

И.о. руководителя Мосгорнаследия Алексей Емельянов: Нашим последователям и через три века будет что оберегать → стр. 3

Ставим на Ына. Российская Федерация продолжает укреплять военно-политическое сотрудничество с КНДР → стр. 5

Цена личной адекватности. Почему погоня за навязанными шаблонами может привести к потере индивидуальности → стр. 7

Вторник

Ежедневный деловой выпуск

ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА 26.09.23

№ 180 (29536)



Издается с 6 декабря 1923 года
В 1973 году награждена орденом Трудового Красного Знамени

vm.ru

Совет Федерации переназначил Владимира Кожина в качестве сенатора от Москвы. Соответствующее решение было принято в ходе вчерашнего заседания верхней палаты российского парламента.

Благое дело от чистого сердца

Студенты все чаще становятся добровольцами, помогая городу становиться более открытым и приветливым для всех

поддержка

Вчера в столице прошел первый московский форум «В центре добра». Он направлен на поддержку и развитие волонтерских объединений в высших учебных заведениях.

В фокусе внимания — последние тенденции добровольческого движения. Как отметили исполняющая обязанности заммэра Москвы Наталья Сергунина, заявки на участие в форуме подали более 300 студентов и молодых сотрудников разных вузов.

Они делятся своими идеями, обмениваются опытом с единомышленниками и получают рекомендации экспертов в сфере молодежной политики, — подчеркнула Наталья Сергунина. Сегодня она руководит волонтерского центра академии.

Мы посещаем приюты для животных, помогаем проводить мастер-классы для детей с ограниченными возможностями здоровья. Чаще всего ездим в «Таганский детский фонд» и центр «Хочу ходить», — рассказывает она. Девушка признается: помощь людям ее вдохновляет.

Особенно когда видишь, как многие подопечные фондов преодолевают себя, становятся сильнее, достигают новых высот. Например, люди с протезированными конеч-



Вчера 10:25 Студентки Всероссийской академии внешней торговли Софья Баличева, Людмила Попова (в первом ряду слева направо), Элеонора Смыкова, Дарья Колейкина и Варвара Стеблина (во втором ряду слева направо) — волонтеры. Они помогают людям с особенностями здоровья и животным в приютах

ностями бегут марафоны или отправляются в горный поход. Им приходится прилагать много больше усилий, чем обычному человеку, оттого их

Волонтеры осваивают новые направления: ЖКХ, цифровые технологии

работа над собой поистине впечатляет! — говорит Софья Баличева. Проректор по молодежной политике Московского госу-

дарственного строительного университета Гузалия Фазлыязнова называет своих студентов-волонтеров удивительной командой звездочек.

— Уже год у нас действует новое волонтерское направление в сфере ЖКХ. Как формируются тарифы, как идет программа реновации, что в себя включает капремонт домов — обо всем этом говорят наши волонтеры. Просвещением чаще всего занимаются среди занимающейся серебряного возраста, — рассказывает она. Еще одно новшество вуза — волонтеры в сфере цифровых технологий. Студенты помо-

гают оцифровывать этапы строительства различных объектов. Так ребятам открывается путь в цифровые инженерные производственно-технических отделов — одну из самых востребованных сегодня специальностей в стройиндустрии.

— Мы большой вуз, всегда открыты разным проектам. Чтобы выходить в большую жизнь, надо учиться добру, отдавать другим, — уверена Гузалия Фазлыязнова. Форум «В центре добра» — первая ласточка среди подобных мероприятий. Следующая встреча намечена на ноябрь. К участию в ней привлекут не только студентов вузов, но и представителей школ и колледжей.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ v.chernyavskaya@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

АЛЕКСАНДР ЛЕВИТ ДИРЕКТОР ГБУ «МОСВОЛОНТЕР»

Основная задача форума «В центре добра» — объединить усилия команд в волонтерской деятельности, поделиться лучшими практиками. С каждым годом добровольцев в Москве все больше. Почти 70 процентов — это молодежь, которая получает новые возможности: проявить себя, узнать Москву и, конечно же, помочь другим. Впереди у студентов много разных событий, где они могут проявить себя как волонтеры: Фестиваль молодежи, международная выставка «Экспо Россия» на ВДНХ, участие в федеральной программе по реализации социальных проектов.



ТОЛЬКО ЦИФРЫ

С начала 2023 года к команде волонтеров Москвы присоединились более **110 тысяч** человек. Всего в добровольческой деятельности участвуют свыше **1,15 миллиона** горожан. Основу добровольческого движения составляет молодежь — более **950 тысяч** волонтеров в столице. С начала года ресурсный центр «Мосволонтер» сформировал **180** волонтерских корпусов. К ним присоединились свыше **20 тысяч** добровольцев.



А ТЫ ЗАПИСАЛСЯ НА КОНТРАКТНУЮ СЛУЖБУ?



ЦИФРА ДНЯ

2 000 000 000 000

РУБЛЕЙ ВЛОЖИЛИ МОСКВИЧИ В НОВОСТРОЙКИ ПО НОВОЙ СХЕМЕ. НА ДАННЫЙ МОМЕНТ ЗАКЛЮЧЕНО ПОРЯДКА 154,8 ТЫСЯЧИ ДОГОВОРОВ ДОЛЕВОГО УЧАСТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭСКРОУ-СЧЕТОВ.

Вчера и.о. заммэра Москвы по вопросам транспорта Максим Ликсутов рассказал о проектах столичного Транспортного комплекса, их эффектах и влиянии на дорожно-транспортную ситуацию.

Дороги столицы стали свободнее



первый микрофон

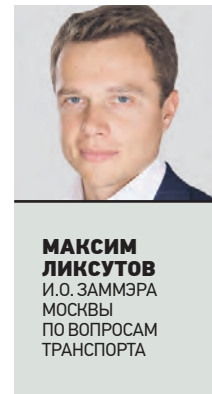
В Москве за последние месяцы были запущены несколько важных транспортных проектов, благодаря которым дорожная ситуация меняется в положительную сторону. Московский скоростной диаметр (МСД) сегодня с открытым южным участком занимает третье место среди самых востребованных магистралей города. Ежедневно по нему передвигается 370 тысяч уникальных машин.

Благодаря МСД на 5 процентов снизилась нагрузка на Варшавское шоссе и Люблинскую улицу, а участок МКАД, дублирующий МСД, разгрузился на 3–5 процентов. Кроме того, на 10–12 процентов выросла скорость движения общественного транспорта. Это важные и нужные эффекты.

Что касается проспекта Багратиона, то он помог разгрузить дороги в районах Кунцево, Можайский, Фили-Давыдово и других. В среднем в сутки по новому проспекту проезжает 22 тысячи машин.

МЦД-3 и МЦД-4 также помогли разгрузить московские дороги, в частности, свободнее стало на Ленинградском и Новорязанском шоссе, Рязанском проспекте, а также на Киевском, Боровском и Носовихинском шоссе. Выше наших ожиданий оказались и показатели пассажиропотока на новых диаметрах.

Отмечу, что Москва является регионом России с самой лучшей статистикой по дорожно-транспортным происшествиям, то есть столица — самый безопасный регион страны. Каждая смерть на дороге — огромная трагедия. И, как говорит президент России Владимир Путин, мы должны стремиться к тому, чтобы на дорогах граждане совсем не гибли. В части Москвы могу сказать, что по сравнению с 2010 годом количество погибших в результате ДТП снизилось в 2,5 раза. Это одна из лучших динамик в мире. Количество машин, которые зарегистрированы на территории столицы и области, увеличилось на 1,5 миллиона единиц. При этом число личных автомобилей, ежедневно выезжающих на дороги города, не только не растет, а наоборот, этот показатель снизился на 6 процентов. Каждый день мы сегодня фиксируем 2,9 миллиона уникальных машин. В 2015 году их было более 3 миллионов. В этой связи очевиден рост популярности городского общественного транспорта.



МАКСИМ ЛИКСУТОВ И.О. ЗАММЭРА МОСКВЫ ПО ВОПРОСАМ ТРАНСПОРТА

Соревнования по стрельбе из лука выявят самых метких

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото) посетил Всероссийские соревнования по стрельбе из лука. А в расцетках глава города рассказал об уникальных инновационных разработках московских компаний.



стрельбой из лука, уже победили — победили в том, что они стремятся к цели, что они меткие, точные и сильные, — сказал Сергей Собянин, поздравляя спортсменов с началом соревнований. Также вчера мэр рассказал об уникальных инновационных разработках компаний столицы. По его словам, в Москве наблюдается существенный

рост и развитие технологической индустрии. К концу 2022 года участники Московского инновационного кластера запатентовали около 16 тысяч изобретений, а за прошедшие месяцы 2023-го их количество увеличилось на четверть. Всего зарегистрировано свыше 19,8 тысячи патентов. — Московский инновационный кластер стал удобной платформой для разработки новых технологий, поиска партнеров и сотрудничества между крупными корпорациями, малым и средним бизнесом, образовательными и научными учреждениями, а также институтами развития, — заявил Сергей Собянин.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ v.chernyavskaya@vm.ru

ДРУГИЕ ЗАЯВЛЕНИЯ МЭРА → стр. 2

погода

+19°C

Ветер 1–3 м/с Давление 761 мм

Центр	+19	Лефортово	+18
Бутово	+18	Останкино	+18
Внуково	+18	Отрадное	+18
Жулебино	+19	Печатники	+19
Зеленоград	+18	Троицк	+18
Измайлово	+18	Тушино	+18
Кожухово	+19	Хамовники	+19
Кузьминки	+19	Чертаново	+18
Кунцево	+18	Шелепиха	+19

4 620008 560120

валюта

Курс ЦБ

\$ | 96,15 | +0,10 | ↑

¥ | 13,14 | 0,00 |

Биржевой курс

\$ | 96,18 | -0,07 | ↓

¥ | 13,15 | -0,01 | ↓

СОЦСЕТИ

Читайте нас в TELEGRAM

Зонтики можно убрать до октября

До конца месяца осадков в столице не ожидается. Поэтому сентябрь станет самым сухим за 144 года. Об этом заявила главный специалист Московского метеобюро Татьяна Позднякова.

8,5 миллиметра. Также, как заявила Татьяна Позднякова, до конца месяца ожидать дождя больше не стоит.

— Воздух ночью будет холодным, но днем прогреется до 17–19 градусов, — рассказала Позднякова. — Затем северный ветер сменится на южный, и температура днем будет выше, в пятницу и субботу она достигнет отметки в 20 градусов — это выше климатической нормы на целых пять пунктов. По словам эксперта, зонтики можно убрать. — Но при этом на стыке первой и второй декад октября вероятность выпадения осадков станет выше, — отметила Татьяна Позднякова. — Поэтому рассчитывать на сухой октябрь будет опрометчиво.

По ее словам, такая погода связана с тем, что в столице преобладает антициклонный режим в течение всего месяца. — Один антициклон сменялся другим, поэтому в сентябре почти не было дождей, зато было много солнечных дней, — отметила Позднякова. Как рассказала специалист, вчера между этими антициклонами лежал атмосферный фронт, поэтому наиболее интенсивные осадки выпали на востоке Подмосквы, в Кашире, — около 13 миллиметров, в районе Измайлово —

АННА ТЕМЫШОВА a.temyshova@vm.ru

Территории у станций метро становятся комфортнее

день мэра

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото) рассказал о благоустройстве территорий у станций столичного метрополитена. Также он озвучил планы по строительству новых объектов в Московречье-Сабурове.

Удобные маршруты

В столице около станций метро созданы удобные пешеходные и транспортные маршруты, а также приводят в порядок территории рядом с ними. Как рассказал в своем телеграм-канале Сергей Собянин, в нынешнем году благоустроили пространства возле девяти станций на разных направлениях подземки. В их числе: «Свиблово», «Медведково», «Планерная», «Пыхтино», «Аэропорт Внуково», «Яхромская», «Лианозово», «Физтех», «Нижегородская».

— Везде убираем под землю провода и прокладываем дополнительные ливневки, обновляем тротуары и дороги, разбиваем газоны, устанавливаем новые фонари и остановки, размещаем лавочки, — перечислил мэр. Там, где возможно, появляются детские и спортивные площадки, зоны для выгула собак, столы для игры в пинг-понг и шахматы. Так, у станции метро «Пыхтино» и «Физтех» обустраивают скейт-парки.



Специалисты уже привели в порядок территории возле станций метро «Аэропорт Внуково» и «Яхромская». Первый этап благоустройства завершился около станций «Пыхтино» и «Медведково». Основные работы закончились рядом с «Лианозово», почти выполнили запланированное и около «Свиблово». До конца года станет комфортнее у «Планерной» и «Нижегородской», в 2024-м — у «Физтеха».

Всего в 2023 году приведут в порядок территории возле 60 транспортных объектов: станций метро, в том числе Большой кольцевой линии, Московских центральных диаметров и городских вокзалов.

Больше для района
На юге столицы продолжается развитие социальной инфраструктуры. Как рассказал в своем телеграм-канале Сергей Собянин, в Московречье-Сабурове девелопер построит и передаст городу учебный корпус на 750 мест и детский сад на 350 мест.

— Школу планируется ввести в эксплуатацию в 2027 году, детский садик — в 2030-м, — заявил глава города. Кроме того, в районе появятся два спортивных объекта. Один из них, многофункциональный комплекс с бассейнами «Вышка», станет тренировочной базой для профессионалов. А в свободное время здесь смогут заниматься любители.

