



Вести ЛЮБЛИНО

№ 9 (73), сентябрь 2022 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ И ПРЕДПРИЯТИЙ РАЙОНА ЛЮБЛИНО

РОО «Мария плюс»

ПЕРВОКЛАССНЫЕ МОСКВИЧИ

Традиционный праздник «Первоклассные москвичи» провела в этом году РОО «Мария плюс» уже в 19-й раз! Вновь, и уже не в первый раз – во дворе дома 30, корпус 1 по улице Новороссийской. «Не одна сотня первоклассников прошла через нашу сцену, они выросли, и уже их дети стали новыми участниками нашего

В этом году ребят поздравил Министр глупых идей, а также приглашённые клоуны, ансамбль «Виват». Всем понравились мастер-классы от «Клумбы из тумбы», дети разрисовывали ростовые домики с Галиной Починалиной и делали многое другое.

Среди приглашённых гостей были коллеги Асташкиной по депутатско-



любимого праздника, – рассказывает бессменный руководитель общественной организации Марина Анатольевна Асташкина. – Ребята с удовольствием занимаются в кружках и секциях РОО «Мария плюс»: это и танцы, и вокал, и хоровая студия, и рисование. У нас даже есть хоровая студия для взрослых – «Люблинские девчата». В общем, и дети, и взрослые с удовольствием участвуют в праздничных мероприятиях».

му корпусу: Наталья Михайловна Чистякова, Татьяна Евгеньевна Бронзес и Николай Николаевич Зюзин, которые с удовольствием поздравили «первоклассных москвичей» и пожелали им проявить свои таланты в школе. Безусловно, всем люблинцам хочется, чтобы дети радовали их успехами и чтобы продолжалась традиция классных праздников «Марии плюс».

Если у Вас есть вопросы к М. А. Асташкиной, звоните по тел. 8 916 220 22 82.



Школа имени Ф. М. Достоевского

ЮНАРМЕЙЦЫ – В СТРОЮ!

Военно-патриотический клуб «Юнармия» ГБОУ «Школа имени Ф. М. Достоевского» (директор – Я. Н. Жуков, депутат Совета депутатов муниципального округа Люблино) ставит своей целью сохранение, воспитание и передачу духа патриотизма не только обучающимся школы, вне зависимости от возраста, но и всему обществу в целом. «Нас не сломит никто, – убеждены юнармейцы. – Мы – за Родину хоть в воду пойдём, хоть в огонь – до конца!»

Недавно юнармейцы школы побывали на открытии сезона детского клуба в Большом зале Дома кино, где состоялся показ семейного фильма «Легенды Орленка», доброй приключенческой комедии. После просмотра ребят ждала сессия интервью с создателями и актёрами, сыгравшими главные роли. Юнармейцам очень понравился фильм, и они рекомендуют сходить на него всем!

Ещё юнармейцы побывали на торжественном вечере чествования выдающихся москвичей «Молодости нашей нет конца!», который состоялся в Государственном Кремлёвском дворце. Гости праздника – москвичи, чьим трудом и талантом жизнь сто-



лицы улучшается с каждым днём: строители и метростроевцы, военнослужащие, работники силовых структур, транспорта, здравоохранения, образования и культуры, пожарные, спасатели и активисты.

На днях юнармейцы школы стали гостями IV открытого международного турнира по рукопашному бою, который прошёл на арене концерт-

ного зала «Вегас Сити Холл». Ребята дали несколько интервью, познакомились с подвигами героев, достижениями российских технологий; болели за бойцов на татами и смотрели выступления звёзд сцены.

Подробнее
<https://shkid.mskobr.ru/proekty/vserossijskie-i-mezhdunarodnye-proekty/yunarmiya>

Школа № 2121 имени Маршала Советского Союза С. К. Куркоткина

ПОСТ № 1 У ОГНЯ ПАМЯТИ И СЛАВЫ



Утром 7 сентября 8-й кадетский класс школы № 2121 (директор – Е. К. Чиркова, депутат Совета депутатов муниципального округа Люблино) с офицерами-воспитателями О. Г. Бокаушиным и А. Ю. Хаовой прибыл на Поклонную гору для несения вахты на посту № 1 у Огня памяти и славы монумента Победы.

Огонь памяти и славы был зажжён 30 апреля 2010 года от Вечного огня у Могилы Неизвестного солдата, тогда же был учреждён кадетский пост № 1, по образцу поста № 1 у Кремлёвской стены. В почётный караул на Поклонной горе ежегодно заступают по особому графику учащиеся всех кадетских образовательных организаций города. В ходе несения вахты на посту № 1 у Огня памяти и славы с участниками почётного караула с 2017 года организовано проведение образовательного проекта «День кадет-

ского класса в Музее Победы» с проведением автобусной экскурсии-урока «Город-герой Москва. Поклонная гора. Музей Победы», кинолектория «Победители 1941–1945 гг.», образовательного квеста по экспозициям Музея Победы, светозвуковой инсталляции «Дорога к Победе».

Перед заступлением в караул кадеты построились у Огня памяти и славы, возложили цветы и исполнили Гимн России. На пост заступали по два человека со сменой через 20 минут, смены приводили и уводили кадеты-разводящие. 8 «К» хорошо подготовился к несению службы, чётко выполнял все передвижения и строевые приёмы. Большую помощь в предварительных тренировках оказал офицер-воспитатель 9 «К» Олег Геннадьевич Бокаушин. Участие в почётном карауле на посту № 1 является важным событием в жизни московских кадет, способствующим воспитанию у молодёжи уважительного отношения к ветеранам войны и труда, чувства сопричастности к героическому историческому прошлому России и города Москвы.

<https://sch2121.mskobr.ru/edu-news/9079>



НА ПЕРВОМ ЗАСЕДАНИИ НОВОГО СОСТАВА СОВЕТА ДЕПУТАТОВ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ЛЮБЛИНО

20 сентября на своё первое после выборов заседание собрался новый состав Совета депутатов муниципального округа Люблино. На заседании присутствовал глава управы района Алексей Петрович Бирюков. Он тепло поздравил народных избранников с победой на выборах и пожелал им плодотворной работы. На заседании состоялось торжественное вручение муниципальным депутатам нового созыва удостоверений и нагрудных знаков депутата.

После окончания торжественной части депутаты приступили к работе. Выборы главы муниципального округа и его заместителя – первый вопрос, который нужно было решить депутатам. Единогласно главой муниципального округа был избран Руслан Харисович Багаутдинов, хорошо известный люблинцам как активный общественный деятель и профессионал в области медицины. Заместителем председателя Совета депутатов большинством голосов избрана Лариса Сергеевна Кутузова, заслужившая высокий авторитет в Люблино благодаря своей педагогической и общественной деятельности.

Напоминаем, что в районе четыре избирательных округа. В каждый избрано по пять депутатов. Подробная информация о народных избранниках будет размещена на сайте муниципального округа.

После заседания депутаты поделились своими впечатлениями в социальных сетях.

Елена Владимировна Бахтина: «Состоялось первое заседание нового Совета депутатов муниципального округа, в котором я приняла участие. Главой муниципального округа Люблино избран Руслан



Харисович Багаутдинов. Утвердили план работы на 4-й квартал 2022 года. Согласовали сводный районный календарный план на этот же период по досуговой, социально-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работе с населением. А ещё нам вручили удостоверения и классные значки. Буду рассказывать в социальных сетях о жизни нашего округа, о том, какие вопросы сейчас на повестке и каких изменений ждать в будущем».

Лариса Сергеевна Кутузова: «Прошёл первый Совет депутатов нового созыва, нам были вручены удостоверения и значки. Юрий Александрович Андрианов передал свои полномочия новому председателю Совета депутатов Багаутдинову Руслану Харисовичу. Юрий Александрович отработал в Совете депутатов Люблино 25 лет, является по-настоящему заслуженным человеком и почётным гостем на любом мероприятии. Надеюсь, что новый

состав Совета депутатов будет работать дружно и на благо всех жителей района».

Немало добрых слов было сказано в адрес жителей, поддержавших народных избранников.

Виктор Николаевич Суродин: «Уважаемые друзья, коллеги, жители района Люблино! Благодарю вас за то, что с 9-го по 11 сентября вы пришли на выборы и, вне зависимости от того, за кого вы проголосовали, совершили правильный гражданский поступок – проявили инициативу и приняли участие в жизни и развитии нашего района. Благодаря таким неравнодушным людям, как вы, наш район Люблино становится лучше, сильнее, современнее. Я говорю спасибо всем, кто проголосовал за меня, за нашу пятёрку – Юрий Андрианов, Ирина Диденко, Татьяна Соловьёва, Виктор Суродин, Елизавета Чиркова. Благодаря вашей поддержке, мы победили! Спасибо за доверие! Я намерен продолжить начатую работу, чтобы наш район

становился ещё более комфортным и благоустроенным, красивым и удобным для всех жителей».

Александр Вячеславович Янов: «Дорогие жители района Люблино! Хотелось бы выразить вам слова благодарности за вашу поддержку, за вашу помощь и понимание! Вместе мы прошли достаточно долгий

путь и немало успели сделать, а именно: организовывали встречи с жителями, проводили еженедельные приёмы населения, помогали жителям с ремонтными и очистительными работами жилых и дворовых помещений, занимались благоустройством и озеленением придомовых территорий, проводили праздники и мастер-классы для люблинцев.

