Фото: Эдуард Кудрявицкий

Кого можно считать самым придирчивым и строгим судьёй, когда речь заходит об оценке дома и квартиры? Ну конечно, человека, который туда переезжает. Мы спросили у одного из первых новосёлов д. 45 по ул. Дмитрия Ульянова, насколько хороши реновационные дома Котловки.

«Мне нравится наша новая квартира, – рассказала **Надежда**. – Я её как в первый раз увидела, так в старую и возвращаться не хотелось. Там темно, а тут высокий потолок, вместительная кухня, огромный балкон и отличный вид из окон. Я в Котловке живу с 1984 года и рада, что осталась в родном квартале. У нас отличный район, зелёный и спокойный».

Переезд Надежды совпал с выходом на пенсию. Она много лет работала в комму-

нальной сфере и по долгу службы хорошо знает весь район.

После квартиры Надежды мы осмотрели дом целиком. Всё выглядит добротно и качественно. В лифтовых холлах установлены противопожарные двери, коридоры оборудованы системой дымоудаления, показания квартирных счётчиков передаются автоматически. Всего в квартале № 18 должны расселить 17 пятиэтажек. На их месте появятся современные жилые дома, детский сад и физкультурно-оздоровительный комплекс с бассейном. Благодаря программе меняется облик всего района.

«В кварталах реновации будет создана качественная городская среда, – сказал **мэр Москвы Сергей Собянин**, когда недавно приезжал в Котловку и осматривал дома для переселенцев. – Мы, как и обещали, ведём не только жилищное строительство. Там, где необходимо, построим детские сады, школы, спортивные объекты, комплексно благо-

устроим район. Важно, чтобы и жители, которые не переселяются, в соседних домах живут, тоже почувствовали, что район улучшается».

Сейчас в Котловке уже три стартовых дома: д. 45 на ул. Дмитрия Ульянова, д. 22 на Севастопольском проспекте и д. 13 на Нагорной ул. Это монолитные здания с улучшенной отделкой квартир. Прилегающая территория благоустроена: высажены деревья и кустарники, есть просторная детская площадка с безопасным покрытием. Уже заканчивается переезд жителей д. 47, корп. 2 и д. 49, корп. 2 по ул. Дмитрия Ульянова. Кстати, многие переезжают «пешком» – между их расселяемыми пятиэтажками и новыми зданиями меньше 100 метров. Всего в Котловке должны справиться новоселье 300 семей.

Кстати, отличные игровые зоны для детей у реновационных домов открыты для жителей всего района.

Егор Краев

На Одесской и Нахимовском ограничили движение транспорта

Фото: Игорь Харитонов

На двух улицах временно ограничили движение транспорта. Об этом сообщает информационный центр Транспортного комплекса столицы.

Как разъяснили там, изменения движения связаны с ремонтом инженерных коммуникаций.

Движение транспорта будет ограничено:

- на Одесской ул. в районе д. 19/1 по Нахимовскому проспекту (1 полоса частично);

- на Нахимовском проспекте в районе д. 25А (1 полоса).

Ограничения будут действовать до 1 декабря.

Ремонт дорог и обновление инженерных коммуникаций – важная часть масштабной городской программы «Мой район».



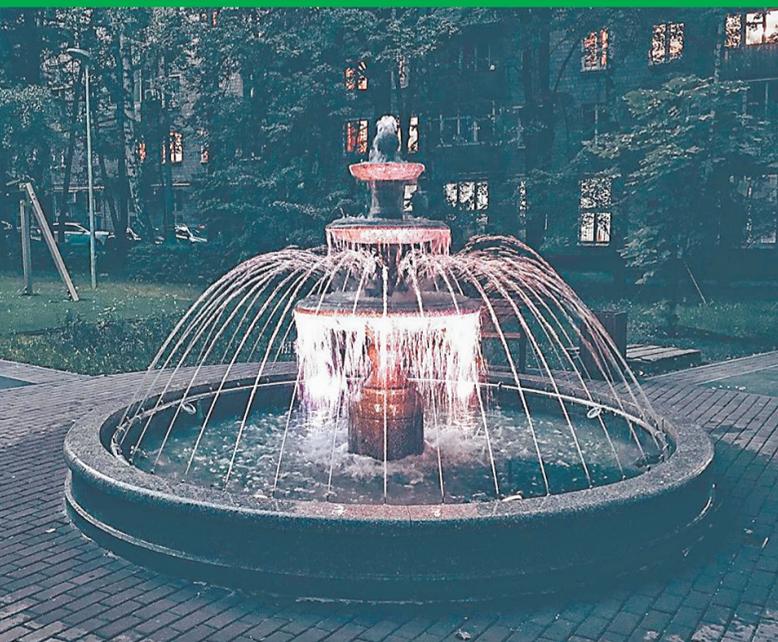
Ограничения движения на улицах района связаны с ремонтом инженерных коммуникаций.

