



Вести ЛЮБЛИНО

№ 7 (95) июль 2024 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ И ПРЕДПРИЯТИЙ РАЙОНА ЛЮБЛИНО

С Днём семьи, любви и верности, дорогие друзья!

На Международной выставке-форуме «Россия» ВЕРШИНА УСПЕХА

Лето в разгаре. На Международной выставке-форуме «Россия» военно-исторический музей «Легенды разведки» люблинской школы № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля завершил своё экспонирование на площадке школьных музеев – партнёров Музея Победы.



За 16 экспозиционных дней музея «Легенды разведки» в период с 8 марта и по 8 июля 2024 года площадке посетили представители 140 разных городов и весей России и зарубежья; по сумме дней площадка насчитывает 245; в викторинах приняли участие более 700 человек;

в «Книге отзывов» остались 422 добрых пожелания от гостей; более двух тысяч посетителей приняла площадка школьных музеев!



Музей «Легенды разведки» выражает большую благодарность Музею Победы, партнёром которого является.

Особая признательность – площадке «Школьный музей Победы» за предоставленную уникальную возможность экспонироваться на Международной выставке-форуме «Россия».



Читайте на 4-й странице статью Д. Р. Еникеева, педагога-организатора военно-исторического музея «Легенды разведки» ГБОУ города Москвы «Школа № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля».

Примите пожелания ЛЮБИТЕ И БУДЬТЕ ЛЮБИМЫ!



А. П. БИРЮКОВ,
глава управы
района Люблино

Русская православная церковь отмечает день памяти Петра и Февронии Муромских 8 июля (25 июня по старому стилю). С 2008 года к событию церковного календаря приурочили светский праздник, который назвали Днём семьи, любви и верности. Так День Петра и Февронии Муромских, живших давным-давно, стал одним из самых почитаемых праздников в нашей стране. Супруги прожили долгую жизнь в верности и благочестии. Перед Господом представились 25 июня в 1228 году. Своим примером Пётр и Феврония показали, что такое семейная жизнь, любовь и преданность. Хочется пожелать всем семейного счастья, верности и здоровья! Любите и будьте любимы!



Р. Х. БАГАУТДИНОВ,
глава муниципального округа
Люблино

Событие ЗА ОСОБЫЕ ЗАСЛУГИ

Юбилей Петра Николаевича Кокшарова, одного из самых известных и уважаемых руководителей в районе и округе – событие неординарное. А потому поздравления от коллектива Петр Николаевич получил необычные: стихи от сотрудников и большой юбилейный торт в виде книги.

Приказом Министерства промышленности и торговли РФ генеральный директор ООО «Стройторг» – Управляющей компании ТЦ «Люблинское поле» П. Н. Кокшаров награждён медалью «Трудовая доблесть» за особые заслуги и многолетний добросовестный труд.

Гостей и поздравляющих было много. Среди них – первый заместитель главы управы Люблино по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и строительства Эллина Александровна Дурова, заместитель главы управы по вопросам экономики, торговли и услуг Виталий Дмитриевич Данилов.

Первый заместитель префекта Юго-Восточного административного округа города Москвы Петр Анатольевич Мотякин вручил юбиляру

Почётную грамоту, Поздравительный адрес и памятный подарок от префекта ЮВАО Андрея Владимировича Цыбина.

Думы Федерального Собрания РФ Петра Олеговича Толстого, а также Поздравительный адрес, Благодарственное письмо и памятный пода-



Кроме того, Петру Николаевичу Кокшарову вручили Благодарственное письмо от заместителя Председателя Государственной

Думы от главы управы района Люблино Алексея Петровича Бирюкова. Гордимся Вами, Петр Николаевич! Многая лета, уважаемый юбиляр!



ХОРОШАЯ ТРАДИЦИЯ

Стало хорошей традицией поздравление медиков района с Днём медицинского работника. Вот и в этом году глава муниципального округа Люблино Руслан Харисович Багаутдинов вместе с заместителем Председателя Совета Федерации Инной

Локтионовым, Евгением Ивановичем Тимониным, с заместителем главы управы района Люблино Эллиной Александровной Дуровой, заместителем главы управы Еленой Геннадьевной Полуховой, председателем Совета ветеранов района Валенти-

знания, так и опыт. Вы постоянно совершенствуете свою работу. Вы всегда приходите на помощь. Спасибо вам большое за ваш труд!», – выразил слова признательности глава МО Люблино Руслан Харисович Багаутдинов.



Юрьевой Святенко, руководителем регионального отделения партии «Единая Россия» города Москвы Максимом Вячеславовичем Рудневым, муниципальными депутатами: Ларисой Сергеевной Кутузовой, Елизаветой Константиновной Чирковой, Татьяной Владимировной Соловьёвой, Виктором Васильевичем

ной Леонтьевой Сидоренко поздравили коллективы детской городской поликлиники № 150 и городской поликлиники № 19, детской стоматологии № 37 с профессиональным праздником – Днём медицинского работника.

«Медицина – уникальная сфера, в которой одинаково важны как

Уважаемые врачи, медсёстры, младший медицинский персонал, ваш профессиональный праздник – прекрасный повод поблагодарить каждого из вас за ваш непростой и такой необходимый горожанам труд. Спасибо вам за ваш профессионализм, за ваши отзывчивые сердца и золотые руки!

СВЯТО ЧТИМ ПАМЯТЬ



22 июня 2024 года – это годовщина начала Великой Отечественной войны. Именно в этот день летом 1941 года началась самая кровопролитная и страшная война в истории нашей страны.

В этот день в районе Люблино проводятся торжественные митинги по возложению цветов к памя-

никам героям, которые отдали свою жизнь, защищая Родину. Депутаты муниципального округа Люблино вместе с представителями управы и почётными участниками мероприятий, посвящённых 22 июня, всегда принимают участие в митингах памяти. В этот день мы скорбим по всем, кто пал в боях за

честь, свободу и независимость Родины. Склоняем головы перед бессмертным подвигом ветеранов, свято чтим память обо всех, кто погиб во вражеском кольце, благодарим ветеранов за то, что не отдали нашу страну врагу, за то, что выстояли, победили и дали жизнь будущему поколению.

ГУМАНИТАРНЫЙ ГРУЗ

Уже второй год подряд в июле месяце активисты и муниципальные депутаты Люблино в окружном отделении партии «Единая Россия» в ЮВАО отправляют очередной гуманитарный груз для жителей новых регионов и наших бойцов.

Собрали предметы первой необходимости, медикаменты, продукты, маскировочные сети, одежду, книги и игрушки. В общей сложности вышло около 15 тонн.

Всё это передали неравнодушные жители округа. Огромное спасибо всем, кто принял участие в сборе гуманитарного груза! Ваша помощь имеет огромное значение.

Понимая важность нашей поддержки, мы продолжим оказывать всестороннюю помощь Донбассу и участникам СВО до тех пор, пока она будет необходима.



БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ!

28 июня в школах района Люблино прошли выпускные вечера.

Красивые, нарядные и счастливые ребята пришли, чтобы получить свой аттестат.

На церемонии вручения присутствовали выпускники, учителя и родители, почётные гости. Добрые слова напутствия в адрес обучающихся прозвучали от директоров, муниципальных депутатов, представителей управы района Люблино, классных руководителей и родителей.

В торжественной обстановке ребятам были вручены аттестаты, грамоты за успехи в изучении отдельных предметов, за спортивные достижения, благодарности за



участие в общественной жизни школы и класса.

Дорогие ребята! Поздравляем вас с важным этапом жизни! Пусть все полученные школьные знания станут крепким фундаментом для ваших дальнейших жизненных достижений. Будьте счастливы и верьте в себя!



