

«Мой район» – это не только благоустройство, это ещё и качественная инфраструктура, в том числе поликлиники, школы, библиотеки».

Сергей Собянин, мэр Москвы



С. 2

СЕГОДНЯ
В РАЙОНЕ
РАБОТАЮТ

18

ДЕТСАДОВ

АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ

(495) 646-57-57

БЛАГОУСТРОЕНО

218

ДВОРОВ
В РАЙОНЕ
ФИЛИ-
ДАВЫДКОВО
С 2010 ГОДА



Преподаватель студии Persona Кристина Саврухина с воспитанницами на очередном занятии. Фото: Татьяна Безруких.

В ФИЛЯХ-
ДАВЫДКОВЕ ЖИВУТ

115 тыс.

ЧЕЛОВЕК –
КАК В РАМЕНСКОМ
ИЛИ БАТАЙСКЕ

ТОЧКИ ПРИТЯЖЕНИЯ

НАСТОЯЩИЕ ЛЕДИ:

КУЛЬТУРНАЯ СТУДИЯ
В РАЙОНЕ УЧИТ ДЕТЕЙ
ДЕРЖАТЬ ОСАНКУ
И СОБЛЮДАТЬ ЭТИКЕТ

С. 7

БЛАГОУСТРОЙСТВО

В районе строится
станция электричек
Славянский бульвар



фото: odintsovo.info

С. 3

РАЙОННЫЙ УРОВЕНЬ

Жители Филей-
Давыдкова решают,
как улучшить
Мазилковский пруд



фото: Арсений Костерин

С. 5

РЯДОМ С ДОМОМ

На Кутузовском просп.,
д. 71, можно сдать
нормы ГТО



фото: Татьяна Безруких

С. 6



Фото: Татьяна Безружих

Мой дом – Фили-Давыдково

Город ждёт ваши идеи. Предлагайте

Территория Филей-Давыдково
может стать ещё лучше благодаря программе «Мой район».

Что вы считаете домом? Наверняка первая ассоциация будет со своей квартирой и семьёй. А о своём районе вы так можете подумать? Он же тоже ваш «дом»!

Мы часто слышим, как люди говорят: «Обожаю Москву! Это действительно мой город!» В этом случае речь идёт не только о старинных улицах в центре столицы, известных во всём мире достопримечательностях и любимых театрах, но и о школе, в которую ходили сами или ходят дети, о соседнем парке, где гуляли в детстве, о привычном виде из окна с пышной сиренью у подъезда, о булочной в двух кварталах от дома, где всегда свежая выпечка и вкусный кофе, а по вечерам испечённый утором хлеб продают со скидкой.

Всё это малая родина, или мой район. Такое же название у программы, которая недавно заработала в столице. Цель её проста – сделать жилые кварталы любого района настоящим домом для всех его жителей.

Об этом говорит и мэр Москвы **Сергей Собянин**: «Мой район» – это не только благоустройство, это ещё и качественная

инфраструктура, в том числе поликлиники, школы – обычные и музыкальные, библиотеки. Конечно, очень хорошо, что в каком-то районе есть парк. Но человек выходит из подъезда в свой двор, идёт по пешеходной дорожке, доходит до автобусной остановки, едет на работу, возвращается обратно, идёт в поликлинику, к школе, и ощущение его района, вообще комфорта, совсем другое, если в его районе нет парка, любимого места отдыха большинства жителей. Надо посмотреть в комплексе на район, посмотреть все связи внутрирайонные и, посоветовавшись с жителями, переосмыслить пространство, добавив в него недостающее».



А теперь самое интересное. Вы готовы осмысливать окружающее вас пространство вместе со специалистами? С архитекторами, градостроителями, транспортными экспертами?

Предлагать свои идеи, объяснять, почему пешеходную дорожку надо сделать именно здесь, а не в 300 метрах левее? Людей, искренне болеющих за родной район, действительно много! И с каждым днём становится больше. Ведь активная жизненная позиция по, казалось бы, «местечковому вопросу» – норма современного общества и полезная привычка.

Да, в масштабах всего города обустройство дополнительной автобусной остановки выглядит не очень существенно. А вот для нескольких сот москвичей конкретного микрорайона это крайне важно. Особенно если в семье маленькие дети или такое состояние здоровья пожилых, что пешие прогулки затруднительны. Достаточно решить эту «мелочь», и исчезнет та самая заноза, которая портит настроение. И, кстати, мелочей в **программе «Мой район»** не бывает.

Эксперты могут рассчитать с помощью компьютерных программ самые рациональные маршруты общественного транспорта, самое удобное место под будущую поликлинику или детсад. Но пользоваться

этим благами городской цивилизации станут все москвичи. Мы с вами. Поэтому чем больше жителей будет вовлечено в реализацию **программы «Мой район»**, тем быстрее жилые кварталы перестанут быть спальными. Давайте сделаем окружающее нас пространство домом, в котором приятно жить, за которым хочется ухаживать, куда здорово приглашать гостей.

Конечно, тут есть один нюанс. Включаясь в бурную общественную жизнь, стоит помнить о том, что у каждого свой интерес и свои представления о том, что хорошо для района. Это на даче только от вас зависит, посадить бегонию или картошку. В случае с целым районом желательность исходить из интересов большинства жителей. Ведь невозможно открыть государственные центры досуга на каждом углу. А вот поселить их по таким адресам, куда удобно добираться общественным транспортом и пешком, вполне реально.

Нам придётся договариваться, идти на уступки, учиться уважать мнение окружающих. Но именно так и поступают в «хороших домах», не так ли?

