

ПРОГРАММА МЭРА МОСКВЫ

# МОЙ район

ЗЯБЛИКОВО  
ВСЁ ВКЛЮЧЕНО

ВЕЧЕРНЯЯ  
МОСКВА

СПЕЦИАЛЬНЫЙ  
ВЫПУСК

30.11.2019

№9 / 364

12+

## Цитата

### Сергей Собянин

В каждом районе должен быть свой центр — площадь, набережная или парк, где можно организовать праздник, назначить встречу и просто хорошо провести время. Задачу создания таких мест мы решаем в рамках программы «Мой район»



**Ревизор** Доводчик на двери дома № 55/16 по Ореховому проезду починили

4

## ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ



## Акция

11

тонн макулатуры собрали в школе № 1552 с начала учебного года

3

# Спорт здоровью помогает

7

Марина Лоренц с дочкой Анастасией посещает бесплатные занятия по скандинавской ходьбе Центра досуга и спорта «Маяк» уже четыре года



5

## Транспорт

### Мегаполис поехал быстрее

В столице запустили движение сразу на двух маршрутах Московских центральных диаметров — «Белорусско-Савеловском» и «Курско-Рижском»

2

## Наши люди

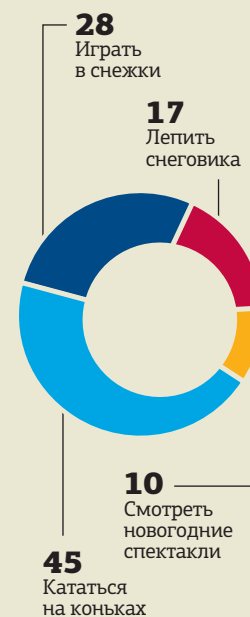
### Уроки немецкого

Переводчик Людмила Голованова преподает иностранный язык в центре социального обслуживания «Зябликово»

6

## Опрос

Жители выбрали любимые зимние развлечения (%)



Голосование проходило в сообществе района vk.com/zyabliko

**Гороскоп** Что сулят нам звезды в декабре? Читайте советы астрологов

8

## Активация карты «Тройка»

Для проезда по МЦД и бесплатной пересадки на метро и МЦК необходимо перепрограммировать «Тройку».

Сделать это можно в кассах подземки или на желтых информационных терминалах.

— Также активация билета «Кошелек» карты «Тройка» возможна в автоматах по продаже билетов на станциях метро. Для этого необходимо пополнить баланс минимум на один рубль, — рассказал начальник дирекции МЦД Департамента транспорта Андрей Акимов.

Новые карты «Тройка», которые продают в кассах и автоматах, уже активированы автоматически. Можно записать и абонементы для проезда в зоне «Пригород». Сделать это необходимо в кассах метрополитена.

Льготным категориям горожан стоит перепрограммировать карту москвича.

## Первые две недели — бесплатно

Сейчас налаживают билетную систему МЦД. В связи с этим пассажиры смогут ездить бесплатно в электричках, которые курсируют по диаметрам.

Кроме того, в поездах, которые сейчас следуют по МЦД, увеличат количество вагонов до 10–11 штук.

— Таким образом, в часы пик количество пассажирских мест будет больше на 30 процентов, а с момента запуска — на 49 процентов, — отметил Сергей Собянин на своей странице в соцсети «ВКонтакте» (vk.com/mossobyenin). — Будем и дальше развивать МЦД, делать их комфортнее и удобнее.

# Движение по диаметрам открыто

Два Московских центральных диаметра открыли президент России Владимир Путин и мэр Москвы Сергей Собянин. Первый маршрут — «Белорусско-Савеловский» — пролегает от Одинцова до Лобни, а второй — «Курско-Рижский» — от Нахабина до Подольска.

## Транспорт

МЦД вместе с Московским центральным кольцом стали частью масштабного проекта, который призван связать Москву и область. — Это создание нового городского транспорта, идущего от ближайшего пригорода через Москву к следующим пригородам. По сути дела, это наземное метро, которое будет работать тоже с интервалом пять–восемь минут, и постепенно, каждый год, мы будем уменьшать, — прокомментировал Сергей Собянин.

## Зарубежные примеры

Подобные практики реализуют и в других странах мира. Например, в Берлине в 1924 году открыли сеть пригородно-городских поездов S-Bahn. Сегодня она включает в себя 16 линий, на которых расположено 166 станций. Ежегодно поездами пользуются 430 миллионов человек. Между Парижем и его пригородами курсируют электрички RER. Они следуют по пяти линиям. Каждый год по ним ездят 780 миллионов человек. Аналогичная система работает и в Лондоне. Ее запустили в 2007 году. Сейчас система пригородно-городского железнодорожного транспорта включает 112 станций, которыми пользуются 190 миллионов пассажиров в год. МЦД-1 и МЦД-2 включают 132 километра путей и 57 станций. С 19 из них можно пересест на метро, МЦК или радиальные направления Московской железной дороги. В дальнейшем планируют открыть еще три МЦД: «Ленинградско-Казанский» — от Зеленограда до Раменского, «Киевско-Горьковский» — от Железнодорожного до Апрелевки и «Ярославско-Павелецкий» — от Пушкина до Домодедова.

## Современное поколение поездов

Под диаметрами следуют составы новейшего типа «Ивол-



Президент России Владимир Путин и мэр Москвы Сергей Собянин (слева направо) запустили движение по Московскому центральному диаметру на Белорусском вокзале

## Стоимость проезда по Московским центральным диаметрам



## Как оплатить проезд

- Карта «Тройка» (есть бесплатная пересадка)
- Билет пригородной электрички (нет бесплатной пересадки)
- Бесконтактная оплата

га». Они бесшумны и не вибрируют. В «Иволгах» нет тамбуров, двери открываются при нажатии на кнопку. В поездах работает система вентиляции, которая обеззараживает воздух. В вагонах «Иволги» предусмотрены полки для багажа, большие экраны, крепления для велосипедов, USB-разъемы у каждого кресла, Wi-Fi

и места для маломобильных пассажиров. Информационные таблички дублируются шрифтом Брайля.

## Улучшение инфраструктуры

Благодаря открытию МЦД нагрузка на транспортную систему города снизится примерно на 10 процентов.