На проспекте Андропова в районе Нагатинский Затон завершается строительство блока начальных классов на 150 учеников и детского сада на 50 воспитанников. Объекты будут иметь отдельные входы и площадки. На 95 процентов построен детский сад на 140 мест в Бирюлево Восточном на 6-й Радиальной улице.



6 сентября 12:50 Второй пилот Леонид Ореховский и бортпроводница российской авиакомпании Мила Жоган оценили результаты благоустройства возле недавно открытой на Солнцевской линии метро станции «Аэропорт Внуково»

кстати

В столице выпуском компьютерной техники, электроники и оптики занимаются более 100 компаний. Только за семь месяцев этого года их производство выросло на 28,4 процента по сравнению с аналогичным периодом 2022 года. Такие данные привели вчера в мэрии Москвы. Среди новинок столичных производителей — бортовой компьютер и сетевой коммутатор.

Сейчас завершается чистовая отделка. Еще один детский сад с бассейном построят в Царицыне, на Кавказском бульваре. Он рассчитан на 250 мест.

— Строительство объектов образовательной инфраструктуры остается одной из важнейших составляющих развития городских территорий, — отметили в столичной мэрии.

Аналогов машине нет

Столичный производитель электроники разработал универсальный промышленный компьютер.

— Такая машина помогает управлять важной инфраструктурой электроэнергетики, промышленности и информационной безопасности. Сегодня отечественных аналогов этому компьютеру нет, — заявил Сергей Собянин.

Устройство выполняет несколько задач одновременно и может хранить большие объемы информации. Компьютер потребляет меньше энергии, при этом долго работает автономно. Также его можно использовать в редких или труднообслуживаемых помещениях.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
v.chernyavskaya@vm.ru

Положительная динамика: качество воздуха улучшается

Этим летом воздух в столице был чище, чем в прошлом году. Вчера об этом сообщил исполняющий обязанности заместителя мэра Москвы Петр Бирюков (на фото).



Чистоте воздуха способствовало, в частности, то, что лето выдалось умеренно теплым.

— Частая смена атмосферных процессов с осадками и усилением ветра обеспечила необходимые условия для интенсивного рассеивания загрязняющих веществ. Наилучшие условия были зафиксированы в июле, когда выпало осадков почти в два раза больше месячной нормы, — рассказал Петр Бирюков. Концентрация основных загрязняющих веществ в воздухе летом 2023 года была на 2–22 процента ниже предыдущих аналогичных показателей. Так, концентрации диоксида азота сократились на

12 процентов, взвешенных частиц PM10 — на 22 процента, PM2,5 — на 21 процент. — Контролю состояния воздуха уделяется особое внимание. В круглосуточном режиме в столице работают

56 автоматических станций, каждая из которых оснащена современным оборудованием, — отметил Петр Бирюков. — В долгосрочной динамике сохраняется положительная тенденция снижения средних концентраций загрязняющих веществ. Москва и Московская область объединили усилия по контролю качества воздуха в столичном регионе. В рамках создания Единой системы экологического мониторинга в ближайшем Подмосковье установили 15 автоматических станций контроля.

АЛЕКСЕЙ ХОРОШИЛОВ
a.horoshilov@vm.ru

Предпринимательские инициативы начинаются с игры

Проект развития молодых предпринимателей «Бизнес-уик-энд» открывает новый сезон. Сегодня он стартует с бизнес-игры в Российском экономическом университете имени Плеханова.

В новом сезоне мероприятия пройдут на базе вузов. Так, сегодня в Российском экономическом университете имени Плеханова участники мероприятия смогут в формате бизнес-игры познакомиться с предпринимательством. Молодые люди получат список необходимых ресурсов для реализации проекта и задачу — занять определенную долю рынка. За полтора часа в условиях, близких к реальным, участникам предстоит пройти все основные этапы первого года создания бизнес-проекта, обеспечить необходимые ресурсами сотрудников и финансами.

До середины октября пройдет десять бесплатных бизнес-игр, которые являются первым этапом популярного проекта «Бизнес-уик-энд». Он ориентирован на молодых людей от 18 до 35 лет, планирующих открыть свое дело и развиваться в предпринимательстве.

— Будущие предприниматели могут в экспресс-формате получить максимально полное представление о бизнесе и на основе этого интерактивного погружения решить, в каком направлении двигаться дальше, — рассказали в пресс-службе столичного Департамента предпринимательства и инновационного развития.

«Бизнес-уик-энд» — проект из трех этапов, участники которого последовательно осваивают принципы разработки и реализации бизнес-проектов, проходя все стадии развития стартапа.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
v.chernyavskaya@vm.ru

Право на бесплатный проезд для всех потомков чернобыльцев закрепят законодательно

мосгордума

Вчера депутаты Мосгордумы рекомендовали к принятию поправки в столичное законодательство, касающиеся социальной поддержки потомков чернобыльцев.

С 1991 года в России действует закон, связанный с социальными правами граждан, подвергшихся радиации вследствие катастрофы на Чернобыльской АЭС. В Федеральном законодательстве за детьми первого и последующего поколений граждан, родившихся после радиоактивного облучения одного из родителей вследствие чернобыльской аварии, закреплено право на ежемесячную денежную выплату.

Заместитель председателя Московской городской думы Степан Орлов подчеркнул, что формулировка в законе имела неоднозначное толкование. На эту неоднозначность обратил внимание Конституционный суд РФ, в 2021 году пункт 9 части первой статьи 27.1 закона РФ «О социальной защите граждан, подвергшихся радиации вследствие катастрофы на Чернобыльской АЭС» признали не соответствующим Конституции РФ. Формулировку в законе поменяли. Теперь правом на выплату обладают дети второго и последующих поколений, если один из родителей страдает болезнями, вызванными катастрофой или обусловленными генетическими последствиями облучения.

В московском законе «О мерах социальной поддержки отдельных категорий жителей города Москвы» закреплена норма о том, что категории граждан, получающих федеральные ежемесячные денежные выплаты, имеют право на бесплатный проезд в городском общественном транспорте. — Мы переносим федеральную формулировку в наш закон. Устанавливается такая льгота будет детям любого поколения чернобыльцев, — рассказал Степан Орлов. По его словам, принятие закона позволит пользоваться этой мерой социальной поддержки всем, кто в ней нуждается.

АЛЕКСЕЙ ХОРОШИЛОВ
a.horoshilov@vm.ru

Депутату надо знать, что волнует жителей

Вчера депутат Мосгордумы Валерий Головченко (на фото) провел встречу с жителями поселения Первомайское.



справка

Валерий Владимирович Головченко родился 3 июня 1978 года в городе Жданове Украинской ССР. В 2000 году окончил Приазовский государственный технический университет. В 2023 году получил второе высшее образование в Московском педагогическом государственном университете. С 2005 по 2010 год работал в коммерческих организациях города Москвы. С 2019 года — депутат Мосгордумы.

В общественной приемной оживленно, на встрече с депутатом пришли более двадцати человек. Жители разделились на группы, у каждой свой вопрос депутату. Например, одним интересуют капитальный ремонт в их доме — москвичи обеспокоены заменой газовых труб и соблюдением правил безопасности во время проведения сварочных работ. Депутат заверил жителей, что в ближайшее время сделает запрос в Фонд капитального ремонта о соответствии проекта всем необходимым требованиям. Жители коттеджных поселков спросили парламентария, возможно ли, чтобы на территории Новой Москвы, вне зависимости от форм собственности и организационной принадлежности, деревни, СНТ или коттеджного поселка, были те же условия, что и во всей столице, например, чтобы дороги убрала администрация, чтобы были проведены центральное водоснабжение и центральная канализация. — Сейчас передо мной как депутатом поставили сложные и долгосрочные задачи. Такие системные вопросы не решить за один день, но власть должна понимать, что людей волнует в данный момент, — говорит Валерий Головченко. Также на встречу с парламентарием пришли люди, обеспокоенные отсутствием школы в деревне Ивановское поселения Первомайское. — Я тоже огорчен, что в течение года не было принято решение о выборе места для

строительства школы в деревне Ивановское. Этот вопрос я буду поднимать на заседаниях Московской городской думы, — пообещал депутат. Валерий Владимирович отметил, что осенью традиционно растет количество обращений по самым разным вопросам. И каждый требует реакции и конкретных ответных действий, ведь только во время таких встреч можно узнать о том, что волнует людей больше всего.

АННА ХРОМЦОВА
a.khromtsova@vm.ru

Школьники приняли участие в благотворительной акции



25 сентября 11:00 Советник директора по воспитанию Юлия Колесникова принимает канцелярские принадлежности у ученика 3 «З» класса Владимира Свирцова

Ученики школы № 1541, расположенной на проспекте Вернадского, приняли участие в акции «Соберем ребенка в школу». Вчера «ВМ» пообщалась с новыми волонтерами и взрослыми участниками этого благотворительного проекта.

Школьники приняли активное участие в уже ставшей традиционной осенней акции «Соберем ребенка в школу». Инициативные родители вместе с детьми, заручившись поддержкой школьной администрации, каждый год организуют эту благотворительную акцию, чтобы собрать все необходимое к учебному году для многодетных и малообеспеченных семей, для воспитанников детских домов, а теперь еще и для ребят, чьи

отцы выполняли задачи в зоне СВО.

— Эта акция посвящена детям, чтобы они пошли в школу с хорошим настроением, с новыми ранцами, учебниками, тетрадками, канцелярскими принадлежностями, — говорит директор школы № 1541 Татьяна Ущяка. — Традиционно мы помогаем воспитанникам центров содействия семейному воспитанию: заранее узнаем о потребностях, собираем информацию о том, сколько детям нужна помощь, в чем они особенно нуждаются. Это и спортивный инвентарь, и книги, и наборы для творчества. Главное — делать это искренне и с душой. По словам родителей школьников, им важен не только волонтерский посыл этого проекта.

— Очень важно рассказать нашим ученикам, что дети из детских домов — точно такие же, как и они. Так же мечтают, так же радуются новым вещам и подаркам, так же хотят почаще испытывать положительные эмоции, — уверена мама ученика 1-го «Э» класса школы № 1541 Элина Георгиади. Третьеклассник и начинающий волонтер Владимир Свирцов принес в школу новые ранцы и наборы школьных принадлежностей для будущих учеников.

— Я выбрал самые красивые ранцы в магазине, — сказал он. — Буду очень рад, если они понравятся детям, которые пойдут в первый класс в будущем году.

АННА ХРОМЦОВА
a.khromtsova@vm.ru

Сохранить здоровье головного мозга помогут физические нагрузки и правильное питание

Вчера в Департаменте здравоохранения Москвы дали рекомендации жителям среднего возраста по профилактике деменции.

По словам заведующего приемным отделением госпиталя для ветеранов войн № 2 Департамента здравоохранения столицы Дмитрия Кожухова, акцент на профилактике ментальных нарушений необходимо делать с 50 лет. — В этом возрасте идут активные гормональные изменения, что отражается как на организме в целом, так и на состоянии нервной системы, — пояснил он. — Вообще следить за своим здоровьем необходимо в любом возрасте, тогда жизнь будет яркой, полноценной и долгой.

Врач также рекомендовал для профилактики деменции регулярную физическую активность.

— Для пожилых людей оптимальным вариантом будет скандинавская ходьба. Физические нагрузки помогут сохранить на нужном уровне оксигенацию, то есть насыщение крови кислородом, что благоприятно скажется на состоянии нервной системы, — рассказал Дмитрий Кожухов. В то же время, уточнил он, занятия спортом должны быть дозированными и соответствовать состоянию здоровья, поэтому сначала необходимо проконсультироваться с врачом. Кожухов также посоветовал добавлять в рацион продукты, богатые Омега-3, и отказаться от фастфуда.

— Высокий холестерин приводит к образованию бляшек в стенках кровеносных сосудов, в связи с чем ухудшаются кровоток и питание головного мозга, что приводит к разрушению нервной ткани, — уточнил медик. Также поддержать здоровье головного мозга и помогут снизить риски когнитивных нарушений умственная активность, социальное общение и качественный сон. По мнению специалистов, крайне важно и психическое благополучие. А для этого нужно находить способы справляться со стрессом, активно участвовать в социальной жизни и общаться с близкими.

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
m.shevtsova@vm.ru

В Москве, городе с богатейшей историей, огромное количество памятников архитектуры, и с каждым годом их количество растет. Только за последние два года к столичным объектам культурного наследия добавили 138 зданий. Кто помогает их выявлять и сохранять, а также почему важно смотреть на город глазами юных москвичей-художников, в интервью «Вечерней Москве» рассказал и.о. руководителя столичного Департамента культурного наследия Алексей Емельянов (на фото).

Астероид у дома

Исполняющий обязанности руководителя Департамента культурного наследия Москвы Алексей Емельянов: Уверен, нашим последователям и через 300 лет будет что оберегать



Алексей Александрович, на площадке Московского урбанфорума в «Лужниках» проходила выставка рисунков участников конкурса «Наследие моего района». Судя по работам, у детей — полная творческая свобода, им вовсе не обязательно изображать старинные здания и классические памятники. Конкурс проводится не первый год. Удалось ли ребятам чем-то вас удивить?