ФОТОФАКТ



Котловка радуется осенней красотой. Фотографируйте район? Делитесь снимками в районном паблике в соцсети ВКонтакте – vk.com/kotloveka. Автор фото: 64sqm.

ФОТОФАКТ



Вот такой фонтан работал летом во дворе на Нагорной. Фотографировали красоты в своём дворе или в районе? Делитесь снимками с соседями в паблике «Котловка» – facebook.com/kotloveka. Автор фото: funk_and_punk.

Где откроются ёлочные базары

Фото: Геннадий Усоев

Три площадки по продаже ёлок будут работать в районе.



Жительница района **Татьяна Зенькович**:

– Вроде бы Новый год ещё далеко. Но вся моя семья праздника очень ждёт. В связи с этим вопрос: когда в районе откроются ёлочные базары в этом году и где они будут расположены?

Исполняющий обязанности главы управы Котловка Максим Ульянов:



– Ёлочные базары в Котловке в 2019 году будут работать с 20 по 31 декабря по адресам: ул. Нагорная, вл. 21, Севастопольский просп., вл. 15, и Нахимовский просп., вл. 20А.



Удобная торговая и бытовая инфраструктура – часть концепции программы «Мой район».

Спасатели на все руки

В колледже им. Максимчука открываются новые направления обучения

В Котловке работает пожарно-спасательный колледж им. Максимчука – отделение «Нагорное» (ул. Нагорная, д. 11, корп. 1). Здесь готовят программистов и инженеров для спасательной отрасли и сферы безопасности. В этом



году учебное заведение отметило 20-летие. Корреспондент газеты «Мой район» встретился с **заведующей отделением Ниной Гамаюновой.**

Среднее образование – в ногу со временем

Колледж старается постоянно идти в ногу со временем и готовить выпускников, которые востребованы работодателями. «Мы получаем от компаний и служб (например, МЧС), с которыми сотрудничаем, обратную связь, – говорит Нина Фёдоровна, – и вводим в программу обучения необходимые им дисциплины и разделы».



Фото: Игорь Харитонов

Двадцать лет: итоги и перспективы

В этом году колледж отметил 20-летний юбилей. На сегодняшний день в целом в нём учатся 2500 человек, из них в отделении «Нагорное» – 450 ребят.

«Мы не останавливаемся на достигнутом, – добавила Гамаюнова. – «Постоянное совершенствование» – наш девиз! У нас в планах, например, открыть специализированный центр компетенций «программные решения для бизнеса». Когда проект будет реализован, по этой специальности

Создание условий для получения профессионального образования – составляющая программы «Мой район».

у нас смогут учиться студенты, повышать свою квалификацию специалисты и педагоги».

В этом году в отделении откроют два центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам WorldSkills (международная некоммерческая ассоциация, целью

которой является повышение статуса и стандартов профессиональной подготовки и квалификации по всему миру. – **Ред.**) по специальностям «графический дизайн» и «программные решения для бизнеса».

«Сейчас к экзамену готовятся не только наши ребята, но и преподаватели, – отметила заведующая. – Они перенимают международный опыт, стандарты, выясняют требования компаний по тем или иным специальностям, изучают современные технологии. Всё это для того, чтобы адекватно оценить работы наших студентов».

Юрий Боков

Выпускников колледжа с удовольствием берут на работу в МЧС и иные городские службы.



ДАРЬЯ СОЛОВЬЁВА, студентка 3-го курса по специальности «информационные системы-программирование»

– В колледж я поступила после 9-го класса. Сначала хотела быть спасателем. Но вскоре поняла, что мне интереснее работать в сфере безопасности, но не на «передовой» – тушить пожар, например, а заниматься технологиями в этой сфере. Поэтому я перешла на программирование. Очень нравится учиться. Создавать технические продукты невероятно увлекательно. В колледже хорошая атмосфера. Приятные ребята и профессиональные, мудрые педагоги. Они относятся к нам как к равным. Пока не определилась, где буду работать. Возможно, в этом мне поможет практика, которая начнётся в декабре.