Выборы закончились, а работа продолжается. При проведении дворовой встречи по адресу: ул. Краснодарская, д. 24, к нам обратились жители с просьбой о завозе плодородного грунта для благоустройства придомовой территории. Наказ был выполнен, но оказалось, что одной машины мало. И вот на днях жители получили ещё один «КАМАЗ» плодородного грунта. После завоза земли совместно с жителями ещё раз, на месте, определили, куда этот грунт и в каких количествах распределить. Жители нам доверяют, и мы сделаем всё, чтобы оправдать оказанное доверие».



Андрианов
Юрий Александрович



Готов
Дмитрий Алексеевич



Локтионов
Виктор Васильевич



Тимонин
Евгений Иванович



Асташкина
Марина Анатольевна



Диденко
Ирина Петровна



Мамедов
Камран Гамбарович



Хохлов
Илья Сергеевич



Багаутдинов
Руслан Харисович



Зюзин
Николай Николаевич



Пономарёв
Константин Алексеевич



Чиркова
Елизавета Константиновна



Бахтина
Елена Владимировна



Жуков
Ярослав Николаевич



Соловьёва
Татьяна Владимировна



Чистякова
Наталья Михайловна



Бронзес
Татьяна Евгеньевна



Кутузова
Лариса Сергеевна



Суродин
Виктор Николаевич



Янов
Александр Вячеславович

Школа № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ БЕСЕДЫ

Стартовал новый учебный год. Теперь каждый понедельник в школе № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля начинается с новых традиций: церемонии поднятия флага Российской Федерации и внеурочных занятий «Разговоры о важном». Эти занятия проходят в формате доверительной беседы о таких вещах, как дружба, семья, чувства, которые испытывает ребёнок в той или иной ситуации. Это и разговор о Родине, её прошлом, будущем и настоящем. «Разговоры о важном» позволяют ребятам узнать о потенциале России, учат вести дискуссии со сверстниками. Причём занятия адаптированы для школьников разных классов. Каждая тема сопровождается видеороликом, презентационными материалами и интерактивными заданиями. На первых трёх занятиях – «День

знаний», «Наша страна Россия», «165-летие со дня рождения К. Э. Циолковского» – ребята поговорили о ценности знаний, важности правдивых целей в жизни, о своих мечтах. И, конечно же, о своей Родине – России, её безграничных просторах и огромных возможностях. Запущенный Министерством просвещения России с 1 сентября 2022 года масштабный проект «Разговоры о важном» стал важной частью информационной и воспитательной работы, направленной на развитие познавательной мотивации ребят, на развитие патриотизма. С большой заинтересованностью и эмоциональной вовлечённостью и учеников, и классных руководителей проходят эти занятия в школе № 1186, став ещё одной доброй традицией школьной жизни.

Наш корр.



Школа № 2010 имени Героя Советского Союза М. П. Судакова С ЛЮБОВЬЮ К ПРИРОДЕ

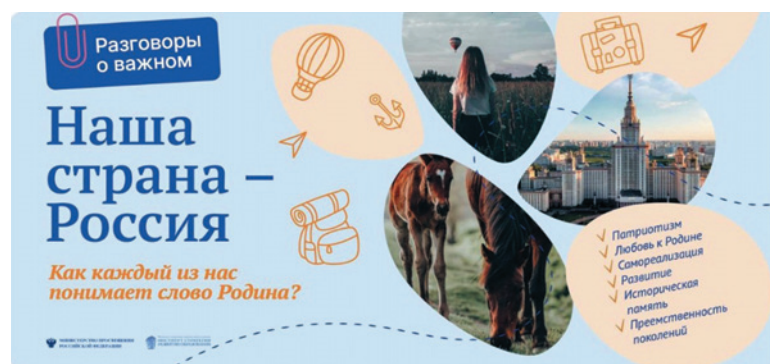
С нового учебного года во всех школах нашей страны каждый понедельник начинается с занятия «Разговоры о важном».

12 сентября ученики первых классов школы № 2010 имени Героя Советского Союза М. П. Судакова познакомились с темой «Наша страна Россия. Где мы живём».

Эти занятия создают благополучную образовательную среду для понимания детьми того, что род-

ная природа – часть Родины, а любовь к природе есть проявление любви к своему Отечеству. На этих занятиях воспитывается интерес к родной стране, желание больше узнать о её природе, о том, как описывается природа в поэзии, изобразительном искусстве, музыке.

После этого занятия ребята с удовольствием рисовали любимые уголки природы.



Актуально

О ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ ГАРАНТИЯХ

На сайте мэра Москвы С. С. Собянина размещён указ № 52-УМ от 22.09.2022 «О дополнительных социальных гарантиях лицам, призванным на военную службу по мобилизации».

Военнослужащим, призванным Военным комиссариатом города Москвы на военную службу по мобилизации в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21 сентября 2022 г. № 647 «Об объявлении частичной мобилизации в Российской Федерации», а также военнослужащим, отобранным Военным комиссариатом города Москвы, Пунктом отбора на военную службу по контракту города Москвы и заключившим контракт о прохождении военной службы с Министерством обороны Российской Федерации после вступления в силу настоящего указа (далее – военнослужащие), предоставляются меры социальной поддержки. Назовём их.

Ежемесячная выплата в период прохождения военной службы в размере 50 000 рублей.

Единовременная выплата в случае получения ранения (контузии, травмы, увечья) при исполнении обязанностей военной службы в следующих размерах: в случае получения тяжёлого ранения (контузии, травмы, увечья) – в размере 1 000 000 рублей. В случае получения лёгкого ранения (контузии, травмы, увечья) – в размере 500 000 рублей. Единовременная выплата в случае гибели военнослужащих либо в случае их смерти до истечения одного года со дня увольнения с военной службы, наступившей вследствие ранения (контузии, травмы, увечья) или заболевания, полученного при исполнении обязанностей военной службы, в размере 3 000 000 рублей членам семей погибших (умерших). Единовременная выплата выплачивается в равных долях членам семьи погибшего (умершего), указанным в пункте 4 настоящего указа.

При этом при определении размера данной единовременной выплаты учитывается единовременная выплата, произведённая погибшим (умершим) в соответствии с пунктом 1.2 настоящего указа.

Военнослужащим, заключившим контракт о прохождении военной службы с Министерством обороны Российской Федерации до вступления в силу настоящего указа, ранее получавшим меры социальной поддержки, аналогичные мерам, предусмотренным пунктом 1 настоящего указа, списочный состав которых определён Военным комиссариатом города Москвы, предоставляются меры социальной поддержки, предусмотренные пунктом 1 настоящего указа.

Иностранцам гражданам, отобранным Военным комиссариатом города Москвы, Пунктом отбора на военную службу по контракту города Москвы и заключившим контракт о прохождении военной службы с Министерством обороны Российской Федерации, предоставляются меры социальной поддержки, предусмотренные пунктом 1 настоящего указа.

Единовременные выплаты в случае гибели (смерти) военнослужащих (пункт 1.3 настоящего указа) предоставляются следующим членам семьи погибшего (умершего): 1) супруге (супругу), состоящей (состоящему) на день гибели (смерти) в зарегистрированном браке с погибшим (умершим); 2) родителям погибшего (умершего); 3) несовершеннолетним детям погибшего (умершего); 4) детям погибшего (умершего), ставшим инвалидами до достижения ими возраста 18 лет и достигшим на день гибели (смерти) погибшего (умершего) возраста

18 лет; 5) детям погибшего (умершего), обучающимся в образовательных организациях по очной форме обучения по основным образовательным программам и не достигшим на день гибели (смерти) погибшего (умершего) возраста 23 лет.

Установлено, что списочный состав военнослужащих, которым осуществляются выплаты, предусмотренные пунктом 1.1 настоящего указа, определяется руководством Военного комиссариата города Москвы.

Перечисление выплат, предусмотренных пунктом 1.1 настоящего указа, осуществляется Департаментом региональной безопасности и противодействия коррупции города Москвы в порядке, определённом руководством Военного комиссариата города Москвы.

Единовременные выплаты, предусмотренные пунктами 1.2 и 1.3 настоящего указа, назначаются военным комиссаром города Москвы при предоставлении в Военный комиссариат города Москвы документов, определённых военным комиссаром города Москвы.

Перечисление выплат, предусмотренных пунктами 1.2 и 1.3 настоящего указа, осуществляется Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы в срок не позднее трёх рабочих дней со дня поступления от военного комиссара города Москвы информации о лицах, в отношении которых принято решение о назначении единовременной выплаты в соответствии с пунктом 5.3 настоящего указа, в порядке, установленном Департаментом труда и социальной защиты населения города Москвы по согласованию с военным комиссаром города Москвы.

<https://www.mos.ru/>

Берегите своё здоровье!

ГРИПП ОПАСНЕЕ ОРВИ

Совершеннолетние москвичи могут сделать прививку для профилактики гриппа в мобильных пунктах, ГУМе и поликлиниках, а детей вакцинируют в поликлиниках, детских садах и школах.