На актуальную тему

СОЦИАЛЬНЫЕ НАЛОГОВЫЕ ВЫЧЕТЫ: КОМУ ПОЛОЖЕНЫ?

Каждое физическое лицо, получающее зарплату, имеет право на налоговые вычеты по налогу на доходы физических лиц, тем самым уменьшая сумму уплачиваемого налога либо возвращая часть уже уплаченного.

Разберёмся подробнее. Налог на доходы уплачивают физические лица, получающие доходы в виде заработной платы и иных вознаграждений. Стандартная ставка налога 13 %. Именно при этом условии можно часть средств вернуть и тем самым пополнить личный, семейный бюджет. Для получения вычетов необходимы основания и подтверждение произведённых расходов. Лицо имеет право на имущественные вычеты (при покупке и продаже имущества), профессиональные (для имеющих статус предпринимателя и лиц, занимающихся частной практикой), инвестиционные (при сделках с ценными бумагами и наличии инвестиционного счёта), стандартные (при отнесении к льготной категории по различным основаниям и лицам, имеющим детей).

Особенность социальных вычетов состоит в возможности возврата части потраченных средств на благотворительность, обучение, лечение и приобретение медикаментов, негосударственное пенсионное обеспечение, добровольное пенсионное страхование и добровольное страхование жизни, накопительную часть трудовой пенсии, физкультурно-оздоровительные услуги. Лицо должно документально подтвердить произведённые расходы и, что немаловажно, быть плательщиком подоходного налога.

Можно обратиться к своему работодателю либо самостоятельно заполнить налоговую декларацию (удобный сервис предлагает «Личный кабинет налогоплательщика») либо в упрощённом порядке получить с 2024 г. по многим расходам, сократив срок получения и исключив обязательность подтверждения

ряда расходов. Если расходы произведены до 2024 года, то максимальный размер (за минусом расходов на обучение детей налогоплательщика и расходов на дорогостоящее лечение) составляет 120 000 руб., начиная с 1 января 2024-го величина составляет 150 000 руб. Упомянутые расходы на обучение детей предполагают получение вычета в размере до 50 000 руб. (до 2024 г.), до 110 000 руб. (с 2024 г.) на каждого ребёнка. При расходах на дорогостоящие виды лечения и покупку медикаментов лимит не установлен.

Итак, если: 1) благотворительность оказана в денежной форме благотворительным и религиозным организациям (вычет 25 % от расходов); 2) расходы на своё обучение, обучение брата, сестры, супруга (не более 150 000 руб.; на детей считается отдельно), 3) расходы на медицинские услуги и назначенные врачом лекарства себе, супругу, детям, родителям; 4) траты на негосударственное пенсионное обеспечение, добровольное пенсионное страхование и добровольное страхование жизни, накопительную часть трудовой пенсии; 5) расходы на физкультурно-оздоровительные услуги для себя или детей (все вычеты, кроме благотворительности, ограничены суммой 150 000 руб., до 2024 года 120 000 руб.).

Каждый вычет имеет свою специфику, подробности представлены на сайте налоговой службы, в Налоговом кодексе, у работодателя (часть вычетов он может предоставить). Право физического лица (и подтверждение его финансовой грамотности) – это возможность пополнить личный бюджет через налоговые вычеты.

Ю. Г. ТЮРИНА, доктор экономических наук, профессор кафедры общественных финансов Финансового университета при Правительстве Российской Федерации

ДЕНЬ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ

В программе праздничного мероприятия, которое состоялось 8 июля 2024 года в сквере имени М. П. Судакова, были и официальные поздравления от руководителей района Люблино и руководителя городского исполкома «Единой России» Максима Руднева, и концертная программа, и чествование семейных пар – юбиляров семейной жизни.

Медаль «За любовь и верность» получили две семьи: Ульяновы – Наталья Викторовна и Владимир Васильевич и Екатерина Владимировна Мокрякова с супругом Волковым Сергеем Викторовичем. Обе семьи многодетные, достойно воспитывают своих детей, участвуют в общественной жизни как своего района, так и города в целом.



История знакомства Ульяновых началась 11 февраля 1995 года. Наталья поехала на выходные дни отдохнуть с подругой в Дом отдыха в Подмоскowie. Вечером на дискотеке она познакомилась с будущим мужем, который в то время, после службы в армии, работал в Доме отдыха строителем. После знакомства молодые люди стали встре-

ждали поезд. Людей было много, и молодой человек галантно пропустил понравившуюся ему девушку в вагон, при этом оберегая её от толпы. А 4 июля 1998 года в Москве образовалась новая семья.

В семье четверо детей: три дочери – Анна (20 лет), Ольга (21 год), София (18 лет) и сын Владимир (14 лет).

жизни. Кстати, Сумароковы активно участвуют в жизни региональной общественной организации «Мария плюс».

Поздравления с 35-летним юбилеем супружеской жизни получили Емельяновы Ирина Викторовна и Сергей Вениаминович. Супруги – ветераны боевых действий, оба проходили службу в МВД РФ, удостоены правительственных наград.

Более молодыми юбилярами, отметившие 15-летие совместной жизни, стали Числовы Юлия Николаевна и Юрий Анатольевич. В их семье растут двое замечательных детей: Анастасия (15 лет) и Артём (3 года). Сын ходит в детский сад, а дочь учится в школе имени Ф. М. Достоевского, увлекается рисованием, любит животных, принимала участие во всероссийском конкурсе профессиональных навыков и мастерства «VetSkills» при университете имени Скрябина, где продемонстрировала свои практические



чатся. Наталья училась в институте, а по выходным дням будущий супруг приезжал в Москву, где они много гуляли и интересно проводили свободное время. А через год, 3 февраля 1996 года, в Москве появилась новая семья.

Ульяновы – очень большая и дружная семья. В семье семеро детей: 6 дочерей – Алёна (27 лет), Полина (23 года), Анастасия (18 лет), Мария (15 лет), Александра (14 лет), Татьяна (10 лет) и сын Димитрий (12 лет).

Супруги считают, что дети – это главное их достижение, ими они очень гордятся. Все несовершеннолетние дети учатся в кадетских классах ГБОУ города Москвы «Школа имени Артёма Боровика», участвуют во всех спортивных мероприятиях школы, имеют грамоты, сертификаты олимпиад, знаки ГТО, входят в состав школьного ансамбля барабанщиков «Фиеста», участвуют в городских конкурсах.

Семья Ульяновых – это крепкий союз, основанный на любви и верности, добившийся благополучия, обеспеченного совместным трудом. Это семья, воспитавшая детей достойными членами общества.

Знакомство семьи Мокряковых–Волковых произошло в день празднования 850-летия города Москвы, в метрополитене. Молодые люди направлялись в Парк Победы. Познакомились на перроне, пока

Екатерина Владимировна работает воспитателем структурного подразделения «Семейный детский сад» ГБОУ «Детский сад № 2436 г. Москвы». Сергей Владимирович трудится в ГБОУ «СОШ № 919» г. Москвы. Несколько лет подряд семья является лауреатом фестиваля детского семейного творчества «Творим! Мечтаем! Создаём» в различных номинациях: театрализованной, музыкальной и танцевальной деятельности. Отличилась семья и в фестивалях «Мужчина в доме», «Мамочки-Мамули», «День отца-2021» с креативными сценариями и призовыми местами. Отмечена грамотами за творческую универсальность и лучшие костюмы.

Без уважения, любви и доверия не может быть настоящей семьи, это основа отношений между супругами – именно так считают они!