Конкурс детского рисунка «Наследие моего района» в этом году мы провели в юбилейный, пятый раз. За все 5 лет нам прислали больше 12 тысяч работ. Честно говоря, когда мы только организовали этот конкурс, я очень волновался — переживал, будут ли дети вообще в нем участвовать, и если будут, что станут рисовать. Думал: Кремль, Арбат, Большой театр, ну или еще что-то такое открыто-знаковое — и на этом, пожалуй, все. И как же я рад, что ошибался. Каждый раз ребята присылают нам всю палитру московских памятников — от старинных усадеб до современных арт-объектов. Одна из участниц, например, вдохновилась скульптурой в виде астероида, которая находится под козырьком дома 64 на улице Усачева в Хамовниках. Пусть слово «наследие» в названии конкурса никого не смущает. Ведь нам важно, чтобы ребята через рисунки показали места, которые они сами считают достопримечательностями своих районов. На практике это может быть и недавно построенный храм, и «Семейство бобров» из Парка Света в Бибиреве.

В рамках урбанфорума презентовали журнал для детей и подростков «Привет, Москвовец!». Почему вы решили запустить такой проект?

Да, действительно, в этом году мы решили на такой «отчаянный» шаг, ведь в своей работе по популяризации культурного наследия мы стараемся охватить все возрастные группы москвичей. Для участников проекта «Московское доглетие», например, у нас есть отдельный цикл лекций и экскурсий по памятникам архитектуры. Обычно они проходят весной, в Дни исторического и культурного наследия. Наш молодежный форум «Наследие» ориентирован на студентов высших учебных заведений. Для будущих реставраторов, которые учатся в колледжах, в этом году во второй раз пройдут соревнования по профмастерству в рамках выставки, посвященной импортозамещению в области культурного наследия. Есть у нас мероприятия и для школьников. Те же экскурсии, которые мы специально для них организуем в Дни наследия, или археологические раскопки в ландшафтном парке «Митино». Мы, видя большой отклик, решили сделать тематический журнал для детей. Первый номер пришелся на лето, поэтому, чтобы совместить приятное с полезным, мы сделали акцент на парках. До конца года планируем выпустить еще три номера.

А в целом насколько тема сохранения наследия интересна современным школьникам да и остальным москвичам?

По моему глубокому убеждению, наш общий и самый главный враг — безразличие. Поэтому мы стараемся увлечь историей, архитектурой Москвы как можно больше людей. И хочу сказать, что интерес растет. Мы это видим и по конкурсу «Наследие моего района». Если 5 лет назад мы получили 500 рисунков, то в этом году — 3500 работ. Еще один показательный проект, который мы реализуем совместно с Колледжем архитектуры, дизайна и реинжиниринга № 26, — Школа реставраторов. В прошлом учебном году мы набрали рекордное число учеников и выпустили 27 человек. Конечно, нам важно привлечь в профессию как можно больше талантливых ребят. Для этого мы не просто рассказываем, а показываем богатство культурного наследия нашей столицы. Участники проекта посещают реставрационные мастерские, где под руководством опытных педагогов и мастеров учатся работать с лепниной, живописью, деревянными элементами.

У вас есть помощники — волонтеры Мосгорнаследия. Я сама видела, как они приводили в порядок один из памятников. Причем это было в понедельник, в первой половине дня. И, если честно, я была удивлена, что многие пришли в свой выходной или отпуск. Чем вы их так зацепили?

Наши волонтеры — наш золотой фонд. Они всегда оперативно и с энтузиазмом включаются во все проекты, будь то профилактический уход за памятниками, в том числе некрополями, или мониторинг табличек с QR-кодами, которые висят на объектах культурного наследия. У нас уже сформировался волонтерский корпус, в него вошли больше 150 человек абсолютно разного возраста. И нам важно, чтобы им самим было интересно с нами работать. Приглашаем их на самые разные объекты — например, к Дню археолога они привели в порядок участок Стены Белого города на Хохловской площади и стеклянную витрину в Малом Златоустинском переулке, под которой находится фрагменты фундамента старинной церкви Николая Чудотворца. Предлагаем познакомиться с чем-то новым — например, поработать с мозаикой, монументальной скульптурой или побыть координатором во время наших исторических экскурсий.



9 апреля 2022 года. София Онищук для конкурса «Наследие моего района» нарисовала вымышленную историю про инопланетянина и комет астероида во дворе на Усачева

Чтобы стать волонтером Мосгорнаследия, надо обладать какими-то особыми знаниями?

Конечно нет. Все особые знания, навыки приобретаются на месте. Главное — это неравнодушное сердце, горящие глаза и готовность не только словом, но и делом помочь нам в сохранении наследия. Поэтому, если кто-то из читателей «Вечерней Москвы» захочет присоединиться к команде наших волонтеров, мы будем только рады. Связаться с нами можно по почте и в соцсетях. Кроме того, мы размещаем анонсы своих акций на платформе Добро.ру.

Один из волонтеров рассказал, что еще он занимается выявлением объектов культурного наследия. Как это происходит и сколько всего объектов пополнили реестр памятников Москвы за последние год-два?

Водоемная башня после реставрации станет новым выставочным пространством

Выявление и учет объектов культурного наследия — важная часть работы нашего департамента. Сейчас в Москве насчитывается более 8,5 тысячи памятников архитектуры, и этот список, в том числе благодаря неравнодушным жителям столицы, постоянно расширяется. За последние 12 лет под охрану взято свыше 1000 памятников, из них 138 — за последние два года. При этом у нас нет задачи выявить, например, в этом году на 20 процентов памятников больше, чем в прошлом. Мы внимательно рассматриваем каждую заявку. Есть определенные критерии, которые позволяют понять, достоин ли объект стать памятником истории и культуры. Среди наиболее важных — уникальность и подлинность.

Из тех памятников, которые взяли под государственную охрану в прошлом году, могу выделить бывший доходный дом Мальцева архитектора Жерихова на Новой Басманной улице. Здание отличается уникальным декором в стиле модерн. Его главный фасад оформлен масками и изысканными растительными элементами. Еще один интересный объект — Дом модели на Кузнецком Мосту, построенный по проекту архитектора Адольфа Эрихсона в начале прошлого века. Изначально он предназначался для мехового магазина и фабрики Торгового дома Алексея Михайлова. Также статус объекта культурного наследия присвоили главному дому городской усадьбы в Сеченовском переулке. Здание включили в программу «1 рубль за 1 квадратный метр», уже идет разработка проекта его реставрации.

В этом году мы взяли под охрану в качестве выявленного объекта культурного наследия жи-

лой дом Скворцова в Староколюшенном переулке. Это интереснейший особняк в стиле эклектики, построенный по проекту архитектора Анатолия Остроградского. Здание отличается разнообразным лепным декором на фасадах и имеет большую мемориальную ценность, связанную с именем известного московского коллекционера Дмитрия Ивановича Щукина, который жил здесь почти 20 лет.

Памятником архитектуры может быть жилой дом. Сколько таких зданий в Москве, как их оберегают и сохраняют?

Всего в городе под охраной около 380 многоквартирных жилых домов. Работа с ними всегда непростая. Приходится учитывать пожелания жильцов. А все люди разные. Кому-то и вовсе не нужна реставрация, человек просто хочет, чтобы работы прошли побыстрее, чтобы никто не мешал, не пылил. Кроме того, одно время были проблемы в области законодательства. В жилищном кодексе прописано проведение ремонта и капитального ремонта, никакой реставрации не предусмотрено. Но в Москве огромное количество жилых домов с богатейшей лепниной, живописью, мозаикой, со скульптурами — как с ними быть? И вот несколько лет назад мэр Москвы принял решение о выделении субсидии на проведение реставрационных работ. Теперь, если в каком-то жилом здании есть архитектурные элементы, например лепной декор, барельефы, витражные окна, художественные ограждения балконов и парапетов, которые входят в предмет охраны, город выделяет средства на их реставрацию. И мы видим отличные результаты. В прошлом году привели в порядок 15 многоквартирных домов, обладающих статусом объектов культурного наследия. В этом году капитальный ремонт и реставрация проводятся еще на 15 домах-памятниках. Среди них — знаменитый Дом со зверьями на Чистопрудном бульваре.

На портале проекта «Активный гражданин» идет голосование за лучший отреставрированный объект культурного наследия по программе «1 рубль за 1 квадратный метр». Сколько всего памятников она помогла спасти?

В программу «1 рубль за 1 квадратный метр» включены 33 объекта, из них 22 уже отреставрированы, остальные сейчас в работе. Напомним, как все происходит. Город выставляет объект культурного наследия на аукцион, на нем разыгрывается начальная ставка арендной платы. Причем она получается достаточно высокой: за основу берется рыночная стоимость, которая еще подрастет во время торгов. Победитель аукциона будет выплачивать эту сумму, пока не приведет памятник в порядок. Поддержка: льготная ставка аренды — рубль за квадратный

ДОСЬЕ

Алексей Александрович Емельянов родился 19 октября 1972 года в Москве. Охраной памятников столицы занимается с 1990 года. В 2006–2007 годах при участии Емельянова впервые в России ввели в эксплуатацию городские автоматизированные информационные системы: Городской реестр недвижимого культурного наследия и Историко-культурный опорный план Москвы. В 2011 году Алексей Александрович стал председателем рабочей группы Комиссии при правительстве столицы по рассмотрению вопросов осуществления градостроительной деятельности в границах достопримечательных мест и зон охраны объектов культурного наследия. Департамент культурного наследия Москвы он возглавил 27 июня 2015 года.

метр — начинает действовать только после завершения реставрации.

Программа интересная, но непростая, потому что по ее условиям на торги выставляются аварийные объекты культурного наследия. Тем не менее большинство из них уже восстановлены и имеют награды конкурса «Московская реставрация». Это говорит о том, что инвесторы и собственники памятников относятся к ним с огромным вниманием. Из тех объектов, что сейчас находятся в работе, хочу отметить здание в 1-м Павелецком проезде. Это водоемная башня, построенная в 1898 году в так называемом кирпичном стиле для железнодорожной станции. Удивительный памятник градостроительной архитектуры, который стоял и разрушался, но, к счастью, нашлись люди, готовые вложиться в его восстановление. Сейчас дорабатывается проект реставрации и приспособления башни к современному использованию. Она будет открытой для посетителей: внутри сделают выставочное пространство.

Восстановленные памятники нередко становятся новыми точками притяжения людей. Все мы знаем дом культуры «ГЭС-2», центр «Зотов», гастрокварталы «Депо». Появятся ли новые подобные площадки в ближайшие пару лет?

Мы видим, что вовлечение памятников архитектуры в социально-экономическую деятельность — это тренд последних лет. Действительно, есть уже много успешных примеров. Говоря о новых точках притяжения, которые появятся в ближайшие пару лет, сходу могу назвать два знаковых проекта. В гараже грузовых машин, построенном на Новорязанской улице в 1931 году по проекту архитектора Константина Мельникова, сейчас идут активные работы. В потрясающем памятнике конструктивизма в следующем году откроется Музей транспорта Москвы. Здание Центрального телеграфа на Тверской улице — интереснейший объект, который жил и развивался вместе с нашим городом. Помню с детства, что к большим праздникам его всегда украшали, по вечерам включали праздничную иллюминацию, которая просто поражала мое воображение. Уверен, что к концу 2025 года, когда завершится реставрация, в городе появится еще одно удивительное место с публичной функцией.

Проекты реставрации утверждают перед началом работ, но иногда специалисты уже на месте делают открытия, которые меняют представленные об историческом облике памятника. Можете рассказать о реставрационных находках, которые внесли коррективы в изначальные проекты?

Действительно, сначала проводятся исследовательские работы, потом проектные и только после этого реставраторы, которые имеют лицензию от Министерства культуры, приступают непосредственно к восстановлению памятника. Удивительно, но интереснейшие находки случаются в том числе на объектах, которые, казалось бы, исследованы вдоль и поперек. Например, в Преображенском соборе Новоспасского монастыря уже при производстве работ реставраторы обнаружили редкую живопись XVIII века. Теперь она будет законсервирована. Или, например, городская усадьба Алексея Бахрушина, в которой вот уже 129 лет работает театральная музей. Только сейчас при реставрации кабинета Бахрушина на стене под слоем краски обнаружили уникальный живописный фриз с фламминго и цаплями. В холле под лестницей найден фрагмент обоев. По мнению реставраторов, на холсте в виде Арлекина изображена голова Петра Ярцева, известного во времена Бахрушина критика. Надлестницей обнаружили цельную композицию с театральными масками и позолоченной аркой. Также во время работ открыли подлинную металлическую стену с набивным посеребренным рисунком цветполюха — знакомым цветком для семейств Бахрушиных. Как только реставрация закончится, музей откроют для посетителей, и все смогут увидеть эту красоту.

До конца сентября проходит первый фестиваль «Усадьбы Москвы». В чем его главная цель?

На территории нашего города более 300 усадебных ансамблей — великолепных комплексов старинных зданий. Большинство из них (около 250) — это городские усадьбы, расположенные в историческом центре Москвы. Также у нас есть бывшие загородные имения: 73 крупных усадебных парка, среди которых Царицыно, Кузьминки, Остафьево и Покровское-Стрешнево. Задумывая фестиваль, мы хотели показать жителям и гостям столицы удивительный мир русской усадьбы конца XVIII — начала XIX века. К мероприятию присоединились 15 исторических площадок, в том числе усадьбы Свиблово, Воронцово, Кусково и другие. Мы постараемся, чтобы было интересно посетителям всех возрастов. В определенный день каждый из архитектурно-парковых ансамблей представляет свою программу. В нее входят литературные чтения, лекции, иммерсивные спектакли и мастер-классы. Большинство мероприятий можно посетить бесплатно по предварительной регистрации.