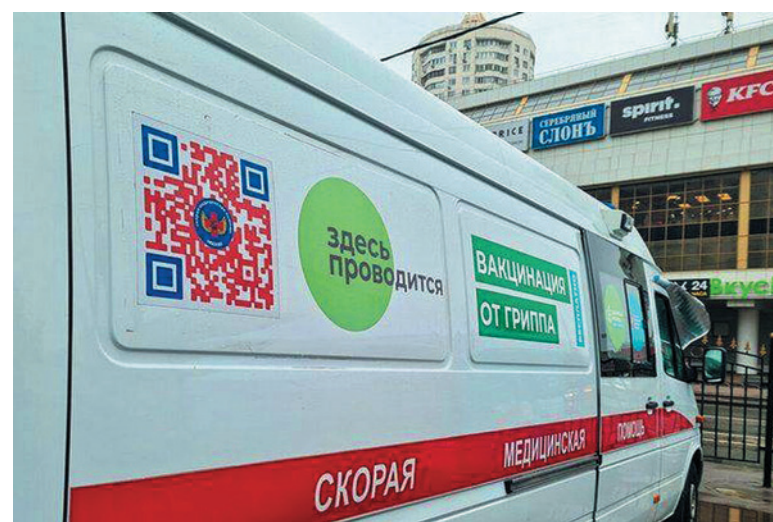
19 сентября в Москве начали работу мобильные пункты вакцинации против гриппа. Москвичи также впервые могут сделать прививку в самом центре столицы – ГУМе. Кроме того, по-прежнему вакцинироваться можно в прививочных пунктах во всех городских поликлиниках в часы их работы. Об этом сообщила Анастасия Ракова, заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития.

«В этом году мы постарались сохранить все полюбившиеся москвичам форматы вакцинации от гриппа. Это мобильные точки и поликлиники. 19 сентября вновь открыли пункты у некоторых станций метро, МЦК и железнодорожных станций. Новинка этого года – москвичи смогут сделать прививку в самом центре столицы, в ГУМе. В ближайшее время мы откроем онлайн-запись на прививку в поликлиниках – горожане смогут выбрать подходящий слот и сэкономить своё время. Подчеркну, на выработку иммунитета после вакцинации уходит примерно две недели, поэтому нужно успеть привиться не в пик сезона гриппа, а заранее», – сообщила заместитель мэра.

Мобильные пункты у метро, МЦК и железнодорожных станций работают ежедневно: с 08:00 до 20:00 по будням, с 09:00 до 18:00 по субботам, с 09:00 до 16:00 по воскресеньям. Пройти вакцинацию в ГУМе можно будет ежедневно с 10:00 до 21:00.

Прививочные пункты в поликлиниках работают ежедневно по графику работы медучреждений.

Горожане старше 18 лет вне зависимости от места регистрации могут сделать прививку для профилактики гриппа в мобильных пунктах, ГУМе и поликлиниках. При себе необходимо иметь



паспорт гражданина Российской Федерации и полис ОМС (при наличии). Процедура занимает около 15 минут. Причем основное время – это наблюдение за пациентом после прививки. Непосредственно вакцинация занимает меньше минуты. Жители младше 18 лет могут привиться от гриппа в поликлиниках, детских садах и школах.

Узнать место и время работы прививочных пунктов, а также другую подробную информацию о вакцинации против гриппа можно на сай-

те Департамента здравоохранения Москвы.

Грипп гораздо опаснее, чем ОРВИ, и может привести к серьёзным осложнениям: бронхиту, пневмонии, миокардиту, менингиту, энцефалиту и другим. Самый надёжный и эффективный способ избежать этого – сделать прививку.

За последние годы в Москве не зарегистрировали ни одного случая тяжёлых осложнений гриппа среди тех горожан, которые прошли вакцинацию. Она проводится инaktivированными вакцинами, которые не содержат живого вируса и не могут привести к заболеванию. Каждый год вакцины разрабатываются по единой рекомендации Всемирной организации здравоохранения именно против тех штаммов, которые будут наиболее распространены именно в этом сезоне.

<https://www.mos.ru/news/>

Литературное наследие

ОТ РЕДАКЦИИ. Продолжаем знакомить читателей газеты «Вести Люблино» с литературным наследием талантливого поэта и публициста, обозревателя «Литературной газеты» Юрия Николаевича Чехонадского, длительное время жившего в нашем районе. В память о светлом таланте Ю. Н. Чехонадского в 2020 году, в июньском номере, была размещена подборка его стихотворений, а в июльском – знаменитая статья «Московская байка» о нашумевшем фильме «Московская сага» по мотивам романа В. П. Аксёнова.

Публикуемая статья «OPEN!» написана в июле 2005 года и ярко показывает воинственную односторонность СМИ в те, уже давние годы. Эта болезнь оказала большое влияние на общество, особенно на молодёжь, плоды чего мы пожинаем сейчас. О многом стоит задуматься, читая незабываемые строки Юрия Чехонадского.

OPEN!

«Недавно, зайдя в один из компьютерных магазинов, я был ошарашен, увидев совершенно официально выпущенный в свет большим тиражом компакт-диск «Энциклопедия русского мата», – пишет мне знакомый композитор П. Морозов из Волгограда. – А в прошлом году я был в одном из хуторов области и видел в сельском магазинчике надпись на входной двери: OPEN. Что вообще происходит, я не понимаю! На наши головы постоянно выливается чувствующий себя безнаказанно поток бескультуры. Как музыкант, я задыхаюсь в современной музыкальной среде. То, что издают сейчас бесчисленные радиостанции, не поддаётся никакой здравомыслящей оценке».

Как мы помним, «ореп» это отверзлось с началом перестройки. И на головы людей вместе с потоком бескультуры, который имеет определённое функциональное назначение, полилась также и вполне справная идейная и политическая пропаганда. Исторические события за это время не раз напоминали российским гражданам известные слова Пушкина о том, что «никакая власть, никакое правление не может устоять противу типографического снаряда». А как бы поэт назвал прибавившиеся к этому «типографическому снаряду» изделия радио и телевидения? Бомбы? Ракеты?

Действие (или бездействие) средств массовой информации приводит к реальным, материальным результатам.

В июле 1991 года, за месяц до так называемого «августовского путча», в Челябинск съехались представители патриотических объединений со всей страны. Несколько дней участники этой встречи провели за городом, в туристическом лагере на озере Турояк. Некоторые из нас, московские писатели и журналисты, выразили желание встретиться с офицерами из части, находящейся неподалеку – в Чебаркуле. Нам хотелось знать, каковы младшие командиры, как они понимают и оценивают положение в стране, каково их самосознание и настроение, что они могут дать своим подчинённым. Ведь в воздухе уже «пахло грозой».

И вот в сопровождении рядовых к нам приехали два лейтенанта, один из которых оказался командиром танковой роты. Этот молодой человек лет двадцати пяти произвёл сильнейшее впечатление. От встречи с ним осталось воспоминание как о каком-то удушающем кошмаре. Почему? Да потому что лейтенант оказался рупором, ретранслятором, передатчиком идей, «истин», лозунгов и «заветов» самой оголтелой демократической пропаганды. Его коллега с отсутствующим выражением лица сидел молча. Было видно, что встреча эта, разговоры ему ни к чему. Солдаты же откровенно радовались, что проводят вечер «на воле», у костра, а не в казарме.

Вот только несколько высказываний тогдашнего нашего собеседника. Что, разве утратили они по прошествии стольких лет свою «свежесть» и «силу»? «Россия – империя, угнетавшая все народы, которые были присоединены к ней насильно»; «Русские не умеют работать!» (безапелляционный вывод из разговора о катастрофическом положении в стране); «Советский солдат всё испортил!» (окрик на солдата, не совсем ловко открывшего банку сгущёнки); «Большевики рассказывали богатых» («исторический экскурс» в бурном споре с молодыми

казачками из казачьего ансамбля с Кубани, которые за это высказывание чуть не бросились на него с кулаками) и т. д., и т. п. Было понятно, что ответственны за такие его взгляды не школа, которую он окончил ещё в советское время, не командиры, вышедшие из военных училищ и академий тогда же, а те, чьи голоса каждый день он слышит по радио, кого видит на телеэкране. Весь вечер лейтенант изрекал вдовбленные ему «истины», не слушая возражений и не давая себе труда хоть о чём-то подумать самому. И ещё он, аккомпанируя себе на гитаре, пел очень слабые бардовские песни, не соотносясь с обстановкой, не задаваясь мыслью, хотим мы этого или нет, пел, откровенно любуясь собой... Проще говоря, вёл себя неадекватно в обществе людей, с которыми встретился впервые.

Да, возможно, приехали к нам не типичные лейтенанты. Но командир части прислал именно их. Может быть, он хотел предьявить «московским товарищам» эти готовые, сформировавшиеся продукты демпропаганды? А, может быть, других просто уже и не было? Ведь как личности и этот высокомерный, самодовольный и ни о чём не задумывающийся лейтенант, и его ко всему безразличный коллега – наставники и воспитатели своих солдат (а ведь в танковой роте около сорока экипажей, не считая obsługi) – сформировались уже в эпоху перестройки. Значит, демпропаганда не зря старалась? Значит, к тому времени уже было воспитано целое поколение молодых людей, вполне усвоивших её «истины»? И подумалось: а смогут ли, захотят ли молодые воины, главная сила армии, когда придёт время, защитить народ от внешнего (или внутреннего) врага? А самый глав-

ный, бесконечный, постоянный вопрос: сможет ли без молодого поколения произойти возрождение России? Ведь накануне решающей битвы с фашизмом молодёжь в стране воспитывалась совсем по-другому. И её нравственный, духовный потенциал, возможно, стал решающим фактором великой Победы.

