

*Теперь понятно!*

# ТЁПЛЫЙ КРАЙ

ГАЗЕТА ИЗБИРАТЕЛЬНОГО ОКРУГА № 35

КОНЬКОВО И ТЕПЛЫЙ СТАН

ДЕПУТАТ МОСГОРДУМЫ РЕНАТ ЛАЙШЕВ

# СПАСЕННОЕ ЛЕТО

Мудрое решение правительства Москвы о возрождении детских городских лагерей стало спасением для многих столичных семей. Работающие москвичи без палочек-выручалочек в лице бабушек и дедушек записали детей в лагеря программы «Московская смена». Здесь совершенно бесплатно ребята находятся весь день, полноценно питаются, ездят на экскурсии, развиваются и занимаются спортом.



Город мастеров «Мастерславль». Здесь дети могут попробовать себя в разных сферах деятельности. Ребята из «Самбо-70», например, примерили куртки спасателей и прикоснулись к азам этой важной и трудной профессии.

**стр. 2**

**ТВОЙ МУСОР  
НУЖЕН ЗАВОДУ  
ИЗБАВЬ ОТ НЕГО  
ПРИРОДУ**

Репортаж с сортировочного пункта перед отправкой мусора в переработку

**стр. 4**

**ЭНЕРГИЯ  
В МИРНОМ РУСЛЕ**



Увлечение рукоделием выходит на пик моды среди горожан

**стр. 5**

**С ЛЮБИМЫМИ...  
РАССТАВАЙТЕСЬ!**



Летние разлуки – не повод для стресса, считает психолог Анна Сухова

**стр. 6**



## НОВОСТИ

### ЮБИЛЕЙНЫЙ ВЫПУСК «САМБО-70» ПРИНЕС РЕКОРД



23 июня в Центре спорта и образования «Самбо-70», которым руководит депутат Мосгордумы Ренат Лайшев, состоялся выпускной вечер. Среди воспитанников юбилейного 40-го выпуска знаменитой школы – рекордное количество медалистов. В этом году сразу 22 выпускника получили аттестаты с отличием и медалей «За особые достижения в обучении» города Москвы.

В этом году 91 выпускник из 5-х классов окончил общеобразовательную школу «Самбо-70».

Многие из них являются победителями и призерами всероссийских и международных соревнований по дзюдо, самбо, плаванию и карате.

Центр спорта и образования «Самбо-70» всегда славился не только спортивными успехами воспитанников, но и высоким уровнем образования, где тоже есть повод для гордости. За годы работы школа подготовила 42 золотых и 19 серебряных медалистов. Но такого количества медалистов не было никогда. Собственно, мало школ в нашей стране может похвастаться таким результатом своих учащихся! По мнению депутата Рената Лайшева, такой успех если не закономерен, то вполне предсказуем: – Все 45 лет существования «Самбо-70» и те четверть века, что я руковожу школой, мы совершенствовали наш уникальный сплав спорта и образования. И он дает свои удивительные результаты. Я безумно горжусь нашими ребятами. Они лучше, умнее, воспитаннее нас! Пусть им повезет в жизни, а мы будем продолжать следить за их успехами. Мы никогда не прощаемся со своими воспитанниками, всегда их ждем!

### ТРОПАРЕВО: ТЕРРИТОРИЯ ДВИЖЕНИЯ

4 июня в зоне отдыха Тропарево состоялся I летний спортивно-развлекательный фестиваль для всей семьи «ТРОПАРЕВО: ТЕРРИТОРИЯ ДВИЖЕНИЯ», организованный по инициативе депутата Московской городской думы, генерального директора Центра спорта и образования «Самбо-70» Рената Лайшева.



На четырех основных площадках фестиваля посетителей парка ждала насыщенная программа: яркие танцевальные номера от мастеров спортивных танцев и акробатического рок-н-ролла, показательные выступления и мастер-классы по самбо, карате, сумо, тхэквондо и художественной гимнастике. Под чутким руководством опытных наставников все желающие могли попробовать себя в спортивном ориентировании и модном направлении активного досуга – скандинавской ходьбе. Детей же ждали веселые подвижные игры и профессиональные аниматоры, а также разнообразные призы и сувениры.

На фестивале работала общественная приемная депутата Рената Лайшева. Здесь все желающие могли оставить обращение депутату и пообщаться с ним лично на самые острые темы, тревожащие жителей районов Коньково и Теплый Стан.

### КАБИНА ДЛЯ ВЛЮБЛЕННЫХ

Центры госуслуг Москвы предлагают влюбленным подать заявление о регистрации брака, прогуливаясь по парку «Музеон».

С 27 июня влюбленные пары, прогуливаясь по парку, могут подать заявление о вступлении в брак! А еще в этой кабине у видеоконсультанта можно будет узнать информацию об административных правонарушениях в сфере дорожного движения, исполнительных производствах по линии судебных приставов, уточнить свой номер в очереди на получение жилья. Также с помощью видеоконсультанта можно заполнить заявление и заказать выписку из ЕГРН, ЕГРИП и ЕГРЮЛ, оформить заявление на резидентное парковочное разрешение для инвалидов, заказать справку об отсутствии судимости. Готовые документы выдадут в центре госуслуг «Таганский».

Кроме того, сейчас здесь можно подробнее узнать о работе порталов городских услуг, проектах «Наш город», «Дома Москвы» и всю информацию о жизни города, распечатать любой столичный маршрут.

Кабина виртуального обслуживания работает в инфобоксе на входе в парк «Музеон» ежедневно без выходных с 10:00 до 20:00. С наступлением осенних холодов ее планируется перенести в метро.

## ЛЕТО В ГОРОДЕ



# МОСКВА СТАЛА ЛАГЕРЕМ

В Москве с успехом реализуется программа летнего отдыха детей «Московская смена». Как известно, эту долгожданную программу предложила партия «Единая Россия», а утвердило столичное правительство.