## Тарифные зоны

- Московский метрополитен
- Наземный транспорт

«ЦЕНТРАЛЬНАЯ»  
В пределах Москвы

38 руб. МЦД + М

59 руб. МЦД + М + Т

«ПРИГОРОД»  
В пределах МЦД

45 руб. МЦД + М

83 руб. МЦД + М + Т

«ДАЛЬНЯЯ»  
За пределами МЦД

45 руб.\* МЦД + М

83 руб.\* МЦД + М + Т

\* + 23 рубля за каждые 10 км за пределами МЦД

Пересадка на другой вид транспорта возможна в течение 90 мин. Валидуйте билет при входе и выходе со станций МЦД

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ



**Светлана Соколова**

Специалист по обработке полетных заданий в авиакомпании

Для меня Московские центральные диаметры — удобный способ передвижения. Например, когда надо из Лобни, где живем, отвезти сына к врачу в район «Молодежной», где есть остановка Кунцево.



**Денис Мельник**

Аспирант

Я живу в Долгопрудном, учусь в Сколково, теперь еду по первому диаметру без пересадок. Поездка выходит дешевле, чаще приходят поезда. Раньше был дневной перерыв, когда не было движения электрички ходят часто.

электричками. И это солидная экономия на стоимости проезда за счет бесплатной пересадки на метро, — подчеркнул Сергей Собянин. Открытие МЦД призвано улучшить транспортную инфраструктуру столицы, что отвечает концепции программы «Мой район».

**Полосу подготовила Ирина Кулакова**

## Одна карта для получения множества услуг

Карте москвича исполнилось 18 лет. Уже почти пять миллионов жителей столицы оценили, как удобно получать льготы с ее помощью и оплачивать сервисы и товары.

### Кому предоставляется



Школьники, студенты, ординаторы, аспиранты



Родители, ожидающие малышей



Пенсионеры, люди предпенсионного возраста



Другие льготные категории горожан

### Преимущества



Льготный проезд в транспорте



Оплата госуслуг, ЖКХ, штрафов



Получение пенсий, стипендий, соцвыплат



Проход и питание в школе, детском саду



Бесплатный проход в музеи



Запись к врачу через терминалы ЕМИАС



Скидки у партнеров программы

Новый дизайн карты выбрали сами москвичи, проголосовав в проекте «Активный гражданин»



Более подробно ознакомиться с условиями получения карты и услугами можно на официальном сайте мэра Москвы MOS.RU

## Двойные листочки пошли на переработку

Ученики, их родители и педагогический состав школы № 1552 собрали около восьми тонн макулатуры в рамках экологической акции «Бумажный бум».

### Акция

Каждый год класс, который сдал наибольшее количество макулатуры, на торжественной линейке получает сладкие подарки. Софья Федорищева учится в 4-м «Г» и уверена, что победа будет за ними.

— Я собрала много старых двойных листочков, тетрадок, черновики с работы мамы и папы. Вышло около 17 килограммов. Но это не сравнится с тем, что собрал мой одноклассник. У него получилось 40 килограммов макулатуры. Верю, что мы обязательно получим приз, — предвкушает Софья.

Она очень серьезно относится к экологии. По словам девочки, большая часть отходов населения — это бумага. Человечество потребляет ее слишком много.

— Чтобы предотвратить глобальную вырубку леса, необходимо вторично использовать бумагу. Поэтому я каждый год участвую в этой акции. Вообще, в будущем я мечтаю стать экологом, быть на стороне защиты природы, — объясняет Софья.

Помимо сбора макулатуры, для детей проводят обучающие занятия, мастер-классы, игры по ресурсосбережению, обзорные экскурсии



Софья Федорищева показывает старые черновики с работы родителей. Всего девочка собрала 17 килограммов

на предприятия заготовителей и переработчиков макулатуры.

— За 2019–2020 учебный год мы собрали 11 тонн

### НАЧИНАЯ С СЕНТЯБРЯ УЧЕНИКИ СОБРАЛИ 11 ТОНН МАКУЛАТУРЫ

380 килограммов макулатуры. А в прошлом — 8 тонн 800 килограммов, — рассказывает заместитель директора по воспитательной работе, социальной защи-

те и социализации школы № 1552 Татьяна Кавун. Сама акция проводится в школах и колледжах Москвы до 25 мая 2020 года. После победителей в разных номинациях ждут награды. Задача проекта — развить у детей ответственное отношение к природе и окружающей среде.

— Сначала мы провели классные часы, рассказали детям, для чего нужно охранять природу и почему важно отправлять бумагу на переработку. Обратили внимание на то, что при приеме макулатуры смотрим, чтобы газеты и журналы были чистые и без скрепок. После чего объявили о старте акции, — добавляет Татьяна Кавун.

Юлия Рыжанушкина

## Спортивной площадке добавили освещение

В этом году в районе установили 134 новых фонаря. Большая часть появилась по просьбам самих жителей.

Например, во дворе дома № 5, корпус 1, по улице Мусы Джалиля теперь вечером работает 20 опор освещения. Жительница Татьяна Абрамова нововведениями довольна.

— Вечерами я спокойно могу гулять со своей внучкой Полиной после работы, — рассказывает женщина. — В нашем доме проживает больше 1000 человек. Жильцы активные, всегда голосуют за улучшения. В 2019 году мы обратились в управу с просьбой осветить наш двор. Работы выполнили



Во дворе дома № 5, корпус 1, по улице Мусы Джалиля теперь светло (1). Татьяна Абрамова (2)

оперативно. Теперь на спортивной площадке повесили большой прожектор, и вечерами как дети, так и взрослые могут сыграть в футбол после учебы или работы.

Помимо этого, новые фонари поставили на обновленной площадке, вдоль пешеходных дорожек к остановке и на парковке.

Юлия Рыжанушкина

### Благоустройство

мой район

3

ГЛАВНОЕ

Мой район. Зябликово  
30.11.2019 № 9 / 364

## Оцениваем работу городских служб

На портале «Активный гражданин» (ag.mos.ru) запустили опрос о качестве работы «Жилищника», в том числе района Зябликово.

Москвичам предложили ответить на три вопроса: «Какая компания управляет вашим домом?», «Как вы оцениваете текущее содержание вашего дома?» и «В каком районе вы проживаете?» Результаты помогут сравнить эффективность работы «Жилищника» в разных округах. Эти учреждения обслуживают

### Голосование

более 65 процентов домов в Москве. Они же ведут благоустройство в рамках программы «Мой район». В 2018 году на работу «Жилищника» поступило в 2,5 раза меньше жалоб, чем на деятельность частных управляющих компаний.

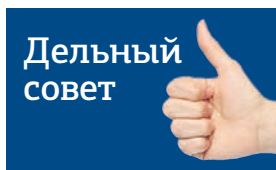
Андрей Обручев

### Кстати

Благодаря современной системе освещения прогулки станут приятными не только днем, но и вечером. Создание комфортной городской среды — задача комплексной программы «Мой район».