Вот вы уже сказали, что Москва богата усадьбами. В каком они находятся состоянии, какие из них, может быть, реставрируют прямо сейчас?

За последние 13 лет мы привели в порядок более 60 объектов. Это абсолютное разные усадьбы. Среди них, например, бывшая загородная резиденция Вяземских-Шереметевых в селе Остафьево. Или, например, классический пример городской усадьбы — усадьба Андрея Сытина. Небольшой деревянный домик в Сытинском переулке уцелел в пожаре 1812 года, дожил до наших дней и отреставрирован по программе «1 рубль за 1 квадратный метр». Еще один удивительный деревянный особняк, восстановленный несколько лет назад за счет городского бюджета, — главный дом усадьбы Варвары Петровны Тургеновой на Остоженке. Кстати, сейчас завершается разработка проекта реставрации небольшого филиала усадьбы. Это тот самый дом, где жил дворник Герасим, ставший прототипом героя в романе Ивана Тургенева «Муму». Всего сейчас в работе почти 70 усадеб. В Большом дворце Кускова в ближайшие годы начнут восстанавливать интерьеры. В Покровском-Стрешнево приводят в порядок комплекс исторических зданий. В разгаре реставрация московского шедевра — усадьбы «Останкино». На северо-востоке столицы по заказу правительства Москвы ведется разработка проекта сохранения усадьбы «Виноградово». Каждый из этих объектов заслуживает отдельного внимания. Поэтому после реставрации они обязательно станут частью наших туристических маршрутов, фестивалей и других культурно-исторических программ.

Москву XIX века невозможно представить без купеческих особняков. На ваш взгляд, есть ли сейчас какие-то современные здания, сооружения, которые будут представлять Москву XXI века через 100–200 лет?

Конечно есть. В прошлом году я с огромным удовольствием прочитал интервью одного из руководителей московского Строительного комплекса, и он сказал, что город смотрит вперед на 100 лет, а московские строители строят здания на 500 лет и больше. Поэтому я уверен, что нашим последователям и через 100, и через 300 лет будет что оберегать, не давая сносить, реконструировать... А чтобы понять, что именно возьмут под государственную охрану уже через 20–50 лет, с удовольствием приглашаю всех в следующем году на выставку работ участников шестого конкурса детского рисунка «Наследие моего района». Как мы знаем, юные художники не всегда изображают классические памятники, это могут быть яркие образцы современной архитектуры. Посмотрим на них и вместе ответим на этот вопрос.



НАТАЛЬЯ ТРОСТЯНСКАЯ
Специальный корреспондент

ВАЖНО

На портале «Узнай Москву» есть онлайн-гид «Усадебное кольцо Москвы». В него вошли бывшие загородные владения, которые сейчас располагаются в черте столицы. Это маршрут выходного дня. Чтобы увидеть больше локаций, лучше путешествовать на машине. Еще один маршрут, «Москва усадебная-городская», знакомит с дворянскими домами.

Правда убедила остаться и регулярно помогать бойцам

доброе дело

Немец Николай Фаст почти год возит гуманитарную помощь на Донбасс. «ВМ» пообщалась с ним и узнала, что побудило гражданина Германии оставить спокойную жизнь.

Николай — этнический немец, но родился он в Сибири, в Алтайском крае, где рос до 16 лет. Потом его родители приняли решение переехать в Германию.

— Тогда очень много сибирских немцев уехало. Почему?.. Говорят, что «хорошо там, где нас нет»; думали, будет лучше, а теперь вот выясняется, что нет, — поделился Николай.

В Германии он прожил 33 года. Переломный момент произошел в марте 2022-го, когда группа единомышленников Николая встретила русского и белорусского дальнобойщиков. Они стояли без еды и воды около пары суток.

— Мы выяснили, что всем русским и белорусским водителям заблокировали банковские счета по Европе, поэтому они не могли себе ничего купить. Я спросил в нашем чате, кто хотел бы помочь. Позже в него добавилось очень много людей. В итоге там собралось около 23 тысяч волонтеров, и весь март мы кормили дальнобойщиков по всей Германии и Европе, — отметил Николай Фаст.

Вот так и появился его волонтерский проект под названием «Братская мотопомощь». А уже в ноябре друзья предло-



23 сентября 13:27 Волонтер Николай Фаст во время очередного приезда в Москву собирается закупить гуманитарную помощь для Донбасса, чтобы уже через несколько дней снова уехать в новые регионы. Туда он ездит регулярно уже почти год

жили Николаю собрать гуманитарную помощь и привезти ее на Донбасс. Он согласился. Опубликовал объявление в чате «Братской мотопомощи» о сборе расходных медицинских изделий, носков, футболки и теплой одежды. Потом погрузил все это в свою машину и в декабре прибыл на Донбасс.

— У нас в Германии показывали и рассказывали, что «Россия агрессор, Россия напала, Россия то, Россия се...» Да и до сих пор так вещают в Европе. Первое, что мы хотели сделать, — своими глазами увидеть, какая здесь правда вообще, — прокомментировал

Николай. — Сначала мы хотели разово приехать, а потом назад в Германию, но эта самая правда, которую мы увидели, переубедила нас остаться здесь. Потому что Россия — никакой не агрессор: она наоборот стоит за свой народ, который сейчас защищается от нацистов. Поэтому я предложил закупать все тут и возить на Донбасс регулярно. Николай также познакомился со многими людьми из Москвы, Калуги, Брянска, которые не только помогают деньгами на закупку гуманитарной помощи, но и делятся чем-то своим, например, домашним вареньем. Таких предло-

де бы мелочей очень не хватало бойцам.

— Я с декабря «без перекура» вожу. У меня крут: Донбасс — Москва — Калуга — Брянск — Донбасс. Почти 3500 километров каждую неделю-полтора. И везде в основном останавливаюсь где-то на два-три дня, — добавил Николай.

А еще его друг с января этого года привозит из Германии инвалидные коляски и костыли. Сам Николай остается в России и находится в процессе оформления гражданства.

— В Германии сейчас всех, кто помогал России и Донбассу в спецоперации, будут сажать в тюрьму на три-пять, а до

и больше лет. Мою съемную квартиру уже обыскивала полиция. Они хотели, чтобы я приехал, ключ забрал от нее — даже хозяину не отдавали. Но мы договорились потом, чтобы мои дети вещи все отсюда.

В начале года Николай Фаст получил в России статус беженца, а позже — переселенца. Потом подал на разрешение на временное проживание. Пока процесс получения гражданства немного затянулся. Но Николай не унывает, и уже собирает новую партию помощи для бойцов.

ДИАНА ПРОХОРЕНКО
d.prohorenko@vm.ru

Призрак нацизма бродит по Канаде



Президент Украины Зеленский посетил Канаду. Все, что надо знать о визите, — беспрецедентный скандал, который, впрочем, нельзя назвать случайным. Дело в том, что во время посещения парламента президенты Канады и Украины бурно рукопожимали ветерана дивизии СС «Галичина», которого привели на церемонию в качестве борца с Россией.

Историю на Западе переписывают с невероятной легкостью. В боях с Красной армией дивизия «Галичина», сформированная на Западной Украине, замечена лишь однажды. В 1944 году под Бродами эсэсовцы попали в котел и были перебиты. «Галичина» оставила кровавый след в подавлении антифашистских восстаний в Словакии и Югославии. В Польше галичане сожгли десятки деревень и уничтожили тысячи мирных жителей, включая женщин и детей. Жестокость неимоверная — подготовку дивизии СС проходила близ концлагеря в Дахау. Особенно зверствовала «Галичина» в карательных акциях против еврейского населения. Генрих Гиммлер лично инспектировал дивизию и призвал бороться с «жидобольшевистскими ордями». Приказы в дивизии отдавались на немецком языке, украинский — только для личного пользования.



СЕРГЕЙ ЛЕСКОВ
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ

Шоу в канадском парламенте привело к протестам Польши и еврейских общин. Власть Канады принесла извинения. Дескать, не знали, что за фрукт этот Ярослав Хунка (при рождении — Гунька). Как не знали, если на мероприятии подробно описывали биографию «героя», сообщив, что старик в здравом уме стоит на прежних позициях, усердствуя в украинских националистических ячейках, которым нет числа в Канаде?!

Но дело не в ветеране, как бы велики ни были его «заслуги». Президент Зеленский и его западные покровители в лице престарелого нациста выражали поддержку самому нацизму, который вернулся на политическую арену. Почему вызван из преисподней злоеущий призрак? Потому что игра на низких человеческих пороках — способ развалить Россию и отгрызть от нее окраинные земли. В данном случае — Украину. Пусть организация СС признана преступной Нюрнбергским судом, но это дело давнее. А сегодня эсэсовцы — это не битая карта, а вновь козырные тузы.

Кстати, Канадская комиссия по военным преступлениям в 1986 году признала отсутствие коллективной ответственности за преступления дивизии «Галичина». Комиссия отказалась рассматривать материалы о зверствах, которые хотели предоставить страны Восточной Европы. Сегодня в Торонто действует организация «Братство» из разного разлава «украинских комбатантов», издается журнал «Вести бывших военнослужащих». На Украине память дивизии СС «Галичина» увековечена во многих местах. Отчего же президенту Украины не бить в ладоши при появлении ветерана СС?

И вот не надо опять включать заезженную пластинку о национальности Зеленского...

Мнение колумнистов может не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»

новости спецоперации

Ликвидируем иностранных наемников
Российские подразделения нанесли несколько ударов высокоточным оружием по позициям украинских националистов. Об этом вчера сообщили в Минобороны России.

— Прошлой ночью ВС РФ нанесли групповой удар высокоточным оружием большой дальности и ударными беспилотными летательными аппаратами по пунктам временной дислокации иностранных наемников и подготовки диверсионных групп ВСУ. Все объекты поражены. Цель удара достигнута, — рассказали в Министерстве обороны РФ. — Кроме того, действиями Воздушно-космических сил России на аэродроме Долгинцево в Днепропетровской области был обнаружен и уничтожен истребитель МиГ-29 Воздушных сил Украины.

Улучшаем свои тактические позиции
Тем временем наши войска продолжают освобождать все новые населенные пункты Донбасса.

— На северном фланге артемовского направления русские войска выбили боевиков ВСУ из населенного пункта Орехово-Василевка. Проводя атаку, наши ребята застали нацистов врасплох — те не ожидали штурма и были вынуждены бежать из позиции, — отметил член главного совета военной администрации области Владимир Рогов. — Освобождение Орехово-Василевки значительно улучшает наши тактические позиции на данном участке фронта. Высота поселка достигает 144 метров над уровнем моря. Однако, по словам Владимира Рогова, накопив силы и осознав произошедшее,

враг начал отчаянно пытаться контратаковать позиции российских солдат.

Расширяем серую зону
Подразделение ВС РФ расширило серую зону в районе населенных пунктов Вербовое и Работино в Запорожской области. Об этом сообщил глава ДНР Денис Пушилин.

— Ситуация за последние двое суток немного улучшилась на важном для нас участке, потому что он прижимает к углеродному направлению, имеется в виду на участке Работино — Вербовое, — отметил Пушилин. — С северной части Вербового и также с юго-западного направления от Работина у подразделений Вооруженных сил Российской Федерации в рамках контратакующих мероприятий получились увеличить серую зону на порядка 200 метров.

Мы продолжаем серию публикаций, в которых рассказываем о бойцах, мужественно защищающих нашу страну в ходе спецоперации. Их пример показывает, что воинские традиции времен Великой Отечественной и в современной Российской армии чтят свято.



Уничтожил опорный пункт врага
Рядовой Евгений Латушкин (1) служит гранатометчиком в составе штурмового взвода Вооруженных сил РФ. При выполнении целей и задач спецоперации Латушкин эффективно уничтожил подразделения противника, нанося сокрушительно огневое поражение по укрепленным оборонительным позициям ВСУ. Кроме того, во время наступления российских войск рядовой заметил замаскированный опорный пункт врага. Затем, выбрав тактически подходящее место для атаки, он открыл огонь из гранатомета по украинским радикалам. После этого благодаря оперативной смене своей позиции Евгений Латушкин уничтожил более пяти украинских радикалов. Храбрые и отважные действия рядового Евгения Латушкина позволили взять штурмом опор-

ный пункт противника, где были обнаружены карты с позициями подразделений недруга.

Организовал эвакуацию пострадавших
Младший сержант Егор Филимонов (2) служил инспектором взвода в составе дежурной группы военной полиции ВС РФ. На одном из заданий Филимонов поддерживал правопорядок на освобожденной от украинских националистов территории. В тот момент солдаты ВСУ открыли артиллерийский огонь по населенному пункту. Младший сержант патрулировал местность и находился в непосредственной близости от пораженных противником объектов и поэтому сразу же выдвинулся на место происшествия. Мгновенно сориентировавшись, военнослужащий верно оценил обстановку и начал эвакуировать людей из обстреливаемой украинскими радикалами зоны. Благодаря решительным и профессиональным действиям Филимонова удалось успешно организовать оперативную эвакуацию пострадавших в безопасное место без потерь. После ее завершения инспектор взвода военной полиции танке сумел в кратчайшие сроки организовать оборону района, где были размещены эвакуированные люди. Это позволило предотвратить нападения диверсионно-разведывательной группы ВСУ до момента оказания раненым первой помощи и дальнейшей транспортировки в наше медицинское подразделение.