Отец мне рассказывал, что они с приятелем, молодые выпускники технического вуза, ещё перед войной весьма скептически относились к Сталину. И если бы кто услышал наши разговоры, говорил он, мы, наверное, не избежали бы участи быть арестованными. Но, оказавшись с самого начала войны на Дальнем Востоке, в бомбардировочной авиации, они и их товарищи, выполняя приказ, прикрывали страну от возможного нападения Японии. И задачу свою выполнили, хотя и рвались на фронт. А что же через полвека знакомые нам танкисты? Не они ли два года спустя метко, прямо в окна, расстреляли Дом Советов вместе с Верховным Советом России? Может быть, среди них были те, кто прошёл обучение в роте нашего лейтенанта...

А далее – о бездействии средств массовой информации.

Пересмотр итогов приватизации, говорят, сегодня невозможен. Но вспомнить некоторые детали того, как она проходила, и как вело себя телевидение и остальные СМИ, – нам никто не запретит.

Один мой дальний родственник, родившийся, обучившийся и работавший в нефтеносной российской республике, вскоре после начала приватизации стал преуспевающим бизнесменом. Занял неплохую должность в некой нефтяной компании. Перебрался с семьёй на постоянное жительство в столицу. Прикупил в Подмоскovie небольшую

макаронную фабрику, приличную квартиру в Москве, участок для строительства загородного коттеджа, обустроился. И посетил меня с визитом, приехав на джипе, которых в Москве, как пояснил он, «всего два». Конечно, было интересно узнать, почему у него так успешно идут дела. За чашкой чая Сергей рассказал, что своим теперешним положением он обязан приватизации. И поведал, как она проходила у них в республике. И как люди становились владельцами предприятий.

Государственные предприятия нефтяного комплекса, где он работал, были преобразованы в акционерные общества, их акции были распределены между работниками. «Мы сразу же организовали, – рассказывал он, – пункты, где предлагали рабочим менять эти «бумажки» на «двойки» – цветной телевизор и видеомонитор». По тому времени это было неплохое приобретение. «Это, – рассказывал он, – у нас называлось «пылесосить». То есть мы забирали у акционеров акции, формировали их пакеты и, тем самым, получали возможность контролировать предприятие». Нисколько не смущаясь, он, смеясь, рассказывал, как рабочие, придя в такой пункт, спрашивали: «А что, правда, здесь за эти бумажки дают телек и видик?» И охотно их меняли. Вроде бы ничего противозаконного. А по сути – надувательство чистой воды. Скрытый грабёж.

А что же телевидение, радио, газеты? Уж, казалось бы, кому, как не им – радевшим о благе народа, обличавшим сталинизм, тоталитарную коммунистическую систему, в которой человек был ограничен множеством табу, где его обманывали, где ему лгали – кому, как не им, следовало раскрыть людям экономические секреты нарождающегося капитализма? Рассказать

рабочим о том, что такое акции. Зачем они нужны? Что с ними делать? Что они могут со временем принести? Но СМИ бездействовали. Они лишь бурно внедряли рекламу так называемых инвестиционных фондов да финансовых пирамид. Ах, можно подумать, что ни журналисты, ни те, кто управляет СМИ, не знали, что происходит? Не умели организовать пропаганду? Нет уж. И знали, и умели. Вон какой бум устраивают всякий раз во время выборов... Просто невыгодно было.

И, наконец, о «потоке бескультуры». Мы не случайно заметили, что поток этот имеет определённое функциональное назначение. Дело слишком простое. Мы думаем, что теле – и радиона начальники, которые определяют политику вещания, те, кто стоит за ними, не могут отличить «культуру» от «бескультуры»? Что они ошибаются, бедные, в девяноста процентах случаев выбирая «бескультуру»? И что им можно объяснить, «что такое хорошо, а что такое плохо»? Что, создав «общественный совет» на каком-то канале, можно будет изменить что-то в его программной, информационной, художественной (или какая там ещё она бывает?) политике? Это невозможно. И, прежде всего, потому, что это им совершенно не нужно. Представим на минуту, как бы звучал тезис о России как о «тюрьме народов», если бы серьёзные историки (и не в одном эпизоде, а системно, в разных аспектах) показали бы, что и как было на самом деле. Как бы звучал тезис о том, что «русские не умеют работать», если бы более-менее постоянно, интересно и правдиво рассказывалось о жизни и труде наших отцов и дедов, о нынешней жизни трудящихся, их проблемах? Если бы современные экономические реалии объяснялись так, чтобы их мог понять человек хотя бы со средним образованием? То же и в музыке, и в кино, и в театре, и в литературе – во всём, что попадает под определение культуры.

Ведь изобразительное искусство и архитектура, научная мысль, законодательство, образование, религия, язык и письмо, кулинария, праздники, жилище и многое другое, даже военное дело – это всё культура. Это не только то, что показывают по одноимённому каналу. Ведь если на одну «Энциклопедию русского мата» придётся девять «Энциклопедий русского литературного языка», которые будут так же пропагандироваться, если на один «рэп» придётся не только шуточная, но заезженная песня «Перевоз Дуня держала», а ещё девять прекрасных, но не доступных людям песен из необъятного художественного наследия народа, если на один американский боевик придётся девять серий фильма, подобного «Идиоту» В. Бортко, и так далее, и так далее, то и в сознании людей что-то, наверное, изменится. И это не требует каких-то огромных финансовых затрат. Надо просто немного сменить «ориентацию». Перераспределить ресурсы. Но это-то как раз в нынешних общественно-политических условиях невозможно. Ведь чтобы «поймать рыбку», воду надо «замутить».

Ну, а зачем это нужно – вопрос интересный. И не столько философский, сколько политический. Некоторые объясняют это тем, что в мире есть силы, стремящиеся создать условия для разрушения, а затем и уничтожения России...

«Литературная газета»,
6–12 июля 2005 г.



С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ,
МОСКВА!

В этом году Москва отметила своё 875-летие. В честь этого знаменательного события в Культурном центре имени И. М. Астахова состоялся концерт «Москва – притяжение».



Москва, со своей историей, давно является центром притяжения для многих людей, поражая своими возможностями и многогранностью. Культура, искусство, бизнес, образование, сохраняя лучшие традиции, развиваются в ногу со временем, привлекая современные инновационные технологии. Москва – невероятный и особенный



город, именно этому мы посвятили наш праздничный концерт.

В концертной программе приняли участие лучшие творческие коллективы Культурного центра: мастерская эстрады «Planeta T», ДХА «РИТМ», студия балета «Жете», хореографический коллектив «Рябинки», студия танца «НеПросто танцы», ведущие творческие коллективы города Москвы – Театр песни «Марьяинские соловьи», ансамбли «Любава» и «Сударушка», студия академического вокала «Гармония», студия эстрадного вокала «Калипсо», а также солисты Культурного центра Анна Чистякова и Никита Степанов.

Концерт стал настоящим семейным праздником и объединил разные поколения. Зрители с большим теплом принимали участников концертной программы и поддерживали их громкими аплодисментами.

«МИНИ-САД
НА ПОДОКОННИКЕ»

В Культурном центре имени И. М. Астахова в октябре 2022 года стартует конкурс «Мини-сад на подоконнике», в рамках которого участники смогут продемонстрировать свои умения в выращивании различных растений у себя дома.

Конкурс предусматривает демонстрацию процесса выращивания растений из семян, начиная от посадки до полноценного сбора урожая, или завершённой композиции, в зависимости от выбранной номинации.

Принять участие можно будет в двух номинациях: «Огород на подоконнике» (растения, посаженные и выращенные из семян), и «Композиция «Мини-сад» (любые сочетающиеся между собой и объединённые в единую творческую композицию растения). Конкурс будет проводиться в онлайн-режиме, подать заявку можно до 2 октября, а сам конкурс будет проходить с 3 октября по 12 декабря 2022 года.

Мы хотим, чтобы «зелёный образ жизни» находил большую популярность среди молодёжи и взрослого населения. Для тех, кто давно увлекается выращиванием растений у себя дома или на приусадебном участке, это станет хорошей возможностью для самореализации; а для тех, кто хочет попробовать свои силы в новом направлении – возможностью найти круг единомышленников, а также узнать для себя что-то новое.

Подробности можно узнать в Положении конкурса на сайте Культурного центра «астахова.окцювао.рф» и по тел.: 8 (495) 351 99 81.

18+

«ТОЧКА ПРИТЯЖЕНИЯ»

В этом году в Культурном центре зарождается новый Всероссийский открытый конкурс-фестиваль вокального и хореографического искусства «Точка притяжения». Для участия в конкурсе приглашаются творческие коллективы и отдельные исполнители.

Идея всероссийского конкурса – дать возможность творческим коллективам и отдельным исполнителям продемонстрировать свои творческие способности в различных жанрах культуры и искусства. Конкурс открывает для всех одарённых людей новые горизонты.

Каждый из Вас свободен в выборе репертуара на конкурс. Мероприятие проводится в двух форматах – офлайн и онлайн. Приём заявок осуществляется до 20 октября, сам конкурс-фестиваль проходит с 3-го по 5 ноября. Подробно ознакомиться с условиями и подать заявку можно, ознакомившись с Положением конкурса и на сайте Культурного центра «астахова.окцювао.рф».

АНОНС МЕРОПРИЯТИЙ
с 27 сентября по 25 октября 2022 года

Что: спектакль «Отголоски»

Когда: 29 сентября, 19:00

Где: сцена большого зала КЦ имени И. М. Астахова



Описание: музыкально-драматический спектакль «Отголоски» режиссёра Владислава Маматенко – это 13 подлинных историй, судеб детей, описанных в их дневниках, при страшных обстоятельствах войны. Спектакль наполнен симфонической музыкой в живом исполнении, подлинными фото материалами и кадрами военной кинохроники.