Редакция «АиФ»

Живая энциклопедия каждого района

На официальном сайте мэра Москвы появился раздел, полностью посвящённый **программе «Мой район»**. Вот как рассказывает о нововведении **Сергей Собянин**: «За кажущейся простотой стоят огромные массивы информации. Потому что одного интересует, что будет происходить со школой, куда ходит ребёнок. Другому важно, что будет с близлежащим парком. Третьему нужна хорошая велодорожка. По сути дела, это информация обо всех аспектах нашей жизни. Раздел на mos.ru состоит из интерактивного «кубика Рубика», эта живая модель будет постоянно развиваться и наполняться. Многие работы уже ведутся под эгидой «Моего района» – с точки зрения комплексности его развития. На самой платформе есть специальный раздел, где граждане могут сказать: а вот эта информация неправильная, а здесь хорошо бы запланировать такой объект. То есть москвичи должны быть вовлечены в процесс улучшения своей жизни, всего, что их окружает. Это важная история, чтобы на этой площадке аккумулировался поток идей, замечаний и предложений. Это позволит нам работать с учётом мнения жителей».

Ищите подробности
программы «Мой район»
на mos.ru



Фото: Юрий Трубинов

В новый раздел на mos.ru уже загружено немало интересного. Например, здесь можно найти карту с точными адресами стартовых площадок реновации района Фили-Давыдково. И, как показывает карта, таких площадок будет семь. А в разделе «Качество» вы можете найти адрес каждой территории, где идут работы по благоустройству, где посадят новые деревья или где найдётся ближайший к вам спортивные объекты. Каждый проект можно изучить в деталях.

Заходите в раздел и выясните, что будет сделано в этом году рядом с вашим домом по **программе «Мой район»**.

- 1 Зайдите на сайт **ag.mos.ru** или скачайте мобильное приложение
App Store
Google Play
Windows Phone

- 2 Зарегистрируйтесь, введя номер мобильного телефона

Как
поучаствовать
в голосованиях
на портале
«Активный
гражданин»

Вы сможете
участвовать
в голосованиях
на городские темы

За четыре года было
проведено более
3600 голосований.
Сегодня на портале
зарегистрировано
более **2,5 млн**
участников

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

С электрички – сразу в метро

Новая ж/д остановка появится между станциями Фили и Кунцево-1

На Белорусском железнодорожном направлении, где пройдёт линия МЦД-1 Одинцово – Лобня, в районе Фили-Давыдково появится новая станция – Славянский бульвар. Она будет находиться между станциями Фили и Кунцево-1.

По проекту, заложенному в программу «Мой район», на остановке будет две платформы с навесами от дождя и снега. Рельсы проложат справа и слева от перрона. Остановка станет четвёртой на пути от Белорусского вокзала до станции Кунцево-1.

Кроме того, на Московском центральном диаметре (МЦД-1) появится восемь дополнительных поездов, соединяющих Москву и Одинцово.

Все изменения сделают дорогу для жителей ближнего Подмосковья в Москву короче.

«Я так понимаю, что новая остановка будет связана с метро. Это значит, когда я поеду от родителей, живущих в области, в Москву, мне не придётся доезжать до вокзала. А можно будет сэкономить время и сразу спуститься в подземку», – говорит **жительница района Екатерина Агафонова**.

Действительно, в планах – связать железнодорожную остановку Славянский бульвар с одноимённой станцией Арбатско-Покровской линии. Пассажиры смогут пересеживаться с электрички на поезда метро, не выходя на улицу.

Открыть новую платформу планируется либо в конце этого года, либо в начале следующего. Совершенствование и развитие транспортной инфраструктуры ведётся в рамках программы «Мой район».



Так будет выглядеть новая железнодорожная платформа Славянский бульвар. Внутри – пересадочный узел метро.

Фото: odintsovo.info



А ЕЩЁ

На 80% готов участок новой открытой линии Московского метрополитена – Большой кольцевой линии (БКЛ). Он пройдёт и через район Фили-Давыдково, где должен разгрузить транспортный поток. Новый отрезок большого радиуса метро позволит жителям перемещаться из района в район, минуя центр. По программе «Мой район» новые станции БКЛ будут введены уже в 2020 году. Ближайшими к району Фили-Давыдково станут «Давыдково» и «Можайская».

Новая ж/д платформа должна появиться в районе к запуску МЦД-1. Схема новой пригородной ветки – на иллюстрации.

ЗА ЧТО Я ЛЮБЛЮ ФИЛИ-ДАВИДКОВО?



ГАЛИНА АНДРЕЕВА, местная жительница

– Всю жизнь прожила в этом районе. Люблю его и все. Был период, когда пришлось переместиться на Юг столицы. Но долго там находиться не смогла, тянуло сюда, в Фили... В итоге продала там квартиру и приобрела здесь. В этой районе мне комфортно и спокойно, я здесь действительно дома.

Он очень удобен с точки зрения транспорта. Если выйти на Кутузовский проспект к улице Ватутина, то можно уехать во все четыре стороны очень быстро. По крайней мере я и десяти минут не стою на остановке.

А с появлением МЦК и в нашей стороне вообще ситуация изменилась. Активно начала пользоваться новыми линиями, когда поняла, что раньше нужно было в метро сделать два перехода, чтобы доехать, а теперь – сел на МЦК, проехал 15 минут и ты на месте.

Есть мнение? Пишите нам info@aif.ru

+7 (495) 646 57 57

Говоришь «Славянский бульвар» – подразумеваешь «Океания»

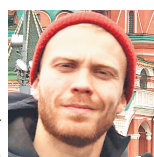


Яндекс представил альтернативную карту Московского метрополитена, переименовав станции метро по центрам притяжения – названиям парков, музеев, торговых площадок и прочих самых посещаемых мест.

Станции метро района Фили-Давыдково «Кунцевская» и «Славянский бульвар» стали «Кутузов Тауэр» и «Океания». Первая получила такое название из-за расположенного рядом бизнес-центра, вторая – по названию ТЦ. Были и другие варианты. «Кунцевская» могла стать «Городской клинической больницей им. М. Е. Жадкевича», а «Славянский бульвар» – ТЦ «Времена года» и деловым центром «Верейская Плаза».