Поздравительный адрес, цветы, подарок и аплодисменты жителей получили семьи, отметившие 60, 55- и 50-летний юбилей совместной жизни.

Это Тишины Светлана Павловна и Александр Николаевич, Сазоновы Галина Фёдоровна и Анатолий Иванович, золотые юбиляры Полховы Любовь Михайловна и Михаил Николаевич, супруги Сумароковы Наталья Юрьевна и Андрей Юрьевич, получившие поздравления с 45-летним юбилеем совместной

навыки ветеринарного врача за определённое количество времени, выполнив ряд практических заданий.

Можно было бы многим похвастаться. Но хочется упомянуть обо одном, на наш взгляд, очень важном. «Плох тот народ, который не помнит, не ценит, не любит своей истории...» В семье Числовых чтят память героев Великой Отечественной войны и регулярно на 9 мая всей семьёй возлагают цветы к памятникам павших.

Девиз семьи – «Любить друг друга, беречь и уважать!»

С 10-летним юбилеем свадьбы получили поздравления Вахмянины Анастасия Викторовна и Михаил Геннадьевич.

На празднике чествовали и молодожёнов. Сразу три пары получили напутственные слова и цветы с подарками на сцене в сквере имени М. П. Судакова: Коротаяева Екатерина Владимировна и Филиппов Артём Николаевич, Чесноковы Юлия Алексеевна и Марат Андреевич, Кузнецова Олеся Александровна и Мажура Михаил Юрьевич.

Вот такой тёплый, уютный и добрый праздник, приуроченный ко Дню семьи, любви и верности, прошёл в нашем районе в честь святых, покровителей семьи – Петра и Февронии Муромских!

М. В. МАМЫКИНА

ПОЗДРАВЛЯЕМ ВETERANОВ ВОЙНЫ

В районе Люблино продолжается

Отечественной войны. На снимке: поздравления принимает Мария Александровна Барановская.



МОЙ РАЙОН

Необычный проект реализуется во дворах нашего района второй год. Его суть: жители дома могут бесплатно во дворе дома позаниматься под руководством инструкторов или волонтеров гимнастикой, потанцевать, взять уроки речи или просто порисовать, помастерить.

Узнать расписание занятий можно на сайте управы района Люблино. А если вы хотите, чтобы ваш двор стал местом, где жители станут дружно все вместе на флэшмоу или на зарядку – оставляйте заявку в управе района Люблино по тел: 8 495 350 00 22.

СТАДИОН ПРЕОБРАЖАЕТСЯ

В районе Люблино ведётся реконструкция стадиона «Локомотив», расположенного на Тихой улице. В прошлом году его передали в собственность города, а весной приступили к реконструкции.

Проект реконструкции стадиона предусматривает сохранение максимально возможного количества существующих на этой территории объектов. Речь идёт о деревьях, а также о трёх кирпичных зданиях: их восстановят и декорируют металлическими перфорированными панелями. Здесь разместятся администрация, раздевалки, общественный туалет. Для инвентаря и спецтехники построят гараж. Старую трибуну сохранить не удалось. Новая будет из легковозводимых конструкций с навесом и аркой для прохода по центру. Она вместит более тысячи болельщиков.

– Новое поле будет с подогревом, играть в футбол можно круглогодично. Мощные спортивные прожекторы сделают тренировки комфортными и вечером, – сообщила арт-директор ООО «Мэгли Проект» Алина Ясинская. – Кроме большого футбольного поля, на стадионе будут ещё два маленьких – тренировочные. Также появится площадка для воркаута и беговая дорожка с амортизирующим покрытием по периметру поля. Реконструкцию планируется завершить до конца года.

Подробнее читайте на сайте управы

БЕСПЛАТНО И УДОБНО



По субботам, и это будет всё лето, в парке «Кузьминки-Люблино» под открытым небом проходят кинопоказы. Вход – бесплатный, а выбирают кино зрители, голосующие за фильм в соцсетях. Располагаются любители кино перед большим экраном на мягких удобных пуфах.

Руководитель исполкома «Единой России» в Москве Максим Руднев рассказал, что идея устроить кинопоказы под открытым небом в парке принадлежит самим любителям кино. А вдохновил их пример Марьино – там уже не один год летом проводят подобные киносеансы в парке 850-летия Москвы.



МУЗЕЙ «ЛЕГЕНДЫ РАЗВЕДКИ» НА МЕЖДУНАРОДНОЙ ВЫСТАВКЕ-ФОРУМЕ «РОССИЯ». ХРОНИКА СОБЫТИЙ: ВРЕМЯ ИТОГОВ!

Лето в разгаре. На Международной выставке-форуме «Россия» военно-исторический музей «Легенды разведки» люблинской школы № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалилия продолжил своё экспонирование на площадке школьных музеев – партнёров Музея Победы.

16 июня 2024 года гостями нашей площадки стали представители 18 городов: Москвы и Санкт-Петербурга, Костромы и Хабаровска, Саратова и Переславля, Кимры Тверской области и Раменского Московской области, Королёва и Одинцова, Екатеринбургa и Петропавловска-Камчатского, Калуги и Ставрополя, Волгограда и Владивостока, Орехово-Зуева и Калининграда.

3 июля 2024 года гостями нашей площадки стали представители 24 городов, среди них: Москва и Санкт-Петербург, Михайловка Волгоградской области и Иваново, Егорьевск и Королёв, Челябинск и Донецк, Троицк и Нижний Новгород, Чита и Подольск, посёлок городского типа Нахабино и город Домодедово, Тула и Орехово-Зуево, Волгоград и Пермь, Казань и Смоленск, Киров и Сочи, Назарово в Красноярском крае и Архангельск.

9-го класса московской школы № 293 имени А. Т. Твардовского. Она очень эрудированна и начитана, общительна и умна! Этот день позволил нам познакомиться и с чудесным учителем из Краснодара Ольгой Климант, которая преподаёт в Краснодарском президентском кадетском училище. Такие встречи знаменательны: они показывают интеллектуальную мощь нашей страны, её курс на сплочение.

7 июля 2024 года гостями нашей площадки стали представители 20 городов: Москва и Санкт-Петербург, Курск и Кропоткин в Красноярском крае, Обнинск и Шадринск Курганской области, Красноярск и Воронеж, Домодедово и Зеленоград, Пушкино и Гусь-Хрустальный, Брянск и Ивanteeвка (Московская область), Владивосток и Сургут, Самара и Балашиха, Рязань и Орехово-Зуево.

Этот день тоже насыщен яркими



4 июля 2024 года представители 17 городов побывали на нашей площадке школьных музеев: Москва, Санкт-Петербург, Владивосток, Клин, Рига (Латвия), Псков, Лобня, Челябинск, Ирбит Свердловской области, Тирасполь (Приднестровская Молдавская Республика), Мурманск, Ноябрьск, Тула, Екатеринбург, Волгодонск, Вологда, Сочи.

В «Книге отзывов» музея студентка Государственного университета просвещения Ксения из города Подольска, увлечённая историей Отечества, написала: «Благодарю за интересную викторину. Это благородное дело – прививать детям любовь к Родине через её историческое прошлое!» Студентка из города-героя Тулы Диана Шурухнова поблагодарила за познавательную и интересную викторину: «Узнала множество новой информации о советской разведке, а также выдающихся разведчиков. Большое спасибо! Желаю успехов и вдохновения!». У России растёт сильная, талантливая, патриотичная молодёжь, которая готова к участию в строительстве мощного государства!