Билеты на сайте <http://ccart.moscow> (также билеты реализуются в рамках проекта «Пушкинская карта»)

Что: Спектакль «Мяугли»

Когда: 1 октября, 18:00

Где: концертно-театральный зал КЦ имени И. М. Астахова



Описание: Единственный в мире Театр кошек и его знаменитый руководитель Юрий Куклачев представляют детский спектакль «Мяугли». В этом красивом спектакле принимают участие 23 кошки и 2 забавных пса. «Мяугли» – это добрый, волшебный спектакль с яркими декорациями и невероятными трюками питомцев Юрия Куклачева. Это настоящее чудо, которое не оставит равнодушным ни детей, ни взрослых!

Билеты на сайте <http://ccart.moscow>

Что: концерт «Молоды душой!»

Когда: 2 октября, 13:00

Где: малый зал КЦ имени И. М. Астахова

Описание: мероприятие, посвящённое Дню пожилого человека, из цикла «В гостях у «Марьяинских соловьёв»». Концертная программа выстроена из известных, знакомых песен, с учётом запросов зрителей, которые будут вовлечены в программу посредством диалога с ведущим мероприятия и при непосредственном участии, прямо из зала.

Вход свободный

Что: мастер-класс «Трибуна»

Когда: 7 октября, 19:00

Где: кабинет № 240 КЦ имени И. М. Астахова



Описание: мастер-класс по ораторскому искусству, ораторский клуб «Трибуна» предлагает прокачать свои навыки общения. Это регулярные встречи для практики выступлений и интересного общения. Развивая ораторские навыки, можно научиться управлять страхом публичных выступлений перед публикой, получить хорошую работу, наладить личную жизнь, успешно сдать экзамен, начать получать удовольствие от выступлений.

Билеты на сайте <http://ccart.moscow> (билеты также реализуются в рамках проекта «Пушкинская карта»)

Что: мастер-класс «Поделки из осенних листьев»

Когда: 7 октября, 16:30

Где: сектор № 3 КЦ имени И. М. Астахова на ул. Краснодарской, 21

Описание: осенняя листва, радуя нас буйством красок, может стать не только элементом уличных декораций, но и привнести неповторимый уют осени в дом, в виде оригинальных вещей. С помощью осенних листьев, а также используя цветную бумагу, фетр, пуговицы, можно создать прекрасные аппликации и даже букеты, которые украсят дом или подойдут для выставки осенних поделок.

Регистрация по телефону: 8 (495) 351 14 67

Что: мастер-класс «Рисуем осень пластилином»

Когда: 14 октября, 16:30

Где: сектор № 3 КЦ имени И. М. Астахова на ул. Краснодарской, 21

Описание: участники мастер-класса познакомятся с техникой пластилинографии. Эта техника



представляет собой создание лепных картин с изображением более или менее выпуклых, полубоёмных объектов на плоской поверхности. Основной материал – пластилин. Возможно использование комбинированных техник. Например, декорирование поверхности бисером, семенами растений, природным материалом.

Регистрация по телефону: 8 (495) 351 14 67

Что: спектакль «Клочки по закоулочкам»

Когда: 16 октября, 11:00

Где: малый зал КЦ имени И. М. Астахова

Описание: Московский театр кукол «Жар-птица» представляет спектакль «Клочки по закоулочкам». У каждого из нас есть в лабиринте памяти место для приятных воспоминаний детства о первых открытиях. Театр для самых маленьких, детей от года, – не просто развлечение, это способ познания мира через искусство. Спектакль играют не на сцене, а среди зрителей, в уютной обстановке.

Билеты на сайте <http://ccart.moscow>

Что: концерт «Вечер романса, и не только...»

Когда: 21 октября, 18:00

Где: концертно-театральный зал КЦ имени И. М. Астахова

Описание: в Культурном центре имени Ивана Михайловича Астахова состоится «Вечер романса» с участием вокалистов КЦ и приглашённых артистов. Гости программы услышат всем известные романсы, а также авторские произведения в этом стиле. Слушателей ждёт по-настоящему тёплый и светлый вечер в обществе замечательных музыкантов и прекрасных артистов.

Вход свободный

Что: концерт «Осень, прозрачное утро»

Когда: 22 октября, 15:00

Где: малый зал КЦ имени И. М. Астахова

Описание: концерт ведущего творческого коллектива города Москвы – ансамбля «Сударушка» под руководством Алексея Бекетова. Прозвучат песни об осени, русские народные и казачьи песни, произведения советских композиторов, песни современных авторов и популярные шлягеры прошлых лет.

Вход свободный

ПОЧЁТНЫЙ ЖИТЕЛЬ РАЙОНА ЛЮБЛИНО - ЛЕГЕНДА РОССИЙСКОГО КЁРЛИНГА

19 сентября 2022 года в пгт Сириус в тренировочном центре Дворца спорта «Айсберг» завершились всероссийские соревнования по кёрлингу среди смешанных пар (юниоры, юниорки до 22 лет). Победу в турнире одержала команда «Москва 2» – Екатерина Прыткова и Никита Кузнецов. После завершения соревнований московские спортсмены подвели итоги прошедшего старта: «Мы довольны своей игрой на этом турнире. Играли стабильно, благодаря чему удалось пройти до финала и выиграть. Свою победу мы посвящаем памяти нашего тренера Андриановой Ольги Александровны».

Ольга Александровна Андрианова – национальный тренер сборных команд России по кёрлингу (1998–2012). Заслуженный тренер России, кандидат педагогических наук, мастер спорта (кёрлинг), судья всероссийской категории. Президент Федерации кёрлинга России (2006–2010), вице-президент московской Федерации кёрлинга (1994–2022). Представитель России во Всемирной федерации кёрлинга (1999–2022).

Ольга Андрианова стояла у истоков создания российского кёрлинга. В 1993 году она буквально вербовала в свою первую команду, на улице выискивая молодых девочек и мальчишек – будущих спортсменов и чемпионов в новом тогда ещё для России виде спорта. Благодаря огромному энтузиазму и интуиции тренера, уже в 1999 году российские кёрлингистки сумели войти в десятку лучших команд континента по итогам европейского первенства, а в 2006 году занять пятое место на Олимпийских играх в Турине. В качестве главного тренера тогда и дебютировала Ольга Андрианова, возглавлявшая национальные сборные России, оставаясь бессменным их тренером на протяжении 14 лет.

Впечатляют победы российских кёрлингистов на международной арене под руководством Ольги Андриановой. Вспомним эти победные вехи.

Первый отбор для участия в зимних Олимпийских играх (ЗОИ) 2002 года в Солт-Лейк Сити (США), затем на ЗОИ 2006 года в Турине (Италия), на ЗОИ 2010 года в Ванкувере (Канада), на ЗОИ 2014 года в Сочи (Россия). Пятое место на ЗОИ 2006 года в Турине – самое высокое в истории участия российских кёрлингистов в Олимпийских играх.

Первое золото Всемирной универсиады 2003 года в Клауте (Италия).

Первое золото чемпионата Европы 2006 года в Бадене (Швейцария).

Первое золото Молодёжного первенства мира в 2006 году (Корея).

В 2012 году, за полтора года до ЗОИ в Сочи, О. А. Андрианова передала подготовленных ею спортсменов иностранным тренерам, приглашённым для усиления заключительного этапа подготовки к домашней Олимпиаде 2014 года.

Женская команда на этой Олимпиаде 2014 года заняла 9-е место, мужская – 7-е. В Сочи девять из десяти спортсменов-участников

ЗОИ были также подготовлены О. А. Андриановой (ЭШВСМ «Москвич»). Большинство её воспитанников сразу после домашней Олимпиады 2014 года пополняли команды и клубы различных регионов России.

Многие воспитанники О. А. Андриановой в настоящее время работают тренерами и менеджерами в кёрлинге.

До последнего времени О. А. Андрианова возглавляла отделение кёрлинга в СШОР «Москвич», осуществляла подготовку молодых московских спортсменов к всероссийским и международным соревнованиям.

Ольга Александровна, являясь заслуженным тренером РФ, была награждена знаками «Отличник физической культуры», «За заслуги в развитии олимпийского движения», «Почётный динамовец» и другими.

Она окончила Московский институт инженеров транспорта (1975 г.) и Московский областной институт физической культуры (1983 г.). Кандидат педагогических наук (2009 г.). Внутренними этапами карьеры О. А. Андриановой.

1975–1978 гг. – инженер-технолог на автомобильном заводе имени Ленинского комсомола ПО «Москвич».

1978–1993 гг. – тренер по баскетболу (Люблинский дворец пионеров и школьников имени А. П. Гайдара, спортивный клуб «Серп и молот»,

СШОР Фрунзенского района г. Москвы).

1994–1998 гг. – исполнительный директор федерации кёрлинга г. Москвы, а затем, в 1998–2006 гг. – исполнительный директор федерации кёрлинга России.

С 2000-го по август 2022-го – представитель России во Всемирной федерации кёрлинга.

2006–2010 гг. – Президент Федерации кёрлинга России (ФКР).

2010–2014 гг. – Генеральный секретарь ФКР.

С 2000-го по август 2022-го – член исполкома ФКР.

1998–2012 гг. – главный тренер сборных команд России по кёрлингу.

1999 – 2022 гг. – старший тренер отделения кёрлинга СШОР «Москвич».

С 1994 года – вице-президент федерации кёрлинга Москвы.

