

«Не воспитывайте детей, все равно они будут похожи на вас. Воспитывайте себя!»

Английская пословица



Жизнь Здоровье Люди

№7 от 29 мая 2016 года



На фото: В.А. Петренко, Г.Н. Карелова, Т.Р. Мухтасарова, В.Р. Шастина, Н.И. Рожкова, А.И. Якунин, участницы акции

ЧИТАЙТЕ В ВЫПУСКЕ:

9 Мая – подвиг и слава!

Фоторепортаж
о праздновании
в столице Дня
Победы

стр. 2

Лето веселое и полезное

«Московскую смену»
в течение лета
посетят 50 тысяч
детей

стр. 5

Косухи, ирокезы и детские коляски

В Парке «Красная
Пресня» отгремел
третий по счету
детский рок-фест

стр. 7

«Матери России» за здоровую нацию!

Всероссийское общественное движение «Матери России» и «Ассоциация женщин Московской полиции» при поддержке Совета Федерации ФС РФ, Минздрава РФ, Департамента здравоохранения Москвы, совместно реализуют Всероссийский проект «Сохраним жизнь маме» по профилактике рака молочной железы. В рамках проекта в течение всего 2016 года будут проходить различные акции, которые направлены на то, чтобы максимальное количество женщин в Российской Федерации смогли сделать маммографическое обследование. Первая акция прошла 30 июня в центре столицы, на Петровке, 38. Ее участниками стали женщины-полицейские.

Продолжение на стр.2

СРОЧНО ИЩЕМ ТАЛАНТЛИВЫХ И АКТИВНЫХ!

Газета
«Жизнь. Здоровье. Люди»
приглашает
к сотрудничеству

**ЖУРНАЛИСТОВ,
КОРРЕСПОНДЕНТОВ**

Опыт работы
приветствуется.

Телефон:
8 (903) 747-35-25

С 1 июня по 1 сентября 2016 г.

в Центральной городской молодежной библиотеке
им. М. А. Светлова, в рамках развития межэтнических
и межнациональных отношений в городе Москве пройдет

конкурс фоторабот «ОБЪЕКТИВность»

В Конкурсе могут принимать участие, как независимые участники,
так и творческие коллективы образовательных учреждений, объединений
и общественных организаций города Москвы и Московской области

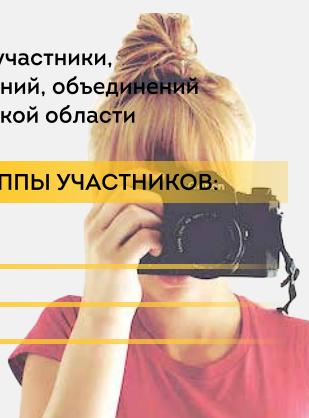
НОМИНАЦИИ КОНКУРСА:

- Культурные традиции
- Исторические места
- Портрет человека

ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ УЧАСТНИКОВ:

- с 12 до 15 лет
- с 16 до 18 лет
- с 19 до 25 года

Работы принимаются до 14 августа 2016 года



В приемной депутата В. Р. Шестиной

по адресу ул. Пречистенка,
д. 14 вы можете получить
бесплатную юридическую
консультацию.
Прием ведет адвокат.

Предварительная запись
по телефону:

8 (967) 055-58-57

В Москве стартовала акция «Здоровье матери – здоровье нации!»

Сотрудницы московской полиции стали первыми участницами Всероссийского проекта «Сохраним жизнь маме» по профилактике онкологических заболеваний среди женщин в Российской Федерации.

Проект организован Всероссийским общественным движением «Матери России» при поддержке Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, руководителей субъектов России, средств массовой информации.

В рамках этого масштабного проекта по инициативе Ассоциации женщин московской полиции в ГУ МВД России по городу Москве стартовала акция «Здоровье матери – здоровье нации!». Своей целью Ассоциация ставила рассказать женщинам о современных методах диагностики, позволяющих выявить онкологическое заболевание на ранней стадии, когда еще возможно быстрое и успешное излечение.

На торжественном митинге в честь старта акции приняли участие заместитель Председателя Совета Федерации Галина Николаевна Карелова, Начальник Главного Управления МВД РФ по городу Москве Анатолий Иванович Якунин, Первый заместитель Департамента здравоохранения Москвы Татьяна Радиковна Мухтасарова, заместитель Министра здравоохранения Московской области Ирина Геннадьевна Солдатова, Главный маммолог Минздрава России академик Надежда Ивановна Рожкова, ведущая программы «Жить здорово» Первого телеканала Елена Васильевна Малышева, ведущая программ «Место встречи» телеканала НТВ Ольга Николаевна Белова, Главный врач 220 поликлиники Департамента здравоохранения города Москвы, депутат Мосгордумы Вера Ростиславовна Шастина, проректор Московского юридического института Ольга Николаевна Жильцова, председатель Липецкого регионального отделения Светлана Геннадьевна Белякина, проректор РГУТИС Людмила Анатольевна Ульянченко, заместитель Председателя Движения Ольга Алексеевна Стройнова, актриса театра и кино Екатерина Олеговна Порубель, сотрудницы московской полиции.

Открывая торжественный митинг, Председатель Движения Валентина Александровна Петренко обратила внимание на статистику – рак молочной железы по-прежнему остается одним из самых распространенных онкологических заболеваний в нашей стране, из-за чего ежедневно 46 семей в России остаются без мам!

«Своевременное диагностирование крайне важно. Чем раньше женщина узнает о каких-то отклонениях в своем здоровье, тем ей будет легче и проще лечиться. Это вообще забота о будущем наших детей. Работая, мы

зачастую забываем о себе. И поэтому мы хотим помочь нашим сотрудницам, чтобы, не отрываясь от работы, они смогли пройти обследование, позаботиться о своем здоровье», – отметила председатель Ассоциации женщин московской полиции Марина Астахова.

Заместитель председателя Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации Галина Карелова в своем выступлении на торжественной церемонии открытия акции сказала: «Я очень рада, что этот проект по сохранению женского здоровья, который пройдет по всей стране, начинают



представительницы такой важной для общества профессии. Я благодарю начальника Главного Управления за возможность дать старт акции на легендарной Петровке, 38 и заботу о здоровье своих сотрудниц».