6 июля 2024 года гостями нашей площадки стали представители 19 городов: Москва, Кириши Ленинградской области, Всеволожск Ленинградской области, Краснодар, Калуга, рабочий посёлок Свердловский Московской области, Казань, Солнечногорск, Ярославль, Няндама Архангельской области, Обнинск Калужской области, Караганда (Казахстан), Королёв, Егорьевск, Нижний Новгород, Ишим Тюменской области, Владимир, Вологда, Новосибирск.

Самой первой посетительницей площадки стала Софья, ученица



впечатлениями от замечательных встреч. Ольга и Екатерина из города Шадринска Курганской области увлеклись решением военно-исторических викторин, связанных с темой разведки. А разве можно забыть семью, которая за считанные минуты смогла пройти пять викторин! Семья Губановых из Орехова-Зуева специально приехала к нам, зная, что в этот день мы экспонируемся. Это была очень трогательная встреча, они успели попасть на площадку в самый последний момент. «Вы нас помните?» – услышали мы вопрос. «Конечно, помним!» Такие замечательные, патриотично настроенные семьи вызывают искреннее восхищение и навсегда остаются в памяти.

8 июля 2024 года гостями нашей площадки стали представители 20 городов, среди которых: Москва и Санкт-Петербург, Новосибирск и Кострома, Майкоп (Республика Адыгея) и Кемерово, Пенза и Королёв, Чита и Зеленоград, Тамбов и Калуга, Павловский Посад и Озёры, посёлок городского типа Селенгинск (Республика Бурятия) и село Пычас (Удмуртская Республика).

Все дни экспонирования не утихла работа и за круглым столом, где с большим успехом проводила свои мастер-классы «Аллея Красной



Звезды» и «День семьи, любви и верности» талантливая учительница начальных классов Алина Фазитовна Сахибгареева, постоянная участница Международной выставки-форума «Россия». С такими, как Алина Фазитовна, можно идти в разведку!

Вот и пришла пора подводить итоги. В этот момент я испытываю смешанные чувства и грусти, и радости, потому что всё то, что было пройдено за это прекрасное время в павильоне 57 «Просвещение» на ВДНХ, очень памятно и дорого, как и год назад, когда мы экспонировались на площадке «Школьный Музей Победы» на выставке «Родина. Подвиг. Судьба» в Музее Победы. Нашим замечательным гостям хочется передать свой поклон за радость встреч и душевную теплоту, которую они подарили нам. Мы



искренне надеемся, что на новых площадках обязательно снова с ними встретимся.

За 16 экспозиционных дней музея «Легенды разведки» в период с 8 марта и по 8 июля 2024 года площадку посетили представители 140 разных городов и весей России и зарубежья; а вот по сумме дней площадка насчитывает 245; в викторинах



приняли участие более 700 человек; в «Книге отзывов» остались 422 добрых пожелания от наших

гостей; более двух тысяч посетителей приняла площадка школьных музеев!

Остаётся выразить большую благодарность Музею Победы, партнёром которого является военно-исторический музей «Легенды разведки».

Наша сердечная признательность блестящей, яркой и динамичной, ставшей очень дорогой нашим душам и сердцам площадке «Школьный музей Победы» за предоставленную уникальную возможность экспонироваться на Международной выставке-форуме «Россия». Такое высокое доверие ценно и значимо. Быть партнёром главного музея страны – Музея Победы на Поклонной горе – большая честь!

Выставки школьных музеев проводились по инициативе Департамента государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и детского отдыха Министерства просвещения России, Музея Победы, Центра военно-патриотического воспитания «Вершина» Государственного университета просвещения.

Д. Р. ЕНИКЕЕВ,
педагог-организатор военно-исторического музея «Легенды разведки» ГБОУ города Москвы «Школа № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалилия»



АНОНС МЕРОПРИЯТИЙ

ЧТО: «И Я ТАМ БЫЛ...»

Где: Серый зал/читальня КЦ имени И. М. Астахова (ул. Люблинская, 149)

Когда: июль-август, 10:00-20:00

В Галерее «149» на базе Культурного центра имени И. М. Астахова продолжает работать объединённая выставка изобразительного направления «И я там был...», посвящённая 225-летию со дня рождения Александра Сергеевича Пушкина (живопись, графика, шитьё, скульптура, вышивка). В выставке принимают участие начинающие художники и опытные мастера.

Вход свободный

ЧТО: «ЗВЁЗДНОЕ ЛЕТО»

Где: Малый зал КЦ имени И. М. Астахова (ул. Люблинская, 149)

Когда: 21 июля, 18:00-19:30

Эстрадный концерт «Звёздное лето» включает в себя исполнение самых известных хитов отечественной советской и современной российской эстрады разных лет. Также со сцены прозвучат новые и авторские песни.



Вход свободный

АФИША МЕРОПРИЯТИЙ ИЮЛЬ

<p>ИЮЛЬ-АВГУСТ 10:00-18:00 // ул. Люблинская, 149 // от 7 лет летние интенсивы</p> <p>АРТ-ЛЕТО 2024</p> <p>АРТ-ЛЕТО — творческая лаборатория для детей в возрасте от 7 до 14 лет. Двухнедельные летние интенсивы по различным творческим направлениям, построенные по принципу совмещения развивающих и развлекательных практик. В программе для — бесплатные мастер-классы, игры, развивающие занятия.</p> <p>Запись на сайте: astaxova.okcyvaoo.ru/artletto2024</p>	<p>12 17:00 // ул. Люблинская, д. 149, Арт-фойе отчетное выступление // 6+</p> <p>СЧАСТЛИВЫ ВМЕСТЕ</p> <p>На сцене выступят участники творческих интенсивов и воспитанники творческих студий КЦ им. И.М. Астахова. Они покажут различные номера, подготовленные за период занятий с наставниками. На интенсивах дети не теряют времени в пустую и продолжают большую работу, чтобы порадовать гостей мероприятия своими достижениями, а также подарить заряд бодрости и хорошего настроения.</p> <p>Вход свободный</p>
<p>01.07-31.07 10:00 - 20:00 // ул. Люблинская, д. 149, Серый зал, Читальня // выставка // 6+</p> <p>И Я ТАМ БЫЛ...</p> <p>Выставка «И я там был...» является признанием великому русскому поэту А.С. Пушкину. В экспозиции принимают участие как юные художники, так и взрослые мастера. На экскурсии гости смогут увидеть, как литература и изобразительное искусство дополняют друг друга.</p> <p>Вход свободный</p>	<p>21 18:00 // ул. Люблинская, д. 149, Малый зал концерт // 6+</p> <p>ЗВЁЗДНОЕ ЛЕТО</p> <p>Эстрадный концерт в исполнении Андрея Манухина, Юрия Витязева и Ксении Мишуткиной. Со сцены прозвучат самые известные хиты отечественной, советской и современной российской эстрады, а также авторские песни. Живой вокал.</p> <p>Вход свободный</p>
<p>11 18:00 // ул. Летняя, д. 1, стр. 1, танцевальный вечеринка // 6+</p> <p>ГОРОД, ТАНЦЕЙ!</p> <p>Ставшая популярной танцевальная вечеринка для людей старшего возраста и участников проекта «Московское Долголетие» состоится в Главном здании Усадьбы Н.А. Дурасова в парке Люблино. По традиции будут петь артисты, приглашенные на вечеринку, а участники мероприятия смогут поучаствовать в танцевальных мастер-классах от ведущих педагогов города Москвы!</p> <p>Вход свободный</p>	<p>26 17:00 // ул. Люблинская, д. 149, Арт-фойе отчетное выступление // 6+</p> <p>ТЕРРИТОРИЯ ТАЛАНТОВ</p> <p>На сцене выступят участники творческих интенсивов и воспитанники творческих студий КЦ им. И.М. Астахова. Они покажут различные номера, подготовленные за период занятий с наставниками. На интенсивах дети не теряют времени в пустую и продолжают большую работу, чтобы порадовать гостей мероприятия своими достижениями, а также подарить заряд бодрости и хорошего настроения.</p> <p>Вход свободный</p>