ДЕНИС ВАСИЛАСЯ
vasilenko@vm.ru

Изображения отважных волонтеров дополнили аллею мариупольского парка

Аллею волонтеров открыли в Приморском парке Мариуполя. Корреспондент «ВМ» узнал подробности.

Открывшаяся фотовыставка состоит из 18 стендов. На них изображены фотографии и написаны истории добровольцев, которые с начала спецоперации оказывают адресную, медицинскую, психологическую помощь мирным жителям новых регионов РФ и российским военнослужащим. Помимо этого изображены на стендах волонтеры-медики помогают в госпиталях, при восстановлении инфраструктуры и исторических памятников.

— Приморский парк в Донецкой Народной Республике станет местом притяжения молодых людей, центром исторической памяти, культурной и спортивной жизни Мариуполя, — сообщили в пресс-службе Росмолодежи,

одного из организаторов акции. — Хочется отметить, что на аллее есть две фотографии волонтеров из столицы. Один из них — 19-летний доброволец российских студенческих отрядов Артем Кональков. Он вместе с военными строителями восстанавливал «Саур-Могилу». Затем, летом 2023 года, со своим отрядом «Спутник» Артем отправился в Мариуполь, чтобы строить жилые дома.

Среди изображенных на стендах есть и 32-летний доброволец Всероссийского студенческого корпуса спасателей Москвы Руслан Юрченко. Он доставляет в прифронтовой территории подарки для детей, а для военнослужащих — спецоборудование и окопные свечи, изготовленные в учебных заведениях столицы.

С начала СВО Руслан помогает вынужденным переселенцам из новых регионов. При этом Руслан организовывал

и сопровождал первый гуманитарный конвой в Мариуполь, руководил восстановлением объектов гражданской инфраструктуры ДНР. Благодаря гуманитарным миссиям, в которых участвовал Руслан, более 10 тысяч граждан получили продукты питания, медикаменты, средства гигиены, канцелярию и многое другое, а восстановленные для полноценной работы социальные учреждения — необходимую технику. — Помощь участникам спецоперации и мирным жителям, находящимся в прифронтовой зоне новых российских регионов, — важная задача, и ее выполняют много москвичей, — рассказывает ветеран боевых действий, полковник запаса Игорь Витюк. — Это говорит о патриотическом подъеме и сплоченности жителей России.

АНДРЕЙ ОБЪЕДКОВ
a.obiedkov@vm.ru

Все провокации украинских формирований будут подавлены в зачаточном состоянии

Вчера в крупных аэропортах столицы отменили или задержали более 30 рейсов, а также объявили план «Ковер».

В аэропорту Домодедово задержали вылеты 23 воздушных судов, два отменили, а во Внукове перенесли три авиарейса и два объявили несостоявшимися. Об этом сообщили в пресс-службе крупного отечественного ИТ-сервиса, с помощью которого можно узнать точное расписание самолетов. Там дополнительно указали, что в Шереметьеве задержали два рейса.

Также стало известно, что в столичных воздушных гаванях ввели план «Ковер». Его объявляют в случае обнаружения на небе объектов, которые могут помешать движению самолетов. Этот план означает, что все находящиеся в небе воздушные суда должны приземлиться.

— Есть вероятность, что это очередная попытка террористического акта со стороны украинских националистов. Ведь в тот же день они атаковали беспилотниками территорию Крыма, Тульской, Брянской и Курской областей, — говорит руководитель Института региональных проблем, политолог Дмитрий Журавлев. — Очевидно, что этот террористический акт не имеет ни военного, ни политического, ни экономического значения. Он направлен лишь на запугивание населения. Так, наши враги хотят сказать, что, находясь вдали от зоны проведения спецоперации, мы все равно не будем в безопасности.

Политолог Дмитрий Журавлев отметил, что в случае такой ситуации необходимо очень осторожно погружаться в информационную повестку, чтобы не поддаваться панике.

— Важно понимать, что любое информационное поле обладает инерцией, то есть оно продолжает жить после создания, — рассказал руководитель Института региональных проблем «ВМ». — Именно поэтому сейчас важно дозировать поглощение информации по этой теме, доверять исключительно официальным источникам, чтобы не попасться на фейки. Ведь украинские националисты используют информационное поле в качестве еще одного инструмента борьбы.

Политолог Дмитрий Журавлев добавил, что людям волноваться не стоит: система авиационной безопасности в нашей стране выработана, поэтому все провокации радикальных формирований Вооруженных сил Украины будут подавлять еще в зачаточном состоянии.

АЛЕКСАНДР ЗОСИМОВ
a.zosimov@vm.ru

фотофакт



Вчера 09:03 Российские военнослужащие наблюдают за боевой работой реактивной системы залпового огня (РСЗО) «Град» в Запорожской области. На этом направлении наши войска в течение суток уничтожили до 100 военных и один танк вооруженных сил Украины, сообщили в Минобороны РФ. Умелые бойцы в ходе контрбатарейной борьбы смогли также поразить артиллерийскую систему M777 производства США. С такими мастерами победа точно будет за нами!



КАЖДЫЙ ВТОРНИК И ЧЕТВЕРГ СЛУЖБА НОВОСТЕЙ ПРЕДЛАГАЕТ ЧИТАТЕЛЯМ «ВМ» САМЫЕ ГЛАВНЫЕ ГОРОДСКИЕ НОВОСТИ, САМЫЕ НЕОБЫЧНЫЕ ИСТОРИИ, САМЫЕ ЛЮБОПЫТНЫЕ ОТКРЫТИЯ, САМЫЕ УДАЧНЫЕ ПРОЕКТЫ И КЛЮЧЕВЫЕ ТРЕНДЫ НЕДЕЛИ. МЫ ПРОДОЛЖАЕМ РЕГУЛЯРНУЮ РУБРИКУ. НАШИ ЖУРНАЛИСТЫ ВСЕГДА В КУРСЕ САМЫХ ЗНАЧИМЫХ СОБЫТИЙ ГОРОДА.

В школе № 1636 прошел курс уроков «Живой истории» проекта «Равнение на героев». Корреспондент «ВМ» узнал, что могут рассказать ребятам настоящие реконструкторы.

Историческое погружение через маленькие детали

Винтовки, подсумки для боеприпасов, телефонный аппарат, табакерки и гимнастерки — все это не в музее, а в актовом зале школы № 1636. Каждый из предметов можно внимательно осмотреть и даже взять в руки. Как объяснил организатор проекта «Равнение на героев», руководитель аппарата Совета депутатов муниципального округа Орехово-Борисово Южное Денис Беляевский, главная задача реконструкторов — рассказать об истории интересно, отступив от лекций и параграфов школьных учебников.

— Мы запустили уроки проекта в 2015 году, — рассказал он. — Начали с московских стрелков XVII века, потом перешли к парашютистам. Сейчас мы начинаем работу над двумя новыми для нас направлениями: войной в Афганистане и Битвой за Москву, конкретно — над московским ополчением, которое встало на защиту столицы. Наши уроки всегда «предметные»: рассказывая об исторических событиях, мы показываем ребятам личные вещи, одежду, снаряжение и инструменты, которыми пользовались в тот период. Такой подход помогает школьникам погрузиться в эпоху,

факты

Большая часть обмундирования, которое используют реконструкторы Великой Отечественной, шьется и изготавливается современными мастерами — сапоги, кобуры и гимнастерки просто истребли за прошедшие годы. Но попадаются и настоящие исторические артефакты: котелки, портсигары, мыльницы и другие личные вещи. Оружие чаще всего используют из личных коллекций — это охолощенные винтовки и карабины.

лучше понять сложности и реалии времени, о котором идет речь, узнать не только о важнейших вехах истории Отечества, но и о жизни простых людей.

— В этом году мы планируем провести 150 уроков в округе, а в следующем году только увеличим их количество, — сказал Денис Беляевский. — Приятно, что нашу инициативу подхватили и другие истори-



21 сентября 2023 года. Реконструкторы некоммерческой организации «Защитник» Анатолий Мясников (слева) и Алексей Старцев в красноармейской форме на уроке «Живой истории»

ческие клубы, школы и округа и подобные проекты все чаще появляются в столице. Занятия проводят члены некоммерческой организации «Защитник». По словам реконструктора Анатолия Мясникова, школьники с большим интересом задают вопросы.



машина времени

— И неудивительно, — улыбается он. — Какую-то информацию в учебнике просто не найдешь. А уж шанс потрогать настоящие винтовки, которые стояли на защите Родины... Наш формат увлекает ребят с первых минут. Подтверждает слова Анатолия и ученик 11-го класса Кирилл

Самохин. Молодой человек планирует сдавать ЕГЭ по истории и оценил необычный подход к уроку. — Я планирую получить педагогическое образование и сам преподавать историю, — поделился он. — Так что какие-то штуки взял себе на заметку. Главное, не забыть их до устройства на работу!

ГЛЕБ БУГРОВ
g.bugrov@vm.ru

Тренер из «Школы Марьяна Роша им. В. Ф. Фролова» Мстислав Конфетов (на фото) завоевал золото на прошедшем в Краснодарском крае чемпионате России по вестилевому карате в весовой категории 75 килограммов.

Столичный учитель показал мастерство своих техник

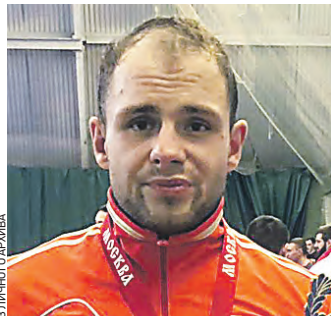
На важных соревнованиях Мстислав Конфетов провел три боя в личном зачете и два в командном. Все встречи закончились победой москвича. По словам Конфетова, наиболее сложным получился первый поединок.

— Я выступал в категории «ограниченный контакт» до 75 килограммов. В командном зачете сборная столицы стала второй, уступив только спортсменам из Московской области, — рассказал Мстислав. — Я считаю, что это направление самое интересное в плане владения дистанцией. Судьи



кеды и бутсы

фиксируют только касания в лицо. При слишком сильном ударе спортсмену выносятся предупреждение. По словам Мстислава Конфетова, он готовился к турниру на протяжении всего лета. — При этом я усердно тренировался практически каждый день по пять раз в неделю. Это позволило мне



выступлению быть на пике своей физической формы. В этом мне помогал мой тренер Сергей Николаевич Жуков. Он готовил меня ко всем моим соревнованиям. Я благодарен ему и своей семье за

поддержку, — отметил Конфетов.

28-летний спортсмен занимается карате почти 20 лет. Конфетов участвовал и побеждал во многих крупных турнирах и соревнованиях. Его список достижений пополнился очередным золотом — чемпионатом России. — Я был призером Европы и победителем чемпионатов нашей страны, которые прошли под эгидой World shito karate federation. Выигрывал городские соревнования, — объяснил Конфетов. — Уверен, что моя победа не останется незамеченной и она послужит стимулом для занятий спортом среди подрастающего поколения и, конечно, моих воспитанников из «Школы Марьяна Роша им. В. Ф. Орлова», в которой я работаю. Ведь когда-то для меня таким же примером был мой тренер.

ХАДЖИМУРАТ ПЛИЕВ
h.pliev@vmdaly.ru

рекорды

Тариев Николеишвили из Москвы в возрасте 17 лет стал самым молодым чемпионом России. В 2010 году, когда ему было 19 лет, он стал самым молодым победителем Абсолютного чемпионата Японии. В 2011 году Тариев Николеишвили одержал победу на первенстве мира и в возрасте 19 лет стал его самым молодым триумфатором. В финале он одолел Эвертона Тексейру из Бразилии.

Вчера начался осенний этап II Всероссийского военно-спортивного фестиваля имени генералиссимуса А. В. Суворова среди кадетов.

Участников спортивных соревнований стало больше

Осенний, третий этап кадетских соревнований продлится до конца сентября и будет посвящен 100-летию юбилея: Центрального спортивного клуба армии (ЦСКА), Министерства спорта и Московской спорта.

— В первый день состязаний прошли отборочные туры по таким популярным видам спорта, как баскетбол, гиревой спорт, спортивное ориентирование и настольный теннис, — рассказывает президент Лиги кадетского спорта Дмитрий Цой. — Всего участниками отборочных этапов стали более 350 кадетов и юнармейцев из 50 команд, приехавших в столицу из 15 регионов нашей страны. По словам Цоя, до конца недели для мальчишек и девчонок проведут презентации по новым видам спорта: регби, русской лапте и скалолазанию, которые планируют включить в следующие состязания. Также руководитель Лиги кадетского спорта отметил, что если в прошлом году участни-

ками соревнований становились только кадетские классы, то в этом году к ним присоединились воспитанники юнармейских отрядов.

— Это радует, что школьники интересуются спортом все активнее, а значит — наша Лига кадетского спорта не зря была создана в 2019 году, но теперь можно заметить, как состав участников продолжает расширяться, — отмечает Цой.

Также для школьников будут организованы экскурсии в столичные музеи и зоопарк. — Кроме того, в последний день состязаний командам, занявшим призовые места, будут вручены кубки и дипломы, — продолжает Дмитрий Цой. — При этом некоторые подарки вручат всем участникам турнира. Ребята получат спортивные принадлежности: мячи, скакалки, эспандеры и другие необходимые предметы для повседневных занятий физкультурой.