Городские лагеря проходят в две основные смены – с 1 по 30 июня и с 4 по 29 июля. А в учреждениях Департамента труда и соцзащиты населения будет организована третья смена – с 1 по 29 августа. Лагеря работают в будни с девяти утра до шести вечера, и эта услуга стала для москвичей совершенно бесплатной, включая трехразовое питание.

Участниками программы «Московская смена» станут более 50 тысяч ребят в возрасте от 7 до 14 лет – их ждут спортивные и культурные мероприятия на базе 136 школ города, 21 спортшколы и оздоровительных центров, организованных в районных центрах поддержки семьи и детства.

Крупнейший из городских лагерей со спортивным уклоном работает в Центре спорта и образо-

вания «Самбо-70». 1 июня, в Международный день защиты детей, здесь состоялось торжественное открытие первой смены. Флаг над лагерем поднимали воспитанник «Самбо-70», чемпион мира и двукратный чемпион Европы Вячеслав Михайлин и самая юная участница смены Александра Топилина. Перед ребятами выступили почетные гости и заслуженные спортсмены. Зажигательным получилось выступление танцевальной группы «Тодес» из Теплого Стана, которые своей энергией подарили море положительных эмоций и настоящего драйва.

В физкультурно-оздоровительную смену на июнь месяц на базе «Самбо-70» записались 380 детей. Среди них как воспитанники «Самбо-70», так и учащиеся других школ Юго-Западного округа

Москвы. Ажиотаж был колоссальный: запись завершилась всего за три дня! С ребятами занимаются ведущие тренеры, а их вожаками стали педагоги общеобразовательной школы



В городе мастеров «Мастерславль»: девочки в игрушечном перинатальном центре

«Самбо-70». Всего в первой смене собралось 15 отрядов, у каждого даже есть свое название: «Фиксики», «В поисках снега», «Чемпионы» и др.

В программе лагеря: спорт, обучение, творчество, посещение спортивных мероприятий и трехразовое питание. Помимо ежедневных тренировок в залах, бассейне и в парке «Тропарево», ребята успели пообщаться с великими баскетболистами и олимпийскими чемпионами, побывать в городе мастеров «Мастерславль», где многие даже нашли для себя будущую профессию, сдали нормативы ГТО, сходили на экскурсию в Исторический музей. Главное – многие нашли себе новых друзей! А такая дружба может быть очень крепкой, на долгие годы!

Генеральный директор «Самбо-70», депутат Мосгордумы Ренат Лайшев считает, что ребятам очень повезло, ведь у них шикарные условия для отдыха и тренировок в летнее время года. При этом ребята не скучают без родителей, ведь они видятся с ними по вечерам и в выходные дни:

– Сегодня благодаря заботе правительства Москвы, Москомспорта в столице организовано большое количество лагерей для детей, чтобы они могли отдохнуть после непростого учебного года, побывать на экскурсиях, еще лучше узнать свой любимый город – столицу нашей Родины. «Московская

«Московская смена» – самая лучшая смена! Я думаю, что ребята запомнят этот лагерь на всю жизнь и получат огромное удовольствие.

Людмила ДЕДКОВА

## ОТ РОДИТЕЛЕЙ

«Дорогие педагоги «Самбо-70»! Я не могу не сказать слова благодарности за ваше чуткое, внимательное отношение к детям. Спасибо, что смогли переломить осторожность и опасение, с которым ребенок пришел в летний лагерь! Спасибо, что поддерживаете и ободряете в трудные моменты! У меня сын не приучен проводить время в летних лагерях, мы обычно имели возможность отдыхать на даче летом, но не в этом году. Очень боялись, что у Саши не наладится контакт с руководителем отряда. Но все совершенно наоборот! Михаил Игоревич – опытный воспитатель, не сюсюкает и не балует, но при этом умеет заслужить уважение и доверие. Он держит наших ершистых пацанов в рамках спортивного духа. Мы видим, как ребята становятся более серьезными и ответственными. С удовольствием посещают они занятия «Московской смены» в «Самбо-70»! Искренне благодарю за такую уникальную возможность для детей отдыхать и развиваться!»



В лагере «Самбо-70» у ребят есть возможность тренироваться



## СИТУАЦИЯ

# ВРАЧИ ВЕРНУЛИСЬ К ДЕТЯМ



**Вернуть медиков в детский сад можно! Всем известно, что в Москве с недавнего времени такая стратегия: в садиках – педагоги, а врачи – в поликлиниках. А если садик не простой, в нем детки с частичной потерей зрения? И им надо регулярно проходить корректирующие процедуры? В поликлиниках при этом двухмесячные очереди! Но все, поезд ушел, ставки врачей и сестер сократили, кабинеты с дорогим оборудованием, купленным из столичного бюджета, простаивают. Депутат Мосгордумы Ренат Лайшев и его команда перевернули одну такую ситуацию.**

Все произошло не так быстро, ведь вопрос решался без привлечения магических сил – только упорство, грамотный подход и вера в справедливость. Еще в сентябре прошлого года в общественную приемную Рената Лайшева поступило обращение группы родителей. Дети встревоженных мам посещают детский сад, вхо-

учебного года из штата детского сада были выведены врач-офтальмолог и медсестра-ортоптистка. В результате 150 детей оказались лишены возможности получить медпомощь, способную предотвратить ухудшение зрения. Детсад оснащен современным медицинским оборудованием для коррекции зрения. Оно простаивало,

получать лечение. Но при этом следует соблюсти все правовые нормы и достичь компромисса между образовательным и медицинским ведомствами.

Для начала необходимо было понять, что привело к казавшейся тупиковой ситуации. Дело в том, что в соответствии с изменением федерального законодательства в сфере образования дошкольные образовательные учреждения (ДОУ) были реорганизованы. ДОУ, имевшие специальный статус «комбинированного» или «компенсирующего» вида для детей с ограниченными возможностями здоровья, в результате присоединения к образовательным комплексам этот статус утратили.