Юлия Рыжанушкина



## Затопило квартиру

**Первый шаг** — обесточьте помещение, которое заливают, через электрощит. **Второй шаг** — перекройте стояки горячей и холодной воды и попросите соседей сверху сделать то же самое.

**Третий шаг** — вызовите аварийную службу по телефону единого диспетчерского центра (495) 539-53-53 (круглосуточно) или через мобильное приложение «Госуслуги Москвы».

**Четвертый шаг** — составьте акт о заливе с указанием причины и описанием нанесенного ущерба.

## Лейтенант любит заниматься спортом

**Участковый уполномоченный отдела полиции района Зябликово Алексей Фролов пришел работать в полицию полтора года назад после окончания юридического колледжа.**

Юноша мечтал работать в полиции с детства. И после школы не раздумывая поступил в колледж.

— Здесь дали прекрасные знания по уголовному, административному и гражданскому праву. Кроме этого, была отличная спортивная подготовка: помимо обязательных часов по физкультуре, было много дополнительных секций: по борьбе, технике боевых приемов. Я ходил на многие занятия, чтобы подтянуть свой профессиональный уровень.

И эта подготовка пригодилась, когда лейтенант пришел работать участковым. Сейчас на территории, за которую он отвечает, находится три дома, проживает там 3200 человек. С первых дней службы он стал обходить квартиры, чтобы познакомиться с жителями. А еще он ведет прием населения. — Люди обращаются с самыми различными вопросами, — рассказывает Алек-

### Личное дело



#### Алексей Фролов

Участковый уполномоченный полиции района Зябликово  
■ 3 преступника задержано за время службы

#### Опорный пункт:

Ореховый бул., 51, корп. 2

**Прием:** вторник и четверг — с 17:00 до 19:00, суббота — с 15:00 до 16:00

**(999) 010-63-77**

Телефон для жалоб на работу участкового

**(495) 342-71-01**

сей. — Чаще всего жалуются на конфликты с соседями. В таких случаях я выхожу на место, чтобы урегулировать

эти вопросы. Бывает, мне сообщают о распитии спиртного во дворах по вечерам. Я еду туда и составляю на нарушителей административные протоколы. Как-то пришла на прием посетительница, которая сообщила, что в подъезде часто курят. Лейтенант Фролов провел профилактическую беседу с жителями.

А недавно к полицейскому обратилась женщина с заявлением о краже. В магазине она положила кошелек на прилавок, отвлеклась на покупки и вскоре обнаружила, что его украли. Участковый просмотрел записи с камер видеонаблюдения, установил личность злоумышленника и вскоре задержал его.

В свободное время страж порядка занимается спортом, чтобы поддерживать себя в хорошей физической форме. Он с семи лет увлекается футболом и до сих пор не бросил тренировки. Сейчас он с товарищами даже создал свою команду и играет в любительской футбольной лиге.

В свободное время полицейский любит гулять в Зябликовском лесопарке, за содержанием которого теперь следят в рамках городской программы «Мой район».

**Андрей Обьедков**

### Обратите внимание

Смена жилья всегда сопровождается огромным количеством сложностей, заполнением бумаг и решением вопросов. Для того чтобы облегчить переезд участникам городской программы реновации, специалисты разработали удобный инфосервис.

## Пошаговая инструкция комфортного переезда

Новая опция появилась на сайте мэра Москвы (mos.ru/services/pereezd). Ее можно найти во вкладке «Жилье, ЖКУ, двор» каталога услуг. Раздел называется «Переезд по программе реновации». С помощью нового сервиса жители столицы смогут узнать, какие документы им понадобятся, как докупить квадратные метры и что делать после получения ключей от квартиры. Помимо инструкции из основных семи шагов, на ресурсе есть возможность задать индивидуальные «Параметры переезда». При

нажатии на кнопку откроется новое окно. В нем последовательно будут заданы пять вопросов и предложено по два варианта ответа на каждый. Например, была ли жилплощадь приобретена в ипотеку.

В сервисе доступны 24 сценария переезда. Там же даны ссылки на сайты организаций, которые будут задействованы в процессе. Онлайн-руководство охватывает все этапы переезда — от получения письма с предложением квартиры до регистрации на новом месте жительства.

## На двери подъезда дома поставили новый доводчик

**Жители обратились в редакцию с жалобой. В доме № 55/16 по Ореховому бульвару сломался механизм притвора двери. Ремонт особенно досаждал жителям нижних этажей.**

### Ревизор

По их словам, эта неприятная ситуация возникает не в первый раз.

— Раньше дверь плавно принимала изначальное положение, а теперь очень громко хлопает, — рассказала Екатерина Ивашкина. — Меня это тревожит — я живу на первом этаже и очень восприимчива к звукам. Регулярный грохот мешает спокойно жить. Другие жители объяснили, что дверь ломается перио-



Екатерина Ивашкина подтвердила, что работы выполнили, и надеется, что жители с этой проблемой не столкнутся

дически и ее надо починить на совесть, чтобы больше никого не беспокоила. Наш корреспондент передал просьбу жильцов в отдел жилищно-коммунального хозяйства управы. Они осуществляют контроль за работой управляющей

компания, которая должна следить за порядком в домах и на придомовых территориях. Власти быстро отреагировали: буквально в тот же день рабочие «Жилищника» поставили новый доводчик. А вскоре пришел и официальный ответ.

— Выполнены работы по ремонту доводчика двери в подъезде. Он работает исправно, плавное закрытие обеспечено. Сейчас механизм технически исправен, — рассказал глава управы Константин Князев. Корреспондент выехал на место, чтобы проверить работу. У подъезда он встретился с Екатериной Ивашкиной.

— Рабочие пришли и отремонтировали дверь, — подтвердила женщина. — Надеюсь, мы с этой проблемой мы больше не столкнемся.

Кстати, содержание дворов в столице теперь контролируется и в рамках комплексной городской программы «Мой район». При ее реализации учитывают пожелания жителей, а все недочеты стараются оперативно устранить.

**Андрей Обьедков**

### Цифра

440

новых урн установили в районе в 2019 году

### Кроме того

**Куда обратиться за помощью и консультацией туристам 122** — единый номер для российских и иностранных операторов; **(495) 122-01-11** — городской номер телефона московского турист-

ского контакт-центра. Консультанты помогут сориентировать гостя в городе и распланировать маршрут экскурсий на английском и русском языках. Звонки принимаются круглосуточно.