В свою очередь Анатолий Якунин рассказал, что на сегодняшний день 20% личного состава органов внутренних дел составляют представительницы прекрасной половины человечества, которые исполняют служебные обязанности практически во всех подразделениях столичной полиции, зачастую неся службу наравне с мужчинами. По его словам, наши женщины интересны службы ставят превыше всего, работают, не считаясь с личным временем, их служба сопряжена с риском и постоянным стрессом. Поэтому руководитель столичной полиции порекомендовал сотрудницам заботиться о своем здоровье.

Благодаря совместным усилиям Министерства здравоохранения РФ, медицинского сообщества и общероссийских общественных женских и пациентских организаций, работающих по профилактике онкологических заболеваний, смертность от рака молочной железы в России в минувшем, 2015 году, снизилась на 15%.



Первый заместитель Департамента здравоохранения города Москвы Татьяна Радиковна Мухтасарова рассказала о деятельности департамента в деле профилактики рака молочной железы и о готовности медицинского сообщества Москвы повсеместно оказывать медицинскую помощь в данном вопросе.

Главный маммолог Минздрава России академик Надежда Ивановна Рожкова отметила, что рак молочной железы значительно помолодел и всё чаще встречается у женщин до 40 лет. Она пожелала всем женщинам вести здоровый образ жизни, избегать стрессов и жить положительными эмоциями. «Внутренний настрой, положительные эмоции, улыбка и радость жизни на генном уровне влияют на развитие данного онкозаболевания». Вместе с тем, академик рассказала о серьезных научных достижениях в лечении рака молочной железы.

Телеведущая программы «Жить здорово» Елена Малышева сравнила жизнь и судьбу женщины-матери с виноградной гроздью. «Мать, как

виноградная ветка всё держит на своих плечах! На матери лежит ответственность за воспитание и здоровье детей, от неё зависит атмосфера и уют в доме, поэтому от здоровья мамы зависит здоровье в семье». Она пожелала всем женщинам пройти маммографическое обследование и призвала делать это ежегодно.

Валентина Петренко вручила главе Ассоциации женщин московской полиции символ акции профилактики рака молочной железы «Розовую ленточку» и вместе с руководителем ассоциации Мариной Астаховой передали эстафету акции «Здоровье матери – здоровье нации» – заместителю Министра здравоохранения Московской области Ирине Солдатовой.

Для всех желающих пройти диагностическое обследование Департамент здравоохранения города Москвы предоставил два передвижных комплекса с современным оборудованием, где бригада врачей проводила профилактический осмотр женщин-полицейских. В течение дня прошли обследование и получили квалифицированные консультации около 200 женщин-сотрудниц столичной полиции.

Второй этап акции пройдет 8 июня на базе Городской поликлиники 220 Департамента здравоохранения г. Москвы, где смогут пройти обследование все желающие.

Вера Павлова

Вера Шастина, главный врач Городской поликлиники 220 Департамента здравоохранения г.Москвы, депутат МГД

Акция, которую мы провели сегодня, является продолжением масштабной конференции, проведенной на базе Городской поликлиники 220 в феврале текущего года, в День борьбы с онкологическими заболеваниями. Именно там было принято решение, что нужно объединить все усилия для того, чтобы обрешить нашим женщинам важность заботы о своем здоровье и важность профилактических обследований молочных желез. Очень хочется, чтобы жизнь и здоровье наших женщин были в безопасности, чтобы они были в надежных руках наших врачей.

Хочу сказать большое спасибо Департаменту здравоохранения г.Москвы и лично Татьяне Радиковне Мухтасаровой за то, что нам была оказана большая поддержка в проведении этого мероприятия.

В этот день была сделана маммография 175 женщинам. 29 из них получили рекомендации незамедлительно пройти более тщательное обследование у онколога-маммолога. Еще двум женщинам необходима срочная медицинская помощь в этом вопросе. Это еще раз подтверждает всю важность нашей акции, ведь именно профилактика – ключ к снижению этого онко-заболевания.

Дорогие женщины, хочу вам напомнить, что маммография для женщин является бесплатной процедурой и оплачивается из ОМС. Помните, что вы очень важны для Вашей семьи и будьте здоровы!



Бирманский бокс – смирение в жизни и храбрость в схватке

– Александр Геннадьевич, кому принадлежит инициатива организации подобной встречи и обмена опытом?

– Сама поездка была организована президентом Федерации бирманского бокса (летхвея) России Денисом Владимировым, он пригласил меня как президента благотворительного фонда «Сила духа». Его заинтересовала наша деятельность, поскольку наш фонд занимается различными оздоровительными программами, в том числе в рамках реализации госпрограммы «Готов к труду и обороне!». Мы все время ищем какие-то новые формы для того, чтобы сделать наше население активнее и спортивнее, пропагандируем здоровый образ жизни. Это наша гражданская позиция. Я всегда рассматриваю все инициативы, которые приходят с мест, и когда есть возможность, финансирую региональные оздоровительные, спортивные проекты. Мы живем и работаем в этой стране, и хотелось бы видеть здесь здоровое, непьющее население.

– Почему именно бирманский бокс и чем он отличается от тайского?

– Таиланд, Мьянма (Бирма), Лаос, Камбоджа – страны, где одна религия – буддизм, и где практикуют очень похожие направления боевых искусств. Бирманский бокс жестче, в поединках спортсмены не используют перчатки, как в тайском боксе, бирманцы только обвязывают руки бинтами. В бирманском боксе разрешены удары головой, кратковременность пребывания в клинче и никаких протекторов, кроме паховой области.

– А в чем заключалась цель вашей поездки?

– Я сам хотел погрузиться в эту атмосферу, в процесс тренировок и посмотреть, можно ли это выдержать европейцу. К тому же у меня уже был опыт стажировки по восточным единоборствам в Южной Корее, поэтому решил попробовать, что называется, испытать на себе, благо, что физическая форма позволяет: давно занимаюсь тхэквондо, для поддержания тонуса практикую бег, лыжи, плавание. Но в Мьянме все оказалось намного жестче, чем я предполагал, там не такие цивилизованные условия, как в Корее.

Также мы изучали и традиционную бирманскую медицину, в частности, провели встречу с Ассоциацией врачей традиционной бирманской медицины.

Недавно президент Европейского союза паратхэквондо Александр Шлычков вернулся из Мьянмы (Бирмы), где вместе с делегацией Федерации бирманского бокса (летхвея) России изучал программу подготовки спортсменов, практикующих бокс Юго-Восточной Азии.