Инспектор поможет и родителям, и детям



ДОСЬЕ

МИТИНА ОЛЕСЯ АЛЕКСАНДРОВНА,

старший лейтенант полиции, старший инспектор по делам несовершеннолетних.

Адрес: ул. Ремизова, д. 13, каб. 13.

Приём: понедельник, вторник, четверг – с 15.00 до 18.00.

Телефон +7 (980) 303-41-91.

Старший лейтенант Олеся Митина работает с детьми 3,5 года. Она по образованию педагог и по-настоящему бьётся за каждого трудного подростка. «Инспектор должен уметь общаться с несовершеннолетними. Необходимо знать психологию детей – это помогает определить причину поведения ребёнка, понять, из-за чего он совершает правонарушение, а то и преступление, – говорит она. – И с родителями трудных детей надо уметь договариваться, объединять усилия, чтобы спасти ребёнка».

Инспектор Митина рассказывает, что по её опыту сейчас трудными оказываются 60–70% детей из благополучных семей. «Подростки из неблагополучных семей многого недополучают и умеют ценить то, что им дают, –

уверена Олеся. – Беда обеспеченных родителей сейчас в том, что им некогда уделять достаточно времени ребёнку. Они с утра до вечера работают, бьются, чтобы обеспечить хорошую жизнь, а подростки это не всегда ценят. Для таких пап и мам всегда становится шоком информация, что их ребёнком заинтересовалась полиция».

По словам инспектора, сегодня часто приходится сталкиваться с алкоголизмом подростков. Причём есть одна опасная тенденция – выпивку детям и продают, и покупают взрослые. «Дети часто признаются, что просят купить пиво проходящего мимо дядечку. И эти взрослые мужчины им не отказывают!» – возмущается Олеся Митина. Она знает, где любят собираться проблемные подростки, но се-

годня таких точек гораздо меньше. Благодаря **программе «Мой район»** у подростков появляются любимые места отдыха, которые приносят детям только пользу. «На Нагорной переделали 104-й квартал – облагородили по городской программе. Появляется много спортивных коробок, тренажёров, и дети предпочитают лишний раз мяч погонять, а не выпивать. Это очень важно, когда школьнику есть где выплеснуть свою энергию, – считает инспектор. – Плюс сейчас много в школах бесплатных кружков и секций. Если какой-то проблемный ребёнок у нас появляется, мы садимся с соцпедагогами и начинаем выяснять, чем он увлекается, какие занятия могут его заинтересовать».

Старший лейтенант Митина просит родителей обращать внимание на круг общения детей, в том числе в соцсетях. «И конечно, с детьми надо разговаривать, интересоваться их увлечениями, – напоминает Олеся. – А самое главное, если заметили какие-то странности, проблемы, не стесняйтесь, звоните в любое время, приходите. Мы всегда подскажем, что делать, посоветуем, где получить профессиональную психологическую помощь».

Педагоги Котловки поделились опытом

с коллегами

Возможность получить качественное образование вне зависимости от особенностей развития – принцип **программы «Мой район»**.

Своими наработками в обучении детей с инвалидностью педагоги образовательного комплекса «Юго-Запад» в Котловке поделились с учителями и психологами московской школы

№ 904 из Царицына, которые посетили комплекс. Гостям показали мастерские и лаборатории отделения комплекса «Котловка» и рассказали о методах работы с детьми-инвалидами.

Комплекс имеет статус ресурсного. Это значит, что он делится опытом по работе с особыми детьми, если необходимо – материалы, проводят семинары, дают оборудование в те школы, куда пришёл особый ребёнок. Учителя выезжают в другие школы и помогают на месте или принимают гостей.

Качественное образование – важная составляющая программы «Мой район».

Инклюзивное образование – важное достижение многих современных школ, – считает **директор школы № 904 Галина Щербакова.** – В комплексе «Юго-Запад» разработана методика одновременного обучения, творческого развития и реабилитации ребят с инвалидностью. Интересен также опыт работы с родителями или приёмными семьями, опекунами или попечителями, воспитывающими детей с ментальной или физической инвалидностью. Планируем этот опыт применить у себя».