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

«Зяблики Москва»  
«Инстаграм»

Ух, подморозило! По этому фото пользовательницы с ником [nemitko\\_mary](#) и не скажешь, что последние месяцы осени у нас были очень теплыми по сравнению с прошлым годом. И солнечных дней будто было больше. Первый иней



выложили в группе «Зяблики Москва» ([instagram.com/zyabliko](https://www.instagram.com/zyabliko)). Интересно, какой будет зима? Скорее бы улицы покрылись пушистым снегом. Под этим белым полотном улица становится настолько сказочной, что невольно представляешь себя героем новогодней сказки.

«Зяблики / Зябликово Москва»  
«Фейсбук»

Правда, кот словно рекламирует модель этого автомобиля? Эти животные сочетают грацию, гибкость и скорость реакции. Слово пантера, затаившаяся перед тем, как наброситься на собственную добычу. Поймать в кадр пушистого хищника удалось пользовательнице социальной сети «Фейсбук» Елене Чаплыгиной.

Удачный снимок разместили в паблике «Зяблики / Зябликово Москва» в соцсети «Фейсбук» ([facebook.com/zyabliki](https://www.facebook.com/zyabliki)). Даже прогнать с нагретого места кота не хочется. Да, возможно, и не получится. Во взгляде читаются решительность и умение постоять за себя.



## На контроле

Анжелика Новикова  
Улица Мусы Джалиля

Между домом № 15, корпус 1, на улице Мусы Джалиля и прилегающим к нему зданием есть дорожка. Весь тротуар разбит, имеется огромное количество трещин и выбоин. На них можно подвернуть ногу, особенно в вечернее время суток. Это место слабо освещено, и фонари горят не так ярко, как хотелось бы. А при резком похолодании и гололеде этот участок тротуара так и вовсе становится опасным. От имени соседей прошу помочь с данной проблемой и отремонтировать прилегающие дорожки.

**Ответили в управе:**  
Сообщаем, что работы по ремонту асфальтобетонного покрытия выполнены сотрудниками подрядной организации.

Елена Кочетова  
Улица Шигиловская

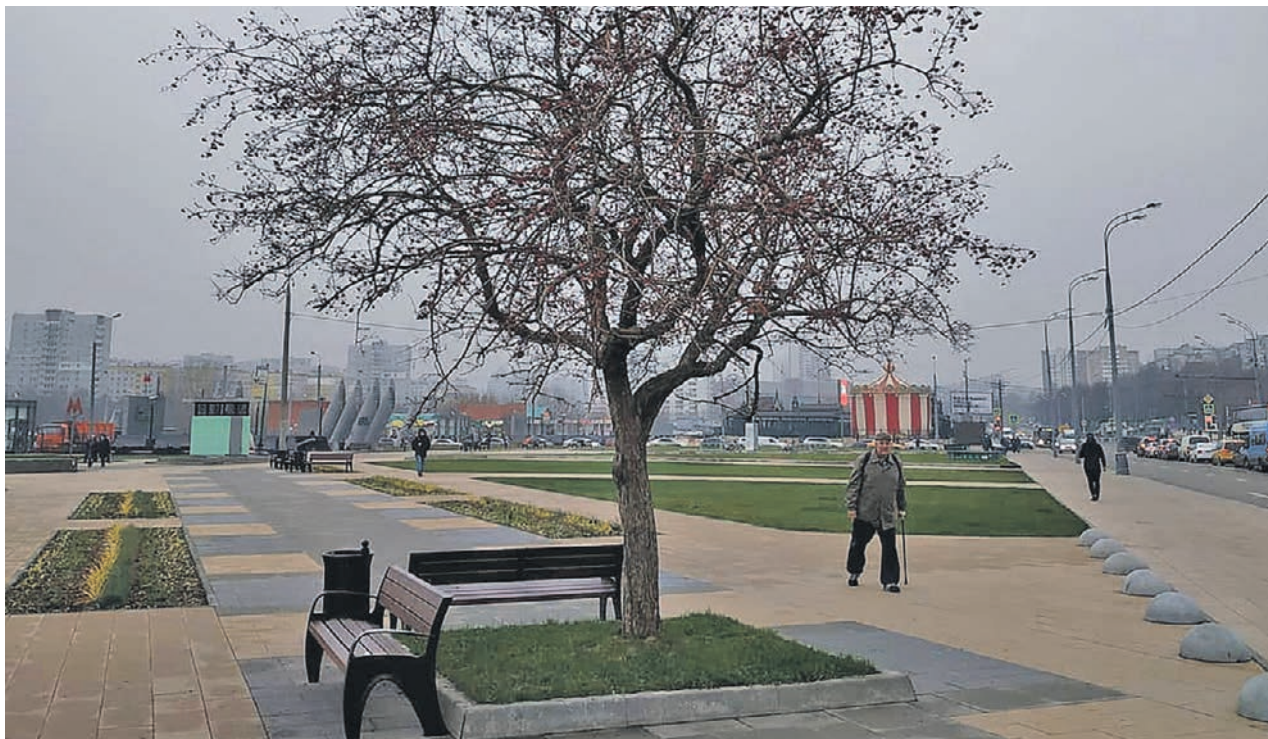
В нашем доме № 57 по Шигиловской улице неполностью закрывается приемник мусора между 9-м и 10-м этажами. Из-за этого оттуда может доноситься неприятный запах. Аналогичная проблема и на других этажах нашего подъезда.

**Ответили в управе:**  
Выполнены работы по ремонту мусороприемного клапана. Открывается и закрывается плотно, без затруднений. В настоящий момент мусоропровод находится в технически исправном состоянии.

## Фот-так!

«Зяблики / Зябликово Москва»  
«ВКонтакте»

Как же красиво сейчас благоустраивают пространства в нашем районе. Одного взгляда на фото пользователя с ником [ilya\\_anton](#), которое выложили в сообществе «Зяблики / Зябликово Москва» в соцсети «ВКонтакте» ([vk.com/zyabliko](https://vk.com/zyabliko)), хватает, чтобы понять где это. Площадь возле станций метро «Зябликово» и «Красногвардейская» совсем недавно обновили в рамках программы «Мой район». Поставили скамейки, положили плитку, газоны — все как полагается. Какой теперь простор!



«Зяблики Москва»  
«Инстаграм»

Если включить фантазию, то можно представить, что под ногами девушки рассыпали бриллианты. Низкое и яркое солнце появляется в последних числах ноября и способно заставить крошки асфальта заиграть так, будто это драгоценности. Свет — вообще вещь интересная. Если на фото его грамотно выставить, можно получить потрясающий результат! Кадр пользователя [vladislava\\_e](#) выложили на странице «Зяблики Москва» ([instagram.com/zyabliko](https://www.instagram.com/zyabliko)).