В общей сложности мы были в Мьянме полтора месяца, поэтому у меня была более широкая программа, чем просто спортивные сборы: удалось встретиться и обсудить возможности сотрудничества с Союзом промышленников и предпринимателей Мьянмы, с национальным Параолимпийским комитетом.

– И с какими же планами вернулись, как вы будете развивать бирманский бокс в России?

– Несмотря на довольно тяжелый тренировочный процесс, этот вид спорта можно развивать в России, но именно два направления: любительское и профессиональное. Готовить профессионалов можно только после того, как они пройдут любительский курс.

Первое, что необходимо делать – популяризировать летхвей, познакомить как можно больше людей с ним, организовать в регионах секции, клубы этого вида спорта.

Мы планируем с бирманской стороной создать спортивный лагерь на берегу моря в Мьянме, в который можно будет приглашать спортсменов и проводить с ними семинары и тренировочные сборы. Бирманский бокс имеет многовековую историю. Считается, что этому боевому направлению больше тысячи лет. Он включен в программу Азиатских Игр. Мне кажется, в нашей стране он был бы многим интересен, ведь у нас немало любителей восточных единоборств.

Второе, чем мы планируем заниматься – это развитие международного направления, о чем я уже говорил.

– Для чего нам это надо – развивать бирманский бокс? Ведь есть традиционный бокс, борьба, рукопашный бой, дзюдо, тхэквондо...

– Я считаю, что это очень хорошая подготовка бойцов- профессионалов, которые могут выступать без ограничений, которые есть в каждом стиле единоборств (напри-

мер, в тхэквондо не бьют руками в голову). Бирманский бокс – очень зрелищный вид спорта. Он хорош для тех, кто будет служить в армии, работать в силовых структурах, он позволяет эффективно подготовить военных к реальным боевым условиям, вырабатывает огромную выносливость и серьезную психологическую устойчивость.

– Считается, что восточные единоборства –



это не просто спорт, это еще и определенная философия, европейцам, россиянам в том числе, все это не совсем подходит...

– Вопрос действительно философский. В Мьянме никакой философии, особой духовности в боксе нет. Хотя смирение в жизни и храбрость в схватке – конечно, это главный постулат. Всем молодым спортсменам говорят: бирманский боксер-профессионал должен быть в жизни как ягненок, а в бою – как лев. Суровая дисциплина, очень жесткие, даже жестокие, тренировки – весь процесс подготовки организован таким образом, что он забирает всю агрессию, которая есть у человека. Это, кстати, касается всех восточных боевых практик.

В любом виде спорта самое главное – это формирование внутреннего стержня. Человек следит за своей физической формой, постоянно работает над этим, что позволяет достигнуть гармонии и с телом, и с душой. Жесткий спортивный режим вырабатывает стойкость духа.

– Параолимпийцы – это отдельное направление деятельности вашего фонда?

– Да, фонд помогает инвалидам, стремящимся к полноценной, активной жизни. Это отдельное направление – проект поддержки спортсменов по паратхэквондо. Мы работаем в тесном контакте с Федерацией тхэквондо России, другими организациями, которые проводят национальные и международные соревнования среди инвалидов, занимающихся этим видом спорта. В прошлом году МОК принял историческое решение о включении тхэквондо в программу Параолимпийских игр, и в 2020 году пройдут первые Игры с участием атлетов по паратхэквондо.

– В соревнованиях будут принимать участие и мужчины, и женщины?

– Да, как и в обычном тхэквондо. В 2017 году начинается новый олимпийский и параолимпийский циклы, и наши спортсмены начнут подготовку к Играм. Причем, у нас есть очень разные спортсмены – люди с ограниченными возможностями, имеющие проблемы либо физического здоровья, либо ментального (например, спортсмены с ДЦП). Мы будем всячески поддерживать их в непростом процессе подготовки к Олимпиаде.

Интервью подготовил Владимир Сенцов



9 Мая – праздник со слезами на глазах...

Фоторепортаж



9 мая День Победы – самая трагичная и трогательная дата! Победа в Великой Отечественной войне – подвиг и слава нашего народа. Как бы ни менялись за последние годы факты нашей истории, 9 мая – День Победы – остается неизменным, всеми любимым, дорогим, трагичным и скорбным, но в тоже время и светлым праздником.

9 мая 1945 года... Все дальше и дальше теперь от нас эта дата. Но мы помним, какой ценой досталась нашим дедом эта великая Победа.

Наверное, в каждом городе около вечного огня в этот день собираются те, кто пришел возложить цветы, вспомнить наших защитников и героев, минутку помолчать и в который раз сказать им СПАСИБО... Спасибо за нашу мирную жизнь, за наших детей и внуков, за их счастье! Спасибо Вам, низкий поклон и вечная память...

С уважением, Александр Шлычков,
президент фонда «Сила духа»

Для каждого из нас тема Великой отечественной войны очень важная и непростая. Непростая потому, что в ней крепко переплелись жизнь, смерть, память, прошлое и будущее.

Нет ни одной семьи в нашей стране, которую война не затронула, так или иначе. Все мы связаны этим сочетанием – Великая Отечественная война и Победа. Миллионы наших соотечественников отдали свои жизни, свое здоровье, свою свободу за то, чтобы мы-сегодняшние, наши дети и внуки могли мирно жить, работать, радоваться.

В нашей семье День Победы всегда был важным днем нашей жизни. Оба моих деда фронтовики, прошедшие огонь и воду. Отец моей мамы, капитан Сергей Алексеевич Барабанов служил в истребительном авиационном полку. Второй мой дед, Герой Советского Союза генерал-лейтенант Сергей Андриященко был и остается для меня живой легендой.

И я считаю, что очень важно сохранить память, передать нашим детям и внукам все, что помнят наши ветераны, что знаем мы, уже мирное поколение, об их жизни.

Я желаю всем нашим ветеранам и их близким благополучия, счастья и оптимизма на долгие годы. Низкий вам поклон и будьте здоровы!

С огромным уважением, В.Р.Шастина
депутат Московской городской Думы

Жилье для инвалидов

На жилищном учёте в столице стоят порядка 200 инвалидов-колясочников. В течение 2016 года их обеспечат специализированными квартирами, приспособленными для их комфортного проживания. Жильё они получают по договорам социального найма. Такое постановление принято на заседании Президиума Правительства Москвы.