Фото: архив ГБПОУ ОК «Юго-Запад»

Ресурсные школы помогают коллегам, передавая им свой опыт и знания.

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



Пока у председателя совета ветеранов Котловки есть время разобрать архивы и книги... Фото: Дмитрий Антипченко

Время обновления

Помещения совета ветеранов отремонтировали

В помещении совета ветеранов в Котловке (ул. Нагорная, д. 26) в рамках программы «Мой район» сделали ремонт. Работы проводились летом. А осенью, после окончания летнего отдыха, ветераны начали постепенно обживать обновлённый офис.



Корреспондент газеты «Мой район» встретился в отремонтированном совете с председателем районной организации ветеранов Борисом Титовым.

От потолка и пола до мебели и окон

Председатель ветеранской организации района Борис Викторovich Титов – настоящий активист в прямом смысле этого слова. Он по-хозяйски проводит нас по отремонтированному помещению и рассказывает о прошедшем ремонте.

«Ремонт сделали летом, когда многие были на дачах, на отдыхе, – говорит Борис Титов. – В основном работали в июле-августе, потом что-то доделывали по мелочи. Ремонт сделали основательный: поменяли полы, потолки, окна, батареи, проводку, поклеили обои под покраску. Теперь наши помещения выглядят достойно, свежо

Создание комфортных условий для жизни, отдыха и развлечений для жителей столицы всех возрастов – важная часть крупной городской программы «Мой район».

и светло. Мы рады и благодарны управе, префектуре, рабочим».

Борис Викторovich не привык сидеть без дела. Вот и сейчас, пока он проводит экскурсию по обновлённому офису, попутно не прекращает хлопотать: что-то куда-то переставляет, просматривает скопившиеся за годы существования совета книги: эту оставить, эту отдать в библиотеку, а эту подарить школьникам.

Пока новую мебель не привезли, книги и вещи лежат на полу, подоконниках и столах. Борис Викторovich с большим чувством рассказывает, как предвкушает расстановку своего хозяйства в новые стеллажи и шкафы.

И извиняясь, говорит: «Пока ждём новую мебель. Скоро привезут столы, стулья, тумбочки – в общем, всё что нужно. Старую мебель увезут – и всё наше хозяйство мы уже разложим, чтобы было максимально удобно работать».

А вот с техникой у районных ветеранов посложнее: сейчас,

например, им нужен минимум один компьютер. «Надеемся, что с этим нам тоже помогут», – делится активист.

Итоги и ближайшие планы

Ветеранов Великой Отечественной войны, которых, увы, год от года становится всё меньше, в Котловке тем не менее насчитывается немало – 372 человека, трое из них перешагнули 100-летний рубеж.

Котловские ветераны не только не стареют душой, но и не оставляют активную общественную работу.

«Конечно, важная часть нашей работы – уроки мужества в школах, другие мероприятия для детей, – добавил председатель. – Эта работа не прекращается весь учебный год».

Когда Борис Викторovich упоминает о работе с детьми, чувствуется, что эта тема его очень волнует. Видно, о войне он знает очень много, говорить может долго.

Председатель совета ветеранов поделился планами на ближайшее время.

«Работы предстоит много, – говорит Борис Викторovich. – Ближайшее мероприятие – поездка в Сергиев Посад 2 ноября. Наш юго-западный округ будет в этом году представлять Москву на мероприятиях, посвящённых обороне столицы. Это делегация из ветеранов, участников войны, тружеников тыла, школьников, кадетов, сотрудников управ, префектуры. Возложим цветы, примем участие в мемориальных мероприятиях, пообщаемся с нашими подмосковными товарищами, местной властью. Расскажем ребятам из Подмосковья о войне».

Также планируют издать книгу о наших районных героях – ветеранах Великой Отечественной войны.

Ян Павлов

ФОТОФАКТ



Котловские сумерки. Если хотите, чтобы соседи видели ваши снимки, присылайте их в районный паблик ВКонтате – vk.com/kotloveka. Автор фото: Ксения Рощина.

В Котловке пройдёт акция по борьбе с раком груди

Врачи района призывают обратить внимание на такое опасное, но распространённое заболевание, как рак груди. Важно регулярно проводить диагностику, чтобы поймать заболевание на ранней стадии.