Основатель московской Школы кёрлинга. Как спортсмен, в спортивном сезоне 1993–1994 гг., в составе команды Москвы (кроме Андриановой, это Наталья Петрова, Елена Биктимирова и Людмила Базаревич). Ольга Андрианова заняла третье место в чемпионате России.

До занятий кёрлингом Ольга Александровна имела многолетний опыт спортсменки и тренера, разряды по спортивной гимнастике, лёгкой атлетике и баскетболу, являлась тренером высшей категории по баскетболу.



молодёжный европейский отбор (чемпионат Европы) 2005 года – 1-е место;

Всемирная универсиада 2003 года – 1-е место;

Всемирная универсиада 2007 года – 2-е место;

Всемирная универсиада 2009 года – 3-е место;

Всемирная универсиада 2011 года – 2-е место;

европейский этап мирового тура 2012 года – 1-е место.

В последующие годы спортсмены, подготовленные О. А. Андриановой

мсмк В. Камнева, мс А. Рашупкина, мсмк А. Дроздова, мсмк А. Стукальского, мсмк В. Корнева, мс Е. Гаджиханова, мс А. Али, мс А. Калалб, мс Г. Доронина, мс С. Андрианова, мс Е. Буракова, мс Л. Пузакова, мс В. Голова, мс Д. Цымбала и др.

Также в должности главного тренера сборной России осуществляла помощь в подготовке спортсменов мсмк П. Дрона, мсмк Я. Некрасовой, мс А. Ражабова, мс В. Деменкова, мсмк В. Моисеевой, мсмк О. Гертовой и многих других.



Особо остановимся на достижениях тренера О. А. Андриановой.

Она являлась личным тренером спортсменов и тренером сильнейших российских женских команд по кёрлингу, отбравшихся на зимние Олимпийские игры:

2002 г., Солт-Лейк Сити, США – 10-е место;

2006 г., Турин, Италия – 5-е место;

2010 г., Ванкувер, Канада – 9-е место;

2014 г., Сочи – 9-е место.

Заслуженный тренер РФ Ольга Андрианова, являясь тренером российских команд, победителей и призёров международных соревнований, подготовила шесть первых в кёрлинге заслуженных мастеров спорта (Езех Нкеирука, Ольга Жаркова, Людмила Прививкова, Екатерина Галкина, Анна Сидорова и Маргарита Фомина).

Под руководством О. А. Андриановой сборные команды России заняли:

чемпионат Европы 2006 года – 1-е место;

чемпионат Европы 2011 года – 3-е место;

молодёжный чемпионат мира 2006 года – 1-е место;

молодёжный чемпионат мира 2011 года – 3-е место;

молодёжный чемпионат мира 2012 года – 3-е место;

молодёжный европейский отбор (чемпионат Европы) 2004 года – 2-е место;

в составе сборных команд России, неоднократно становились победителями и призёрами различных международных соревнований.

С 1994 года Ольга Андрианова – вице-президент федерации кёрлинга г. Москвы. Главный тренер сборных команд Москвы, старший тренер отделения кёрлинга спортивной школы олимпийского резерва «Москвич», О. А. Андрианова – основной тренер московских команд призёров и победителей российских официальных соревнований. Женские команды Москвы, подготовленные Ольгой Александровной, являются восемнадцатикратными чемпионками России, из них – семнадцать раз подряд. Личный тренер спортсменов: змс О. Жарковой, змс Н. Езех, змс М. Фоминой, змс Л. Прививковой, змс Е. Галкиной, змс А. Сидоровой, мсмк А. Саитовой, мсмк Е. Антоновой, мсмк А. Скултан, мсмк А. Тюваевой, мс Н. Головченко, мсмк Ю. Черных (Световой), мсмк И. Гришиной, мсмк Д. Козловой, мсмк О. Болдузевой (Зябликовой), мсмк А. Грековой (Рубцовой), мс Е. Демкиной, мс Е. Кузьминой, мс Н. Борисовой, мс А. Прокофьевой, мсмк Г. Арсенькиной и др.

Под руководством О. А. Андриановой и с её непосредственным участием осуществлялась подготовка спортсменов мужских команд: мсмк А. Кирикова, мс В. Школьников, мс Д. Андрианова, мсмк Д. Абанина, мс Стебакова,

Выдающийся тренер по кёрлингу Ольга Александровна Андрианова скончалась на 71-м году жизни, после продолжительной болезни.

В Федерации кёрлинга России выразили соболезнования родным и близким экс-наставницы национальной команды, а также пообещали учредить турнир в её честь. Люблинцы по праву гордятся тем, что легенда российского кёрлинга жила в нашем районе и была его почётным жителем.

– Как Вы отнеслись к предложению учредить турнир имени Андриановой? – спросил журналист RT у пятикратной призёрки чемпионатов мира Анны Сидоровой.

– Это абсолютно правильно! У нас в стране не так много людей, которые стояли у истоков, и мы должны помнить о них. И хотелось бы, чтобы новое поколение тоже знало, благодаря кому у тысяч детей есть возможность заниматься этим видом спорта. Без напора Ольги Александровны этого абсолютно точно не было бы. Она готова была сделать всё, что в её силах. Я с радостью приму участие в этих соревнованиях. Более того, у меня появилась мысль собрать ту самую золотую команду, которую создала Ольга Александровна, и выступить на турнире.

По материалам «Википедии» и Федерации кёрлинга России





КОМПАНИЯ «СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ ЛИНИИ» (СТЛ) –
ЛИДЕР В ОБЛАСТИ ФИЗИОТЕРАПИИ. МОСКВА, УЛ. ЛЮБЛИНСКАЯ, Д. 42, ОФ. 229.
ТЕЛ./ФАКС: 8 (495) 351-83-72, 8 800 707-78-80. САЙТ: WWW.STL-COMP.RU

ПРО ВИРУСЫ И ЭФФЕКТИВНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ШЕСТЬ ЯВНЫХ СИМПТОМОВ «КОРОНЫ» ШТАММА «КЕНТАВР» В СЕНТЯБРЕ 2022 ГОДА: КАК РАСПОЗНАТЬ, ЧТО ВСЁ-ТАКИ ЗАРАЗИЛСЯ КОВИДОМ...

Российская шестая волна коронавирусной инфекции всё ещё продолжается. Новая разновидность ковида, получившая название «Кентавр», изучается врачами. Расскажем о том, откуда взялся новый штамм, какие симптомы он вызывает и чего стоит опасаться.

Итак, что такое штамм ковида «Кентавр» и откуда он появился.

«Кентавр» является одним из подвидов «омикрона» легко распространяемого, но и легко переносимого штамма коронавируса.

Впервые о мутации «Кентавра» было написано в Индии, откуда она быстро распространилась в США, Великобритании, Германии, Австралии, Японии, Индонезии, России и других странах.

В России первые пять случаев заболевания разновидностью коронавируса «Кентавр» были зарегистрированы 19 июля 2022 года. У всех пациентов была выявлена лёгкая форма заболевания.

Какие признаки наблюдаются при заражении «Кентавром»?

В ВОЗ сообщили, что влияние «Кентавра» на организм только изучается. Симптомы нового штамма схожи с обычным ОРВИ:

- небольшая температура;
- насморк;
- головная боль;
- слабость;
- местами заложенность горла;
- кашель.

Особенностями штамма являются проблемы с желудком: рвота, тошнота, диарея.

Распространённые в начале пандемии симптомы в виде потери запаха и вкуса у «современных» штаммов коронавируса отсутствуют.

Заразный штамм Омикрон BA.5 может заражать вас каждый месяц – см. основные симптомы для выявления.

Omicron BA.5 закрепился в качестве доминирующего штамма Covid во всём мире. Более того, эксперты по всему миру опасаются, что этот вариант коронавируса может оказаться самым заразным на сегодняшний день. Он способен повторно заражать пациентов в течение нескольких недель после выздоровления.

Эндрю Роберстон, главный санитарный врач Западной Австралии, сообщил News.com.au: «Мы видим, что растёт число людей, которые заразились вирусом BA.2, а затем снова заболевают через четыре недели. Так что, возможно, через шесть-восемь недель у них развивается вторая инфекция, и это почти наверняка BA.4 или BA.5». Эксперты опасаются, что BA.5, как и BA.4, может повторно заражать людей, даже если они недавно переболели другими видами Омикрона.

NHS в начале этого года обновили официальный список симптомов, добавив в него дополнительные признаки.

Симптомы ковида у взрослых следующие:

- высокая температура или дрожь (озноб);
- непрекращающийся кашель;
- потеря или изменение обоняния или вкуса;
- одышка;
- чувство усталости или истощения;
- болезненность тела;
- головная боль;
- боль в горле;
- заложенность носа или насморк;
- потеря аппетита;
- диарея;
- чувство недомогания.

Как лечат коронавирус в сентябре 2022 года в России?

Лечение при заражении новым штаммом зависит от тяжести заболевания. При первых признаках болезни нужно изолироваться и сдать тест на коронавирус.

По мнению медиков, взрослым рекомендуется употреблять не менее двух литров воды в день и следить за температурой тела. Если наблюдается внезапное и резкое повышение температуры, то необходимо как можно скорее обратиться к врачу. Без надлежащего ухода со стороны лицензированного врача вирус может распространиться и усугубиться.

Почему длительный ковид трудно поддаётся лечению?

Длительный ковид не похож ни на одно другое хроническое заболевание тем, что спектр симптомов очень широк, а их выраженность может варьироваться от человека к человеку и от дня к дню.