«Ещё одна инициатива «Единой России» – предоставление инвалидам-колясочникам специализированного жилья. Был ряд ограничений постановлений Правительства, которые не давали возможность по социальному найму получать это жильё с последующей приватизацией. Мы сняли их. Поэтому я думаю, что мы практически полностью решим вопрос очередности инвалидов-колясочников на получение специализированного жилого фонда. У Москвы есть такая возможность», – сказал Сергей Собянин.

В обсуждении принял участие председатель правления региональной общественной организации инвалидов «Стратегия» Владимир Крупенников.

Вопрос о необходимости скорейшего обеспечения инвалидов первой и второй

групп со стойкими расстройствами функций опорно-двигательного аппарата специализированными квартирами обсуждался на московском городском форуме «За равные права и равные возможности». Его 12 апреля провела партия «Единая Россия».

Участники форума отмечали, что по действующему порядку инвалиды-колясочники, состоящие на жилищном учёте, получают специализированное жильё вне очереди по договору безвозмездного пользования со снятием с жилищного учёта либо по договору социального найма, но в порядке общей очереди.

Эти ограничения являются нерационными для города и дискомфортными для семей инвалидов-колясочников, так как в случае заключения договора безвозмездного пользования они лишаются права на приватизацию.

«Раньше помещения передавались только на пять лет по договору безвозмездного пользования, и люди, которые проживают с инвалидами, конечно, уезжают из своих квартир под непонятные гарантии и перспективы дальнейшего проживания в этих поме-

щениях не хотели. Таким образом, складывалась ситуация, когда город строил специализированное жильё для инвалидов, но оно очень плохо заполнялось», – сообщил Владимир Крупенников.

В настоящее время на жилищном учёте в Москве состоят порядка 200 инвалидов-колясочников. При этом в собственности города есть достаточное количество свободных квартир для полного удовлетворения их потребностей в специализированном жилье.

В связи с этим участники форума «За равные права и равные возможности» направили Сергею Собянину обращение об изменении действующего порядка, предложив передавать специализированные квартиры инвалидам-колясочникам по договорам социального найма.

Постановление Правительства Москвы «Об организации предоставления отдельным категориям граждан жилых помещений



из жилищного фонда города Москвы» решает эту проблему.

В течение 2016 года семьи инвалидов-колясочников, состоящие на жилищном учёте, обеспечат квартирами по договорам социального найма. Инвалиды-колясочники, отказавшиеся от такого варианта, не лишаются права на улучшение жилищных условий в порядке общей очереди.

По материалам официального сайта
Московского регионального отделения
партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» moscow.er.ru

«Московская смена» стартует в июне

Если вашему ребенку от 7 до 14, и вы озабочены тем, что по ряду причин он все лето проведет в мегаполисе, не переживайте. Это лето у всех московских школьников будет веселое и полезное. «Умные каникулы» стартуют уже в июне.

Городской детский отдых будет организован почти в 300 учреждениях Москвы, в том числе – в 130 школах, 27 спортшколах Департамента физической культуры и спорта и в 146 учреждениях Департамента труда и социальной защиты населения.

Как сообщила депутат МГД Ольга Ярославская, руководитель рабочей группы по проекту «Московская смена», параметры работы были определены после многочисленных встреч с жителями, педагогами, директорами школ. В целом к дискуссии подключилось более 20 000 человек. Обсуждение велось и с мэром города Сергеем Собяниным, который поддержал данную программу.

Организаторы проекта постарались учесть все основные предложения родителей – недаром был оперативно прове-

дён специальный опрос через систему электронного дневника; в нём приняли участие свыше 300 000 мам и пап.

Запланированы две смены: с 1 по 30 июня и с 4 по 29 июля. А в учреждениях Департамента труда и социальной защиты населения состоится третья смена – с 1 по 29 августа. «Московская смена» будет работать с 9 утра и до 18.00.

Ребят ждёт интересная насыщенная программа в зависимости от типа выбранного отдыха (городской летний отдых, оздоровительный, спортивный). Они будут посещать музеи, театры, парки, лучшие детские развлекательные площадки, мастер-классы, спортивные занятия и так далее. Те, кому это необходимо, смогут заниматься с логопедом и психологом, посещать лечебную физкультуру и физиотерапию.



Самых одарённых школьников будут готовить к экзаменам и олимпиадам по химии, физике, русскому языку, математике, а у тех, кому материал даётся сложнее, будет возможность

посетить увлекательные занятия по различным предметам.

Всем детям гарантировано ежедневное трёхразовое питание, а вот платить за участие ребёнка в «Московской смене» не нужно ни копейки – всё это совершенно бесплатно!

Городской детский отдых организуют более чем в 300 учреждениях Москвы, в том числе – в 130 школах, 27 спортшколах Департамента физической культуры и спорта и в 146 учреждениях Департамента труда и социальной защиты населения.

По прогнозам, в «Московской смене» примут участие более 50 000 школьников.



В Центральном Административном округе ребятам помогут организовать досуг вот здесь:

- Школа № 171, Комсомольский пр-т, д. 43, стр. 1
- ТЦСО «Таганский» филиал «Хамовники», ул. Тимура Фрунзе, д. 3, стр. 4
- ТЦСО «Арбат», Трубниковский пер., д. 21, стр. 1
- Школа № 1240, Средний Кондратьевский пер. д. 8А
- СБК «Глория» Москомспорта, ул. Зоологическая, д. 26А
- ТЦСО «Арбат» филиал «Пресненский», Тверской б-р, д. 14, стр. 1

Все подробности на сайте:
<http://data.mos.ru/tvoeleto2016/>

В Москве открыт сезон клубники

В Москве открылись ягодные ярмарки, которые будут работать два месяца, до 1 августа. Всего в столице будет 135 точек продажи сезонных ягод, в основном клубники и земляники. Как сообщил руководитель Департамента торговли и услуг Алексей Немерюк, к 1-му июня на территории города выставлено 48 торговых точек. Это связано с тем, что первый урожай едет в столицу из южных регионов: это Кабардино-Балкария, Краснодарский край, Астрахань. В дальнейшем к ним присоединятся коллеги из Московской области, Ростовской и других, которые также привезут в Москву более двух с половиной тысяч тонн садовой земляники садовой.

На ярмарках продают ягоды только отечественного производителя. «Мы специально предоставили возможность регионам определить, кто на этих площадках будет торговать. Всем написали письма, чтобы российские, региональные производители, могли попасть на этот фестиваль и предложить москвичам, гостям столицы свою землянику», – добавил глава Департамента. Заявки подали более 10 регионов. Как только товар закончится у одного, его место займёт другой, у которого подошёл урожай.