Раньше такие садики могли лечить детей с ОВЗ в ежедневном режиме, что замечательно влияло на улучшение состояния их здоровья и способствовало освоению образовательных программ. В ДОУ работали медицинские работники, обладающие необходимой квалификацией для лечения детей с обширным комплексом

офтальмологических диагнозов (дальнозоркость, астигматизм, косоглазие, амблиопия, миопия и т. д.). Лечение было продуктивным, и многие дети, в том числе находящиеся в трудной жизненной ситуации (малоимущие), а также дети из многодетных семей, которые благодаря статусу учреждения имели возможность поддерживать состояние своего здоровья.

До 2015 года воспитанники с различными диагнозами, перечисленными выше, получали квалифицированную медицинскую помощь медсестер-ортоптисток под контролем врача-офтальмолога в виде аппаратного лечения в специально оборудованном кабинете,

сочетающуюся с рационально построенным педагогическим процессом, предусматривающим коррекционно-развивающую работу воспитателей, учителей-дефектологов, учителей-логопедов и педагогов-психологов. Все это давало положительную динамику в восстановлении зрительных функций детей. Однако 1 сентября 2015 года в связи с выведением из состава детских садов медицинских работников – медсестер-ортоптисток и врачей-офтальмологов – лечение было прекращено. Ситуация могла привести к необратимым последствиям.

Ренат Лайшев подготовил и направил запрос в Департаменты здравоохранения и образования города Москвы. Учитывая решимость депутата и его жесткую позицию, вопрос был в итоге решен положительно.

– К сожалению, этот пример не единичен для Москвы, – рассказал Ренат

благодаря лечению сегодня через какое-то время дети смогут избавиться от недуга, стать полноценными здоровыми гражданами, которые могут принести пользу городскому хозяйству. Но если в их лечение не вкладывать сейчас, то впоследствии город получит только дополнительные расходы на социальную поддержку инвалидов. Да, есть экономика, но ведь существуют еще и соображения здравого смысла, милосердия и сострадания. К счастью, меня услышали руководители ведомств. Они своевременно приняли решение, согласно которому между поликлиникой и образовательным учреждением подписан договор. Кабинет лицензировали, а оборудование сертифицировали. Медики уже вернулись в детский садик. Этот случай наглядно показывает, что очень многое в успехе зависит от грамотного подхода к решению задачи. Главное – надо



Лайшев. – По моим данным, похожая ситуация сложилась в еще как минимум 10 детских садах. Очень важно понять, что

действовать в правовом русле и всегда стараться достигать компромисса.

**Демид ЖЕГЛОВ**



дяди в структуру ГБОУ «Гимназия № 1532». Ранее этот сад носил № 1616 и имел статус компенсирующего, для детей с нарушением зрения. Однако при реорганизации об этой специфике учреждения «забыли». С начала

а аналогичные аппараты есть только в местной поликлинике, но туда на процедуры длинная очередь.

Депутат решил, что поскольку данное учреждение – единственное в районе, необходимо вернуть детям возможность

## ГИМНАЗИЯ № 1532

### дошкольное отделение – подразделение 05/3

АДРЕС: 117465 г. Москва, ул. Теплый Стан, дом 9а

ТЕЛЕФОН: 8 (495) 337-12-33

ЭЛЕКТРОННАЯ ПОЧТА: [sadik1616@mail.ru](mailto:sadik1616@mail.ru)

На дошкольном отделении работают группы для детей с нарушением зрения (с 07:00 до 19:00).

На базе детского сада работают офтальмологический и лечебный кабинеты.

С детьми проводится непосредственная образовательная деятельность по образовательным областям:

- социально-коммуникативная область;
- познавательная область;
- речевая область;
- художественно-эстетическая область;
- физическая область.

С детьми проводят коррекционные занятия учителя-дефектологи (тифлопедагоги), учителя-логопеды, педагоги-психологи.

А также имеются дополнительные услуги:

- плавание «Дельфиненок»;
- развивающие занятия «Умнички».





# ТРУБИМ СБОР!



Участник общественного движения «Раздельный сбор» Ольга Комиссарова разбиралась, зачем нужна сортировка мусора.

От свалки до переработки всего один шаг. И этот шаг – сортировка. Именно сортировка превращает мусор в ценное вторсырье. В июньском номере я рассказывала о том, какой мусор был собран в результате субботника, прошедшего в Битцевском лесу у санатория «Узкое». В этом выпуске мы совершим экскурсию на сортировочную базу компании, организовавшей вывоз мусора с субботника – ГТСК Групп «Чистая планета». Это почти рядом с нами – в Тропарево-Никулино.

Чтобы показать, насколько полезна сортировка, приведу один факт: вывоз несанкционированных свалок окупается последующей продажей собранного вторсырья. То есть можно позвонить и попросить разобрать свалку, скажем, покрывающую ровным слоем окрестности вашей дачи. С одним важным замечанием: обращаться нужно в компанию-сортировщик отходов. И тогда это будет кардинальным решением, в отличие от чисто эстетического переноса мусора с несанкционированной свалки на санкционированную. К сожалению, санкционированные свалки, полигоны – не самое лучшее место для размещения отходов: во-первых, жидкий фильтрат отравляет грунтовые воды; во-вторых, довольно



Пластиковые бутылки

часты спонтанные возгорания с образованием опасных веществ, а в-третьих, емкость действующих полигонов близка к исчерпанию. В одном из следующих выпусков я расскажу о том, что такое подмосковный полигон, более подробно.

Хорошая же, даже отличная новость такова, что на свалках располагается вполне ликвидное вторсырье. Действительно, этой весной мы с семьей собрали с довольно небольшой площади три двухсотлитровых мешка – стеклотара, пластиковые бутылки, алюминиевые банки. Это ходовые фракции, от которых не откажется ни один пункт приема.