АНДРЕЙ ОБЪЕДКОВ
a.obedkov@vm.ru



дорогу молодым

Москвичка Надежда Блонская завела себе необычных питомцев — гигантских кузнечиков. Эти насекомые встречаются в природе крайне редко. Посмотреть на них отправилась корреспондент «ВМ».

Совсем как огуречик, зелененький он был



22 сентября 2023 года. Москвичка Надежда Блонская со своим питомцем — гигантским кузнечиком

По образованию Надежда Блонская биолог, а потому в ее доме практически всегда было много разных питомцев. Это и млекопитающие, и рептилии, и насекомые...

— Крупным насекомым особое отношение, потому что это дикий вид, они необычные. Плюс, так как они достаточно заметны, то и следить за ними гораздо проще, — рассказывает Надежда. — Они ведь чем больше, тем спокойнее, то есть можно взять на руки и как-то наладить контакт.

Этих зеленых красавцев девушке привезли из Папуа — Новой Гвинеи. Информации о них было мало, поэтому Надежда начала их изучать.

— Не было известно, сколько у них линек, как и куда они откладывают яйца, какой у них тип питания, — объясняет Блонская. — Пришлось подобрать пищевой объект, который они будут есть, понимать, сколько времени им нужно, чтобы вырасти, и многое другое.

Все это Надежда изучала сама. Она наблюдала за насекомыми и записывала особенности их поведения, питания и жизни в целом. По ее словам, сейчас этих записей хватит на целую научную статью. В итоге биолог выяснила, что в уходе за ними главное регулярность.

— Им требуются сетчатый террариум, свежие малина или ежевика, дуб. Для зимы все это нужно сушить, замораживать и каждый день, несмотря ни на что, давать свежую зелень, — отметила Надежда. Кроме того, оказалось, что кузнечики очень привередливы в выборе партнера. Самцам необходим выбор, не с каждой самкой они готовы дать потомство. А чтобы привлечь внимание женского пола, они... приседают.

— Они как будто говорят: «Я крепкий физкультурник!» Еще они могут постукивать усиками по самке, но это они, скорее всего, друг друга обнюхивают, я думаю, — улыбкой говорит Надежда Блонская.

Кстати, прыгать такие гигантские кузнечики не могут. Точнее, не делают этого в старшем возрасте, потому что становятся достаточно тяжелыми. А вот малыши могут подпрыгивать на 50–60 сантиметра. Еще, по словам биолога, в детском возрасте у кузнечиков большие лапки и усы.

Самое интересное в этот момент кажется очень маленьким и непропорциональным. Надежда шуточно назвала их «усы на ножках».

Вид этих гигантских кузнечиков можно назвать долгожителями. — При хорошем стечении обстоятельств, если они правильно питались и удачно поливали, то может жить год-полтора. Для насекомых это очень большой срок, — объясняет Блонская.

ВИКТОРИЯ БИЯТОВА
v.biyatova@vm.ru



зверье мое

повадки

В дикой природе, когда гигантский кузнечик чувствует опасность, он отталкивается двумя задними лапами и падает в листву. Там замирает и притворяется частью растения. Если же в домашних условиях насекомое прыгнет на пол, это может повредить его крылья. При этом кузнечик может привинуться к человеку и находиться у него на руках без попытки спрятаться.

Участники движения «Антидилер» провели очередной рейд по изъятию контрабандных сигарет в одном из табачных магазинов центра Москвы. «ВМ» узнала, как неравнодушные люди борются с проблемой продажи нелегальных табачных изделий в столице.

Активисты наносят удар по нелегальной торговле

Рейды по выявлению нелегальных табачных изделий проходят просто. Активист движения «Антидилер» под видом простого покупателя заходит в магазин. Первое, на что он обращает внимание, — как представлена табачная продукция. Участник может обратиться в правоохранительные органы уже из-за наличия на прилавках сигарет и других изделий, ведь розничная торговля табачной продукцией с выкладкой и демонстрацией запрещена. Еще одно частое нарушение — отсутствие списка той продукции, которая имеется в магазине. Затем, как только активист обнаруживает наличие сигарет, сделанных не на территории РФ, он приобретает эту пачку и спокойно уходит. После покупки доброволец «Антидилера» вызывает сотрудников полиции, рассказывает о произошедшем и просит принять меры. Полиция приезжает по адресу табачного магазина, изымает все контрабандные сигареты и другие табачные изделия, а торговую точку закрывает. — Такие вредные привычки, как курение, и без того отравляют наши организмы. Но когда речь идет о контрабандной продаже сигарет и других табачных изделий, мы тем более не можем оставаться в стороне, — объясняет лидер общественного движения «Антидилер» Дмитрий Носов. — По сравнению с другими городами в столице ситуация с продажей незаконных табачных изделий лучше. Но, по нашим данным, из-за нелегальных сигарет, которые продаются в магазинах, Москва не получает акцизных налогов в сумме более одного миллиарда рублей, которые могли бы пойти, например, на лечение тех же курильщиков.

По словам Носова, таких нелегальных точек продажи никотинсодержащих изделий в столице все еще много.



20 сентября 2023 года. Руководитель общественного движения «Антидилер» Дмитрий Носов проводит контрольную закупку нелегального табака около станции метро «Новокосинская»

— В прошлом году мы поспособствовали изъятию порядка миллиона нелегальных сигарет, — отметил Носов.

Если сотрудники правоохранительных органов не успевают приехать, участники движения «Антидилер» лично идут в местный отдел полиции. Там активист пишет заявление о том, что продавцы занимаются продажей нелегальных сигарет и остальной табачной продукции, а затем предоставляет им товар, кото-



дневной дозор

рый он приобрел несколько минут назад. После этого табачный магазин закрывают, а вся нелегальная продукция изымается.

— К сожалению, бывают ситуации, когда сотрудников полиции не хватает, поскольку большинство из них могут находиться на других, более важных вызовах, — объясняет Носов. Помимо контрабандных и контрафактных табачных изделий, активисты движения занимаются предотвра-

щением и более значимой угрозы, а именно продажи этой продукции детям. Многие табачные марки, к сожалению, осуществляют торговлю табачными изделиями, как растительными, так и электронными, лицам, не достигшим совершеннолетнего возраста. — По нашим подсчетам, продажа электронных сигарет и остальных табачных товаров несовершеннолетним проходит на сумму от 300 тысяч до одного миллиона рублей. Это те деньги, которые зарабатываются на здоровье

это закон

Согласно статье 18 Федерального закона от 31.07.2020 запрещается перемещение по территории РФ физическими лицами табачной продукции и подлежащей обязательной маркировке средствами идентификации никотинсодержащей продукции, не маркированных средствами идентификации в соответствии с законодательством Российской Федерации. Помимо этого, статья 20 Федерального закона от 31.07.2020 № 303-ФЗ вводит запрет продажи табачной или никотинсодержащей продукции, кальянов и устройств для потребления никотинсодержащей продукции несовершеннолетним и несовершеннолетними.

что и при обнаружении фактов продажи контрабандных табачных изделий, — вызываем сотрудников полиции. Организация занимается этой деятельностью около 10 лет и, помимо незаконных продаж табачных изделий, борется еще и с проблемой наркоторговли, а также алкоголизации граждан нашей страны.

— Конечно же, активисты движения «Антидилер» не поддерживают курение и распитие спиртных напитков, — отмечает Дмитрий Носов. — Но мы боремся не только с этим. Нашей задачей остается пресечение распространения контрабандной табачной продукции и продажи ее несовершеннолетним, а также борьба с продавцами наркотиков. Каждый из этих преступников должен получить справедливое наказание.

КИРИЛЛ ЛОЖНИН
k.lozhkin@vm.ru

Всем нам нравится слово «независимость». Но, крайне зависимые от того же чужого мнения, мы с жаром обрушиваемся на чуждые для нас ценности, при этом плохо храним свои. Осуждаем чрезмерное увлечение модой, но бежим за сиюминутными трендами. И если быть честными, наше представление о самих себе условно. А вот психологи подмечают, что для современного человека характерно не слишком адекватное восприятие себя. Так ли это? Разбираемся с экспертами.

Цена личной адекватности

Пытаясь успеть за шаблонами, которые нам навязывают, мы рискуем потерять себя

Не такой богатый, как надо. Не такая стройная. Скулы не той формы, ноги не той длины. А еще у тебя не та квартира и не в том районе, не тот круг общения, не такие вещи... Ты не соответствуешь! Чему? Ничему! Ничему из того, что навязывает медийное пространство, тем шаблонам, которые выдают за «золотое сечение». Причем включают они и правда все: от заданного уровня успешности до «корочек» из определенного вуза. Ну и что, скажете вы. Подумай, не такие скулы! Что нам шаблоны? А вот и не скажите. Поскольку кто-то и правда умеет разумно отмахиваться от навязываемых стандартов, а для кого-то вопрос соотношения себя с этим шаблоном из серии краеугольных. Умение человека объективно оценить, насколько нужен ему тот «идеальный» образ, который активно навязывается, — это в глобальном смысле вопрос адекватного отношения к самому себе. А эта адекватность важна, поскольку только она позволяет человеку находиться в гармонии с самим собой и окружающим пространством, а отсутствие ее приводит к малым и большим трагедиям. Как научиться адекватно воспринимать себя в современной системе координат, мы решили обсудить с нашими экспертами.

— Проблема эта актуальна, многие с ней встречаются, — полагает Алексей Сапкин, психолог, научный журналист, преподаватель МГУ. — Люди всегда ориентировались на идеалы, которых достичь трудно или невозможно. Еще две тысячи лет назад стоики, прародители современной когнитивно-поведенческой терапии, призывали ценить то, что у тебя есть, а также ориентироваться не на внешние проявления благополучия, а на жизнь в согласии с собой. Конечно, с распространением медиа и соцсетей проблема лишь заострилась.

Почему же людям, не соответствующим, по их убеждениям, навязываемым стандартам, живется так некомфортно?

— Мышление в духе «все или ничего» мешает ценить то, что имеешь. Во всем есть свои плюсы и минусы. Да, работая в условном «Газпроме», вы получаете большую зарплату, но живете в постоянном стрессе, у вас не остается времени и сил ни на что другое. И наоборот, не очень квалифицированная работа рядом с домом, наверное, не принесит большого дохода, но оставляет вам больше возможностей просто жить, проводить время с важными для вас людьми. К тому же путь сравнения себя с другими плох тем, что вы никогда не будете удовлетворены, планка все время будет повышаться. Условно говоря, даже если вы окончили Гарвард, заработаете 100 миллионов долларов и будете встречаться с моделями из глянцевого журнала, то, продолжая сравнивать себя с другими людьми, а в вашем случае общения, конечно, будут не менее успешные люди, вы рано или поздно обнаружите, что существует такой чувак, как Илон Маск, и на его фоне вы все равно остаетесь практически ничем. При этом надо понимать, подчеркивает Алексей, что потребность сравнивать себя с другими не плоха сама по себе.

— Она сложилась эволюционно, благодаря ей человечество добилось такого прогресса. Этот дискомфорт на химическом уровне заставляет нас, как вид, двигаться вперед, совершать достижения. Но фокус именно на внешних, материальных признаках благополучия трудно назвать оптимальным ориентиром...

Это, безусловно, так. Как неоднократно подчеркивал в интервью нашей газете председатель правления Евразийской ассоциации медицинских и экологических технологий, психолог и психиатр Андрей Жилиев, у нас остался один критерий успешности — деньги, и эта та ошибка, за которую нам непременно придется расплачиваться. Да мы и уже платим...

— Медийное пространство часто предлагает нам стандартизированные образы успеха, внешности и даже жизненного пути, — добавляет к сказанному Евгений Буянов, научный сотрудник ЭФ МГУ им. М. В. Ломоносова. — Под воздействием этих стереотипов многие стремятся подогнать свою личность под «принятые» каноны, забывая о своей уникальности и индивидуальности. Адекватное восприятие себя в контексте современных медийных реалий — это способность видеть разницу между истинной сутью человека и тем образом, который навязывается социумом, это искусство заниматься самопознанием, не позволяя внешнему миру определять вашу ценность. Неадекватное восприятие себя может привести к глубоким психологическим травмам. Люди, которые не могут соотносить свою реальность с идеализированными стандартами, могут столкнуться с чувством неполноценности, депрессией и даже саморазрушительным поведением. И доказано это не раз, причем проявления неадекватности могут быть очень разными. Возьмем пример, лежащий на поверхности: сколько молодых барышень решили, что жизнь имеет смысл, только если ты худая, как модель, и погубили от анорексии? Американцы как-то подсчитали, что к 20 годам то или иное расстройство пищевого поведения встречается у 13,5 процента девушек. Это колоссальная цифра. Подавляющее большинство этих девушек стали жертвами булимии или анорексии в результате своего несоответствия «стандартам красоты», но, если совсем честно, они пострадали «благодаря» тому, что оказались неспособны адекватно воспринимать себя в предлагаемых обстоятельствах.