Места выбирали, учитывая удобство для жителей. Ярмарки будут работать с 09:00 до 21:00.

Ограничений по ценам на ягоды город вводить не будет. Например, астраханская клубника обойдется покупате-

лю в 300 рублей за килограмм. Но есть вероятность, что цены к сезону, недели через две-три, снизятся.

Кстати, тем, кто хочет полакомиться клубникой бесплатно, предлагается приехать на сбор урожая в совхоз им. Ленина в Подмоскovie: там разрешают забрать с собой 10% от собранных ягод, поесть клубнику прямо с грядки также не возбраняется.

В Центральном Административном округе клубничная ярмарка расположена по адресу: Тишинская площадь, владение 6.

К 12 июня Москву украсят две тысячи флагов

На День России Москву украсят почти две тысячи флагов. Их установят на крупных мостах и вдоль трасс. На медиафасаде Центрального телеграфа на Тверской улице покажут видеоролик с реющим триколором и двуглавым орлом. Кроме того, плакаты с праздничной символикой появятся на рекламных щитах.

Как пояснили в пресс-службе Комплекса городского хозяйства города Москвы, флаги появятся в Москве уже к 11 июня, а снимут их уже после праздника, то есть 13-го числа. На 11 мостах и путепроводах Москвы установят 1761 флагшток с российским триколором. Их разместят на шести эстакадах на Минском и Ленинградском шоссе, а также на проспекте Мира. Флагштоки также установят на Больших Москворецком, Каменном и Устьинском мостах. На зданиях вдоль Кутузовского проспекта вывешат 90 стягов.

В пределах Садового кольца и возле трасс установят 68 праздничных композиций. Они будут состоять из нескольких



мачт с флагами высотой от восьми до 12 метров. Например, их разместят на Калужской и Смоленской площадях, а также в Сокольниках и на площади Гагарина.

Кроме того, город украсят праздничные плакаты с гербом и флагом России. Кроме того, государственные символы будут демонстрироваться на цифровых билбордах, расположенных около крупных автомагистралей.

Кроме этого, на День России в центре Москве в праздничном режиме подсветят более 70 зданий. Фасад Музея современного искусства на Тверской с заходом солнца окрасится в цвета российского флага. На медиафасадах домов-кинотеатров на Новом Арбате будут транслировать трёхминутные ролики. Москвичи и гости столицы смогут увидеть огромную карту нашей страны, а после неё – двуглавого орла. В завершение видеоряда покажут развевающийся на ветру российский флаг. Напомним, всего на Новом Арбате три медиафасада на домах-кинотеатрах. Ещё пять зданий на улице подсветят в цвета российского флага.

У добровольцев всегда есть сердце...

Наша страна шла к Великой Победе на протяжении страшных и долгих 1418 дней и ночей. За это время миллионы людей были отправлены на фронт той злой войны... У всех дома остались родные, которые очень ждали возвращения своих мужей, отцов, детей, братьев и дедов и молились за них. Но вернулись не все, немногие дожили до Победы, немногие увидели свою семью вновь. Согласно последним данным, война унесла жизни более 27 миллионов жителей Советского Союза.

Сейчас, в год 71-ой годовщины Победы, осталось совсем мало участников тех страшных дней, все меньше становится переживших войну в тылу, в том числе и детей войны. Наши доблестные бойцы боролись и ради мира в странах, захваченных фашистами, за ясное небо над нашими головами, за что мы им должны сказать: «Спасибо!». Замечательно, что в нашей стране возобновилось проведение парадов Победы, на которые приглашают ветеранов, почетных людей городов, демонстрируется арсенал военной техники, проходят маршем солдаты различных подразделений, пролетает современная авиация. От мощи российской армии захватывает дух!

Начиная с 2004 года, в Кузбассе в День Победы стали проходить акции памяти в честь солдат-победителей. А в 2007 году в городе Тюмень возникла новая идея – создать полк победителей, в котором бы шли семьи участников Войны с фотокарточками своих героев, ведь большинство из тех героев не смогли попасть на Парад 1945 года. Эта идея начала набирать обороты, и с 2012 года она получила официальную поддержку в российских городах под названием «Бессмертный полк». Акция стала распространяться и на другие страны. К ней присоединились потомки советских солдат и благодарные жители во многих странах мира. В этом году акция бессмертного полка прошла по городам более 40 государств: США, Канада, Израиль, Великобритания, Франция, Аргентина и другие.

Само мероприятие связано с огромными усилиями по организации, для этого требуются тысячи помощников – волонтеров. В Москве шествие начиналось от станции метро Динамо и двигалось к Красной площади. Это чуть больше пяти километров. На участке от метро Динамо (Ленинградского про-

спекта) до Исторического музея работала команда Мосволонтер.

На акцию «Бессмертный полк – Москва – 2016» заранее были подготовлены несколько сотен волонтеров из Москвы. (На Красной площади работали «Волонтеры Победы» из разных городов). Первым этапом была регистрация на сайте «Мосволонтер», затем проводились в несколько этапов специальные обучающие семинары в Московском Доме Общественных Организаций, т.к. желающих помочь было, действительно, много. Каждый волонтер хотел внести свою частичку добра в этот «праздник со слезами на глазах» и с нетерпением ждал 9-го мая.

И вот настал долгожданный День Победы. Мы, волонтеры, готовы в любую погоду, и в солнечную, и в дождливую, прийти на помощь. Мы собрались каждый на своем участке еще в 11 часов, успели увидеть удивительное захватывающее зрелище пролета авиации. Задачи у каждого волонтера были разные: одни строили полк, регулировали поток людей, другие раздавали флаги, третьи – ленты, значки, карточки, четвертые – воду, пятые занимались навигацией, шестые были «живой цепью». Каждый волонтер помогал всем участникам, мы пели военные песни, и целая «бессмертная» колонна пела «Катюшу», дружно кричали «Ура» во славу Победе.