Поинтересуемся судьбой собранного там мусора у директора компании ГТСК Групп Александра Гарбуза:

– 90% мусора пошло в переработку, и только 10% было отправлено на полигон. Ветки, древесину, резину, одноразовую посуду мы в настоящее время не собираем, так как их объем недостаточен для отправки переработчикам.

Ветки – это уже к нам вопрос – зачем выносили их из леса? Свои отходы лес переработает сам гораздо эффективнее, чем это сделаем мы. Есть такие природные нанороботы, иначе говоря, бактерии, которые «разбирают» сложные органические вещества на простые составляющие. Получившиеся минеральные вещества являются питанием для растений. То есть, очищая лес от веток, мы лишаем его пищи.

Что касается одноразовой посуды, которую сейчас не собирает данный сортировщик, то с расширением установочной базы контейнеров раздельного сбора, в том числе и у предприятий быстрого питания, вопрос может быть решен в пользу переработки.

На этом примере наглядно проиллюстрирована схема работы таких сортировщиков-накопителей. Сортировщик выделяет и накапливает те фракции, которые может собрать в большом количестве. Обязательно прессует, иначе потребуется слишком много места



Пластиковые пакеты

для хранения. Затем отправляет партию на завод-переработчик.

Предприятия-переработчики подходят к делу основательно. Помимо требований к поставляемому вторсырью по чистоте, цвету, добавляется требование минимального количества. И объемы эти весьма су-



Прессуется картон

ществены, могут измеряться десятками тонн или фурами. Первую партию обязательно пробуют – сырье из разных источников сильно различается по свойствам.

Пока не появилось никаких государственных стандартов и правил по разделному сбору, каждый предприниматель волен осуществлять свою модель бизнеса. В частности, сортировка может производиться компанией-накопителем самостоятельно, как это происходит в ГТСК. А может быть переложена на плечи жителей, как это организовано в проекте Cleangorod в Печатниках, где собирают раздельно очень большое количество фракций отходов, включая и редко принимаемый тетра-пак (пакеты из-под молока и сока). С ростом объемов собираемого раздельно бытовых отходов заработают автоматические сортировочные комплексы. В данном случае «раздельно собранных» означает, что пока неперерабатываемые у нас гниющие пищевые отходы не должны смешиваться с вторсырьем.

Для увеличения объема сбора компания-накопитель устанавливает свои контейнеры для вторсырья. И теперь понятно, почему их может быть и два (1 – макулатура, 2 – все остальное вторсырье, с досортировкой силами компании), и три (1 – макулатура, 2 – пластик и металл, 3 – стеклотара), и один, если компания занимается только пластиком. И опять же, это может быть пластик всех перерабатываемых марок или только нескольких.

Если у вас во дворе или по дороге на работу или в магазин появились такие контейнеры и вы хотите ими воспользоваться, внимательно прочитайте инструкцию, какие фракции собирает компания и какие требования предъявляет к вторсырью. Кстати, в любом случае то, что можно смять,



Брикеты пластика ПЭТ (PET)

нужно смять, например, пластиковые бутылки и алюминиевые банки.

И напоследок еще один приятный факт: ГТСК Групп сотрудничает с ТСЖ и школами, вывозя макулатуру, а также устанавливая и обслуживая контейнеры для сбора вторсырья.

Следующее место, куда попадают отходы, будучи рассортированными, – это завод-переработчик. Переработка часто совмещена с производством, хотя и не всегда. Ассортимент товаров, которые производятся из вторички, весьма широк. Тема следующего выпуска – предприятия по переработке вторсырья нашего региона.

## СИСТЕМА МАРКИРОВКИ ПЛАСТИКА

1 PETE	2 HDPE	3 PVC	4 LDPE	5 PP	6 PS	7 OTHER
ПЭТ	ПНД	ПВХ	ПВД	ПП	ПС	Прочие виды пластика
Полиэтилен-терефталат	Полиэтилен низкого давления	Поливинилхлорид	Полиэтилен высокого давления	Полипропилен	Полистирол	Бутылки для кулера, детские бутылочки из поликарбоната
Бутылки из-под напитков	Упаковки от шампуня, моющих средств	Контейнеры и пленка для пищевых продуктов	Пластиковые пакеты, бутылки от моющих средств	Контейнеры для пищевых продуктов, много-разовая пластиковая посуда	Одноразовая посуда, стаканчики от йогуртов, упаковки для яиц	
Успешно перерабатывается в России	Не перерабатывается в России	Успешно перерабатывается в России	Успешно перерабатывается в России	Перерабатывается в России	Не перерабатывается в России	

Знак перерабатываемого пластика ставится на всех видах полимерных упаковок. Каждый вид пластика обозначается своим цифровым символом. Производители наносят его с целью информирования о типе материала, возможности его переработки и упрощения процедуры сортировки.

Связаться с автором можно по адресу: [rso.ts@mail.ru](mailto:rso.ts@mail.ru)

Подробнее о раздельном сборе мусора можно узнать на сайте движения: <http://rsbor-msk.ru/>



# СИЛА РУКОДЕЛИЯ

*Зачем модницы и менеджеры засели за пальцы*



**Декупаж и курсы валяния, скрапбукинг и макраме, батик и пэчворк, не говоря уже о вышивке и вязании, – рукоделие сейчас находится на пике популярности. И вовсе не потому, что сделать самому дешевле. Зачастую вещь своего производства обойдется в несколько раз дороже – наши соседи из Китая умеют работать быстро и производят очень дешевый ширпотреб. Нет, смысл самодельных вещей не в финансовой выгоде, а в самом процессе изготовления вещей и их уникальности.**

## МОДА НА ХЕНДМЕЙД

Hand made переводится с английского как ручная работа. Десять лет назад носить что-то сделанное своими руками, не брендовое, считалось уделом людей бедных или со странностями. Но в последние годы ситуация изменилась, элементы хендмейда появились в коллекциях самых модных дизайнеров, а вещи, сделанные тысячами талантливых мастеров, разбирают на ярмарках и интернет-площадках миллионы покупателей. Современное рукоделие вышло на качественно новый уровень. Это уже не связанные бабушкой носки и не сшитая по выкройке из журнала юбка. Сейчас хендмейд – десятки всевозможных техник, собранные со всего мира.