«Зяблики / Зябликово Москва»  
«ВКонтакте»

В филиале «Зябликово» в Территориальном центре социального обслуживания «Царицынский» на улице Мусы Джалиля, дом № 25А, проходит необычная выставка. Называется она «Путешествие в черный квадрат Павла Горячева». Новость разместили в сообществе «Зяблики / Зябликово Москва» ([vk.com/zyabliko](https://vk.com/zyabliko)). — Удивительно, что такую экспозицию устроили в нашем районе, — написала пользовательница с ником Катерина Katesekret.

По ее мнению, автор — интересный человек с большим опытом и множеством достижений. На выставке представлены работы, которые отличаются лаконичностью и красотой геометрии.

мой район

5

РАЙОННЫЙ  
КОРРЕСПОНДЕНТ

Мой район. Зябликово  
30.11.2019 № 9 / 364

## Так просто



### Житейские советы по решению бытовых мелочей

1. Даже у аккуратной хозяйки в мусорном ведре могут появиться бактерии и неприятный запах. Избежать этого несложно. Достаточно при смене пакета класть на дно ведра несколько таблеток активированного угля.
2. Если нанести немного лака для волос на кончик иглы, вдеть ее в иглолку будет легче.
3. Дамам на заметку! Липкий ролик для одежды не только спасет любимую кофточку от шерсти домашнего питомца, но и безупречно и быстро вычистит внутренности женской сумочки.



4. В ванной комнате постоянно запотевают зеркала? Мы знаем, что делать! Протрите его кремом для бритья, а после — мягкой тряпкой. Проблема решена!

«Зяблики / Зябликово Москва»  
«ВКонтакте»

В любом возрасте важно сохранить в себе ребенка. Смотреть мультфильмы и смеяться от души. Под постом в группе «Зяблики / Зябликово Москва» в социальной сети «ВКонтакте» жители района вспомнили детство. Любимыми мультиками оказались «Ежик в тумане», «Летучий корабль», «Золушка».

Редактор полосы  
Анна Синицына

**В зимнем саду так уместно звучит рождественская немецкая песенка про елочку: О Таппенбаум... Любовь Голованова, педагог немецкого языка, переводчик, проводит занятия в центре обслуживания «Зябликово». Среди жителей района «серебряного» возраста есть его настоящие любители. И Голованова с радостью дарит им все свои знания.**

— К Рождеству в Германии начинают готовиться еще в ноябре. Песенку про елочку мои сегодняшние ученики, конечно, слышали еще в исполнении Карела Готта в советские годы. Это еще и гимн семейному благополучию, верности, любви, — объясняет моя героиня. — Ведь Рождество и Новый год — семейные праздники.

### Язык врага надо изучать

— Я родилась в Москве за три года до начала войны в простой, но музыкальной семье. Мой отец играл на мандолине, баяне, занимался в кружке под руководством Семена Дунаевского, брата знаменитого композитора, — признается Любовь Михайловна. — Война перечеркнула светлые воспоминания из детства. Помню, как в 1941 году разбомбило соседний с нашим жилой дом на Малой Ордынке, почту. Я и сейчас отчетливо вижу свою старенькую бабушку, держащую под мышкой подушку, как она спешит вместе со мной в недостроенное метро «Новокузнецкая». Там мы прятались от бомбежки.

Отец маленькой Любы погиб в танковом сражении с фашистами в 1944 году под Псковом. Ненависть к врагу оставила неизгладимый след в ее сердце. Учить в школе немецкий язык ей во многом помогло убеждение, что язык врага нужно знать. Она окончила школу с серебряной медалью и легко поступила в Московский государственный педагогический институт иностранных языков имени М. Тореза. Первое

место работы для новоиспеченной переводчицы стало тяжелым испытанием.

— Я устроилась в НИИ, переводила технические тексты. А я в технике не разбиралась, например вариантов для обозначения втулки какой-нибудь целых пять. Какой выбрать? — рассказывает Любовь Михайловна. Только в специализированной школе с углубленным изучением немецкого языка ей удалось показать все свои навыки, нацеленные прежде всего на немецкую историю, литературу. Через школу моя героиня вступила в Общество германо-советской дружбы. И в 1960-х годах впервые в составе туристской группы в качестве



Из личного архива



Из личного архива



Из личного архива

## Предрождественские уроки немецкого

Переводчица Любовь Голованова (5). 1941 год. Слева направо: бабушка Прасковья, старшая сестра Алина, отец Михаил Каулин, Любовь, мама Вера (1). В доме переводчицы хранятся игрушки от немецких друзей (2). 1960 год. Любовь в молодости (3). 1970 год. Любовь (вторая справа) выступает в хоре (4)



Александр Орлов

— Вас, наверное, можно было и в разведку отправить? — интересуюсь я.

— Что вы! — смущается моя собеседница. — Я слишком открыта для посторонних людей, настроена на доброжелательные отношения. Я бы все задания провалила. Однако как одного из лучших преподавателей немецкого языка по запросу

МИДа Голованову направили на несколько лет в школу для детей при советском посольстве в ГДР. И сегодня этот период вызывает у моей собеседницы лишь теплые воспоминания.

— Полюбуйтесь на эти игрушки, — выставляет передо мной Любовь Михайловна веселую деревянную композицию.

Крутящаяся пирамидка, щелкунчик — вот истинно немецкие украшения для Рождества,

сделанные мастерами маленького городка Зайфена, что стоит в Рудных Горах. — Когда зимой приостанавливались работы в рудниках, шахтеры брались за другие инструменты — вырезали таких забавных персонажей. Среди лакомств на рождественском немецком столе орехи занимают одно из главных мест. Для того чтобы их отковырять, еще в XVII веке придумали щелкунчиков, — делает небольшой экскурс в историю Голованова.

### Круг интересов

И вот сегодня, уже на пенсии, Любовь Михайловна по-прежнему не может отказать себе в удовольствии дружить с немецким языком. Идея преподавать для таких же, как и она, пенсионеров пришла ей в голову самой. В ТЦСО она примкнула к программе «Московское долголетие». Занятий для Головановой нашлось здесь немало. Помимо немецкого языка, Любовь Михайловна любит пение, выступает в самодеятельности, в хоре. — Вот на этом снимке фрагмент из спектакля-сказки, поставленного в нашей театральной студии «Теремок», — рассказывает Любовь Михайловна, пока я с удовольствием перебираю ее фотоархив. — Наверное, к Новому году подготовите интересное представление? — почти не сомневаюсь я. — Программа обширная. Свободного времени у меня совсем нет, — соглашается моя героиня.