ОТКРЫТА ЗАПИСЬ НА НОВЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ СЕЗОН

Рады сообщить, что открыта запись в кружки и студии на новый творческий сезон 2024-2025. Посмотреть перечень и расписание студий можно на сайте <https://astaxova.okcyvaoo.ru/studios> Также не забывайте, что у Культурного центра имени И. М. Астахова есть четыре здания, где работают разные студии. Их адреса:

- Люблинская, 149
 - Новочеркасский бульвар, 29
 - Верхние Поля, 38, к. 1
 - Краснодарская, 21
- Успейте записаться, количество мест ограничено. Мы ждём Вас!**

АРТ-ЛЕТО 2024 6 периодов с пн-пт с 10:00 до 18:00

АРТ-ЛЕТО – творческая лаборатория для детей в возрасте от 7 до 14 лет. Команда Культурного центра продолжает запись на ежегодную уникальную авторскую программу АРТ-ЛЕТО 2024. Двухнедельные летние интенсивы, построенные по принципу совмещения развивающих и развлекательных практик, дадут каждому ребенку возможность проявить свои творческие способности.

Всего будет шесть периодов, каждый из которых проводится в стиле известных российских медиа-продуктов:

- ◆ Точь-в-точь
- ◆ Короли талантов
- ◆ Счастливы вместе
- ◆ Территория талантов
- ◆ Команда Талантливых и Оригинальных
- ◆ Ярче звёзд!

Итогом интенсива станет открытый групповой творческий проект в одном из представленных направлений.

Скидка при раннем бронировании: 10 %.

За пять лет в нашей большой творческой семье провели своё лето более тысячи ребят. Многие оставались на два и даже три интенсива. Если ты хочешь провести лето с пользой, хорошо отдохнуть, раскрыть в себе новые творческие возможности, приходи! Мы ждем именно тебя! Прокачай себя, зажигай по-летнему!

В дни занятий с 15:00 для всех желающих бесплатные мастер-классы, игры, развивающие занятия.

Подробности на сайте:
astaxova.okcyvaoo.ru/artletto2024

Или по тел.:
8 (495) 351-59-71.

ЛЮБЛИНСКАЯ, 149

НАПРАВЛЕНИЯ ТВОРЧЕСКОГО СЕЗОНА 2024-2025

<p>МЕДИА</p> <ul style="list-style-type: none"> • Школа ТВ и журналистики "Актёрше" 	<p>ИЗО, ДИЗАЙН</p> <ul style="list-style-type: none"> • Изостудия "Ласточка" • Студия "Книжная иллюстрация" • Мастерская дизайнера "Креатив" • Детская школа дизайна "Редизайн" • Арт мастерская "Arcobaleno"
<p>ВОКАЛ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мастерская эстрадного вокала "Music Wings" • Вокальная студия "Калипсо" 	<p>ХОРЕОГРАФИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия балета "Жете" • Студия современного танца "D.HOUSE" • Студия танца "НеПросто Танцы" • Детский хореографический ансамбль "Ритм" • Детский хореографический коллектив "Рабинки"
<p>ТЕАТР</p> <ul style="list-style-type: none"> • Театральная студия "PROТеатр" • Студия "НеПросто танцы" (актерское) • Студия актерского мастерства для детей "Актёрше" • Театральная лаборатория "Зерно" • Театральная студия "Серсо" • Театрально-музыкальная студия "Артцех" • Театр на английском языке "Артцех" 	<p>ЦИРКОВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цирковая студия "Перспектива" • Студия воздушной гимнастики "Airinside" • Танцевально-акробатический коллектив "Каскад"

ЗАПИСЬ В СТУДИИ
astaxova.okcyvaoo.ru
8 (495) 351-59-02

КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР ИМ. И.М.АСТАХОВА

НАПРАВЛЕНИЯ ТВОРЧЕСКОГО СЕЗОНА 2024-2025

<p>НОВОЧЕРКАССКИЙ БУЛЬВАР, 29</p> <p>ХОРЕОГРАФИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Школа танцев "Виктория" • Шоу-группа "Виктория" <p>ИНОСТРАННЫЕ ЯЗЫКИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия Английского языка "Полиглот" • Студия Китайского языка "Панда" <p>ИГРА НА ИНСТРУМЕНТАХ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия гитары "Первый аккорд" 	<p>ВЕРХНИЕ ПОЛЯ, 38, КОРПУС 1</p> <p>ХОРЕОГРАФИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Школа танцев "Виктория" <p>ТЕАТР</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "МАРТ" <p>ИЗО</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия академического рисунка "Архизнайка" • Студия "Этюд" • Арт-студия "Тюбик" <p>РАННЕЕ РАЗВИТИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "Подсолнушки" • Студия "Юный шахматист"
<p>КРАСНОДАРСКАЯ, 21</p> <p>ХОРЕОГРАФИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "Лучик - 2" <p>ИГРА НА ИНСТРУМЕНТАХ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "Гитарист" • Студия "Укулеле" <p>ИЗО</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "Живописец" • Студия "Скульптор" <p>РАННЕЕ РАЗВИТИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "Капитошка" • Студия "Пишу и читаю" <p>ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОЕ ТВОРЧЕСТВО</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студия "Декор для дома" 	<p>ЗАПИСЬ В СТУДИИ astaxova.okcyvaoo.ru</p>

Культурный центр им. И.М. Астахова
Новочеркасский 6-р, 29
Верхние Поля, 38, корп. 1
Краснодарская, 21

+7 (495) 348-41-09
+7 (495) 658-08-59
+7 (495) 351-14-67

ПРЕОБРАЗИТЕ СВОЮ ДАЧУ!

Лето – идеальная пора для того, чтобы преобразить свою дачу в уютное и стильное место отдыха. Дизайнеры советуют использовать это время максимально эффективно, чтобы создать уникальную атмосферу на приусадебном участке. Вот десять советов от меня, дизайнера Евгения Буш, касательно того, что можно сделать летом на даче, чтобы превратить её в настоящий райский уголок.

1. Создание зоны отдыха

Разместите удобные мебельные группы на свежем воздухе – это может быть площадка для барбекю, уютный уголок для чтения или просто место для приятного времяпрепровождения с семьей и друзьями. Можно купить мебельный комплект из ротанга пвх, который легко пере-

ключевых аспектов, включая выбор материалов и проектирование конструкции.

Самый простой способ – обратиться к дереву или металлу. Деревянные конструкции веранды придают ей теплоту и натуральный вид. Основные виды дерева для веранд – это сосна, ель, кедр или дуб. Важно использовать древесину, обработанную антисептиками и



живёт летние дожди. Только не забывайте про декоративный зонт или навес, чтобы не сгореть под солнечными лучами.

2. Ландшафтный дизайн

Обновите садовые дорожки, разберитесь с газоном и создайте красивые цветочные клумбы. Растения и цветы добавят ярких красок и уюта на вашем участке. Даже если вы облагородите маленький участок, то он будет радовать глаз, и вы будете чувствовать себя большим молодцом. А дальше вам захочется скорей превратить ваш участок в цветущий сад. А если у вас будут опускаться руки, и будет казаться, что участку нет конца и края, то маленький кусочек, который вы уже сделали, будет подбадривать вас в этом действительно не простом деле



3. Устройство веранды или террасы

Если у вас есть возможность, обустройте веранду или террасу – это станет прекрасным местом для обеда на свежем воздухе и вечерних посиделок.