Сейчас во многих поликлиниках Москвы проходит бесплатная диагностика груди. Обследования будут проводиться до 3 ноября. Жительниц Котловки ждут в поликлинике № 22 в филиале № 4 по адресу: ул. Ремизова, д. 6.

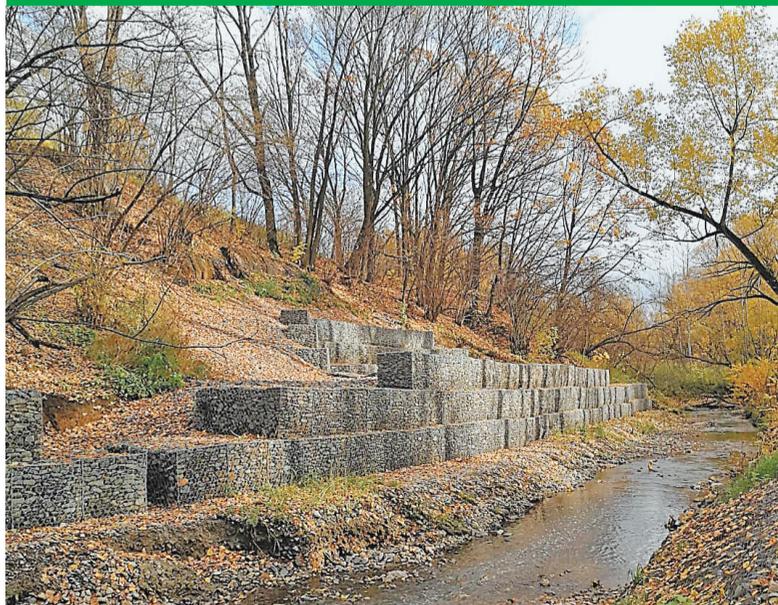
«Начиная с 18 лет представительницам прекрасного пола необходимо проводить диагностику молочной железы не реже чем один раз в два года. Это позволит выявить злокачественные и доброкачественные новообразования на ранней стадии, что повышает шанс на полное излечение», – отметил **руководитель отделения хирургии и реконструкции молочной железы МКНЦ им. Логина ДЗМ Гурам Кветенадзе**.

Женщинам с 18 до 39 лет предлагается пройти ультразвуковое обследование, а дамам старше 40 – маммографию. Врачи будут принимать по единому графику в выходные дни: по субботам – с 9.00 до 18.00 и по воскресеньям – с 9.00 до 15.00. Предварительно нужно записаться по телефону. Пациентки смогут пройти консультацию у врачей, а при выявлении каких-либо патологий получить направление на дальнейшее обследование.

С полным списком мероприятий, приуроченных к Дню борьбы против рака груди, можно ознакомиться на сайте mosgorzdrav.ru/rmj.

Повышение качества медицинского обслуживания входит в концепцию программы «Мой район».

ФОТОФАКТ



Долина реки Коршунихи преобразилась. Фото разместили в группе района в соцсети ВКонтате – vk.com/kotloveka. Автор фото: [kopylova_nata](https://vk.com/kopylova_nata).

Какие мероприятия в ЦСО вам были бы интереснее?

Участники районного паблика выбирали, какие досуговые мероприятия стоит добавить.



Опрос проведён в соцсети ВКонтате, группа района – vk.com/kotloveka.

Проголосовал 101 человек.

Точный удар

В Котловке открылась секция бильярда для пенсионеров

В новом сезоне список занятий по проекту «Московское долголетие», проходящих в Котловке, существенно пополнился. Добавилось немало спортивных направлений. Одно из них – бильярд. Об особенностях обучения этому виду спорта корреспонденту газеты «Мой район» рассказала руководитель и главный тренер школы бильярда Pool School Татьяна Львова.



руководитель и главный тренер школы бильярда Pool School Татьяна Львова.

Бильярд – безопасно и полезно

«Бильярд – спорт спокойный, безопасный, интеллигентный, – для молодых людей в самый раз, – говорит Татьяна. – При этом его любят люди всех возрастов».

По словам тренера, главная цель обучения пенсионеров – сделать бильярд семейным спортом. Сперва втянутся бабушки и дедушки, потом привлекут к игре детей и внуков. И такой семейный досуг поможет сплочению семей.