**Наталья Науменко**

переводчица приехала в Германскую Демократическую Республику.

### Никогда не хотела поменять Родину

— Впечатлений, конечно, набралось много. Подружилась я с местным гидом Райнером Вайсбахом. Эту дружбу мы пронесли через всю жизнь, — рассказывает Любовь Михайловна. — Но мыслей о том, чтобы выйти замуж за немца, никогда не было.

В общей сложности восемь лет жизни Головановой прошли в Германии. Следом за туристической поездкой случился курс повышения квалификации. После их окончания Любовь получила неожиданную оценку своей подготовки от не знавших ее местных жителей.

— Пришлось как-то переводить бытовой разговор о проблемах жилищно-коммунального характера слесарю. Он меня рассмешил вопросом о том, где я выучилась русскому языку, — улыбается моя героиня.

### Старшему поколению

Организация качественного досуга для жителей «серебряного» возраста — часть программы «Мой район». В рамках проекта «Московское долголетие», кроме пения, творчества, танцев, спортивных секций, открывают все больше других направлений. Например, этой зимой пенсионеры смогут кататься на лыжах.

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

## Занятия спортом заряжают энергией и бодростью

**Скандинавская ходьба стала таким популярным видом тренировок, что на нее приходят уже семьями! Центр досуга и спорта «Маяк» каждую среду и пятницу проводит бесплатные занятия для всех желающих.**

На спортивной площадке около дома № 4, корпус 1, на улице Мусы Джалиля собираются жители, не испугавшиеся раннего подъема. Например, Анастасия Лоренц приходит сюда со своей мамой Мариной.

— Мы занимаемся скандинавской ходьбой уже около четырех лет. На первых занятиях я путалась, не понимала, какие мышцы должны быть задействованы, но тренер объяснила, что руками нужно работать активнее. Прежде чем начать тренировку, которая длится два часа, необходимо хорошенько размяться. Взяв в руки палки, участники похода делают приседания, махи руками, наклоны вперед, вбок. Новичкам этого хватается, чтобы хорошенько устать, а вот Марина Ло-



Жительницы Анастасия и Марина Лоренц выполняют разминку

ренц уже привыкла к таким нагрузкам и с легкостью выполняет все упражнения. — У меня каждый день распечатан буквальное по мину-

### Любопытно

там! Я и на занятия по йоге хожу, и на растяжку. Скандинавская ходьба — для меня отдельное удовольствие! Иду по парку, слушаю пение птиц, наслаждаюсь природой, наблюдаю за сезонными изменениями. Занятия спор-

том заряжают меня энергией, которой хватает даже на воспитание внуков — детей старшего сына. Льву девять лет, а Елизавете только четыре года, но все вместе летом мы катаемся на самокатах и велосипедах. Приятно, что внуки одобряют мои

увлечения, говорят, что если мне тренироваться, то долго буду здоровой.

Марина вспоминает, что когда начинала, то долго привыкала к темпу, совершала типичные ошибки новичка. По словам инструктора Ирины Амбарцумовой, одна из главных неточностей — держать палки под прямым углом.

— Мы должны держать их под наклоном, и после касания палок земли необходимо оттолкнуться и как можно дальше отвести руки назад. При этом шаг получается немного шире обычного. Моя задача — научить идти будто на четырех опорах. Если все правильно делать, задействуется практически 90 процентов мышц нашего тела, — рассказывает Ирина.

В конце занятия проходит заминка. Жители в статических упражнениях начинают тянуться, дают расслабиться своим мышцам и постепенно восстанавливают дыхание.

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

**Юлия Рыжанушкина**

## Визитки сделали сами

**Участники программы «Московское долголетие» в корпусе школы № 2116, расположенном по адресу: Задонский проезд, дом № 34, корпус 2, научились делать собственные представительские карточки — визитки.**



Посетительница курса Валентина Смольянинова

К этому итогу они шли постепенно, от решений элементарных задач к более сложным.

— Например, на предыдущем уроке мы набирали текст в программе Word, меняли шрифт и выравнивали по краям. А сегодня

кожная, хочется придти к ней и учиться чему-то новому. И объясняет она доступным языком, — делится пенсионерка Татьяна Синькевич.

### Возрасту вопреки

участники сами пробовали свою визитку размножить с помощью инструмента «Таблица» и копирования, — комментирует преподаватель Татьяна Демирова. — Я стараюсь учить уровень каждого и не даю задания, которые могут быть непонятны. У всех слушателей получилось с первого раза.

— Наш преподаватель очень приветливая, спо-

За соседним компьютерным столом сидит Валентина Смольянинова. За время занятий

она научилась пользоваться флеш-картой и архивировать папки. — Мне интересно учиться. Хотя я и умею включать и выключать компьютер и даже в интернете провожу много времени, но самые элементарные вещи мне объяснили здесь. Я научилась архивировать папки и пользоваться флешкой.

**Юлия Рыжанушкина**

## Подарить малышу новогоднее чудо

**Ежегодная праздничная акция «Исполни желание» стартовала в столице 18 ноября. Стать участником может каждый житель нашего района.**

Условия просты и знакомы горожанам по прошлым годам. На сайте Московской дирекции массовых мероприятий (ispolni.mosdmm.ru) разместят письма, которые дети с тяжелыми заболеваниями написали Деду Морозу. В каждом

из них — заветное желание. Для кого-то это книжка или игрушка, для кого-то — встреча с кумиром. Желающий присоединиться к акции сможет выбрать любое послание и исполнить маленькую мечту. Нажав на соответствующую кнопку, житель района обязуется купить и передать подарок в офис Московской дирекции массовых мероприятий в течение трех дней. Посетителей ждут с понедельника по пятницу с 10:00 до 19:00. Курьер-

ская служба доставит сюрприз под елку малышу. Весь путь посылки можно отследить. Когда посылка придет к адресату, статус письма на сайте изменится на «Подарок получен».

Ежегодно в роли Дедов Морозов выступают известные актеры, шоумены, спортсмены и телеведущие. Всего с момента запуска подарки получили более 900 детей. Акцию проводят при поддержке Департамента культуры Москвы.