«Если бы я выбирал, то тоже остановился бы на «Океании». Там можно найти одежду по демократичным ценам, все мои друзья ходят в этот ТЦ», – рассказывает **житель района Владислав Ячменёв**.

Чтобы составить такую схему, сотрудники Яндекса проанализировали запросы, которые чаще всего пользователи гаджетов отправляли у станций метро.



ФОТОФАКТ



Так раньше выглядел овраг в деревне Мазилово. Сейчас именно в этом месте проходит ветка метро от станции «Пионерская» до «Кунцевской». Фотография взята из паблика района vk.com/filidav. Здесь свои интересные архивные кадры может опубликовать каждый местный житель.

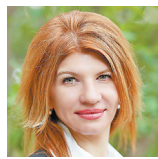
Палки в руки

Попробовать себя в скандинавской ходьбе «долголеты» могут у Кременчугского сквера

Провести свой досуг пенсионеры района могут на занятиях программы «Московское долголетие». Корреспондент газеты «Мой район» сходил на тренировку по скандинавской ходьбе.

По следам лыжников

Занятия начинаются в 11 утра в пятницу. Но «долголеты» собираются перед зданием филиала ТЦСО «Фили-Давыдково» (ул. Артамонова, д. 6, корп. 2) заранее. «Встречаемся в 9 утра, разминаемся, а уже потом берёмся за палки, — объясняет **главный специалист** отдела социальных коммуникаций и активного долголетия **Надежда Филюшкина**. — Утренние занятия дают силы на целый день». Тренера спортсмены-«долголеты» слушают безоговорочно — он профессионал, сотрудник Центра физкультуры и спорта. Объясняет: «Если упустить какое-то замечание или объяснение техники, можно получить травму. А значит, выпасть из нашего расписания на несколько дней».



Скандинавская ходьба появилась в 1940-е годы в Финляндии: местные лыжники придумали её, стремясь поддерживать форму вне сезона. По сути, это лечебная физкультура. С 1988 года спортсмены используют специальные — а не лыжные — палки, они намного тяжелее и короче. Особая техника ходьбы напрягает не только мышцы ног, но и верхней половины корпуса. Даже если человек никогда не занимался

скандинавской ходьбой, в группах «Московского долголетия» его быстро научат. Всё оборудование выдают — покупать ничего не нужно.

Переезжаем к реке

Маршрут у «долголетов» не длинный — несколько кругов в обновлённом Кременчугском сквере. «Раньше ходьбой занималась сама, — рассказывает **жительница Филей и участница программы «Московское долголетие» Юлия Тимошенко**, — а потом узнала, что здесь можно тренироваться под руко-

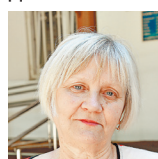


Фото: Татьяна Безруких

Создание условий для занятий спортом и отдыха — одно из направлений программы «Мой район».

водством инструктора. Решила присоединиться к программе. Приезжаю на это занятие всегда, даже если нахожусь на даче в часе езды от дома. Ходьба разминает всё тело — потом столько энергии появляется!»

Занятия проходят, даже если на улице стоит 30-градусная жара, как сегодня. «В солнечные дни переносим «скандинавов» в район реки Сходни, — добавляет Филюшкина. — Во время физических занятий людям

КСТАТИ

Для занятий нужна справка по форме 073у. Чтобы стать участником «Московского долголетия», жителям Филей-Давыдково, находящимся на пенсии и имеющим московскую прописку, надо позвонить по тел. +7 (499) 233-25-57.

старшего возраста может стать плохо, особенно в жару, поэтому у нас всегда дежурит врач. Участники об этом знают — им так спокойнее».

Анна Цветкова

ТЕХНИКА ХОДЬБЫ С ПАЛКАМИ: ГЛАВНЫЕ ОШИБКИ

Ошибка № 1

Делая шаг левой ногой, отталкиваться левой рукой.
Шагает правая нога, впереди левая рука.



Ошибка № 2

Идти лыжной походкой: скользким, твёрдым шагом.
Идти нужно спокойным, мягким шагом, как при обычной ходьбе. Важно соблюдать скорость.



Ошибка № 3

Ставить палки перед собой, опираясь на них.
В скандинавской ходьбе палки служат не для того, чтобы опираться на них, а чтобы отталкиваться ими. Поэтому они должны быть сзади.



Ошибка № 4

Идти, сгибая руки в локтях.
Всё движение — от плеча. Рука с палкой идёт вперёд и в локте не сгибается!



Ошибка № 5

Держать палку в руке незафиксированной.



Как правильно



На палках есть специальные перчатки для левой и правой руки с отверстиями для большого пальца и остальной кисти.



Ошибка № 6
Просто махать палками, но не отталкиваться ими.



Активно работайте руками, половину веса переносите на палки.



Ошибка № 7
Делать маленький мах рукой.



Чтобы сделать правильное движение, представьте, что тянете руку ребёнку для рукопожатия.



Ошибка № 8
Не контролировать движение палок: раскидывать их.



Руки с палками должны ходить ровно, как по рельсам, проходя вплотную к бёдрам.