«Противопоказаний к занятиям нет, играть могут почти все, – продолжает Львова. – Конечно, есть инструктаж по технике безопасности. Он в основном касается обра-



Треть занимающихся в новом кружке – мужчины.

Фото: Павел Горбатко

Создание благоприятных условий для занятий творчеством и спортом входит в концепцию программы «Мой район»

ния с кием, перемещения с ним по залу. Важно никого не задеть, не ткнуть».

Тренер уверена, что занятия бильярдом полезны для мозга и тела. По её словам, эта игра тренирует мышление и способствует развитию моторики рук. Есть и неочевидные плюсы. Например, ходьба вокруг стола, наклоны – тоже своеобразные упражнения, приносящие пользу здоровью.

Татьяна Львова предупредила, что при кажущейся внешней лёгкости бильярд – занятие не самое простое.

«Некоторые думают, что сложного: бей по шарам – и все дела, – говорит тренер. – Но первый запал проходит сразу после того, как берётся кий. Оказывается, даже это – правильно его держать – требует знаний. Ударить правильно – тоже нужна сноровка. Поэтому первые занятия посвящены самым элементарным азам.

А вы как проводите время? Звоните: +7 (495) 646 57 57

Мы всему научим. Приходите заниматься, не стесняйтесь».

Второй раз – в бильярдный класс

Своими впечатлениями о первых занятиях поделилась жительница района, пенсионерка Надежда Кургачева: «Давно хотела научиться играть в бильярд. Но всё не было времени: то одно, то другое. А когда вышла на пенсию, наконец-то нашла время для занятий. Узнала о «Московском долголетии» – это замечательный проект. Он помогает пенсионером развиваться и заниматься любимым делом. По бильярду прошло всего два занятия. Сначала нас ввели в курс дела, рассказали об этом замечательном спорте. Научили держать кий. В общем, делаем первые шаги. Надеюсь, всё ещё впереди. Заниматься очень нравится, тренеры прекрасные. Преподаёт нам замечательный Дмитрий. Татьяна –



района, пенсионерка Надежда Кургачева: «Давно хотела научиться играть в бильярд. Но всё не было времени: то одно, то другое. А когда вышла на пенсию, наконец-то нашла время для занятий. Узнала о «Московском долголетии» – это замечательный проект. Он помогает пенсионером развиваться и заниматься любимым делом. По бильярду прошло всего два занятия. Сначала нас ввели в курс дела, рассказали об этом замечательном спорте. Научили держать кий. В общем, делаем первые шаги. Надеюсь, всё ещё впереди. Заниматься очень нравится, тренеры прекрасные. Преподаёт нам замечательный Дмитрий. Татьяна –

руководитель школы и хороший тренер – тоже делится опытом».

Занятия по бильярду для пенсионеров Котловки проходят в спорткомлексе «Кант» по адресу: Элетролитный пр-д, д. 7. Тренировки проходят по вторникам и четвергам.

Добавим, что записаться на занятия «Московского долголетия» могут все московские пенсионеры в районном цент-

ре соцобслуживания (ТЦСО). Для этого нужно прийти туда с паспортом и СНИЛС. Справки по телефонам: +7 (499) 613-35-15, +7 (499) 789-15-16.

Егор Котов

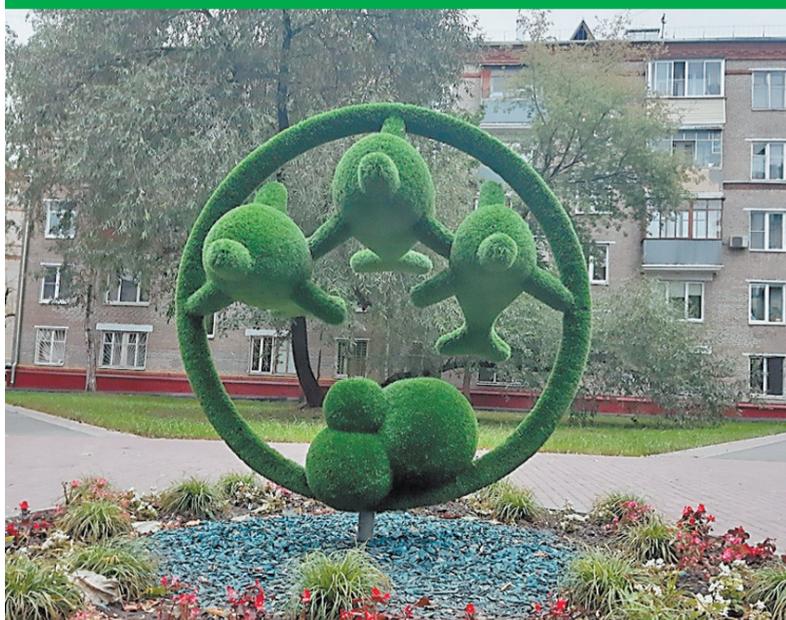
Какие направления, на ваш взгляд, стоит добавить в список?