Удивительно, но уже в 11 часов люди собирались на улицах с портретами своих прадедов, дедов, отцов, братьев, хотя официальное начало акции было назначено на 15:00. У каждого участника своя семейная история, у каждого солдата – свой военный путь. Кажется, что в этот солнечный и знаменательный день никому не хотелось сидеть дома, все пытались присоединиться к шествию. В полк хотели попасть все от мала до велика. Удивительно, но даже самые маленькие участники не капризничали,



ли, а шли (или ехали на плечах родителей и в колясках) смирно, осознанно, как будто, «маленькие взрослые». Присоединиться к шествию можно было с трех станций метро: Динамо, Белорусская, Маяковская. Поток людей шел и шел, не прекращаясь почти до семи часов вечера. Люди приезжали на самое крупное шествие из самых разных уголков страны, даже из других стран. Но пройти с портретом своего родственника по Красной Площади, на которой 71 год назад прошел самый первый Парад Победы, более почетно. Ведь, не всем участникам тех жестоких времен довелось побывать здесь. По данным МВД в Москве в Бессмертном полку участвовало более 800 тысяч человек! Глядя на нескончаемый поток людей в колонне Бессмертного полка, сразу всплывают строчки известной песни из кинофильма «Офицеры» – «Нет в России семьи такой, где б не славился свой герой...». Эта акция продемонстрировала масштабы трагедии, пережитой нашей страной.

Стоит отметить, что в Москве в преддверии Дня Победы при помощи «Мосволонтер» проходило множество мероприятий. Одна из них «Во времена военных ди-

рижаблей». Здесь ребята-волонтеры рассказывали о малоизвестных фактах в героической истории нашего города. Во время другой акции – «Благодарю Вас за Победу» волонтеры раздавали карточки прохожим, на которых они могли написать свое «Спасибо» ветеранам. Также 7 мая прошла акция на Поклонной горе «Нарисуй деда». Туда съехались учащиеся художественных вузов Москвы, которые писали портреты по маленьким военным фотокарточкам, а иногда даже и по словесному описанию, чтобы эти участники Великой Отечественной Войны смогли встать в строй Бессмертного Полка. Желающих было очень много. Художники очень старались, а волонтеры в это время раздавали Георгиевские ленты, значки, открытки, а также показывали путь к художникам.

Нам безумно приятно осознавать, что мы создаем историю, что мы ее непосредственные участники, но еще более приятно то, что мы живем под мирным небом и творим под ним добро!

Текст и фото:
Алешникова Валерия

«Мосволонтер» – ресурсный центр, созданный в 2014 году. Сейчас является наиболее крупным в стране по численности волонтеров и по количеству проектов, среди них: День Города, Елки в мэрии, Ночь искусств, Ночь в музее, Олимпиада в Сочи – 2014; различные поездки в детские дома, дома пожилых людей, питомники; часть занимается донорством.

Существуют специальные направления: социальное волонтерство, спортивное, событийное, корпоративное, арт-волонтерство, медиаволонтерство, волонтеры общественной безопасности, экология, донорство и серебряное волонтерство.

В настоящий момент на официальном сайте «Мосволонтер» зарегистрированы порядка 20 тысяч волонтеров. Средний возраст волонтера 24 года, хотя для участия в волонтерском движении нет возрастных ограничений. Волонтеры, которые действительно, готовы посвящать свое время добру, получают «Личные книжки волонтера», в которых фиксируются все волонтерские проекты, количество часов, проведенных на том или ином мероприятии. Так же недавно был образован специальный проект «Школа волонтера», в котором в течение нескольких месяцев волонтеров обучают. К каждому мероприятию волонтеров готовят, проводят обучающие встречи, на которых рассказывают о функциях на мероприятии, что делать в тех или иных ситуациях и т.д.

Самый распространенный вопрос к волонтерам: «Вам платят?» Ответ: «Нет! Мы действуем по собственной воле, от души». Тогда у некоторых людей вопрос: «А вам, что заняться нечем, кроме того, как тратить свое время? Какая вам выгода от этого?». Отвечаем: «Прежде всего, эта работа учит работать в команде, что сейчас, далеко, не все умею; дает новые знания в различных областях; развивает стрессоустойчивость, коммуникабельность, доброжелательность, исполнительность, организованность, пунктуальность; воспитывает сострадание и уважение к людям и т.д. А кроме того, благодаря волонтерам создается привлекательный образ города, молодежь вовлекается в активную деятельность в городе и т.п.»

Сайт Ресурсного центра «Мосволонтер»: mosvolonter.ru





Первый детский зажигал не по-детски!

Где рок, там семья – доказано
Первым Детским рок-фестивалем

Отличием Кидсрокфеста этого года стало бесчисленное количество активностей от партнеров фестиваля. «В первый год мы обкатывали идею фестиваля. Во второй раз сделали ставку на количество музыкальных коллективов. В этом году мы решили показать весь спектр возможностей семейного отдыха родителей вместе с детьми с самого раннего возраста, и пригласили для этого наших давних друзей – социальных предпринимателей в сфере семьи и детства, которые устроили на площадке более 30 интерактивных зон. Это единое пространство, придуманное и созданное, чтоб объединять семьи» – рассказывает Евгения Лазарева.

На парковых лужайках разместились более 30 развлекательных и площадок, созданных детскими клубами и творческими объединениями Москвы. На площадке Mamano's Place можно всем вместе сфотографироваться в стильной фотозоне и почерпнуть идеи для организации нестандартного дня рождения. Послушать про историю рока от творческого бюро BalduKids, спеть и станцевать вместе с зажигательными ведущими любимые хиты. Посмотреть показ рок-моды Top Secret Kids и примерить один из образов на своего малыша. А для совсем уставших от праздника мам и пап babysitters от проекта KidsOut предлагали бесплатный присмотр за детьми на игровой площадке под открытым небом.

Ребята из школы GuitarPlays открыли юным посетителям и их родителям тайну: играть рок – просто! О том, как начать играть, что для этого нужно иметь, каких ошибок можно избежать – рассказывали Макс Кузнецов и его ученица Аня Степанова.

Адепты рокабилли в России, преподаватели танцевальной школы Moscow Dancing Rebels, учили всех, от мала до велика, танцевать джайв и подарили ураган бурных танцевальных эмоций.

Открытые тренировки провели и официальное представительство бразильской ассоциации поддержки и развития боевого искусства Капоэйра, ABADA-CAPOEIRA. Сертифици-

рованный тренер Алексей Найденов вместе со своей командой рассказали и наглядно продемонстрировали, как боевое искусство может быть связано с музыкой и чувством ритма.