На велосипеде по Кременчугскому скверу

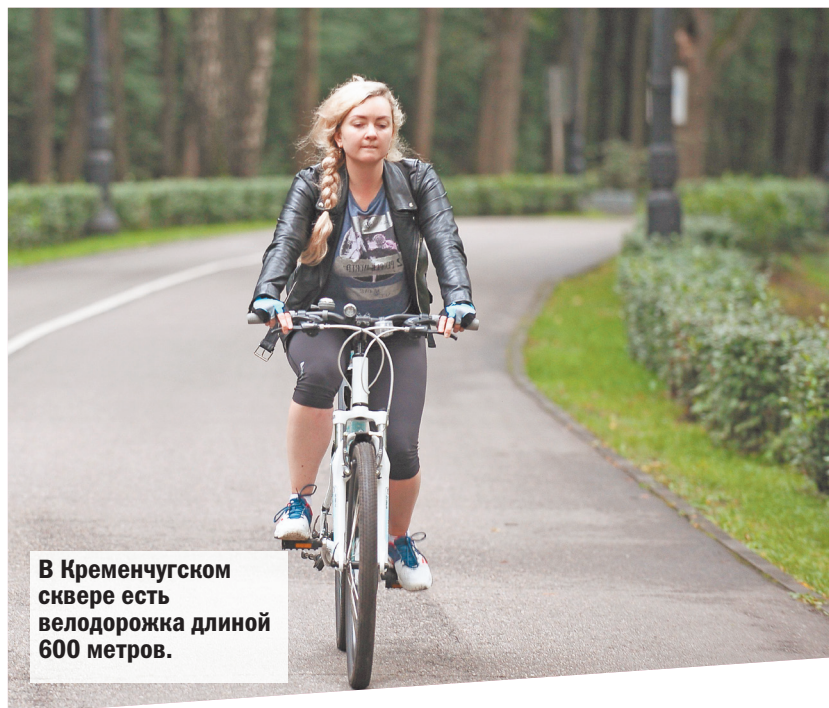


Фото: Александр Авиллов/АНГ «Москва»

В Кременчугском сквере есть велодорожка длиной 600 метров.

К началу летнего сезона в третьем по популярности парке района Фили-Давыдково появилась обустроенная велосипедная дорожка. Её протяжённость составила 600 метров, а ширина — 2 метра. Предназначена она для катания и детей, и взрослых.

Кроме того, для безопасного перемещения по скверу ночью было установлено дополнительное освещение по периметру и обновлены лавочки.

Кстати, сами жители района оставили в социальных сетях пожелания, что хотели бы видеть в сквере ещё и световую иллюминацию деревьев, как это уже было сделано в рамках программы «Мой район» в крупных столичных парках.



Какие культурные центры посещаете?

Клуб «Фили-Давыдково»	43,48%
Центр «Огонёк»	21,74%
Галерею XXI	13,04%
Клуб «Поколение»	4,35%
Центр «Резонанс»	0%
Все варианты	17,39%

Опрос проведён в соцсети ВКонтакте, публик района vk.com/filidav.

На пруду построят пляж?

Жители района обсудили, как лучше благоустроить Мазилковский пруд

Мазилковский пруд, согласно опросу жителей Фили-Давыдково, проведённому в паблике района ВКонтакте (vk.com/filidav), стал самой посещаемой зелёной зоной района. Именно его назвали самым любимым большинство жителей района.

В рамках программы «Мой район» его собираются благоустроить в течение ближайших трёх лет, чтобы сделать комфортнее для жителей.

Среди ожидаемых изменений: вокруг водоёма проложат прогулочные дорожки, почистят береговую линию и дно пруда. В том же паблике района ВКонтакте развернулась дискуссия, что ещё нужно сделать на пруду.

Добавить бассейн и катамараны

Пожелания участников группы продиктованы 30-градусной жарой: открыть купальню с чистой водой предложил **местный житель Дмитрий Бебедин**. Пока пруд предназначен только для рыбалки (местные жители ловят здесь уклейку,

Мазилковский пруд, по опросам жителей района, стал самым посещаемым местом Фили-Давыдково.

фото: Арсений Костерин

«На пруду нужно поставить урны с пакетиками, чтобы собачники не забывали убирать за своими питомцами».

Ольга Гусева, жительница района

окуня и карася), но никак не для плавания. Идею сделать из пруда полноценную пляжную зону поддержали остальные участники дискуссии. Так, **житель района Дмитрию Волкову** хочется увидеть на воде катамараны и лодки. Впрочем, как вспомнила **местная жительница Ольга Гусева**, они были на Мазилковском пруду в 80-х годах и пользова-

лись спросом. С ней согласился **пользователь Иван Романович**.

Наказание за мусор

Не осталась без внимания и «мусорная» тема. Одни, в частности **участник паблика Виталий Сергеевич**, предлагают за оставленный на пруду мусор брать штраф. Другие, как **Ольга Гусева**, считают, что нужно хотя бы поставить специальные урны

с пакетиками — для уборки за питомцами.

Убирать за собой мусор на своей странице в Фейсбуке призвал и **замглавы управы района Фили-Давыдково Александр Анищенко**: «Просим соблюдать чистоту и порядок в местах отдыха района — долине реки Сетунь и Мазилковском пруду. Напоминаю, что повреждение газонов, мусор в местах несанкционированных пикников влекут за собой штраф: для граждан — от 3 до 4 тыс. рублей, для должностных лиц — от 20 до 30 тыс.».

Анищенко подчеркнул, что периодически зелёные зоны района будет обходить специальный пеший патруль, чтобы отслеживать нарушителей.

Анна Киселёва



МАКСИМ НАУМЕНКО, местный житель:

— Я родился и вырос в этом районе. Никогда не было желания переехать в другое место, например, поближе к центру. Тут всё знакомое и всё родное.

Обожаю наш Мазилковский пруд: там всегда много рыбаков, думаю даже, не попробовать ли к ним присоединиться. Люблю гулять в долине реки Сетунь. Это ведь здорово, что можно оказаться на природе, не выезжая из города. Ощущения как на даче. Там чистый воздух, не чувствуется загазованности, можно посидеть в тишине — после работы и занятий спортом мне это порой очень нужно.

Мои соседи устраивают в долине реки Сетунь весёлые пикники с холодными закусками и настольными играми — классно и детям, и взрослым. Или просто выходят полежать с книгой на пледах.

Когда будет побольше времени, я тоже обязательно это сделаю — говорят, один день такого ничегонеделания заменяет недельный отпуск.