Начало этой популярности положили в США. После кризиса популярность ручного творчества резко возросла. Сейчас более чем в половине американских семей как минимум один человек увлекается хендмейдом. Было ли дело в том, что люди хотели сэкономить или просто успокоить нервы и заняться чем-то, находясь без работы, – совокупность этих факторов дала сильнейший импульс, который рано или поздно должен был дойти и до России.

## МЕДИТАЦИЯ ПО-РУССКИ

В нашей стране мода на хендмейд прижилась очень легко. Современные продвинутые девушки, которые сегодня занима-

ются рукоделием, – еще и внучки, которых бабушки учили вязать, вышивать, шить. А раз базовый навык уже был, то освоить новое или вспомнить старое занятие оказалось совсем не трудно. Но глубинные мотивы у наших сограждан оказались совсем не такими, как у американцев. Через рукоделие мы самовыражаемся, получаем наглядное подтверждение своих талантов и практический результат труда.

Кроме того, рукоделие – это отдых и своего рода успокоительное. Приятные тактильные ощущения от работы с материалами, монотонные размеренные действия, концентрация лишь на процессе рукоделия – все это прекрасно помогает очистить голову, разгрузить нервную систему. Говорят, что в некоторых программах лечения алкоголизма пациентам (независимо от пола) советуют заниматься вязанием.

– Я начала заниматься рукоделием еще в школе, – говорит Марина, мама двоих детей, живущая в Норвегии. – Сначала было просто интересно, пошла в кружок макраме. Потом освоила вязание. Когда я переехала в Норвегию к мужу, то долго не могла освоиться – чужой язык, чужая семья. Мне казалось, что каждое мое действие оценивают. И вот тогда я вспомнила о вязании. Села с крючком – и как-то сразу успокоилась. Ко мне стали подходить родственники мужа, смотреть, что же я делаю. Может быть, дело в том, что я как-то успокоилась за работой, может быть, они увидели меня с другой стороны – не как непонят-

ную девушку из России, которую зачем-то притащил из командировки их любимый Олав, а как человека, личность, творца. С тех пор прошло уже несколько лет, сейчас у нас все хорошо, но я по-прежнему вяжу, да еще и посадила на это всю семью. Мои коронные произведения – вязаные игрушки для детей. Хотя, конечно, могу связать что угодно. Недавно у моей золовки родилась дочка – я подарила ей одеяльце для новорожденной, сделанное своими руками.

Психологи говорят, что рукоделие – это возвращение к истокам. В наше время, когда большинство работ виртуально, их результат нельзя пощупать или увидеть, вещи, сделанные своими руками, дают удовлетворение от проделанной работы, возвращают нас к тем временам, когда от матери к дочери передавались умения и секреты рукоделия. У нас на подсознании рукоделие ассоциируется с семьей, уютом, домом, покоем.

Когда огромное количество умельцев занялось производством рукотворных шедевров и они стали пачками выдавать очень красивые и качественные вещи, естественно, встал вопрос: а куда это все девать? Уже задари-

ли всех родственников и друзей, уже в собственном доме, куда ни глянь, – везде поделки. Что дальше? Было только вопросом времени, когда появится площадка для всех желающих продавать свои творения. Сегодня самый популярный в России портал по продаже хендмейда – «Ярмарка мастеров», это ежедневно более 250 000 авторских работ, выставленных на продажу.

## МЕСТО ВСТРЕЧИ

Тех, кто сейчас с успехом продает свои работы, чаще всего ремеслу никто не учил. Они вышли из Интернета, где читали пособия и инструкции, смотрели видеоуроки и общались с единомышленниками в соцсетях и на тематических форумах. Всего три года назад сообщество в Живом Журнале handmade\_ru насчитывало около 8000 участников. Но количество мастеров росло в геометрической прогрессии и уже выплеснулось за пределы виртуального пространства. В Москве есть немало мест, где предлагают пройти курсы и мастер-классы для освоения той или иной техники. В Городском центре дополнительного профессионального образования можно научиться вязать, шить,

плести из бисера, расписывать батик. Есть «Центр рукоделия на Семеновской», где учат множеству разных техник. Студии и преподаватели разбросаны по всему городу. У метро «Новые Черемушки» в студии «Креативный скрапбукинг» учат делать красивые авторские альбомы. В ЦКИ «Меридиан» регулярно проходят мастер-классы, где можно научиться расписывать новогодние игрушки или создавать собственную обувь. У метро «Теплый Стан» в ТРЦ «Спектр» есть магазин «Леонардо». Он специализируется на продаже всевозможных товаров для рукоделия, а заодно и проводит мастер-классы. Живопись шерстью, валяние и многое другое – расписание можно уточнить на сайте магазина.

Не так важно, пойдете ли вы учиться на курсы или освоите все сами, получится ли у вас шедевр уровня высокой моды или первая, не самая ловкая попытка будет мало на что похожа. Важно, что вы начнете творить, сделаете шаг к обретению мира и покоя, а мастерство, как и в любом деле, придет с опытом. Главное – не бояться и просто начать.

Вера МИХАЙЛОВА





# ЛЕТО ЗВЕЗДНОЕ, ЗВОНЧЕ ПОЙ!



Каждый из нас с новыми надеждами встречает летний период. Для мам и пап с малышами наступило счастливое время каникул: «включились» летние бабушки и дедушки, готовы помочь и забрать ребенка на дачу или в поездку. Мы едем в отпуска, проводим выходные на природе. У кого-то жены с детьми отправляются на море, а мужчины встречают все прелести холостяцкой жизни – от пустого холодильника до отсутствия вечернего контроля: «Во сколько ты будешь? И купи молока по дороге...» Что же происходит с нами

психологически в летний период? Наш постоянный консультант Анна Сухова «примеряет летние платья».