Клуб Smile&Co устроил для гостей Фестиваля настоящее путешествие в детство – и предложил посоревноваться в боях подушками, в прыжках в мешках и веселых стартах, а также вспомнить дворовые игры – резиночку, классики, ручеек.

«Все развлекательные площадки организованы мамами, влюбленными в детство, которые дарят гостям фестиваля свое вдохновение и творчество» – говорит Лазарева. – Пять фестивальных зон, стилизованных под рок-мастерские, объединены одной идеей – совместного досуга, который не оставит равнодушным никого из членов семьи». Пока мамы и маленькие модницы делают прическу в стиле рокабилли, папы наблюдают за первым мастер-классом сыновей по игре на гитаре. А после можно всей семьей послушать рок-чтения в книжном автобусе Бампер от папы-музыканта (который через пару часов зажжет на сцене!), поучаствовать в се-

мейной рок-эстафете клуба Smile&Co, стать актерами рок-театра «Домик Алисы». Перекусить вкусной и полезной едой от рестораторов Москвы, или – съесть собственноручно раскрашенный пряник или рок-фигурку из шоколада, сделанные тут же, в одной из развлекательных зон фестиваля.

Главным музыкальным событием стал девятичасовой рок-концерт на главной сцене. В этом году зрителей ждали выступления групп «Beat Devils», «PRANA», «Черный кофе», «Тайм-аут», «PEP-SEE», «Distemper». Шоу-группа «Академики» и продюсерский центр Игоря Сандлера показали сразу несколько детских проектов, где совсем юные музыканты исполнили легендарные рок-хиты. Гоша Куценко вывел на сцену целую банду малышей со зрительской площадки, а песни группы «Приключения электроников» соединили зрителей в грандиозный рок-хоровод на закате.

Все участники и гости получили заряд бодрости и хорошего настроения на целое лето. И конечно будут ждать следующий Kidsrockfest!



Первый детский рок-фестиваль проводится в Москве с 2014 года. Организаторы – продюсерская группа «Маманонстоп», объединяет активных родителей, реализующих социальные проекты в сфере культуры детства, семейного досуга, раннего развития.

Первому детскому рок-фестивалю нет аналогов в Москве по количеству колясок, грудничков, дошколят и беременных, отплясывающих рок-н-ролл. А также – кошек и цыпляток, которые можно увидеть не только на «олдовых» рокерах, но и на малышах, которых они привели с собой, чтобы вместе провести день на Кидсрокфесте. Многие в этом году пришли не впервые – Кидсрокфест влюбляет в себя сразу и заставляет ждать новых встреч.



Лунный посевной календарь огородника и садовода на июнь 2016 года

Чтобы получить хороший урожай в саду и огороде мало полагаться на собственные знания и опыт. Зачастую результат наших трудов зависит от природы. Так, к примеру, зная фазу луны и ее расположение относительно знака зодиака можно правильно выбрать время для посадки сельскохозяйственных культур и ухода за ними. Садоводам и огородникам, следует помнить два самых главных правила:

1. сеять семена овощных культур и зелени лучше во время растущей луны, а высаживать корнеплоды рекомендуется за неделю до новолуния.
2. в полнолуние и период новолуния не желательно что-либо сеять, так как это самое неблагоприятное время для посадки – вероятность того, что сельхозкультуры будут плохо расти, очень велика.

С помощью лунного посевного календаря вы легко определитесь с датами посева различных сельхозкультур, узнаете наиболее благоприятные дни для пикировки и высадки рассады в грунт, полива и подкормки растений, проведения работ в саду и т.д.

** Дни, не отмеченные как благоприятные/неблагоприятные, относятся к нейтральным.*



Культура, вид с/х работ	Благоприятные дни	Неблагоприятные дни
Посадка и посев		
Лук на перо, зелень, салат, листовая капуста	6-7, 16-20	1, 23-24, 26-29
Морковь, свекла, корневой сельдерей и др.	6-7, 16-17, 21-22, 25	
Лук-севок, чеснок	6-7, 16-17, 21-22	
Картофель		
Редис, редька	6-7, 16-17	
Кабачки, тыквы	6-7, 16-17, 25	
Горох, фасоль	4-5, 16-20	
Подсолнечник	8-10, 16-17	
Посев семян овощей на рассаду	6-7, 16-17, 25	1, 21-24, 26-29
Пикировка и высадка рассады	6-7, 11-12, 16-17, 25	
Посадка и пересадка комнатных растений	6-7, 13-15, 21-22, 30	1-5, 23-24, 26-29
Прививка, обрезка сада	6-12, 25	1, 13-20
Посев однолетних цветов	6-7, 11-20, 25	1, 23-24
Луковичные цветы (выкопка)	2-5, 8-10, 23-24	16-20
Многолетние цветы (посадка)	2-3, 6-7, 11-15, 18-22, 30	1, 4-5, 23-24
Многолетние цветы (деление)	11-12	2-3, 16-22
Посадка декоративных деревьев и кустарников	2-3, 6-7, 11-15, 18-20, 30	1, 21-24
Полив и подкормка растений	11-12, 16-17, 21-22, 25	1, 8-10, 18-20, 23-24
Обработка клубники	1, 4-5, 18-20, 23-24, 26-29	13-17, 25
Черенкование	8-10, 13-15, 18-20	1, 25
Прополка	1, 4-5, 18-20, 26-29	21-24
Пасынкование томатов	1, 4-5, 8-10, 18-20, 23-24	13-17, 25