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

В районе проходит «Московская смена»



Физрук Иван Артёмов проводит 10-минутную зарядку для детей во дворе школы.

фото: Татьяна Безруких

На открытии «Московской смены» в школе № 1248 (Славянский бульвар, д. 11, корп. 3) побывал корреспондент газеты «Мой район. Фили-Давыдково».

В 9 утра двор школы наполнен учениками разных возрастов. Но ровно в 9.15 все разговоры по команде преподавателя физкультуры прекращаются — зарядка. «Мы выделяем 10 минут на утреннюю разминку, — объясняет **координатор Московской образовательной смены в школе № 1248 Елена Борисова**. — Несмотря на то что смена напоминает летний лагерь, наши занятия всё-таки нацелены на образование. Правда, классические уроки мы превратили в игру».

Так, чтобы узнать о жизни и творчестве Александра Пушкина, дети из младшей группы отправились в библиотеку № 206 им. Забелина (Кременчугская ул., корп. 6). Там они увидели представление, собранное из сказок поэта. «Для старших у нас есть квесты и игры по литературе, технологиям и пр.», —

«С этого года «Московская смена» стала постоянной программой бесплатного отдыха школьников в городе».

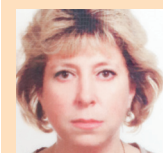
Сергей Собянин, ТВ Центр, «Наш город. Диалог с мэром»

добавляет Елена Борисова. Есть и профилактические занятия. Для младших школьников — лекции о кибербезопасности, для старших — о вреде табакокурения. «Детям объясняют, как меняется работа организма, если человек курит», — говорит Е. Борисова.

«Мы ходим на занятия смены 4 года подряд. Я знаю, у дочери будет нескучный досуг, и этот месяц она проведёт с пользой», — говорит **жительница района Елена Дедюк**.

Анна Евсюкова

МНЕНИЕ



ТАТЬЯНА ЗАХАРОВА, жительница района Фили-Давыдково:

— Московская смена — это наше с мужем спасение. Мы оба работаем, бабушек и дедушек для помощи с ребёнком нет. Поэтому, как только узнали, что можно сюда отправить дочь, сразу подали заявку. И сейчас понимаем, что это лучшее решение. Ребёнок с первого дня включился в занятия. Здесь она работает и руками, к примеру, на лепке, и головой — на конкурсах по математике. Можно восполнить все школьные пробелы за один летний месяц. Детей кормят три раза, с ними гуляют — мы точно знаем: ребёнок сыт и при деле.

КСТАТИ

«Московская образовательная смена» открылась в 246 московских учреждениях для детей от 7 до 14 лет на бесплатной основе. Первая смена проекта стартовала 3 июня, вторая начнётся 1 июля, а третья — 1 августа. Для того чтобы школьник попал на них, родителям нужно подать заявление на зачисление ребёнка в одну из смен в выбранную им организацию (общеобразовательную или спортивную школу) не позднее чем за три рабочих дня до старта новой смены. Создание мест для досуга детей в шаговой доступности от дома — одно из направлений программы «Мой район».

Где в районе сдать ГТО

ФОК «Старт» на Кутузовском будет работать летом

Физкультурно-оздоровительный комплекс «Старт» (Кутузовский просп., д. 71) знают не только жители района Фили-Давыдково, но и всего Западного округа. О том, как устроена жизнь комплекса и на что в центре делают ставку, мы узнали у **директора Центра физической культуры и спорта ЗАО г. Москвы Василия Цехановича.**

В бассейн – всей семьей

– **Василий Михайлович, какие виды спорта есть в ФОКе?**

– Для взрослых – аэробика, бокс, восточные единоборства, латиноамериканские танцы. Для детей тоже есть латиноамериканские танцы и единоборства, а ещё ритмика и спортивная аэробика. Кстати, у нас есть занятия для всей семьи, к примеру плавание. Там родителей и детей готовят к районным и окружным соревнованиям, по результатам которых самые лучшие и быстрые семьи округа выезжают на городские семейные соревнования. Мы видим, что после таких занятий дети больше доверяют родителям, и, даже если в семье было какое-то недопонимание, оно проходит. Всё-таки спорт объединяет людей.

– **В «Старт» могут ходить не только профессиональные спортсмены, но и жители райо-**

В ФОКе «Старт» могут заниматься и дети, и родители – как по-отдельности, так и в семейных группах.

Фото: Татьяна Безруких



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

на, которые никогда до этого спортом не занимались?

– Да. Для этого у нас есть группы общей физической подготовки. Мы составляем программу занятия с учётом возрастных, физических, психофизических возможностей. Понятно, что человеку, который хотя бы год занимался обычным фитнесом, с новичком будет скучно, потому что спортсмену всегда надо куда-то расти. Если помимо поддержания формы есть желание освоить какой-нибудь вид спорта, мы предлагаем записаться в спортивную группу.

«Учим любить спорт»

– **У вас можно заниматься и бесплатно. Чем?**

– В ФОКе бесплатно доступны для детей бокс и джиу-джитсу, а для взрослых – аэробика и смешанные единоборства. Правда, для того чтобы попасть на такие занятия, лучше заранее записаться по номеру: 8 (495) 440-12-98.

– **Какие направления – ваша особая гордость?**

– Я бы выделил как раз джиу-джитсу, бокс и аэробику. Их посещает большая часть наших подопечных, а значит, и вероятность результата здесь выше. Но перед нами не стоит задача вырастить олимпийских чемпионов. Основная цель – оказывать услуги обычным людям, которые не являются спортсменами-профессионалами и не планируют ими становиться. Мы просто хотим поднять общий уровень физической подготовки людей, научить их любить спорт и вести здоровый образ жизни.