**Александра Морозова**



**БЕСПЛАТНАЯ социально-правовая поддержка граждан по г. Москве**

- Помощь в составлении юридических документов
- Помощь в выписке из квартиры, без согласия.
- Возврат подаренной недвижимости
- Помощь при вступлении в наследство
- Эффективное решение споров между соседями
- Бесплатный прием и консультирование дежурного юриста по всем вопросам

**8 (499) 113-06-44 горячая линия**

Реклама: ОГРН 117746772059

## «Здоровая Москва» получила Гран-при

**Уникальный проект, благодаря которому в этом году горожане смогли пройти медобследование в парках, завоевал международную премию.**

### Признание

Гран-при конкурса Eventiada IPRA Golden World Award летним поликлиникам присудили за четкую и продуманную организацию и беспрецедентный масштаб.

«Здоровая Москва» внесла большой вклад в повышение качества жизни горожан.

Напомним, что в течение теплого сезона в парках столицы можно было пройти полноценное обследование и получить консультации различных врачей всего за один час. Всего этим летом профилактический осмотр прошли 430 тысяч москвичей. Всю информацию об их здоровье направляли на электронные медицинские карты, а результаты лабораторных исследований — не только участковому терапевту, но и на личную электронную почту

**Андрей Обручев**

### Ответы на кроссворд

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Саммит. **8.** Баллада. **9.** Максим. **10.** Псевдоним. **15.** Матроскин. **16.** Бюджет. **17.** Скандал. **18.** Листок. **20.** Дефис. **23.** Крем. **24.** Часы. **25.** Идеал. **29.** Торшер. **30.** Битлз. **32.** Котлован. **33.** Центр. **35.** Театр. **40.** Молва. **41.** Орлова. **43.** Торонто. **44.** Секрет. **46.** Мемуарист. **47.** Евро. **48.** Каменская. **49.** Тень.

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Фауст. **2.** Слово. **3.** Адвокат. **5.** Адам. **6.** Мост. **7.** Тема. **9.** Микроклимат. **11.** Ясень. **12.** Тиран. **13.** Обелиск. **14.** Одиссея. **15.** Метод. **19.** Кейдж. **21.** Варшава. **22.** Сызрань. **26.** Ловля. **27.** Жилец. **28.** Пляж. **31.** Шорты. **34.** Реквием. **36.** Мотокросс. **37.** Святослав. **38.** Конспект. **39.** Электрон. **42.** Кочубей. **45.** Техас.

## Гороскоп декабря

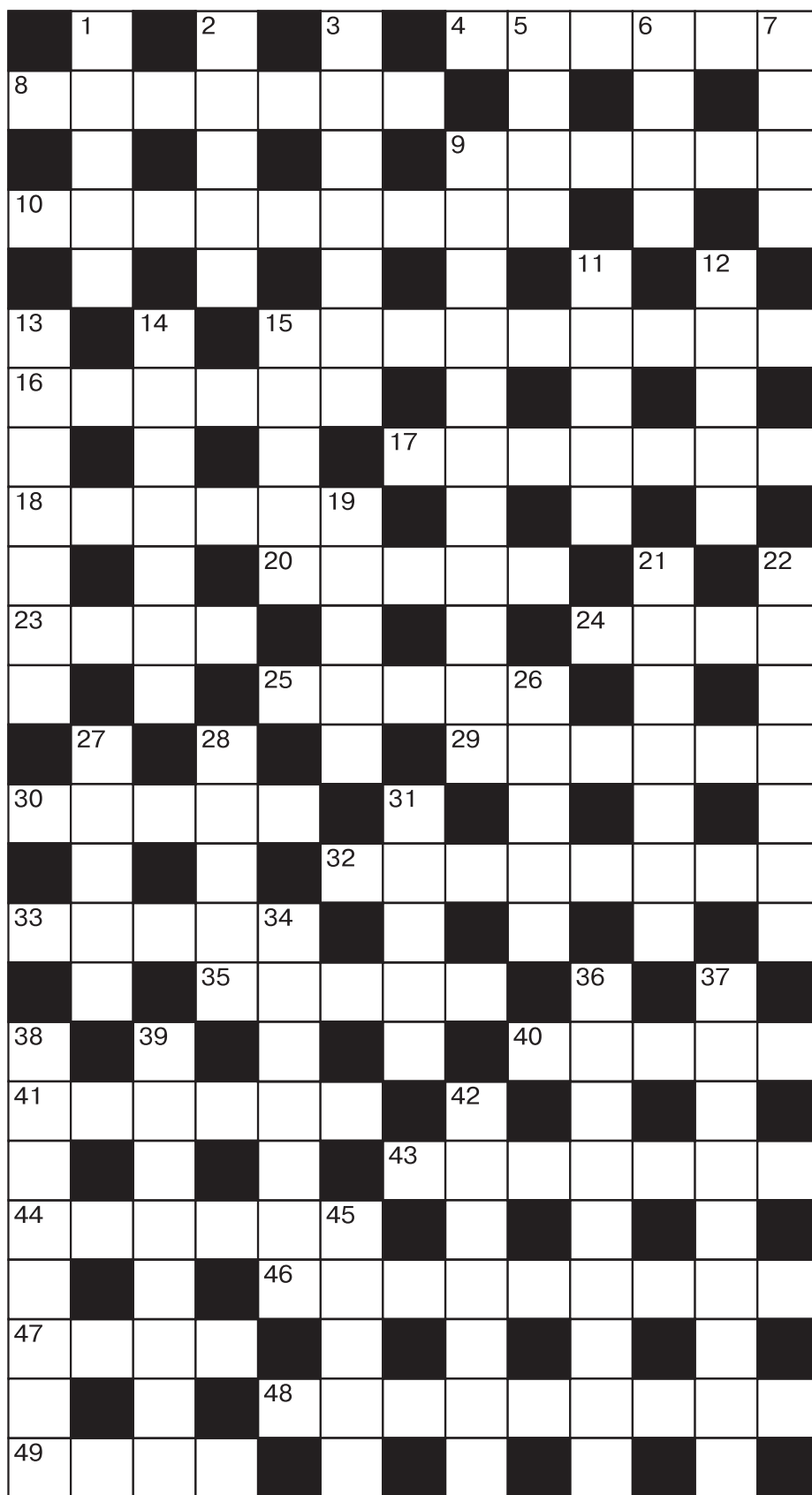
**Овнам** месяц сулит перемены. Возможны переезд, смена семейного положения или места работы. Отнеситесь ко всему философски: перемены окажутся к лучшему.