В новом сезоне «Московского долголетия» открылись новые кружки. Много спортивных, чтобы привлечь мужчин. А чего ещё не хватает, спросили участников районного паблика.



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

ФОТОФАКТ



Котловские дельфины. Фото из группы района в соцсети ВКонтакте – vk.com/kotloveka. Делитесь с соседями своими фотонаблюдениями из жизни района или местными пейзажами. Автор фото: Светлана Есенина.

В образовательном комплексе «Юго-Запад» открылась студия керамики

Создание возможностей для всех детей Москвы реализовать свои таланты и способности, а также заниматься хобби недалеко от дома – одна из составляющих программы «Мой район». В Котловке открылся кружок «Особая керамика». Занятия проходят в районном отделении Образовательного комплекса «Юго-Запад» (ул. Большая Черёмушкинская, д. 17А). Записаться в кружок может каждый желающий. Как разъяснили в комплексе, на уроках «Особой керамики» ребятам расскажут об основных приёмах ручной лепки, научат пользоваться гончарным кругом и другим оборудованием мастерской художника-керамиста. Ученики будут расписывать изготовленные ими работы разными красками: гуашью, акрилом, специальной глазурью.

Обучать будут постепенно: сначала – простым навыкам и техникам, потом – более сложным. Первое время дети смогут мастерить небольшие декоративные поделки, позже – посуду.

Подробности о кружке можно узнать по телефону: 8 (499) 127-10-03. Добавим, что в образовательном комплексе постоянно работает большое количество кружков и студий. На бюджетной основе проходят занятия в изостудии, вокальной

Фото: o-keramika.ru



Сначала на занятиях в кружке будут мастерить декоративные безделушки из глины, а потом перейдут к посуде.

студии, студии фехтования, музыкальном кружке для малышей, современными танцами.

Записаться на все занятия можно на портале mos.ru.

«Здесь хочется жить и творить»

Певец Дмитрий Нестеров – о том, как хорошо сочиняются песни в районном парке на лавочке

А вы знаете, что в Котловке живёт Дмитрий Нестеров – известный певец, автор песен, участник телепроекта «Голос», посол доброй воли «Мосволонтер» Правительства Москвы? Дмитрий рассказал корреспонденту газеты «Мой район» о жизни в любимом с детства районе.

«С детства знаю все закутки Котловки»

– Дмитрий, по-вашему, как влияет на мироощущение место, где живёшь?



Маленький Русик дал старт флешмобу «Я учусь видеть душу», который поддержал Дмитрий.

– Влияет, и очень сильно. Мне есть с чем сравнить мою Москву – только в октябре я летал в Нальчик, Краснодар и Сургут, ездю по стране и миру регулярно и часто.

И всегда хочу скорее вернуться в родной город – лучший город земли, – и в любимую

многими поколениями моей семьи Котловку. Здесь родилась и жила моя бабушка, и я с детства знаю все закутки Котловки. С юных лет рыбачил на нашей речке, ловил там карасей на червя, а рядом со мной всегда сидели несколько кошек, которым я отдавал весь свой улов.

Сегодня одно из самых любимых мест в районе – белокаменный храм Евфросиньи Московской в старорусском стиле – это моё место силы! Вокруг храма много зелени и царит благостная атмосфера. Я всегда покупаю свежий хлеб в церковной лавке на территории храма. Мне кажется, что там самый вкусный хлеб в Москве, советую вам тоже попробовать. Внутри церкви всё очень торжественно, золочёный иконостас сразу привлекает внимание, напротив входа стоит главная святыня – чудотворная икона преподобной Евфросиньи. Вокруг чудотворной иконы лежат цепочки и браслеты, которые оставляют здесь те, чьи молитвы были услышаны. Это говорит о народной любви, о том, что икона действительно помогает людям. Много лет я посещаю церковь и каждый раз открываю что-то новое для себя в её убранстве, а у иконы Преподобной Евфросиньи всегда молю о здоровье моих родителей.