Далеко не каждый из нас знает себя не то что полностью, а даже просто хорошо. Но главное — мы не приучены анализировать себя. — То, о чем мы говорим, — это вопрос хорошего понимания себя, знания своих желаний и сильных сторон, что предполагает развитое критическое мышление. Успешность, определенная внешность, мода и другие социальные артефакты



Инна Чурикова в роли Марфушки в фильме Александра Роя «Морозко» 1964 года. Эта «красавица» соответствовала всем шаблонам красоты, но толку было мало...

ты успешности и статуса — это тренд, — поясняет Анна Белева, продюсер и пиарщик предпринимателей и CEO. — Например, когда-то было модно быть домохозяйкой, и все медиаполе продвигало образ красивой женщины в фартуке на фоне блестящей кухни. Но тренды меняются. Старые ценности уходят, приходят новые, и колесо замыкается...

Вопрос об адекватном и неадекватном отношении к себе как по полочкам разложила психолог Антонина Третьякова, доцент Финансового университета при правительстве РФ.

— По сути, речь идет об адекватной самооценке. Если у человека она действительно адекватная, он выберет из предлагаемого идеального образа то, чему объективно соответствует, и будет этим доволен. Он даже может найти некую прелесть в своих особенностях, в своем отличии от шаблона. Более того, он может культивировать свои особенности! Модные накладные ногти? А у меня — свои! Все стремятся похудеть? А я — веселая пышечка и не отказываю себе в пирожных. Хорошо себя чувствуют люди и с завышенной самооценкой. Они уверены, что соответствуют идеальному образу, ну а если в чем-то не соответствуют, то это проблема образа, а не их. Секрет полишинеля: самооценка формируется с детства под огромным влиянием родителей, напоминает Антонина Третьякова.

— Родители в повседневном общении показывают ребенку, какой он есть и что, какой бы он ни был, он достоин любви и принятия. Естественно, на самооценку влияют и другие люди, и все возможные жизненные события, но это уже надстройка. Если человек страдает от своего несовершенства, стоит проработать это с психологом, или как минимум самостоятельно, сейчас издается много полезных книг на эту тему. Самооценка... Родители... Вспомнилось отчего-то, как недавно я случайно увидела в сети подборку из серии «Наши — лучшие», которая была посвящена девушкам, вылепившим свой образ «под Барби». Смотреть страшно на всех, но по-настоящему печально — на модель Анжелику Кену, превращать которую в Барби начинали еще родители. Красивая, действительно

Успешность, мода, да и другие социальные артефакты — это тренды. Но они меняются...

но похожая на куклу Барби, в которую, судя по всему, не наиргалась в свое время мама Анжелики, девушка хотя бы вроде как не делала никаких операций. А вот другая «русская Барби» перекроена шиворот-навыворот и с каким-то гибельным восторгом рассказывает о перенесенных операциях. Это даже могло бы быть смешным, если бы не понимание глубины драматизма: перед нами трагедия в рамках одной, отдельно взятой жизни, у которой нет обратора и которая тратится бессмысленно.

справка

Советы для повышения самооценки, которыми поделилась Лариса Шураева:

- Развивайте свои сильные стороны. Определите, в каких областях вы компетентны, и ищите возможности подчеркнуть это.
- Перестаньте критиковать себя. В непросытных обстоятельствах подбадривайте себя, а не ругайте. Замените критику на сочувствие.
- Убедитесь в собственной значимости. Если ваша самооценка подвергалась удару, то есть отличное упражнение для ее восстановления. Составьте список своих нацеленных, которые важны в данной ситуации. Например, если не смогли получить повышение на работе, то укажите черты, которые делают из вас ценного сотрудника (ответственность, трудолюбие, креативность и т.д.). Затем выберите один из пунктов списка и кратко поясните, почему вы гордитесь этим качеством и почему оно будет оценено другими людьми в будущем.
- Используйте формулы самовнушения. Чтобы они работали, произнесите более правдоподобные фразы. Вместо «Меня ждет грандиозный успех» используйте «Я приложу свои силы и добьюсь желаемого».

В том, что в формировании отношения к реальности принимают участие блогеры, сомнений никаких нет.

— Они захватывают медийное пространство с целью привлечения внимания и получения выгоды. Но идеальная жизнь, которую транслируют в соцсетях, в 99 процентах случаев не имеет ничего общего с реальностью, — уверен Александр Король, писатель и философ. — В наше время многие подвержены влиянию блогеров и публичных личностей. Их все больше, и больше людей показывают не себя настоящего, а то шоу, которое привлекает аудиторию. Не стоит доверять картинке в интернете. То, что многие начинают перенимать манеру поведения, речи и копировать внешний вид популярных блогеров, приводит в конце концов к культуре. Чтобы не стать заложником такого влияния, ограничьте использование соцсетей. ...Быть как кумир? Как просто успешный человек? Хорошо, на этом уровне еще можно говорить об адекватности. Но... саморазвиться до уровня пластмассовой куклы?! Быть адекватным означает реально и объективно оценивать ситуации и реагировать на них, четко самоидентифицируя себя. Для этого надо иметь сбалансированный и разумный подход к жизни, не преувеличивая и не преуменьшая ситуации и своей роли в этом мире.

Рассуждая на предложенную нами тему, кандидат педагогических наук Лариса Шураева, доцент кафедры социологии, психологии управления и истории ГУУ, начала с перечисления главных качеств, которые необходимы каждому не только для достижения успеха, но и для полноценной и активной жизни. Это здоровая самооценка, эмоциональный интеллект, самоконтроль, обязательно — гибкость и адаптивность, а также коммуникативные навыки, толерантность. Все эти качества нестатичны и требуют проработки и развития. Для примера, предлагает Лариса Шураева, давайте рассмотрим первое качество из списка —

самооценку. Нам важно определить ее уровень — для себя, это главный наш шаг.

— В этом нам помогут специальные тесты, например, опросник Розенберга, а также взгляд на поведение со стороны, — рассказывает Лариса. — Итак, смотрите: признаки завышенной самооценки у человека — это высокомерие и надменность, отсутствие самокритики и болезненное восприятие критики от других, самоуверенность и отсутствие авторитетов, лидерские амбиции, стремление всегда и везде быть первым, даже при нехватке компетенций, неприятие ответственности за неудачи, навязывание своего мнения, советов и опыта, бахвальство. Выражается это и внешне: высоким положением головы, прямой осанкой, пристальным прямым взглядом, командными нотками в голосе... Признаки же низкой самооценки тоже достаточно очевидны: неуверенность, зависимость от мнения окружающих, стереотипность поведения, несамостоятельность, показное поведение. Так вот, признание нездоровой самооценки — первый шаг к ее исправлению. Но самостоятельную работу справится с этим. При низкой самооценке трудно расчитывать на силу воли вечно сомневающегося человека, а при завышенной — невозможен самоконтроль из-за полного отсутствия самокритики... Сформировать здоровую самооценку поможет специалист или ваши близкие...

Опрошенные нами специалисты уверены и сходятся во мнении: в основе неадекватной самооценки (завышенной или низкой) всегда находится негативное самоопределение: я какой-то не такой, недостойный и т.п. — это иррациональное, бессознательное убеждение о себе. И да, вы правильно поняли: очень многие проблемы тянутся за нами из детства. Слово Виктории Куприяновой — клиническому психологу, члену Национальной ассоциации специалистов по психосоматике, гипнологии.

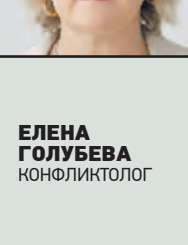
— Что становится базовыми причинами формирования искаженного представления о себе, тоже понятно: это гипер- или гипопека, эмоциональное отвержение со стороны родителей или родителя, эмоциональный холод, обесценивания и сравнения со стороны значимых взрослых (родителей, опекунов и др.), которые формируют негативное самовосприятие ребенка, закладывая фундамент низкой самооценки и неуверенности, — объясняет Виктория. — В старшем возрасте негативное самоопределение и подкрепление неадекватной самооценки может происходить через кризисные ситуации (увольнение, развод и т.п.), дискриминацию и критику со стороны окружающих, социальные медиа, в которых транслируются идеальные образы. Невротическое желание соответствовать «идеальному образу» создает внутреннее напряжение. Человек может находиться в состоянии невроза — в гонке за высокими результатами, подгоняя себя, чтобы быть «совершенным», «глянцевым», «идеальным», затрачивая колоссальные усилия. Здесь проявляются самокритика и перфекционизм, как стремление никогда не ошибаться, что может усиливать внутреннее напряжение. Достижения и высокие результаты создают временное чувство удовлетворения собой или вовсе обесцениваются, так как всегда будет звучать внутренний критик «недостаточно», «есть куда еще лучше». В следующий раз, столкнувшись с критикой или неудачей, человек как бы обнаруживает прошлые успехи и достижения, снова углубляясь в негативное самоопределение «я ничтожный», «не такой». И подобное происходит неосознанно, иррационально. Чтобы испра-

Но и про чувство юмора забывать не стоит



Развитие соцсетей принесло в нашу жизнь большое количество переносов: «успешный успех», «тонированные лица, фильтры» — все это по-прежнему относится к обычному человеку, насколько он несовершенен.

В какой-то момент происходит подмена реальности: если человеку нужно выйти в прямой эфир без фильтра, у него случается настоящая ломка. Он может вообще перестать выходить на улицу, потому что боится, что кто-то увидит его настоящего. Не менее фильтров опасен и «успешный успех». Тебе показывают, как с легкостью зарабатывают по 200 миллионов в месяц, и с издевкой интересуются, почему ты не можешь так же. Происходит обесценивание своих успехов, образования, жизни, в конце концов.



ЕЛЕНА ГОЛУБЕВА
КОНФЛИКТОЛОГ

Человек перестает соответствовать той красивой картинке, которую ему нарисовали соцсети. И ведь большинство так, кто попал в эту ловушку, не отдаёт себе отчета в том, что сназка в соцсетях на 90 процен-

тов — фейк. Так что сохранить адекватное отношение к себе в мире, заполненном неадекватными картинками, — задача № 1. В этом вам помогут шесть реально работающих установок (лайфхаков). Надо принять, что мир несовершенен. Идеалов не существует. Помните, что картинки из соцсетей, рисующие «успешный успех», — неправда. Стоит внедрить практику благодарности: вечером вспоминать лучшие моменты дня и говорить за них спасибо. Надо ценить каждый миг реальной жизни. Составьте список своих достоинств. Не ждите их найти — опросите друзей и знакомых! Удивитесь, сколько в вас талантов! Все-то мы ищем в себе недостатки, а попробуйте найти достоинства! Развивайте чувство юмора. Жизнь, конечно, штука серьезная, но отнестись к ней лучше с улыбкой.

вить ситуацию, нужно «проработать» причины такой самооценки.

Кстати, писатель Никита ван Лахти советует прибегать к «фильтру информации»:

— В течение жизни у человека определяются источники информации, которым он доверяет. «Адекватно» — это когда человек ищет подтверждение направленному на него месседжу из нескольких источников, это могут быть СМИ, родственники, друзья, религия, книги. То есть любую «ценность» можно брать в свой багаж, только если ее признание приходит сразу с нескольких заслуживающих доверия сторон.

Так можно ли помочь человеку в дискомфорте, вызванном сравнением себя с персонажами медиа? Алексей Сапкин уверен: конечно.

— Часто проблема решается сама по себе в результате каких-то потрясений в жизни человека, когда происходит переосмысление ценности. Например, побывав на грани жизни и смерти или в результате потери близкого человека, люди часто начинают по-другому смотреть на мир. То есть нас исцеляет жизненный опыт. А еще в таких случаях может оказаться эффективной помощь психолога или психотерапевта. Когнитивно-поведенческий терапевт вместе с клиентом выявит его глубинные убеждения, изменит которые тот сможет чувствовать себя лучше и действовать гибче. Возможно, на уровне «я должен» у человека найдутся какие-то правила, которые он захочет поменять. А специалист, использующий терапию принятия и ответственности, на каком-то этапе предложит клиенту подумать о том, что для него действительно важно.

— На пути к пониманию своей истинной сущности человек должен научиться отделять себя от социокультурного шума. Это требует времени, саморефлексии и, возможно, помощи профессионала, — рассуждает Евгений Буянов. — Но результат стоит того: это жизнь, основанная на самопринятии, а не на чужих ожиданиях.

— Надо понять себя, свои желания, свои сильные стороны. Увы, инструкцию к самому себе при рождении нам никто не выдает... Важно выделять время на «подумать» и замечать, какие вещи вызывают в нас искренний отклик и радость, а какие просто навязаны обществом, — уверена Анна Белева. — Это поможет жить своими целями, а не целями других людей. Иначе можно построить себе всю жизнь в соответствии с трендами и прожить ее, будучи несчастным человеком. Кстати, уход от медийного образа тоже тренд. Таких людей замечают и ценят не за соответствие образу, а за фактические заслуги, за индивидуальность и за то, что они не стали наступать себе на горло в угоду любым трендам.



ОЛЬГА КУЗМИНА
Обозревателю и колумнисту



точка Сегодня точку в номере ставит участница выставки «Шелковый быт» Альфия Дуякова. На третьей линии ГУМа развернулся огромный гостеприимный восточный базар, где можно попробовать Центральную Азию на вкус, продегустировав блюда национальной кухни. А также приобрести сувениры и подарки — сухофрукты, керамику, посуду и текстильные изделия. Ключевой частью экспозиции станет фотовыставка известного фотожурналиста Геннадия Попова, на которой представлены работы мастера, сделанные в 70–80-х годах XX века. Экспозиция погружает гостей в местный колорит и знакомит зрителей с разными моментами жизни в Казахстане, Киргизии, Узбекистане, связывая времена и народы. У москвичей и гостей столицы до 8 октября есть возможность поближе познакомиться с природными и культурными достопримечательностями Средней Азии и, может быть, вдохновиться на поездку к нашим близким соседям.