Перед началом строительства необходимо учитывать несколько

лаками для защиты от влаги и насекомых.

Стальные или алюминиевые конструкции подходят для современных и долговечных веранд. Они легки в обслуживании и имеют высокую устойчивость к атмосферным воздействиям.

Определите размеры и форму веранды в соответствии с архитектурным стилем вашего дома и

функциональными потребностями. Учитывайте доступ к веранде, освещение и обстановку.

В зависимости от выбора материалов и конструкции, веранда может требовать бетонного или свайного фундамента для обеспечения устойчивости и долговечности.

Решите, нуждается ли ваша веранда в укрытии от погодных условий, например, крышей или тентом. Это обеспечит защиту от дождя и солнца.

После завершения основных строительных работ не забудьте о завершающей отделке, включая покраску или покрытие материалов защитными лаками и антисептиками.

4. Вода на участке

Создание водоёма или фонтана придаст вашему участку особую атмосферу спокойствия и прохлады. Постройка настоящего водоёма – очень трудоёмкий и дорогостоящий процесс (как и уход за ним), поэтому можно обратиться к готовым конструкциям, или подарить себе любимому бассейн.

5. Освещение

Не забывайте о правильном освещении – уличные фонари, гирлян-



Приобретайте освещение с учётом его энергоэффективности. Солнечные фонари и светодиодные лампы могут быть отличным выбором для экономии энергии.

Рассмотрите возможность использования автоматического управления освещением, такого как датчики движения или таймеры. Это помо-

дизайна, а если беседку застелить, провести электричество для радиатора, то можно принимать в ней гостей и поздней осенью и даже зимой...

6. Гамак или качели

Добавьте элементы для релаксации – гамаки или качели помогут расслабиться и насладиться летними днями. Выбирайте качели с навесом от солнца и съёмными мягкими чехлами, чтобы иметь возможность постирать или обновить.

7. Декоративные элементы

Используйте декоративные элементы, такие как кашпо, статуэтки, фонарики или скамейки, чтобы придать вашему участку индивидуальность и шарм. Весёлых гномов, озорно выглядывающих из травки, тоже никто не отменял!

8. Экологичность

Позаботьтесь об экологичности вашего дачного участка – создавайте компостные кучи, используйте натуральные материалы и растения, поддерживайте биоразнообразие.



жет экономить энергию и обеспечить безопасность электросети.

9. Место для активного отдыха

Разместите на участке спортивные игровые площадки или места для занятий йогой – это стимулирует активный отдых и заботу о здоровье. Не только ведь нам грядки полоть – не забрасывайте своё хобби во время летнего отпуска!

10. Беседка или павильон

Уютное место для чаепития или просто для отдыха под тенью – необходимый элемент дачного

Следуя этим десяти советам дизайнера, вы сможете превратить свою дачу в удивительное место отдыха, где каждый момент будет наполнен комфортом, красотой и гармонией с природой.

Со знанием и любовью к Вашему дому,
Архитектор-дизайнер
Евгения Буш

ТЦ «Люблинское поле»
Тихорецкий бульвар, 1, к. 5
3-й этаж
Студия дизайна

e.bush.interio@gmail.com
8-926-720-88-38





КАК ФИЗИОТЕРАПИЯ ВЛИЯЕТ НА ЛЕТНИЙ ОТДЫХ НА ДАЧЕ?

Заболевания суставов и позвоночника можно лечить даже в полевых условиях!

Часто так случается, что на даче необходимо то грядки прополоть, то собрать парник или бассейн, а это значит, что необходимо поднять что-то тяжёлое, и тут нехоти прострел в спине... Ложишься спать, а боль не уходит...

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЮТ БОЛИ В СПИНЕ И КАК СЕБЕ ПОМОЧЬ?

Боль в спине может доставлять довольно значительный дискомфорт и снижать качество жизни, нарушая ночной сон. Существует достаточно много причин подобного состояния. Для эффективного обезболивания нужно понять, почему возник соответствующий симптом.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ БОЛИ ПРИ ЛЕЖАНИИ НА СПИНЕ

Практически каждый человек за свою жизнь хотя бы раз испытывал боль в спине в положении лёжа. Это не значит, что у него развивается болезнь. Причиной подобного состояния нередко выступают следующие факторы:

- **Чрезмерная физическая активность.**
- **Неудобная поза** для лежания. Боль в спине после сна – довольно распространённый симптом при неправильном расположении тела во время отдыха.
- **Переутомление** или длительное пребывание в горизонтальном положении.

Указанные причины легко устанавливаются и ликвидируются. Результатом этого становится спина без боли. Об отсутствии патологии свидетельствует эпизодичность болевого синдрома и его низкая интенсивность, а также чётко прослеживаемая связь с нарушениями гигиены труда или отдыха.

ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ БОЛЕВОГО СИНДРОМА

Хронический или высокоинтенсивный болевой синдром может свидетельствовать о развитии заболевания. Существует множество патологий, провоцирующих боль.

Ноющая боль в спине даже в лежачем положении может быть вызвана анкилозирующим спондилоартритом (болезнь Бехтерева). Патология также сопровождается деформацией позвоночника.

Хроническая боль в спине в положении лёжа является одним из симптомов остеохондроза, дегенеративных процессов межпозвоночных дисков, поражений мышц или связок.

Если боль в спине отдаёт в правую ногу или левую, логично думать о защемлении или поражении седалищного нерва, межпозвоночной грыже в поясничном отделе позвоночника, стенозе позвоночного канала.

Помимо заболеваний опорно-двигательного аппарата, неприятный симптом в положении лёжа может быть спровоцирован болезнями внутренних органов. Когда боль в спине отдаёт в правый бок, стоит думать о холецистите или язвенной болезни желудка. Боль в правом подреберье сзади со спины нередко сигнализирует об остром панкреатите. У женщин такой признак иногда сопровождает воспалительные заболевания яичников.

БОЛЬ И ОБЕЗБОЛИВАНИЕ

Очевидно, что причин для возникновения соответствующего симптома существует довольно много. Эффективное обезболивание во многом зависит от качественной диагностики основного провоцирующего фактора.

Пациенты часто интересуются у своего врача, что делать при боли в спине. Для обезболивания чаще всего применяются:

- **Нестероидные противовоспалительные средства** (ибупрофен, парацетамол и другие).
- **Спазмолитики** (дротаверин, папаверин).
- **Наркотические анальгетики** (при серьёзных травмах или онкологических процессах).

Помимо медикаментозного лечения широко используется мануальная терапия, разнообразные типы массажа, иглоукалывание.

Одним из эффективных методов лечения боли является физиотерапия. Доказано, что влияние электрического тока, ультразвука или магнитного поля благоприятно сказывается на снижении выраженности болевого синдрома.

АППАРАТ «МЕРКУРИЙ»

«Меркурий» представляет собой компактный физиотерапевтический аппарат, подходящий как для домашнего использования, так и для применения в условиях лечебно-профилактических учреждений.

Этот физиотерапевтический аппарат способен генерировать электрические импульсы заданной силы. В нём установлены разные режимы воздействия на организм человека – для подбора максимально подходящего типа физиотерапевтического воздействия.

Применение аппарата «Меркурий» позволяет:

- лечиться без постоянных денежных затрат;
- лечиться безопасно, без побочных эффектов;

- устранять боль по мере её возникновения, без визита к врачу (при условии уже установленного ранее диагноза);
- устранять боль в любое время суток, не выходя из дома;
- уменьшить дозировки обезболивающих препаратов или полностью от них отказаться.