Цитата «Лето – это маленькая жизнь» полюбилась нам не просто так. Солнце – естественный антидепрессант. И именно в этот период жизнь наполняется новыми красками. У нас появляются ожидания и куча планов, которые мы хотим реализовать именно в лето. К сожалению, ощущение «целого лета впереди» не всегда стимулирует нас к действию, и мы так и остаемся в приятных мечтах о результатах и о чудесных летних перспективах. Если вы что-то решили начать, не ждите удачного момента, он не наступит никогда. Делайте то, что обдумали и запланировали сразу. Именно в летнее

время организм настроен на резкие и новые свершения лучше, чем в любой другой временной период.

Используйте возможность отдыхать друг от друга. Недаром с детства такой психологический шаблон, как каникулы, работает всю нашу взрослую жизнь. Займитесь спортом, посвятите время себе, включите те маленькие удовольствия и радости, которые не позволяли себе все зимнее время. Побалуйте себя чем-нибудь – и вы оставите хороший психологический задел для непростого осеннего периода. Людям в семейных отношениях или сформировавшимся парам именно смена пери-

одов добавит новых красок в отношения. Совместное времяпрепровождение совмещайте с самостоятельным отдыхом, не закливайтесь и не фиксируйтесь на партнере. Это больше сблизит вас и даст возможность соскучиться и осознать всю ценность отношений.

Для мужчин и женщин в поиске лето позволит познакомиться с новыми людьми: выходите больше из дома, идите на общественные летние мероприятия, общайтесь, встречайтесь... Только будьте бдительны в отношении курортных романов: к сожалению, они недолговечны и малоперспективны.

Старшему поколению хочется дать одну рекомендацию – не перетруждайте себя на дачах, никакие огурцы и помидоры не заменят эмоционального взаимодействия с внуками и детьми. Общение и культурно проведенное время с подрастающим поколением больше даст вам значимости и состояния нужности, чем посиделки на грядках.

Помните, лето – лучший период для компромиссов и внедрения семейных традиций. Психологический комфорт в семье зависит от личного комфорта каждого. Побалуйте себя, и лето удивит вас своими чудесами!

## НЕ ПРОПУСТИ!



Где: ЦКИ «Меридиан»

Когда: 3 июля 2016 года в 12:00

Контакты: ул. Профсоюзная, д. 61

Телефон: 8 (495) 333-35-38

Сайт: <http://www.meridiancentre.ru/>

На площадке перед центральным входом в ЦКИ «Меридиан» откроется выставка бездомных животных «Надо брать! Летом». 35 собак и 10 кошек – обитатели столичных приютов и передержек, будут ждать здесь своих новых хозяев. Они чистые, привитые и ухоженные. Они готовы дарить любовь, быть верными друзьями, поддержать в грусти и радости. Они все еще верят людям, прово-

жают с надеждой каждого прохожего. «Хозяин, возьми меня! Я сделаю твой дом еще счастливее!» Приходите и найдите себе верного друга. Вы никогда не пожалеете, что сделали доброе дело. Не забудьте взять с собой паспорт – передача животного в новую семью осуществляется строго по договору. Если у вас нет возможности взять собаку или кошку домой, то имейте в виду, что есть множество других способов помочь четвероногим друзьям. Принесите подарки – корма, поводки и ошейники, миски, игрушки и др. – волонтеры с радостью передадут их в приюты!

Где: Государственный Дарвиновский музей

Когда: до 31 июля 2016 года

Контакты: ул. Вавилова, д. 57

Телефон: (499) 783-22-53

Экскурсионное бюро: (499) 132-10-47

Сайт: <http://www.darwinmuseum.ru/>

Выставка «О Севере крайнем...» – это потрясающие фотографии, описывающие красоты Колымского края, недоступного большинству жителей России. Авторы – профессиональные фотографы из Магадана: Алексей Гнездилов, Евгений Радченко и Андрей Паршаков. Их взгляд не таков, как у приезжих. Они знают и любят свой суровый край, умеют показать его душу и быт. Эти места так далеки от Центрального региона, поэтому для москвичей это редчайшая возможность увидеть далекий и таинственный север.

Где: Государственный Дарвиновский музей

Когда: до 7 августа 2016 года

Контакты: ул. Вавилова, д. 57

Телефон: (499) 783-22-53

Экскурсионное бюро: (499) 132-10-47

Сайт: <http://www.darwinmuseum.ru/>

Очередная серия проекта о зоофобиях Monsters называется «Гадство». Она посвящена тем, кто боится жаб, змей, лягушек, крокодилов. Хотите посмотреть своим страхам и лица? Приходите в музей, переселите себя. Знайте, что

вы не одиноки. Согласно данным мировой статистики, змей боится каждый второй житель Земли. Эта фобия не обошла Антонио Бандераса, Джастина Тимберлейка, Ивана Урганта. Единственный способ побороть безотчетный страх – прийти на выставку, где развенчивают мифы о пресмыкающихся. На битву с ними брошены отборные научные факты и сотня лучших экспонатов Дарвиновского музея!

Где: ГАУК «Усадьба Воронцово»

Когда: до 31 июля 2016 года

Контакты: Воронцовский парк, д. 3

Телефон: +7 (495) 580-26-78

Сайт: <http://usadba-vorontsovo.ru/>

XX век был чрезвычайно богат на события. Всего за одно столетие наша страна трижды меняла название, политический строй и идеологию. Но куда бы ни поворачивала история, важно не забывать обо всех периодах, которые прожила Россия. Весь июль под открытым небом работает фотовыставка «Дореволюционная Россия. Лица». Материалы для нее предоставил Мультимедиа Арт-Музей. Благодаря уникальному мультимедийному проекту «Фотоархивация Российской истории» у нас есть возможность проследить ход истории в минувшем XX веке, воссоздать достоверный образ событий и персоналий ушедшего времени.