Каждый четвертый россиянин продолжает ходить на работу больным. Об этом свидетельствуют результаты опроса, проведенного одной из страховых компаний. При этом 16 процентов респондентов признались, что их работодатели не особо приветствуют больничные.

вопрос дня

Каждый четвертый продолжает ходить на работу больным. И как вам?



АНДРЕЙ ЗВОНКОВ
ВРАЧ-ТЕРАПЕВТ

Очень плохо, если заболевший работник будет продолжать ходить на работу, ведь тем самым он заразит остальных. Я считаю, что больничный лист люди не спешат оформлять, ведь они сильно теряют из-за этого в зарплате. Если позволяют условия, то лучше перевестись на удаленную работу. В любом случае не стоит заниматься активной деятельностью при высокой температуре, ведь от этого может стать хуже. По возможности лучше договориться с коллегами или работодателем, чтобы не оформлять больничный. Это бывает выгоднее, чем брать освободительные от работы на неделю.

ший персонал повышается. Но понятно, что в сезон вспышки ОРВИ все идет по-другому. Многие работники сами предпочитают не выходить на больничный, дабы не подводить коллектив. Плюс это вопрос денег. Сумма выплат по больничному листу невелика.



АЛЕКСЕЙ ПЕТРОВСКИЙ
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
ЮРИДИЧЕСКОЙ КОМПАНИИ

Как работодатель я считаю, что если человек заболел, то ему не стоит ходить на работу. Он должен быть дома для того, чтобы быстрее выздороветь и скорее вернуться к исполнению своих обязанностей. Помимо этого, болеющий человек, конечно же, не должен заражать своих коллег. В нашем офисе мы не всегда требуем больничный лист. Из-за того, что многие болеют два-три дня дома и не вызывают врача. Часто происходит так, что человек заболевает в офисе. Мы отпускаем его домой. С точки зрения потери в коллективе мы это не ощущаем, потому что человек остается на связи и выполняет работу дистанционно.

Подготовила
АНАСТАСИЯ СТАРОСТИНА
edit@vm.ru

Мнения экспертов могут не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»



ЗУЛИЯ ЛОИКОВА
HR-ЭКСПЕРТ

Изначально у многих работодателей негативное отношение к оформлению больничного листа. Это не очень выгодно для них, особенно в кризисных ситуациях. Ведь внутри коллектива от того или иного человека многое зависит. И если он уходит на больничный, то нагрузка на остав-

Скончался Евгений Ясин, один из самых ярких экономистов СССР и новой России

ПАМЯТЬ

Вчера скончался Евгений Ясин — известный советский и российский экономист, государственный и общественный деятель. Через полгода ему исполнилось бы 90 лет.

Евгений Григорьевич родился в Одессе и всю жизнь сохранял солнечность родного города — был доброжелателен и улыбчив, хотя сфера его деятельности — экономика — никогда не была «легким жанром». Высших образований у него было два — Одесский гидротехнический институт и экономфак МГУ имени Ломоносова. Впрочем, начинал он совсем не экономистом, а (сейчас многие удивятся) мастером на мостопоезде! Записей в его трудовой книжке у него вообще было немало: в конце 1950-х он работал инженером в Проектном институте, затем заведовал лабораторией в НИИ Центрального статистического управления, а потом защитил кандидатскую, после чего в его жизни основной сферой стала именно экономика. Минимум полвека, с 1970-х годов, Евгений



13 октября 2011 года. Евгений Ясин на заседании правления Российского союза промышленников и предпринимателей

Григорьевич имел непосредственное отношение к высшей экономике государства — и СССР, и новой России. В 1989 году профессор Ясин стал заведующим отделом Госкомиссии по экономической реформе при Совмине СССР, затем перешел в Научно-промышленный союз СССР — ныне Российский союз промышленников и предпринимате-

лей, в ноябре 1991-го создал Экспертный институт РСПП, а два года спустя был назначен руководителем рабочей группы при председателе правительства РФ, принимал активное участие в разработке экономических программ. Интеллектуал, принципиальный либерал с демократическими взглядами, Евгений Ясин для многих был авторитетом и образцом порядочности. С его позицией можно было не соглашаться, но не было сомнений: за всем, что он делал, было желание, чтобы жизнь в стране, которую он любил, стала лучше.

ДОСЬЕ

Евгений Ясин (7 мая 1934 г. — 25 сентября 2023 г.) — доктор экономических наук, профессор. Министр экономики Российской Федерации (1994–1997), научный руководитель (1998–2022), а затем почетный научный руководитель Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики». Член Совета при президенте Российской Федерации по развитию гражданского общества и правам человека (2018–2023).

РЕДАКЦИЯ «ВЕЧЕРНЕЙ МОСКВЫ» ВЫРАЖАЕТ ГЛУБОКИЕ СОБОЛЕЗНОВАНИЯ РОДНЫМ И КОЛЛЕГАМ ЕВГЕНИЯ ЯСИНА

Художник, который нес свет и добро

ДАТА

26 сентября 1935 года в Москве родился Винтор Чижиков (на фото) — знаменитый карикатурист, художник, автор великолепных книжных иллюстраций.

Рисунки к книгам Сергея Баруздина и Виктора Драгунского, Эммы Мошковской и Сергея Михалкова, Агнии Барто и Эдуарда Успенского, образы Витки Перестукина из «Страны невыученных уроков», Вити Малеева и олимпийского Мишки — все это был Чижиков, маг и кудесник карандаша и красок. Как-то Виктор Александрович рассказывал, что к рисованию его подвигла жизнь в эвакуации, где он ви-

дел много такого, что ребенку видеть не стоило бы. Из военного лихолетья Чижиков вышел со светом в душе, который и нес нашему миру до последнего дня своей наполненной творчеством жизни. Среди многочисленных его работ нельзя найти ни одного недоброго рисунка. Даже Баба-яга у него улыбалась... Конечно, его талант рисовальщика обязательно дал бы о себе знать, но все же многое в судьбе Чижикова решил случай: друг его отца, архитектор Владимир Ершов, взглянул к ним в гости, увидел, как маленький Витка рисует карикатуры на Франко, и познакомил

его с Кукрыниксами (художниками Михаилом Куприяновым и Николаем Соколовым), которые начали «окармливать» юный талант. Еще до окончания школы Чижиков выступил как карикатурист в газете «Жилищный работник». В 1953 году он поступил в Московский полиграфический институт, а два года спустя уже работал с большим количеством рисунков, «поскольку с помощью них художник рассказывал ребенку о взаимоотношениях людей, о добре и зле». Он это делал всю жизнь. Не стало художника в 2020 году. Память о нем живет в его блистательных рисунках.

в легендарном «Крокодиле», потом — в «Веселых картинках» и «Музильке» и ряде других изданий. Особая гордость для нас — сотрудничество Виктора Александровича с нашей газетой, о которой он всегда отзывался очень тепло.

А с 1960 года его привлекали к работе издательства «Художественная литература», «Малыш» и «Детская литература». У него было фантастическое чувство юмора. Больше других писателей он любил Чехова. Но мыслитель Чижиков парадоксально: говорил, что не только Чехова, но и любого «взрослого» писателя лучше... не иллюстрировать, а вот детские книги, наоборот, должны быть с большим количеством рисунков, «поскольку с помощью них художник рассказывал ребенку о взаимоотношениях людей, о добре и зле». Он это делал всю жизнь. Не стало художника в 2020 году. Память о нем живет в его блистательных рисунках.

ОЛЬГА НИКИТСКАЯ
edit@vm.ru

Душевное здоровье общества год от года не становится лучше. Автор персональной рубрики «Приемная» Ольга Маховская знает почему.



ПРИЕМНАЯ

ОЛЬГА МАХОВСКАЯ
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ

Сенсорный голод тоже надо утолять

Самодельность отличает от профессионализма низкая производительность и отсутствие четких общественных задач. Профессионалы знают, чего хотят, потому что сами формируют смыслы, определяют задачи и выбирают методы. Они планируют и рассчитывают на определенный эффект, впечатление у публики, общества. Понятен скептицизм «профи» по отношению к дилетантам, которые вообразили себя художниками. Так же раздражают поощение в душевной кабинке родственники. Кажется, самодельность — прерогатива молодых и зеленых. Детей учат выступать на утренниках, школьников привлекают к подготовке концертов. Немногие выйдут на профессиональную сцену. Но почему-то и пенсионеры с удовольствием начинают петь в хоре, рисовать, танцевать. Ответ прост: им это нравится. Художества ребенка отличаются от художеств взрослых тем, что они доставляют удовольствие, и это главное их назначение. Человек, взрослея, теряет сенсорную связь с реальностью, старается вести себя аккуратно, не суетиться, не трогать руками все на свете, чтобы потом не нужно было убирать. Так накапливается сенсорный голод. И потребность творить скрывает другую базовую потребность в счастливом слиянии со средой. Вот почему мы испытываем прилив сил и радости, когда оказываемся в бассейне или на берегу океана, когда ходим босиком по траве или рисуем пальцем на стекле, оставляем отпечатки рук на песке... Книжки-раскраски, лепка для взрослых, картины-пазлы для рисования и вышивки стали популярным занятием, а жилище украшают теперь оригинальными рисунками собственного исполнения. Очаровательный примитив. Клубы пенсионеров должны быть дополнены детскими наборами «вода и песок», чтобы дать пожилым людям возможность подзарядиться. И специальные рисовальные доски, чтобы можно было мелом чертить, что в голову придет, не потому что красиво, а потому что хочется. Некоторые позы к творчеству всего лишь выдают потребность в поддержке, симпатии и любви. И пока мы с восторгом рисуем, выделяются гормоны счастья эндорфины, которые укрепляют иммунитет и снижают уровень невротизации и депрессии.

Мнение колумнистов может не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»

Молодежь отправится популяризировать язык коми

До 30 сентября москвичи могут подать заявку на конкурс отбор молодых языковых активистов для участия в медиаобразовательном блог-туре «В гостях у носителей языка».

образовательные мероприятия с языковыми активистами, выезды в блог-тур, неформальное общение и обмен опытом. Отправиться туда смогут те, чьи заявки победят в отборе.

Организаторы мероприятия проводят уже третий тур. Мы были и в Мордовии, и в Удмуртии, куда приезжали уникальные команды молодых активистов — этнодизайнеров, игротехников, блогеров, преподавателей, журналистов, — поделилась руководителем проекта и пресс-службы Ресурсного центра в сфере национальных отношений Анжелика Засядько. По ее словам, в этот раз конкурс пройдет в Республике Коми. Участников ждут медиа-

Познакомившись с языковой культурой Республики Коми, ребята узнают о практиках его сохранения, изучения, развития и популяризации. Там мы сможем погрузиться в культуру региона, а также разработать способы сохранения и популяризации языков наших народностей, — дополнила Анжелика. По словам организаторов, отбор продлится до 1 октября — к этой дате будут определены победители конкурса.

КИРИЛЛ ЛОЖНИК
k.lozhnik@vm.ru

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНИЦ ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ

Кадастровый инженер Симонович Юлий Витальевич (адрес: 123610, г. Москва, Краснопресненская набережная, д. 12, подъезд 6, офис 1502, 000 «Премиум Стоун», тел. 8 (495) 120-70-99, e-mail: info@premiuumkadast.ru, номер регистрации в государственном реестре лиц, осуществляющих кадастровую деятельность 37022, СНИЛС 153-855-006-68) выполняющий кадастровые работы по уточнению местоположения границы и площади земельного участка с кадастровым номером 77:01:0002004:59, расположенного по адресу (местоположению): установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: г. Москва, ул. Большая Полянка, вл. 51/А9 (дворовая территория). Заказчиком кадастровых работ является: Общество с ограниченной ответственностью «Главлстрой», расположенное по адресу: 119019, г. Москва, внутригородская территория городской муниципальной округ Хамовники, Пречистенская набережная, д. 45, стр. 1, этаж 3, пом. 1, ком. 32, тел. 8 (495) 788-02-00.

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границы состоит по адресу: 123610, г. Москва, Краснопресненская набережная, д. 12, подъезд 6, офис 1502, 26.10.2023 г. в 11 часов 00 минут. С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: 123610, г. Москва, Краснопресненская набережная, д. 12, подъезд 6, офис 1502, с 10.00 до 19.00. Обоснованные возражения относительно местоположения границ, содержащиеся в проекте межевого плана, и требования о проведении согласования местоположения земельных участков на местности принимаются с 26.09.2023 г. по 25.10.2023 г. по адресу: 123610, г. Москва, Краснопресненская набережная, д. 12, подъезд 6, офис 1502. Смежные участки, с правоблагодателями которых требуется согласовать местоположение границ: 77:01:0002004:28. При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

Частности

РЕКЛАМА

Юридические услуги

● Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч. по возвращению или раслуничиванию квартиры, выписки из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. (499) 409-91-42 ● Адвокат. Возврат квартир. Уголовные дела. Т. (495) 210-25-63

Коллекционирование

● Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. (495) 128-50-09

Размещение
рекламы
(499) 557-04-04
доб. 132, 158