Фитнес в парке

– **Говорят, у вас любой желающий может проверить свои силы, сдав нормы ГТО. Это правда?**

– Совершенно верно. Для этого нужно зарегистрироваться на сайте gto.ru, получить медицинский доступ, выбрать площадку для теста и нормативы, которые хотите сдать, – обязательные и дополнительные, например, метание теннисного мяча в цель, челночный бег, плавание, рывок гири весом 16 кг и пр. После испытаний вы получите сертификат со своим результатом, к тому же он у вас появится и в личном кабинете на сайте ГТО.

– **Летом хотелось бы позаниматься на свежем воздухе. Вы даёте такую возможность?**

– Да, в летнее время наши инструкторы проводят тренировки по общей физической подготовке в парках района, занимаются на площадках, оборудованных тренажёрами, проводят занятия по растяжке и дыхательной гимнастике. Тем более для этого теперь чуть ли не во всех скверах и парках столицы есть оборудование – оно появилось там по программе «Мой район».

Анна Евсюкова

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

ДОСУГ



В хорошую погоду все занятия идут на открытых кортах – во дворах Малой Филёвской.

Фото: instagram.com

На Малую Филёвскую – за большим теннисом

Начать заниматься большим теннисом и дети (от 5 до 16 лет), и взрослые (от 16 до 65) могут в клубе «Держава» (ул. Малая Филёвская, д. 34, корп. 1).

В клубе всего 7 кортов – есть как открытые, для хорошей погоды, так и закрытые всесезонные. Аренда кортов здесь невозможна – только групповые (по 6–8 человек) или парные/индивидуальные занятия.

Уточнить расписание и стоимость занятий можно по телефонам +7-901-97-66-30 и +7 (495) 978-60-77.

Пляжный сезон

открыт в парке

«Фили»

Лето выдалось жаркое. Общественный пляж с тремя понтонными бассейнами (два для взрослых – размером 5 × 15 м и один детский – 3 × 5 м) заработал в соседнем с районом парке «Фили» (вход с ул. Большая Филёвская).

Вход платный: в будни весь день на пляже обойдётся в 800 руб., а в выходные – в 1000 руб.

Фото: vk.com



Посетители могут выбирать, за какие услуги платить.

Фото: Арсений Костерин



ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Оба моих сына ходят в ФОК «Старт»: младший – на бокс и борьбу, старший – только на бокс. Я сначала с сомнением относилась к идее отдать их на единоборства. Но уже после нескольких занятий волноваться перестала. Увидела, как с детьми ведёт себя тренер. Кажется, он стал им уже лучшим другом. По крайней мере, когда дети его видят, то буквально виснут на нём, прислушиваются к каждому слову.



Татьяна Горчакова,
жительница района

ПИШИТЕ НАМ: [INFO@AIF.RU](mailto:info@aif.ru)
+7 (495) 646 57 57

За грацией и этикетом

Жители Филей-Давыдково могут научиться держать осанку в центре «Поколение»

На территории района работают пять культурных клубов для детей и их родителей. На занятия в один из них – «Поколение», что на Кременчугской ул., 7, корп. 3, заглянула корреспондент «Мой район. Фили-Давыдково».

Ходить красиво

Выставить вперёд носок, плавно поднять руку и потянуться к носку всем телом – так начинаются занятия в одной из самых популярных у девочек студий – Persona клуба «Поколение». Оказалось, что я попала на тренировку курса Mix, где сочетаются и хореография с элементами акробатики и танца, и актёрское мастер-

ство, и занятия по этикету, и даже уроки дефиле.

«Мы стараемся приучать девочек с самого маленького возраста правильно держать осанку, учим, как вести себя в обществе и за столом. В общем, делаем из них настоящих леди с 4 лет, – объясняет **руководитель студии Persona клуба «Поколение» Наталья Комарова**. – В школе или дома во время выполнения домашних заданий дети напрягают позвоночник и, как итог, во взрослом возрасте начинают горбиться. Поэтому на наших занятиях хореографией делается упор на исправление осанки. Вслед за



Хореография, уроки дефиле, этикета и грации – всё это на одном занятии студии «Persona».

внешней красотой прививаем и правила хорошего тона. Учим, как вести себя на людях, а в качестве практики ходим в театры или на выставки. Проверяем, как девочки усвоили материал».

Кстати, в студии есть курс грации для взрослых женщин, имеющих проблемы с осанкой.

Начать в 8 месяцев

Здесь ждут и самых маленьких. «Для детей от 8 месяцев и их родителей мы придумали специ-

альные развивающие программы «Мама и малыш». Уже с этого возраста учим детей двигаться под музыку, развиваем логику и внимание, рисуем и лепим», – рассказывает Н. Комарова.

Впрочем, в «Поколении» найдут себе занятие люди всех возрастов. Первоклашки могут пойти в изостудию, на вокал или английский язык, подростки – на курс по подготовке к ОГЭ и ЕГЭ, а девушки и женщины – на стретчинг.

Телефон для записи на занятия: 8 (499) 233-25-46.

Анна Цветкова

Фото: Татьяна Безруких



ДИНАРА МИНОЖЕТДИНОВА, жительница района:

– Моя дочь ходит в детский сад и параллельно в студию «Персона». Я не стремлюсь сделать из неё гимнастку, профессиональную танцовщицу или актрису. Мы посещали танцевальную группу для физического развития, а театральную студию – для развития коммуникационных навыков. Но, несмотря на совсем юный возраст дочери (тогда ей было всего 4 года), педагоги отмечали неподдельный интерес ребёнка ко всем занятиям, работоспособность, старание и стремление достичь успеха. Говорили даже, что она может заниматься по 25 часов в сутки – так ей всё было интересно. Правда, меня как тревожную, вечно работающую маму очень волновала безопасность ребёнка. Я боялась, вдруг она уйдёт не в тот кабинет на занятие, забудет или перепутает класс и т. п. Однако педагоги в прямом смысле слова за руку водили детей из группы на занятия, а после занятий переодевали и при необходимости выводили на прогулку к остальным ребятам.