Чтобы представить это в перспективе: один пациент с длительным ковидом может страдать от постоянного набора симптомов, которые либо позволяют, либо не позволяют ему работать, а другой пациент может чувствовать себя хорошо в один день, а на следующий день быть истощённым.

В результате такого разнообразия ощущений пациентов длительный ковид является сложным для лечения состоянием. Неизменным остаётся тот факт, что число людей с длительным ковидом растёт, а вместе с ним растёт и нагрузка на медицинские службы.

Эти люди, как и другие пациенты с хроническими заболеваниями, будут нуждаться в долгосрочном уходе и планах лечения, чтобы помочь им справиться с длительным ковидом.

Тем не менее, есть надежда, что можно будет разработать лекарство от этого заболевания, определив, что его вызывает и как можно облегчить или навсегда остановить его симптомы. Источник: <https://voennye-sanatorii.ru/news/simptomyy-kovida-sentyabr.html>

Главный вопрос, который интересует всех пациентов:

«Как восстановиться после ковида?»

В числе основных рекомендаций по окончании острого периода и выписки из больницы – восстановительное лечение в процессе реабилитации, которое обязательно должно включать физические упражнения, ходьбу по лестнице и прогулки. Можно использовать велосипед или домашний велотренажёр или степпер (механическая лестница). Нагрузки необходимо наращивать медленно, меньше сидеть, чаще вставать и ходить по 5–10 минут каждый час. В этот период необходимо предусмотреть как минимум 30 минут ежедневной активной ходьбы не менее 5 дней в неделю. Начинать нужно постепенно, с 5 минут ходьбы без остановки. Далее – 10 минут, потом 2 раза в день по 10 минут. Когда сможете идти полчаса без остановки, увеличивайте скорость. Это желательно делать на протяжении 6 недель 5 дней в неделю, 30/60 минут в день, начиная с малой интенсивности. Критерий ограничения нагрузки – частота пульса.

В медицине существует неписаное правило: период восстановления после заболевания должен в шесть раз превышать период течения болезни. Соответственно, если недуг длился один месяц, то на восстановление уйдёт до полугода. Вряд ли кто-то станет держать пациента в реабилитационном центре столько времени, а использование возможностей частных центров потребует больших сумм.

Второй важный момент – это восстановление лёгких после коронавируса. Этот процесс предполагает профилактику дыхательных упражнений, то есть формирование диафрагмально-брюшного дыхания, а также дыхание через тренажёр Фролова или через тонкую трубку, опущенную в воду, по 10–15 минут 3 раза в день. Помогут в данном случае также упражнения на растяжение мышц грудной клетки и с эластичными бинтами.

Кроме назначенных доктором медикаментов, рекомендуется приём коктейлей мать-и-мачехи, багульника, подорожника, крапивы, чабреца, душицы. Если позволяет состояние сердечно-сосудистой системы, желателен приём скипидарных ванн из белой эмульсии (продаётся в аптеках). При наличии возможностей – массаж грудной клетки и конечностей. Кроме того, необходимо правильно питаться, принимать 10–12 граммов белка на кг массы тела.

БОЛЬШУЮ РОЛЬ ИГРАЮТ И АППАРАТНЫЕ ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ

Расскажем о применении физиотерапевтических аппаратов компании «СТЛ» в комплексном восстановительном лечении (реабилитации) пациентов, перенёсших инфекцию, вызванную вирусом COVID-19.

При применении физиотерапевтических приборов необходимо сосредоточиться на их использовании в восстановительном лечении больных после ковидной пневмонии – самого частого и тяжёлого осложнения опасной инфекции. Речь идёт о тех последствиях, которые остаются в лёгких больного, ведь даже формально выздоровев, пациент ощущает одышку, частый кашель, боль в мышцах, выраженную слабость и т. д.

Итак, основное показание для использования физиотерапевтических устройств компании «СТЛ» – состояние после пневмонии.

ПРИМЕНЕНИЕ АППАРАТА МАГНИТОТЕРАПИИ «ВЕГА ПЛЮС» ПОСЛЕ КОВИДА

Низкочастотная, низкоинтенсивная магнитотерапия основана на применении переменного магнитного поля низкой частоты. Оно снижает вязкость крови и улучшает утилизацию



кислорода клетками крови, ускоряет кровоток в лёгочных капиллярах и усиливает обмен клеток крови.

Магнитное поле нормализует регуляцию сосудов лёгких, общая площадь которых составляет 70 квадратных метров! Магнитное поле обладает сосудистым, противовоспалительным (противоотёчным), трофическим, противосвёртывающим (препятствующим образованию тромбов) и местным обезболивающим эффектами.

ПРИМЕНЕНИЕ УЛЬТРАЗВУКОВОГО АППАРАТА «ДЕЛЬТА КОМБИ»



Ультразвук, вырабатываемый данными аппаратами – это колебания, которые наше ухо не воспринимает. Когда ультразвук применяется с лечебной целью, осуществляется микромассаж тканей, но с такой большой частотой (1 кГц/сек), которая недостижима человеческой рукой или обычными вибромассажёрами. Такой микромассаж способствует уменьшению и рассасыванию отёка, очищению воспалительного очага в лёгких от погибших клеток, сгустков фибрина и мокроты в бронхах.

Низкоинтенсивный ультразвук всегда способствует восстановлению ткани, а в ранний период после воспаления он препятствует образованию пневмофиброза, который и приводит в дальнейшем к дыхательной недостаточности. Ультразвук обезболивает, подавляет воспаление, улучшает обмен в лёгких, рассасывает спайки, улучшает обмен веществ и даже убивает микробы.

Особо стоит выделить использование комбинированного режима от устройства «Дельта-Комби». Это усиливает эффект лечения, т. к. действуют одновременно два фактора: ультразвук + импульсный ток. При данной процедуре зона воздействия та же, что и на режиме ультразвука, мощность средняя или высокая (программа C4-C6), сила тока по переносимости.

ПРИМЕНЕНИЕ АППАРАТА «МЕРКУРИЙ» ПОСЛЕ КОВИДА



Электростимуляция – лечебное воздействие импульсных токов на дыхательную мускулатуру, прежде всего на диафрагму как самую мощную мышцу, которая на 80 % обеспечивает дыхание. Она обеспечивает весь дыхательный объём и 2/3 жизненной ёмкости лёгких. При перенесённой пневмонии диафрагмально-брюшной тип дыхания требует меньших затрат энергии, чем рёберно-грудной, и на этапе выздоровления особенно важен.

Электростимуляция сокращает дыхательные мышцы, помогая им: улучшает функцию нервов, управляющих дыханием, и расширяет сосуды, обеспечивающие питание мышц, а также воздействует на другие мышцы грудной клетки, а через них на бронхи, способствуя откашливанию. При этом снимаются боль и спазмы, что способствует полноценному дыханию.

Режимы процедур чередуются ежедневно: спина (ЭМС + МАССАЖ) – диафрагма (ЭМС + МАССАЖ).

Источник: <https://stl-comp.ru/wellness/alfavit/reabilitatsiya-posle-kovida.html>

Получить консультацию по заболеванию, задать вопрос по применению аппаратной физиотерапии, оформить заказ можно по телефону «горячей линии»: 8 (800) 707-78-80 (звонок по России бесплатный).

Обратите внимание: при приобретении нашей продукции Вы получаете:

- дополнительный год гарантии на любой аппарат;
- бесплатную доставку аппарата по всей России;
- скидки на дальнейшие покупки;
- бесплатные консультации специалиста.

Решение проблем клиента, связанных со здоровьем, – приоритетная задача компании «СТЛ»!

Аппараты имеют ряд ограничений и противопоказаний. Перед применением ознакомьтесь с руководством по эксплуатации, и при необходимости проконсультируйтесь со специалистом.



КОМПЛЕКСНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ – ЭТО ВАЖНО

Что делать, когда в семью вместо радостного ожидания рождения здорового ребёнка вестником несчастья приходит страшный пожизненный медицинский диагноз появившегося малыша? Как быть, если в доме зазвучали непонятные слова «ДЦП», «проблемы психоэмоционального состояния», «отставание в развитии»? Куда идти за помощью и поддержкой, чтобы сохранить семью, принять случившееся, обрести силы жить дальше? И как же важно в такой тяжёлой ситуации найти надёжный путь, по которому придётся идти многие годы, и верить, что всё будет хорошо, и отдавать ради этой веры силы, время, возможности, и служить этой вере всю оставшуюся жизнь.

От заболеваний большинства детей с ограничениями по здоровью таблеток нет, но есть современные, эффективные, реально помогающие методики, способствующие физическому укреплению и гармоничному развитию «особенного» ребёнка – комплексная реабилитация, включающая иппотерапию, лечебную педагогику и физкультуру, занятия с художни-



ком, психологом, логопедом. В РОО «ФЛЕНА» хорошо знают все тонкости разностороннего развития таких детей и уже давно используют инновационные методики иппотерапии и реабилитации, чтобы ребята с ограниченными возможностями здоровья становились более крепкими физически и успешно адаптировались в современном обществе. Ведь «ФЛЕНА» – это не просто квадратные метры на Тихой и Совхозной улицах в районе Люблино, это действующая команда настоящих профессионалов. Ценность здесь имеет всё, и в первую очередь – мощный стимул верить в лучшее, появляющийся после занятий не только у каждого ребёнка, но и у его родителей, тренеров, друзей.