В Котловке я ощущаю себя дома. Мне тут спокойно, радостно, здесь хочется жить и творить. Кстати, песню «Сердце скажет: «Стоп!» я сочинил, сидя на лавочке под моим любимым раскидистым деревом в нашем парке. Премьера клипа на эту песню состоится зимой 2019-го, хотя съёмки

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

были более трёх лет назад. Сегодня я регулярно даю сольные концерты в моём любимом районе. Здорово, что в Котловке проводится большое количество благотворительных и культурно-просветительских мероприятий, в которых я активно принимаю участие.



На прогулке с любимой собакой возле родного дома.

«Мне снова 18»

– В каких именно мероприятиях принимали участие в последнее время?

– В октябре пел у нас на открытой сцене для ветеранов, учителей и школьников района Котловка. А в финале концерта состоялся флешмоб «Мне снова 18» с участниками программы «Активное долголетие» – счастлив, что мои песни так нравятся моим соседям по району.

Весной я участвовал в международном конкурсе «Московская Весна A Cappella» и выиграл приз зрительских симпатий! Любовь Казарновская сказала массу приятных слов и вручила сертификат! А условия конкурса простые – дать десять получасовых концертов а капелло (без музыкального сопровождения). – **Ред.** в нескольких районах Москвы. Самый необычный концерт я дал на балконе гостиницы Savoy. Сложность в том, что зрителей я должен был привлечь своим вокальным искусством и умением удержать аудиторию. В Котловке меня принимали идеально, я собрал более 100



Храм Евфросиньи Московской – одно из любимых мест в районе и моё место силы!

человек перед сценой, и все вместе мы пели народные мелодии, песни военных лет и даже гимн Москвы. Теперь соседи регулярно интересуются, когда я буду давать концерт в нашем районе. Кстати, участие в конкурсе бесплатное, я всем советую принять участие в конкурсе «Московская Весна A Cappella 2020».

Сейчас я готовлюсь к премьере клипа в дуэте с Валерием Сюткиным. Мы создали аранжировку к его песне «Я то, что надо». Валерий спел припев без музыкального сопровождения, а я своим голосом изобразил музыкальные инструменты. Осенью состоится премьера клипа, которую я собираюсь устроить в досуговом центре «Котловка».

Также регулярно веду в районе мероприятия, связанные с поиском дома для бездомных кошек и собак. Это очень действенно, за одну такую акцию можно пристроить до 50 животных. Спасибо всем тем, кто помогает людям и животным! Однажды, выходя из метро «Нахимовский проспект», заметил, что по улице бежит здоровый пёс, похо-

жий на овчарку, и всматривается в лица проходящих людей. Я тщетно пробовал найти его прежних хозяев и был готов оставить собаку у себя, но моя подруга попросила отдать его ей, так как пёс ей сильно приглянулся. И теперь три года они счастливы вместе.

Поэтому хочу обратиться к нашим жителям. Если вы увидите животное в беде, помогите – для вас это не будет стоить ничего, но жизнь этого существа изменится в лучшую сторону!

Написал гимн волонтеров

– Дмитрий, расскажите подробнее о вашей волонтерской деятельности, пожалуйста.

– Много лет занимаюсь добровольчеством, я помогаю людям и животным, написал официальный гимн волонтеров Москвы. Уже три года даю благотворительные концерты в хосписе № 5. Более 9 лет даю концерты, организую благотворительные акции в онкоцентрах, домах престарелых, домах для детей-сирот, СИЗО и в приютах для животных.

– Вы в этом районе выросли, здесь живёт ваша родня. Продолжите фразу: для меня Котловка – это...

– Место силы, родные места и душевное спокойствие. Я здесь хочу жить всегда.

Ольга Шаблинская

Фото: личный архив Д. Нестерова



Фотографии на фоне Котловки всегда получаются выигрышными, считает певец.

В вашем доме поселился замечательный сосед? Мы расскажем о нём нашим читателям. Звоните +7 (495) 646 57 57