И сейчас я уже совсем не беспокоюсь за своего ребёнка, если она находится в студии. Все мои волнения прошли после просмотра отчётного выступления группы. Мне кажется, дочь даже не поняла, что это был «отчётник»: с удовольствием танцевала, участвовала в театральной постановке. И даже получила за это медаль.

Гордость района Фили-Давыдково

ПОБЕДА НА ОЛИМПИАДЕ



Команда учеников 10А класса школы № 712 (Кутузовский просп., д. 80) победила в финале городской олимпиады «Музеи. Парки. Усадьбы» Кроме того, эти ребята стали лучшими в категориях «Биологические музеи» и «Дома-музеи».

Для того чтобы это сделать, им нужно было посетить как можно больше столичных музеев и усадеб и быстрее всех ответить на вопросы по каждому месту.

«ЗОЛОТАЯ» ГРЕБЛЯ

Действительно «золотым» стало первенство Европы по гребле для спортсменов из училища олимпийского резерва № 2 (Малая Филёвская ул., д. 34). Из Германии, где проходила борьба, подопечные училища Екатерина Панкова и Лилиана Пушкарёва вернулись с по-

бедными медалями. Девушки выиграли в соревновании женских восьмёрок с рулевым среди юниоров до 19 лет. Для этого им пришлось преодолеть дистанцию 2 тыс. м за 6 минут 27,51 секунды. Кстати, это первая награда женской команды из России в соревнованиях восьмёрок за последние 5 лет.



ИСТОРИЯ ОДНОЙ УЛИЦЫ

Улица Кастанаевская

Об истории этой улицы рассказывает **москвовед Александр Усов:**

– Эта улица названа в честь лётчика Николая Георгиевича Кастанаева. Он



бесследно пропал 13 августа 1937 года при перелёте из Москвы в США, на Аляску, через Северный полюс. Это знаменитое исчезновение до сих пор будоражит умы учёных и авиаторов, строятся предположения, проводятся экспедиции, но всё бесследно – доказательств того, что произошло в тот роковой день в районе 18.00, нет ни у кого.

Кастанаев на этом самолёте был вторым пилотом. Он всю жизнь профессионально занимался испытанием новых конструкций – испытал больше 30 разных самолётов, ставил мировые рекорды.

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

Когда Кастанаев пропал, ему было всего 33 года. У него остались жена и дочка Оля. Интересно, что до появления улицы в этой самой местности был посёлок Кастанаева, также названный в честь лётчика. Когда район вошёл в черту города и застраивался 5-этажками, улицу назвали по имени посёлка – Кастанаевской. Именно в этом посёлке (тогда ещё не носившем его имени) в начале века и жил лётчик Николай Кастанаев.

Кстати, улица с таким же названием есть во Владикавказе. А вот именем С. Леваневского, капитана того самого пропавшего с Кастанаевым судна, названа улица в районе Лианозова.

Как «читать» герб района?

Перекрещенные стволы орудий и золотая каска кирасира на красном фоне отсылают к победе русского оружия в Отечественной войне 1812 года, а также символизируют мужество и стойкость защитников Москвы.

Военную тематику герб получил из-за того, что район Фили-Давыдково имеет прямое отношение к Отечественной войне 1812 года, нашествию войск Наполеона, борьбе с ними и изгнанию из России. А соседний с ним район Фили – это место проведения знаменательного военного совета в Филях.

К тому же боевые действия на участке, где сейчас находится район Фили-Давыдково, были и при Василии III, и при Иване Грозном, и во время Великой Отечественной войны 1941–1945 гг.

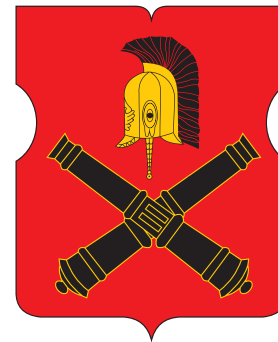
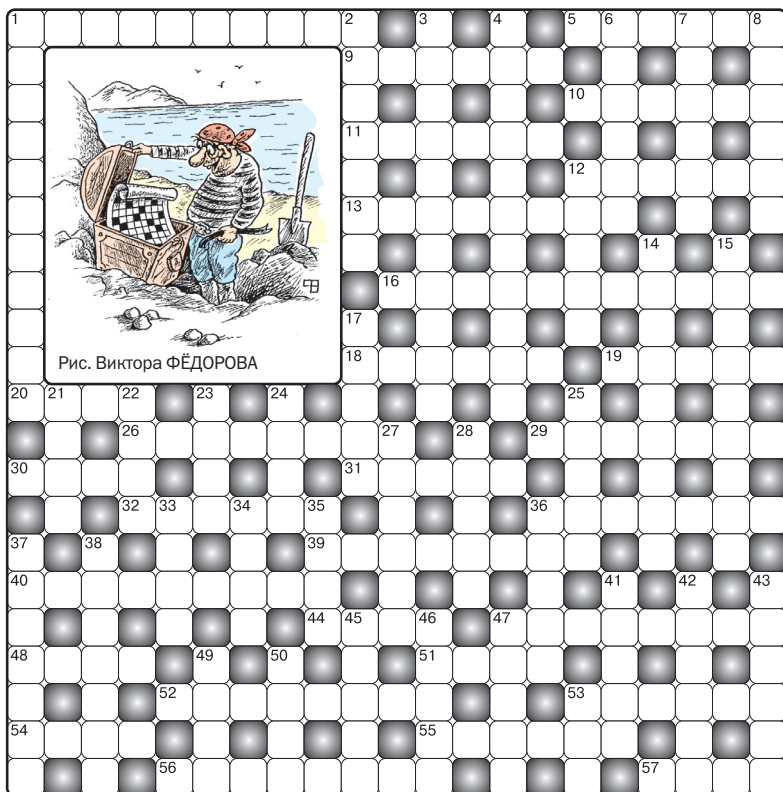


Фото: Сергей Зоничев

В этих местах 100 лет назад и жил знаменитый лётчик, но выглядели они в то время совсем иначе.



Кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Клан чинуш. 5. Что разрушило здоровье отца Эрнеста Хемингуэя? 9. «Косая ... в плечах» у амбала. 10. Что устраивает слон в посудной лавке? 11. Туча, но белая и пушистая. 12. Любимый итальянский живописец Василия Сурикова. 13. «Остров папоротников». 16. Какой древний город Таманского полуострова стал синонимом «конца географии»? 18. «Сменная обувь» для посетителей катка. 19. «Дядя» с котом Матроскиным. 20. Газировка в жбане. 26. «Нечто среднее» между требованием прокурора и просьбой адвоката. 29. Популярное на Сицилии пирожное. 30. «Отрада для взяточника». 31. За чем школяр сидит? 32. Камень «дворцовых ступеней». 36. «Строительный стиль» «имени братьев Гримм». 39. Фламандская полёбка. 40. «Буквенный перерожденец» слова. 44. Деятельный ... партии. 47. Его можно узнать по смеху без причины. 48. Какую обувь Французская революция сделала модной? 51. Истребитель пломб. 52. Людской трутень. 53. Где добывают песок? 54. Герой американского мультсериала, способный из своего тела создавать различные механизмы. 55. «Блатная попса». 56. Комнатное ... в горшочке. 57. Пенелопа из Голливуда.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Русский народный струнный. 2. Потеря из-за сумбура в мыслях. 3. Кто из сказочных героев оказался в Стране лжецов? 4. Учение о преломлении лучей света. 6. Способ пошутить так, чтобы

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

нажить себе врага. 7. Где на кинофестивале «Золотых медведей» вручают? 8. «Ни зги не видно» одним словом. 12. Полосатик среди друзей Винни-Пуха. 14. В какой профессии нельзя оставаться самим собой? 15. Самая популярная настойка из Венесуэлы. 17. Чей запах в античные времена конкурировал с ароматом розы? 21. «И мы пошли под ... метели, куда глаза его глядели». 22. «Навязчивые послания» на мыло. 23. «И в этом вся моя ... , что каждый взгляд твой понимаю». 24. Повод, чтобы один музыкант заглушил весь оркестр. 25. Кого побили на поле Куликовом? 27. Кто живёт на доходы со своих ценных бумаг? 28. Какая буря из палуб выкорчёвывает мачты? 33. Голливудский секс-символ, перечислявший деньги Ирландской республиканской армии, чем вызвал скандал в британском парламенте. 34. Кузнец из нибелунгов. 35. Хозяин «шкурного интереса». 36. Трюк иллюзиониста. 37. Музыкальный авторитет. 38. Какое «жаркое» американцы на пикниках готовят? 41. Фрукт для характеристики стран третьего мира. 42. Итальянский сэр. 43. «Медовая жвачка». 45. Какое благовоение христианство сделало культовым? 46. Немецкий философ, слышавший «великим отшельником духа». 47. Артемида «древнеримской сборки». 49. Что останется от супа, если слить всю жижу? 50. Какая буква до реформы русского алфавита 1918 года встречалась в пушкинской «Полтаве» только раз? 53. ... доступа.

Насколько хорошо вы знаете свой район?

Только два из этих пяти фото сделаны в районе Фили-Давыдково. Какие?



**ПОДПИСКА
НА «АИФ»!**

**СПЕШИТЕ
НА ПОЧТУ!**

Оформите подписку
на 2-е полугодие 2019 г.

ДО 20 ИЮНЯ



Судоку

		3	5	4		7	8
5				8		2	9
		7	2	1			3
9		2	3	6			4
	5		1		2	3	
1				5	4	7	2
7				3	1	8	
8	4			2			7
3	6			9	7	2	

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Бюрократия. 5. Динабит. 9. Сажень. 10. Пором. 11. Облает. 12. Тасмания. 16. Тимтараканья. 18. Коньки. 19. Фёдор. 20. Квас. 26. Приговор. 29. Каската. 30. Мзда. 31. Парта. 32. Мрамор. 36. Фахверк. 39. Ватерзой. 40. Анаграмма. 44. Член. 47. Дуранина. 48. Сабо. 51. Ирис. 52. Тундонец. 53. Карьер. 54. Рекс. 55. Шансон. 56. Растение. 57. Крус.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Балалаечник. 2. Ясность. 3. Джекельсомино. 4. Анаклатиста. 6. Иродия. 7. Берлин. 8. Темечко. 12. Тигра. 14. Актерство. 15. Ангостура. 17. Укроп. 21. Виза. 22. Спам. 23. Вина. 24. Соло. 25. Мамай. 27. Рантав. 28. Шорм. 33. Рурк. 34. Миме. 35. Рва. 36. Фокус. 37. Мазетро. 38. Барбекю. 41. Банан. 42. Синьор. 43. Забрус. 45. Ладан. 46. Ницше. 47. Дина. 49. Гуша. 50. Ферт. 53. Код.

ОТВЕТЫ:
К ФОТО:
1. Вокзал Кун-
цэво.
2. Памятник
спасателям
и пожарным.

**НЕ ПРИНЕСЛИ
ГАЗЕТУ?**

ЗВОНИТЕ:

+7 (495) 646-57-57

«АиФ-Москва» № 3 (91), 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 ОАО «Владимирская офсетная типография», 600036, г. Владимир, ул. Благодатная, д. 3. Заказ № 328040. Тираж 1 223 163. Дата выхода в свет 14. 06. 2019. Распространяется бесплатно. По вопросам распространения на территории ЮЗАО, ЗАО и СЗАО г. Москвы — mrg@aif.ru.