Уделяя огромное внимание развитию инвалидного конного спорта, реабилитации детей, подростков, молодёжи с ограниченными возможностями здоровья методом иппотерапии, во «ФЛЕНЕ» постоянно ищут и создают и новые формы организации социально-воспитательной и досуговой работы, развития коммуникативных, художественно-творческих способностей детей, их познавательной и продуктивной деятельности, необходимой для расширения круга социальных контактов.

Очень часто родители спрашивают: как найти «ФЛЕНУ», как можно сюда попасть? Профессиональная организация работы с детьми и молодыми людьми с ограниченными возможностями здоровья, позитивная эмоциональная атмосфера, благожелательность и открытость, индивидуальный подход, обязательная коррективная нагрузка делают тренировки во «ФЛЕНЕ» привлекательными для родителей и незаменимыми для детей. Нередко родители передают информацию о «ФЛЕНЕ», что называется, «из уст в уста», делаясь своими впечатлениями о результатах занятий, с гордостью рассказывают о спортивных достижениях своих детей. И совершенно неудивительно, что знакомые люди начинают звонить заместителю руководителя РОО «ФЛЕНА», старшему тренеру

сборной команды Москвы по конному спорту лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата и интеллекта, педагогу-психологу, маме ребёнка с ДЦП Елене Николаевне Морозовой и рассказывать о своих проблемах. Они ищут поддержки, совета, помощи и всегда находят их именно здесь – на Тихой и Совхозной улицах в Люблино.

Мама Андрея Казакова, Оксана, рассказывает: «Иппотерапией мы занимаемся уже два года. В течение этого времени видим положительную динамику у ребёнка не только в физическом, но и в эмоциональном развитии. Как известно, детям с инвалидностью, в частности с ДЦП, реабилитация необходима на постоянной основе. Но зачастую в погоне за результатом мы, родители, хватаемся за всё подряд, не получая стабильно позитивного результата. В нашей реабилитационной жизни важно иметь постоянных специалистов в различных областях, которые взаимодействуют между собой и строят единую программу для конкретного ребёнка с учётом его потребностей и возможностей. Нам повезло – в РОО «ФЛЕНА» мы нашли именно такую слаженную команду. А с недавнего времени здесь, помимо иппотерапии, родителям предлагают и другие виды реабилитации. Так мы и начали свой комплексный восстановительный путь совместно со специалистами «ФЛЕНЫ». Заня-

твёрдо идти к поставленным целям и достигать многообещающих результатов».

Благодаря тому, что в Люблино существует этот уникальный клуб, все флёновцы получают не только квалифицированную помощь, но и возможность прикоснуться к особенному миру умных и добрых животных, узнать и увидеть лошадей – своих «хвостатых лекарей» – и оказаться в окружении понимающих, доброжелательных, всегда готовых поддержать их специалистов «ФЛЕНЫ». Основные реабилитационные занятия иппотерапии проходят на Тихой улице. Во время занятий обязательно соблюдаются меры безопасности: ребёнок страхует инструктор, который постоянно находится рядом и занимается с ним, лошадь ведёт коновод, занятия проводит инструктор по иппотерапии. Лошади тщательно отбираются и готовятся – животное должно быть определённой породы, со спокойным характером, специально обученным не реагировать на крик, плач или какие-то другие раздражители, кроме голоса инструктора. Для иппотерапии подходят низкорослые лошади, чтобы тренер без особых проблем мог помочь ребёнку делать упражнения.

Занятия делятся на несколько ступеней: первая – когда ребёнок не управляет лошадью, вторая – когда он уже окреп физически и начинает учиться управлять лоша-



те логопед – мама одного из флёновцев. «Важнейшим направлением мы считаем занятия по психологии с родителями, у нас действует так называемая «Школа счастливых родителей», – рассказывает Елена Николаевна Морозова. – Таких восстановительных методик практически нигде нет, а ведь психологическая реабилитация самих родителей очень важна, и мы уделяем этому аспекту в нашей работе большое внимание. Помочь родителям принять ребёнка с особенностями здоровья таким, какой он есть, крайне важно. Только после этого могут быть позитивные сдвиги в реабилитации детей. А если родители не принимают своего ребёнка таким, каким он родился, то положительных результатов не будет. В нашей практике мы нередко видим подобные семьи, да и сами в своё время прошли через этот сложный психологический

такий. Один день дети занимаются на лошадах, в другой день они идут на физкультуру, затем на рисование. И по отзывам родителей, и по настроению нашей дочери Флены мы видим, что у детей есть прогресс, улучшение, движение вперёд».

Улучшение в состоянии своего ребёнка заметила и Светлана Утенкова, мама Глеба. «Мой сын является флёновцем больше двух лет, – делится она своими впечатлениями. – Мы занимаемся не курсами, а постоянно. Это как раз легко делать во «ФЛЕНЕ». Я очень довольна тем, что в дополнение к иппотерапии, которая проходит на улице Тихой, совсем недалеко, на Совхозной улице, начались тематические занятия с узкопрофильными специалистами. Мы побывали в различных организациях, но мне нравится подход к детям именно во «ФЛЕНЕ». К примеру, инструктор по адаптивной физкультуре Наталья Зериповна не просто делает свою работу, а смотрит, прежде всего, на состояние ребёнка и уже потом подстраивает под него свои занятия. Глеб стал крепче стоять на ногах, увереннее сидеть, перестала нарастать спастика. Получается очень результативный комплекс занятий, когда различные специалисты – в одной связке – успешно решают задачу с разных сторон».

Благодаря деятельности РОО «ФЛЕНА», родители, воспитывающие детей с ограниченными возможностями здоровья, могут получать квалифицированную помощь, общаться в диалоговом режиме, обозначать имеющиеся проблемы, совместно обсуждать пути их решения и возможности реабилитации своих детей. Людям, работающим во «ФЛЕНЕ», дорого здесь всё – и обустроенная территория, и ухоженные животные, и, конечно, их ученики, потому что главная ценность для «ФЛЕНЫ» – это дети, в которых сотрудники организации вкладывают не только свои умения, но и душу. А ведь заниматься с особенными детьми – огромный, тяжелейший труд.

За прошедшие годы «ФЛЕНА» уверенно вышла на международную арену, достигнув серьёзных успехов как на научном, так и на спортивном уровне, имеет немало высоких наград. «ФЛЕНА» признана одним из ведущих конных клубов столицы, востребована в России и за рубежом.

Весомый вклад этой организации в реабилитацию и социальную адаптацию детей с ОВЗ подразумевает поддержку сотен семей, воспитывающих детей-инвалидов и не потерявших, благодаря «ФЛЕНЕ», надежду и веру в лучшее будущее.

Татьяна МАЙОРИНА



тия с лошадьми, массаж с элементами мануальной терапии, АФК, а также долгосрочное наблюдение за Андреем специалистами, которые не понаслышке знают, что такое реабилитация длиною в жизнь, приносит, благодаря нашим общим стараниям, пусть и не быстрый, но стабильно положительный результат. Надеемся, что и в дальнейшем «ФЛЕНА» будет успешно развиваться и давать возможность детям и их родителям

дью, третья ступень – участие в соревнованиях. По такой схеме во «ФЛЕНЕ» за годы её деятельности были подготовлены десятки спортсменов, и некоторые из них стали чемпионами Специальных Олимпийских игр.

На Совхозной улице работают тематические кружки по различным направлениям. Занятия по АФК проводит инструктор по адаптивной физической культуре, в ближайшее время подключится к рабо-

выбор. Сейчас наш личный опыт помогает нам понять родителей, столкнувшихся с проблемами воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья и пришедших к нам за помощью. Когда к нам приходят такие родители, в процессе общения мы стараемся найти разносторонний подход к решению их проблемы. Вместе думаем, как всё сделать по максимуму, каким путём идти, намечаем программу комплексной реабили-

«ВЕСТИ ЛЮБЛИНО»

Информационная газета для жителей и предпринимателей района Люблино, № 9 (73), сентябрь 2022 г.
Учредитель и издатель – ООО «Деловой ритм», издатель районных газет (с июня 2019 г. – ИП Колесник И. Д.)
Адрес редакции: г. Москва, ул. Суздальская, д. 26, к. 2
Главный редактор Татьяна Колесник

E-mail редакции: delritm@mail.ru
Подготовка и печать писем и информации осуществляется бесплатно
Общественный редакционный совет:
Асташкина М. А., Бахтина Е. В., Зюзин Н. Н., Локтионов В. В., Морозова Е. Н., Томленко М. В., Цветкова Т. Л., Янов А. В.

Юрист редакции газеты – А. С. Богданов,
e-mail: delritm@mail.ru
Отпечатано в АО «Красная Звезда»
125284 г. Москва, Хорошёвское шоссе, 38
kr_zvezda@mail.ru
Объём 2 п. л. Тираж 998 экз. Заказ № 4184-2022
СМИ госрегистрации не подлежит.

Без индекса. В продажу не поступает.
Распространяется бесплатно.
Авторы несут ответственность за точность приведённых фактов.
Мнение редакции не обязательно совпадает с мнением авторов. Рукописи не возвращаются.
При перепечатке ссылка на газету обязательна.

По электронной почте газету бесплатно получают 236 предприятий, организаций и учреждений района.
Подпись в печать по графику и фактически 26 сентября 2022 г. в 14:00
Выход в свет 27 сентября 2022 г. в 9:00,
доставка тиража: 10:00–11:00
Следующий номер выйдет 25 октября 2022 г.