С целью достижения быстрого и качественного результата использовать «Меркурий» желательно в комплексе с другими терапевтическими методами.



Данный аппарат является проверенным, безопасным, эффективным современным устройством, работает от батареек, имеет два канала и три режима воздействия, в том числе – спортивный массаж.

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

Обратите внимание, при приобретении нашей продукции Вы получаете:

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

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

Источники: <https://stl-comp.ru/products/ANMSMercuriy.html?yclid=332721872902085155/>

Вопрос от читателя

«МОГУТ ЛИ ВАШИ ФИЗИОАППАРАТЫ ПОМОЧЬ В УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ?»

Тревожные звоночки

Покраснение и следы лямок на коже

Боли в шее, плечах, спине

Чувство покалывания или онемения в руках

Неестественное положение при ношении ранца: голова наклонена, шея вытянута вперед, тело отклонено в сторону

В преддверии нового учебного года многие родители озадачены вопросом осанки своих детей – в связи с тяжёлыми рюкзаками и портфелями, которые им приходится носить.

Опаснее всего для здоровья сумки на одно плечо и те, что дети носят в руке. Неравномерное воздействие веса ведёт к перенапряжению мускулов, в результате мы чувствуем дискомфорт, плавно переходящий в боль. Типичные последствия ношения тяжёлых рюкзаков – испорченная осанка и походка (сколиоз, кифоз), нарушение кровотока сосудов, идущих к головному мозгу, головные боли, боли в спине, шее и плечах, онемение рук, неправильное развитие нижних конечностей (например – плоскостопие). Искривление позвоночника негативно сказывается на работе внутренних органов человека – сердца, лёгких, желудочно-кишечного тракта.

Для профилактики и лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата (сколиоз и др.), снятия болевого синдрома различного происхождения, в том числе из-за травм, вызванных занятиями физической культурой и спортом, для восстановления тонуса и работоспособности мышц, снятия отёков, нормализации трофики и тонуса нервно-мышечных структур, восстановления двигательных навыков, повышения умственной работоспособности компания «Современные Технологические Линии» предлагает физиотерапевтический аппарат нервно-мышечной стимуляции (АНМС) «Меркурий».

Данный аппарат является проверенным, безопасным, эффективным современным устройством, работает от батареек, имеет два канала и три режима воздействия, в том числе – спортивный массаж.

Аппарат «Меркурий» можно применять не только взрослым пациентам, но и детям с пятилетнего возраста.



3 июля 2007 года, на 62-м году, из-за болезни ушёл из жизни Юрий Николаевич Чехонадский, известный поэт и публицист, длительное время живший в районе Люблино. Недавно вышедшая книга Юрия Чехонадского «Не Европа, а Горбопа. Юмор и сатира», согласно рейтингу «Литературной газеты», заняла второе место среди книжных новинок. В память о таланте Юрия Чехонадского публикуем его статью в «Литературной газете» под названием «Время относительно и зависит от возраста наблюдателя». Данная публикация вызвала большой интерес не только у читателей авторитетного издания, она широко обсуждалась в научной среде. Да и сейчас есть резон почитать эту статью и подумать над некоторыми загадками жизни человека. Кроме того, публикуем стихотворение Юрия Чехонадского об оркестрантах «Титаника» – эти строки помогут нашим читателям прочувствовать ёмкость слова поэта.

ВРЕМЯ ОТНОСИТЕЛЬНО И ЗАВИСИТ ОТ ВОЗРАСТА НАБЛЮДАТЕЛЯ

«Адреич! А ты видел озеро, что при въезде на участки? Да, конечно, видел! Ведь едешь уж не первый месяц мимо. Так вот я за свою жизнь столько водки выпил!» – говорил моему отцу Николай Александрович, плотник, собиравший вместе с двумя коллегами бревенчатый дом на шести сотках садового товарищества «Звезда» в Ногинском районе Подмосковья. Но он уже давно, по его словам, не пил и терпеливо дождался, когда его «сотрудники» угваривали в обеденный перерыв поллитровку. Николай Александрович был трудоголик. Он не расслаживался за столом, а, быстро покончив с едой, шёл что-нибудь строгать или забавить. У него была одна особенность: он, хоть и был плотник со стажем, но не пользовался ни отвесом, ни уровнем. Поэтому наш дом на этих шести сотках и сегодня даже на глаз вид имеет довольно косоватый.

Но замечательен Николай Александрович был тем, что сделал грандиозное открытие. Или, вернее, разработал теорию, которая, может быть, сродни эйнштейновской. И это я серьёзно. Да он и сам это понимал. Как он, человек, вряд ли окончивший семилетку, вышел до неё – я не знаю. Прошло вот уже более тридцати лет, но я помню те разговоры. О своём открытии он не распространялся, но рассказал о нём мне и моему (теперь уже покойному) отцу, так как испытывал к нему большое доверие. Он знал, что отец – научный работник, связан с исследованиями космоса, а я имею прямое отношения к физике (в те годы я трудился в институте, который возглавлял нобелевский лауреат академик А. М. Прохоров – один из создателей лазеров). Через несколько лет Николай Александрович умер (сказались всё же выпитые им «озёра»). Но все эти годы я помнил о его теории и удивлялся, почему ни физики, ни философы – никто не опубликует эту разгадку. А разгадал Н. А. тайну времени.

Многие ходят по краю разгадки феномена времени, но не делают того шага, который сделал он.

Начнём с простого наблюдения. Все люди видят, замечают, чувствуют, что год от году их жизни время

летит всё быстрее и быстрее. Но не могут понять, почему. И я решил, что пришла пора, наконец, рассказать о теории Н. А., когда прочитал такие рассуждения актёра и режиссера Ролана Быкова.

«Детство содержит в себе, может быть, главную тайну жизни. Вспомните своё детство: день начинается рано утром, ещё до школы было время и для приготовления уроков, если вчера не успел, или в магазин для матери сходить. Потом громадный день в школе, разделённый, как экватором, большой переменной. Потом – ещё целый день после школы, целый божий день, а ещё были вечер и ночь, и тайком от матери удавалось продлить день, заглянуть в этот взрослый сумрак, услышать то, чего не позволяли, и лишь потом нырнуть в постель. А сейчас день, как очистка от семечек: встал – лёг, встал – лёг – с Новым годом!»

Проанализируем сказанное Р. Быковым, так, как это делал Николай Александрович. Допустим, что Быков вспоминает себя в десять лет. Займёмся расчётами. Десять лет – это 10 – 365 дней (для простоты везде не будем учитывать, что среди годов есть високосные). Допустим, что писал это Быков тогда, когда ему было шестьдесят лет, то есть возраст его был 60 – 365 дней. Что такое один день для подростка? Это $1/(10 - 365)$ часть его жизни. А для шестидесятилетнего? Это $1/(60 - 365)$ часть. Таким образом, элементарные расчёты показывают, что один день ребёнка по отношению к одному дню взрослого составляет $1/(10 - 365) : 1/(60 - 365) = 6$. Таким образом, один день десятилетнего ребёнка представляется ему в шесть раз длиннее, чем один день шестидесятилетнего человека. То есть для десятилетнего человека время течёт в шесть раз медленнее, чем для шестидесятилетнего. Поэтому-то Быков, будучи школьником, так много успевал за один день. И поэтому во взрослом возрасте он совершенно справедливо заметил, что день для него стал «как очистка от семечек: встал – лёг, встал – лёг – с Новым годом!». Но не «детство содержит в себе... главную тайну жизни», а память о нём даёт возможность постижения тайны времени.

В теории относительности Эйнштейна большое значение имеет **скорость** наблюдателя относительно наблюдаемого явления. Но Эйнштейн не сделал простого вывода, что значение имеет и **возраст** наблюдателя.