В сборной России по спортивной гимнастике состоялся День открытых дверей, организованный Центром спорта и образования «Самбо-70». Яркая встреча с участием звезд спорта и эстрады прошла на знаменитой базе подготовки сборных команд страны «Озеро Круглое».

Тупик за старыми артистическими дачами около действительно абсолютно круглого озера давно обрел славу «конвейера для изготовления чемпионов». Обычно тут очень тихо. Еле слышны твердые указания тренеров. Если наступает момент крайней усталости, если надо перешагнуть через «не могу» (а перешагивать приходится практически на каждой тренировке), даже плакать от души не принято. Можно выйти в раздевалку и поплакать так, чтобы никто не видел. А потом – снова за работу. Выходной – один, в воскресенье. Полувыходной, когда есть только одна утренняя тренировка, – четверг.

А потому именно четверг был выбран руководителями московской гимнастики и школы «Самбо-70», чтобы сказать спасибо за победы на чемпионате Европы, который завершился в Берне.

– Мы не так давно приняли под крыло «Самбо-70» другие виды спорта, – отметил генеральный директор школы и депутат Мосгордумы Ренат Лайшев. – Это произошло в силу необходимости в связи с оптимизацией спортивных структур. Но теперь гимнасты стали нам такими же родными, как борцы или самбисты. Как и всегда это бывает, мы



## «САМБО-70» НА КРУГЛОМ ОЗЕРЕ

занимаемся и образованием ребят, поддерживаем контакты с родителями, в случае спортивной гимнастики, где обязателен круговой сбор, мы в постоянном контакте с руководителями сборной команды. Готовы помогать всегда.

Сначала были подарки. На сцену конференц-зала «Озера Круглого», более

привычного к совещаниям, вызвали каждого гимнаста и каждую гимнастку, потом поблагодарили каждого тренера. Заслуженный тренер России Марина Ульяновкина, чьи ученики несли победы именно знаменитой московской школе, счастливо рассмееялась:

– Были напуганы, когда нас сливали с самбистами.

А теперь знаем – лучше надежных мужских плеч, которые встали за нами и на которые мы можем опереться, ничего не бывает. «Самбо-70» – это мы и наша опора.

Среди учеников Ульянкиной не только взрослые чемпионки Европы и мира Мария Пасека и Седа Тутхалиян, но и только что по-

бедившая в командном первенстве чемпионка континента среди юниоров Ульяна Перебинослова.

А потом был концерт, когда засверкали очень серьезные глаза Алии Мустафиной, Даши Спиридоновой, Маши Пасека, Давида Белявского, Никиты Нагорного и всех-всех. И рядом смеялись

их тренеры, с которыми они проводят больше времени, чем с родителями, с ними были Ренат Лайшев и его команда.

### ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Валентина Родионенко, старший тренер сборной России:

– Мы 10 лет работаем в сборной команде, такой праздник ребятам устроили впервые. Первый раз в жизни от команды ничего не требовали – никуда не надо было ехать. К нам приехали, подготовили все сами. А для ребят это очень важно. Тренировки сложные, подчас нудны, утомляют. Отдых им необходим. И очень бы хотелось, чтобы наше сотрудничество продолжилось.

**Наталья КАЛУГИНА,**  
фото Александра  
Кожохина, «Вечерняя  
Москва»

На фотографии (слева направо): олимпийская чемпионка по художественной гимнастике Елена Шаламова, чемпионка мира по фигурному катанию Евгения Медведева, олимпийская чемпионка по спортивной гимнастике Алиа Мустафина, директор школы «Самбо-70» Ренат Лайшев, призер Олимпийских игр по спортивной гимнастике Мария Пасека, чемпионка мира и двукратная чемпионка Европы по спортивной гимнастике Дарья Спиридонова, олимпийская чемпионка Мария Нетесова.



## АНАПСКОЕ ЛЕТО ДЛЯ МОСКВИЧЕЙ

3 июня в Центре спорта и образования «Самбо-70» стартовала традиционная летняя оздоровительная кампания, во время которой воспитанники вместе с тренерами выезжают на море, где не только активно отдыхают, но и занимаются спортом.

Во Всероссийский детский центр «Смена» в Анапу на первую смену отправились 123 ребенка и 10 тренеров. В этой смене – самбисты и пловцы. В отличие от прошлого года ребята в лагерь добирались на самолете.

Морской воздух, живописные пейзажи, хорошая погода, новые друзья, любимые тренеры,

веселые вожатые – что еще для детского счастья надо?! Отдых, тренировки по расписанию. Ковры под навесом для самбистов, новенький 50-метровый бассейн для пловцов. По вечерам и в свободное время – творчество и экскурсионная программа. Ребята уже успели побывать в дельфинарии, поплавать по веревочному городку, поиграть в пейнтбол. Воспитанники «Самбо-70» активно участвуют в концертах, кроме того, ребята стали участниками фестиваля игровых видов спорта, где девушки-пловчихи заняли третье место в волейболе.

## ПЕРВЫЙ СТАРТ – ОН ТРУДНЫЙ САМЫЙ...

В начале лета город Кстово (Нижегородская область) принимал первенство России по самбо среди юношей и девушек младшего возраста (13–14 лет).

На соревнования приехали более 650 самбистов из 56 субъектов Российской Федерации, в том числе воспитанники Центра спорта и образования «Самбо-70», которые прошли отбор на первенстве Москвы, заняли призовые места.

В течение трех дней в девяти весовых категориях девушки и юноши выясняли на ковре, кто сильнее. Воспитанники «Самбо-70» привезли домой две золотых, пять серебряных и две бронзовых медали. Для большинства ребят это первые победы на столь высоком уровне. Пожелаем им не растрчивать свою форму и успешно выступать на последующих первенствах, в том числе и на международных стартах.

Людмила ДЕДКОВА

[https://vk.com/lizaalert\\_real](https://vk.com/lizaalert_real)

**ОГИЕНКО ДЕНИС СЕРГЕЕВИЧ**  
36 лет, Липецкая обл. - Москва



05 июня 2016 г. должен был вернуться из села Хлевное Липецкой обл. в Москву, но домой так и не приехал. В настоящее время его местонахождение неизвестно.