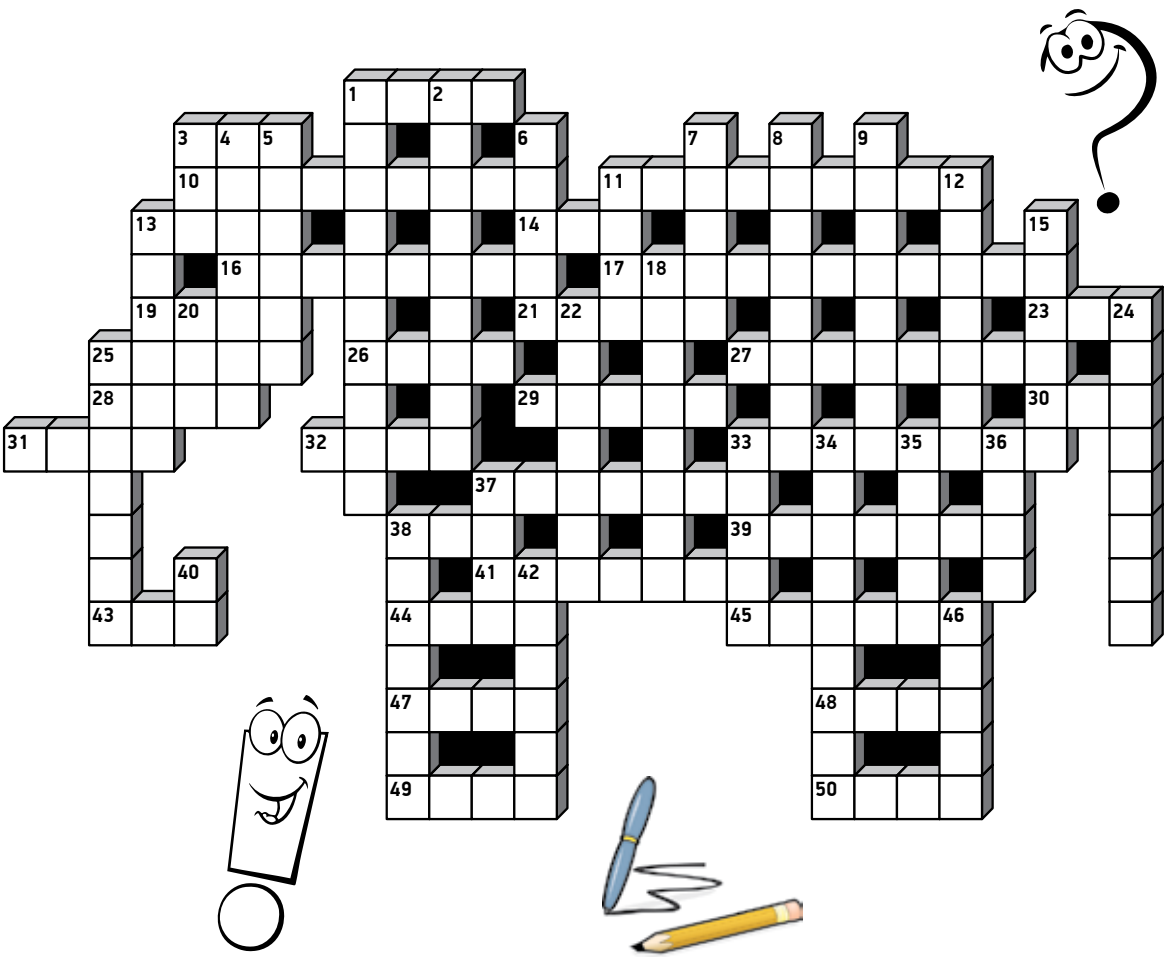
Интеллектуальная зарядка

Вопросы по горизонтали:

1. Упаковка для контрабанды из кинокомедии «Бриллиантовая рука». 3. Танцы «после корабля». 10. Его три года ждут. 11. Малобюджетная скульптура. 13. Наиболее часто встречающееся в ужасниках деревянное изделие. 14. Палиндром на животе. 16. Индивидуал (жарг.). 17. Испытание самим собой. 19. Дневной перекус. 21. Метод управления строгого, но непутевого начальника. 23. Крик, «угодивший» в фамилию певицы. 25. «Корабль» тундры. 26. Толстой бросил ее на рельсы, а Чехов повесил на шею. 27. Транспорт, обожающий спидвей. 28. Оправдательная речь застольщика. 29. Тот, на котором ты катаешься, и тот, который по тебе может прокатиться. 30. Бумага, попавшая в суд. 31. Поединок продавца и покупателя. 32. Половина азбуки Морзе. 33. Такси, за пассажира которого расплачиваются родные и близкие. 37. «Напарник» Содомы. 38. «Мадам» по-шведски. 39. Упражнение, цель которого - доказать школьнику, что русского языка он не знает. 41. Французский писатель, «подаривший» дамам свой возраст. 43. И штриховый, и телеграфный. 44. Молчание по отношению к согласию. 45. Запах цветочного базара. 47. Брешет, а не собака. 48. Единственный воин, приносящий оружием любовь. 49. Десерт, дрожащий перед сладкоежкой. 50. «Фруктовая» птичка.

Вопросы по вертикали:

1. Стремление написать больше, чем прочитал. 2. Что придет к человеку, когда он врубится? 3. «Лесной» химический элемент. 4. Клиент с мобилой. 5. Мечта всякого гадкого утенка. 6. Кайф от печки. 7. Подушка «сарделькой». 8. Мышечная сводница. 9. Насекомое, оказавшееся к осени в положении бомжа. 11. Место рождения истины. 12. Притворщица за деньги. 13. Разведчик недр. 15. Тот, от кого остались рожки да ножки. 18. «Озверевший» ежик. 20. Религиозное парнокопытное. 22. Вклад картошки в стирку белья. 24. Повелитель марионеток. 25. Вектор, потерявший ориентацию. 33. «Цветочный горшок» под пальму. 34. Дом зеленоглазых авто. 35. Крылатая, летающая с языка. 36. Река, в которой водолазами работают историки. 37. Заячья, раскатынная или армейская. 38. Тело самолета. 40. Место дислокации Люцифера. 42. «Злоупотребление» буквы «А» в разговоре. 46. То, чем занимается валютная биржа.



Ответы по горизонтали: 1. Гипс. 3. Бал. 10. Обезьяна. 11. Статуэтка. 13. Проб. 14. Пыл. 16. Неформал. 17. Одиночество. 19. Океан. 21. Океан. 27. Мотоцикл. 28. Тост. 29. Коток. 30. Иск. 31. Иск. 33. Каток. 34. Каток. 37. Го-мор. 38. Фру. 39. Диктант. 41. Балзак. 43. Код. 44. Знать. 45. Аромат. 47. Лун. 48. Амур. 49. Желе. 50. Киви. Ответы по вертикали: 1. Гипс. 3. Бал. 10. Обезьяна. 11. Статуэтка. 13. Проб. 14. Пыл. 16. Неформал. 17. Одиночество. 19. Океан. 21. Океан. 27. Мотоцикл. 28. Тост. 29. Коток. 30. Иск. 31. Иск. 33. Каток. 34. Каток. 37. Го-мор. 38. Фру. 39. Диктант. 41. Балзак. 43. Код. 44. Знать. 45. Аромат. 47. Лун. 48. Амур. 49. Желе. 50. Киви.