Возьмём ребенка, которому по календарю исполнился ровно месяц. Возьмём человека, которому по календарю исполнилось ровно пятьдесят лет. Что такое один календарный месяц для одномесячного ребёнка? Это вся его жизнь. Что такое пятьдесят лет для пятидесятилетнего человека? Это тоже вся его жизнь. За один месяц одномесячный ребёнок проживает столько, сколько пятидесятилетний за пятьдесят лет. А пятьдесят лет – это шестьсот месяцев. Таким образом, для пятидесятилетнего человека один календарный месяц проходит в шестьсот раз быстрее, чем для одномесячного ребёнка. Для простоты мы здесь не учитываем, что и для ребёнка по мере взросления, так же, как и для взрослого, время постоянно ускоряется (это может быть выражено формулой, похожей на ту, по которой считают «проценты на проценты»). Мы берём мгновенные значения.

Физики здесь посмеются и скажут – бред. Ведь один из корректных способов измерения времени гласит, что если мы хотим измерить отрезок времени между двумя событиями, то должны взять маятник и подсчитать количество его ударов (колебаний) от начала первого события до начала второго. Количество колебаний маятника пропорционально измеряемому отрезку времени. Причём маятником может служить не только груз на нитке, или маятник часов, или крутящийся под действием пружины маятник в виде колеса с анкерным механизмом, но даже колебания возбуждённого атома. Ясно, что если за колебаниями маятника наблюдает младенец или взрослый, и если сила тяжести не изменится, то частота ударов маятника – неизменна. И количество подсчитанных колебаний между двумя событиями как для одномесячного ребёнка, так и для пятидесятилетнего человека будет одинаково. Пусть от начала кормления младен-

ца до его окончания маятник сделал N колебаний, занявших время T. Для одномесячного, тридцатидневного ребёнка эти N колебаний заняли T/30 часть его жизни, а для 50-летнего отца, наблюдавшего это кормление, T/(30 – 600) часть. Соотношение то же: $T/30 : T/(30 - 600) = 600!$ То есть для взрослого время от начала кормления младенца до его окончания пролетело в 600 раз быстрее.

Таким образом, можно сделать фундаментальный вывод, который сам Николай Александрович не смог сформулировать кратко, одной формулой: **ВРЕМЯ ОТНОСИТЕЛЬНО И ЗАВИСИТ ОТ ВОЗРАСТА НАБЛЮДАТЕЛЯ.**

Эту формулу подтверждают последние разработки биологов, представляющие **время как функцию биологической системы.** Так, например, в работе Т. П. Лолаева («Философские исследования», № 3, 2000) мы находим практически прямое подтверждение этой формулы: «Известно, что в организме человека происходит огромное множество качественных изменений на всех уровнях его структурной организации, в результате которых последовательно происходят изменения в организме человека как единого целого (говоря проще, с возрастом человек стареет. – Ю. Ч.). Именно комплекс этих изменений и образует собственное время данного человека. Тем не менее, человек (любое живое существо) всегда, до конца своей жизни существует в своем собственном настоящем времени. Что принято считать прошлым человека – ...прошлые, исчезнувшие состояния его организма».

Более того, приведённая выше формула применима и ко всей истории человечества, если понимать его, человечество, как совокупность индивидуумов, осознающих себя во времени.

Процитируем фрагмент интервью доктора физико-математических наук, профессора С. П. Капицы, которое он дал журналу «Континент» накануне своего 75-летия (февраль 2003 года).

«Мир сегодня на переломе. Он переживает некий «фазовый переход». Предельно сжалось время,

изменился его масштаб... Я занимался её (истории) математической интерпретацией и пришёл к выводу, что человечество стоит сегодня перед величайшим цивилизационным поворотом в своей истории. Оно всегда развивалось по некоему закону непрерывного роста населения. Изменение численности населения находится в строгой пропорции к изменению времени. Иными словами, путь от эпохи к эпохе человек проходил всё быстрее и быстрее. Так, с Древнего мира (от 2000 г. до Р. Х.) до падения Рима (V в.) прошло 2500 лет. Средние века (с 500 до 1500 гг.) длились уже 1000 лет. На всю дальнейшую историю до наших дней осталось лишь 500. То есть каждый последующий период становился короче в 2,5-3 раза. Произошло резкое уплотнение исторического времени. Переход к следующему этапу развития займёт меньше века: на фоне миллионов лет – практически мгновенно. Я думаю, что человеческая история сжалась до своего предела, и дальше она сжиматься не может. Но если всей нашей истории сопутствовал бодрый и непрерывный рост численности населения, то сейчас – полная остановка этого роста. Не только в развитых странах, но повсюду, включая Китай, Индию, страны Африки. Исключительно крутая и внезапная остановка. В результате – глобальная стабилизация численности населения...»

Всё это подтверждает теорию Николая Александровича. Ведь ускорение времени *сопровождалось* ростом численности населения, но никак от него *не зависит* (об этом говорит приведённый Капицей факт остановки роста численности населения в современном мире при заметном «резком уплотнении исторического времени»). Ускорение происходит потому, что человечество, как объект истории, осмысливающий себя во времени, столкнулось с тем же феноменом, как и отдельный человек в своей жизни: **ВРЕМЯ ОТНОСИТЕЛЬНО И ЗАВИСИТ ОТ ВОЗРАСТА НАБЛЮДАТЕЛЯ.** В данном случае в роли **НАБЛЮДАТЕЛЯ** выступает всё **ЧЕЛОВЕЧЕСТВО.**

«ЛГ», 4 – 10 февраля 2004 г.

ОРКЕСТРАНТЫ «ТИТАНИКА»

А на корме оркестр играет, а на корме гремит оркестр... Все видят и – не понимают. Под килем –

тьма безмолвных бездн. Уходит лайнер, погружаясь в пучину... Ллойд! – пиши в реестр! А на корме

оркестр играет, а на корме гремит оркестр. Спасться? – потеряна надежда. В последних лодках нету мест...

И потому оркестр играет, и потому гремит оркестр! Повелевают миром руки – стоит один, как Божий перст, маэстро –

реют, реют звуки, гремит, гремит, гремит оркестр!..

24–28 февраля 1997

«ВЕСТИ ЛЮБЛИНО»

Информационная газета для жителей и предприятий района Люблино, № 7 (95) июль 2024 г. Учредитель и издатель – ООО «Деловой ритм», издатель районных газет (с июня 2019 г. – ИП Колесник И. Д.) Адрес редакции: г. Москва, ул. Суздальская, д. 26, к. 2. Главный редактор Татьяна Колесник

Е-mail редакции: delritm@mail.ru Подготовка в печать писем и информации осуществляется бесплатно. **Общественный редакционный совет:** Асташкина М. А., Багаутинов Р. Х., Бахтина Е. В., Зюзин Н. Н., Кутузова Л. С., Локтионов В. В., Майоршина Т. И., Томиленко М. В., Янов А. В.

Юрист редакции газеты – А. С. Богданов, e-mail: delritm@mail.ru Отпечатано в АО «Красная Звезда» 125284 г. Москва, Хорошёвское шоссе, 38 kr_zvezda@mail.ru Объём 2 п. л. Тираж 998 экз. Заказ № 2627-2024 СМИ госрегистрации не подлежат.

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

По электронной почте газету бесплатно получают 236 предприятий, организаций и учреждений района. Подпись в печать по графику и фактически 12 июля 2024 г. в 16:00. Выход в свет 16 июля 2024 г. в 9:00, доставка тиража: 10:00–11:00. Следующий номер выйдет 27 августа 2024 г.