**Приметы:** рост 185 см, среднего телосложения, глаза серо-зелёные, волосы русые.

**Одет:** неизвестно.

Всех, кто обладает информацией о пропавшем, просим сообщить по телефонам:

**8-800-700-54-52** (бесплатно по РФ), или **102**

**ПОМОГИТЕ  
НАЙТИ  
ЧЕЛОВЕКА**





**ПОМОЩЬ МОЖЕТ КАЖДЫЙ!**

[www.lizaalert.org](http://www.lizaalert.org)

ПСО "ЛизаАлерт"

[org@lizaalert.org](http://org@lizaalert.org)



Указатель в сети Интернет				1/6 драхмы	Сияние святого	Штучка, редко имеющая двойника	
Восьмое ... света	ПТУ		Пивец Дилан				
				Подходящее имя для грузина	Людвиг ... Бетховен		
Сани с рулем	Бандитская хаза						
		Лагерь усталых войск				Черный дятел	Представитель конной авиации
Футболист Рональдо	Эдита Станиславовна		Кино, ... и домино			Сибирская магистраль	Прекрасные глаза
						Пожарная вышка	Интернет-дневник
		На каком озере мы победили самураев?	Родной город Билла Гейтса				Столик для икон
		Река, давшая название тиграм	Заключительный склад			Кукуруза	
Актер Снайпс							
Объект изучения акустики							Ладонь в стиле ретро
Саркастичность	Философский стих самурая	Позитив					
		Картина «... Тараканова»	Выставление себя	Безголовый водитель			
	Растение, напоминающее о победе	Дикая утка				Невежа в автобусе	Главный в городе
				Шпионка Мата		Одежда того, кто «тянет вольнку»	
		Пресняковская стюардесса	Имя актера Джекмана			Вид мясного кушанья	Лукреций ...
			Примета Пушкина				
		Вид пингвина	Вещевой мешок-защитник				
				Биопол человека			

**НОВОСТИ, ФОТОГРАФИИ И ЖИВОЙ ДИАЛОГ НА СТРАНИЦАХ ДЕПУТАТА РЕНАТА ЛАЙШЕВА**

[facebook.com/renatlayshev](https://facebook.com/renatlayshev)  
[vk.com/renatlayshev](https://vk.com/renatlayshev)  
[twitter.com/renatlayshev](https://twitter.com/renatlayshev)  
[instagram.com/layshev/](https://instagram.com/layshev/)




**Теперь понятно!**

[WWW.LAYSHEV.RU](http://WWW.LAYSHEV.RU)

• Занятия с инструктором  
 • Абонементы  
 • Разовые посещения  
 • Детские группы

**САМБО МОСКВА 70**



**Бассейн**  
в двух шагах от дома и по доступным ценам

Новый спортивный комплекс «Самбо-70»  
**(495) 424-2208**  
ул. Академика Виноградова, дом 4Б

• Занятия с инструктором  
 • Абонементы  
 • Разовые посещения

**САМБО МОСКВА 70**



Новый спортивный комплекс «Самбо-70»  
**(495) 424-2208**  
ул. Академика Виноградова, дом 4Б

**Тренажерный зал**  
в двух шагах от дома и по доступным ценам

Ответы на сканворд:



Мальчик-хулиган неделю не мог попасть домой: он звонил в дверь и убежал.

«Отдам даром взрослое алоэ без горшка». «Что ж вы взрослое алоэ к горшку не приучили?!»

Когда жена спрашивает: «Что ты хочешь на ужин?», я никогда не угадываю.

Содержание кота в России обходится в 2000 рублей в месяц. Если отказаться от кота, за 19 лет можно скопить на «Приору». И остаться несчастным.

**АНЕКДОТЫ** 😊

Клуб любителей сарказма ждет тебя. Только тебя и ждет.

Постоянно что-то теряю, то ключи, то телефон, то наушники, то друзей, то смысл жизни, то свою самооценку. Особенно наушники жаль.

У моего телефона настолько большой экран, что бабушка стала класть на него вязаную салфеточку.

Стая комаров украли из больницы список доноров крови с адресами.

Сытый медведь напал на туриста и просто наорал на него.

А опаздывала она бесподобно – вообще не приходила.

– Мама, смотри, мне бегемотик в киндере попался, мама... Мама, почему ты плачешь? Я скоро найду работу и съеду, честно, ну ма-аам...

**ТЕПЛЫЙ КРАЙ**

Газета районов Коньково и Теплый Стан  
Избирательный округ № 35,  
депутат Мосгордумы Ренат Лайшев



Учредитель и издатель: Региональная общественная организация «Федерация спортивных журналистов» (председатель правления Константин Бирюков), 129226, Москва, ул. Докукина, д. 10, корп. 39  
Руководитель проекта: Мария ПЕТРЕНКО  
Главный редактор: Денис КРАВЧЕНКО  
Корреспондент: Вера Михайлова. Фото: Иван Писаренко  
Над номером работали: Людмила Дедкова, Юрий Костилов, Александр Чернаков  
Дизайн: Дарья Пахарь (Дизайн-студия «Унопресс»). Корректор: Лариса Николина

При перепечатке ссылка на газету «Теплый край» обязательна.  
Адрес редакции: 129226, Москва, ул. Докукина, д. 10, корп. 39  
E-mail: [tepluy\\_kray@mail.ru](mailto:tepluy_kray@mail.ru)  
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу.  
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ТУ50-02172 от 19 февраля 2015 года.

№ 6 (16), 1 июля 2016 года  
Тираж: 100 000 экз.  
Заказ №  
Распространяется бесплатно.  
Подписано по графику в печать 24.06.16 в 18:00  
Отпечатано в типографии: ООО «Ксанга», 125438, г. Москва, ул. Онежская, д. 12