**Тельцов** ждут неожиданные открытия. Появится шанс поправить свое финансовое положение. **Близнецы** будут пребывать в поиске ярких эмоций. Звезды советуют разобраться в себе, понять, чего вам хочется, и действовать именно так. Без позитивной подзарядки возможны проблемы со здоровьем. **Ракам** предстоит принятие важных решений.

Чтобы выбрать верный вариант, руководствуйтесь здравым смыслом, а не эмоциями. У **Львов** декабрь будет удачным для начала новых проектов, реализации творческих планов, которые назревали уже давно. Перед **Девями** откроется много новых возможностей в разных сферах.

Будьте решительней, иначе рискуете что-то упустить. **Весам** пора избавиться от всего, что мешает двигаться вперед. Это касается и вещей, которые пылятся на полках, и контактов. **Скорпионам** нужны отдых и время для перезагрузки. Старайтесь не брать за все дела сразу и больше гулять на воздухе. У **Стрельцов** откроется второе дыхание. Не тратьте время даром: наведите порядок в делах, займитесь спортом.

**Козерогам** стоит отложить принятие важных решений, связанных с финансами. **Водолеям** пора расширить круг общения. Возможны знакомства, способные изменить судьбу. **Рыб** к достижению целей приведет ряд счастливых случайностей. Возможны подарки и сюрпризы.



## Кроссворд



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Встреча на самом высоком государственном уровне. 8. Рыцарская поэма. 9. Из чего стреляла Анка-пулеметчица? 10. Что советовал употреблять Антон Чехов, «если не гонимся за известностью и боимся, чтобы тебя не побили»? 15. Сказочный кот, умевший вышивать. 16. Какую смету Минфин готовит? 17. Безобразная сцена. 18. «Ты без меня одинок, словно осенний ... посреди зимы». 20. Какой знак легко обнаружить в двойных оттенках? 23. «Что мы нахмурились? Кто-то слизал ... с твоего эклера?» 24. «Приходишь ты ко мне по будням и вечно смотришь на ...». 25. «... в тебе самом. Препятствие к его достижению — в тебе же». 29. Комнатный «фонарный столб». 30. «Жуки» из Ливерпуля. 32. Что роют перед строительством нового дома? 33. Что в середине расположено? 35. Где Фаину Раневскую «любили талантливые, бездарные ненавидели, шавки кусали и рвали на куски»? 40. «Внебрачные дети» информации. 41. Кто из легенд нашего кино оказался в Скопиде из-за съёмки в «Веселых ребятах»? 43. В каком городе расположен Зал хоккейной славы НХЛ? 44. Что женщины предпочитают хранить коллективно? 46. Какой

сочинитель оглядывается на прошлое? 47. Валюта стран Старого Света. 48. «Компьютер на двух ногах, а не женщина», на раз-два-три раскусывающая сложные преступления в детективах Александры Марининой. 49. Воплощение зла из мультфильма «Иван Царевич и Серый Волк».

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Собеседник Мефистофеля. 2. Последнее... науки и техники. 3. Кто пытается причислить подсудимого к лику святых? 5. Кто первым собой пожертвовал ради женщины? 6. Что с берега на берег перекидывают? 7. Увлечательная ... для разговора. 9. Что создает в помещении кондиционер? 11. Дерево на амулеты от укусов ядовитых змей. 12. Истребитель демократии. 13. Галл с усмешкой Жерара Депардье. 14. Приключения супруга Пенелопы. 15. Не раз испытанный... 19. Кто из голливудских секс-символов перекутил череп динозавра у Леонардо Ди Каприо? 21. За какую столицу Александр Суворов получил звание генерал-фельдмаршала? 22. Какой из наших городов славится тортом «Паутинка»? 26. ... на живца. 27. Прослойка между сорочкой и пиджаком. 28. Ростислав среди ближайших друзей актрисы Веры Марецкой. 31. Какие штаны невозможно протереть на коленках? 34. Траурный шедевр от Моцарта. 36. Состязание для настоящих байкеров. 37. Какой князь опрокинул Хазарский каганат? 38. Лекция в тезисах. 39. Частичка с именным телевизором в СССР. 42. Кто донес Петру Великому об измене гетмана Мазепы? 45. В каком американском штате поджарили самый первый в мире гамбургер?

## Легко и просто

### Фаршированная репа

■ Репа: 3–4 шт. ■ Грибы: 100 г ■ Булгур: 70 г  
■ Морковь: 2 шт. ■ Лук: 1 шт. ■ Соль, специи по вкусу



1

Репу вымойте, удалите остатки ботвы и корешков, натрите маслом с перцем и заверните в фольгу. Выпекайте 45 минут при температуре 190 градусов.

2

Булгур отварите в подсоленной воде до готовности. Морковь, лук и грибы шинкуйте и обжарьте в масле. Смешайте овощную смесь с кашей.



3

Достаньте репу из духовки, немного остудите и аккуратно (можно чайной ложкой) удалите мякоть, но не выбрасывайте ее, а смешайте с грибами и овощами.

4

Нафаршируйте этой смесью каждую репку и вновь отправьте в духовку. Выпекайте 15 минут при 150 градусах. Для украшения можно сверху добавить тертый сыр.



## ЧАСТНОСТИ

Реклама

### Недвижимость

● Риелтор. Сдаю. Продаю. Консультацию. Т. (906) 710-71-74

### Транспортные услуги

● Квартирные переезды. Анатолий Дмитриевич. Т. (495) 642-38-29  
● Автовывкуп. Т. (495) 227-56-55  
● Выкуп авто. Т. (929) 999-07-90

### Строительство и ремонт

**НИЗКИЕ ОПТОВЫЕ ЦЕНЫ**  
**ДВЕРИ**  
БОЛЕЕ 1000 МОДЕЛЕЙ  
МЕЖКОМНАТНЫЕ АРКИ, ВХОДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ, др.  
ШКАФЫ-КУПЕ  
www.zakaz-dverey.ru  
8(495) 151-22-24  
М. ДОМОДЕЛОВСКАЯ, УЛ. ГЕНЕРАЛА БЕЛОВА, 35  
М. ТЕХНОПАРК, ПР-Т АНДРОПОВА, 8, ЦОК.ЭТ №87  
БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР+ДОСТАВКА

● Ремонт квартир и комнат. Добросовестно. Т. (965) 338-36-32

### Юридические услуги

**БЕСПЛАТНАЯ** юридическая поддержка граждан г. Москвы

### КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА

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

### Товары и услуги

● Срочный ремонт холодильников, стиральных и посудомоечных машин, электроплит и варочных панелей у вас на дому. Низкие цены. Гарантия. Пенсионерам скидки. Т. (977) 478-65-50