



Вести ЛЮБЛИНО

№ 10 (110), октябрь 2025 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ И ПРЕДПРИЯТИЙ РАЙОНА ЛЮБЛИНО

2025 – Год защитника Отечества и 80-летия Великой Победы

Событие

ОСОБАЯ ВЫСТАВКА

7 октября в военно-историческом музее «Легенды разведки» ГБОУ «Школа № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля» открылась выставка личных вещей Маршала Победы Георгия Константиновича Жукова. Со словами приветствия к почётным гостям, учителям и учащимся обратился правнучка маршала Г. К. Жукова Варвара Кирилловна Ерохина.

— Эта выставка появилась здесь благодаря активистам музея «Легенды разведки» под руководством Еникеева Дамира Равильевича, которые учатся в этой школе и без которых ничего бы не сложи-

дивизии, Красная Армия. Наша молодёжь должна помнить о всех, кто внёс свой вклад в Победу в Великой Отечественной войне. Мы глубоко осознаём: дети — будущее России!



На открытии выставки

лось. Во время Детского исторического форума «Маршал Жуков» дети проделали колоссальную работу, когда им предложили создать совместный проект, направленный на увековечивание памяти Г. К. Жукова. И они этот проект сделали от чистого сердца. И по итогу их настоящей, честной, открытой работы, в основе которой была благодарность к поколению победителей, дети заслужили право экспонирования. Для семьи маршала Жукова выставка — это большая возможность рассказать о Георгии Константиновиче, чтобы о нём помнили таким, каким он был в жизни: настоящим полководцем, искренним мужем, любящим отцом.

На выставке представлены вещи, которые показывают боевой путь Георгия Константиновича Жукова и рассказывают о нём, когда он находился в кругу семьи.

Посетителям выставки представлена уникальная возможность услышать голос великого полководца. Одним из экспонатов является проигрыватель, а также пластинка с записью голоса Георгия Константиновича, который прозвучал на параде 24 июня 1945 года.

Особое внимание в сегодняшнее время уделяется теме памяти. Молодое поколение никогда не должно забывать о человеке, за которым шли в бой роты, полки,

«Патриотизм и история всегда находятся вместе, особенно сегодня, когда идёт СВО, и наша страна борется за право быть независимой», — говорит Марина Витальевна Мамыкина, начальник отдела управления района по взаимодействию с населением.

— Георгий Константинович Жуков — легендарный полководец, чьё имя навсегда вписано золотыми буквами в историю нашей Родины. Под его командованием были одержаны победы в важнейших сражениях Великой Отечественной войны.

Но война была не только фронтом боевых действий. Она проходила и в душах тех, кто оказался вдали от родных мест, попал в плен, но сохранил верность своей Родине. Одним из таких героев стал поэт Муса Джалиль. Даже находясь в немецком концлагере, он продолжал писать стихи, воспевать мужество советского народа, призывая к борьбе против врага. Муса Джалиль был казнён нацистами, но остался символом мужества и стойкости духа.

Мы помним обо всех наших героях, чьё мужество и самоотверженность помогли нам победить в той страшной войне. Их подвиг служит примером для новых поколений, напоминает о важности мира и согласия среди народов.



В. К. Ерохина в музее «Легенды разведки»

Примите пожелания

НАШ МИР – НАМ И БЕРЕЧЬ



А. П. БИРЮКОВ,
глава управы
района Люблино

Вспоминая историю, мы понимаем, что наша сила — в дружелюбии. Ведь сколько сейчас придумок о людях разных национальностей, сколько попыток разделить страну на части. Но мы спокойны. Как говорится, Васяка слушает, да ест. Кстати, спасибо «ковбоям» заморским, что показали своё нутро, свои истинные намерения. а главное — низкий поклон всем защитникам нашей страны, спасающим Россию от бандитов-бандеровцев. Вспомним, как говоря о воинах-героях, глава государства подчеркнул: «Все этнические группы страны невозможно перечислить, но я горжусь тем, что я часть могучего, многонационального мира России». Наш мир — нам и беречь. С наступающим Днём народного единства, дорогие люблинцы!



Р. Х. БАГАУТДИНОВ,
глава внутригородского
муниципального образования
— муниципального округа
Люблино в городе Москве

ВНОВЬ В ЧИСЛЕ ПЕРВЫХ

Военно-исторический музей «Легенды разведки» люблинской школы № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля в октябре 2025 года отмечает своё 18-летие.

По итогам 2024/2025 учебного года музей вошёл в рейтинг «ТОП-200. Школьный музей Победы». Находиться в ряду лучших школьных музеев Российской Федерации, а также Беларуси, Казахстана и Кыргызстана — большая честь и



ответственность. Надо отдать должное активу музея «Легенды разведки», который соткан из детей разных национальностей, но заряжён одной общей идеей — любовью к России! Своё будущее, указывает сайт <https://victorymuseum.ru/projects/school-museum/news/26759>, дети связывают с родной страной, понимая, насколько она богата своей духовностью и вековыми традициями. Они хотят здесь жить и учиться, строить и создавать, перенимая богатый опыт

поколений. И это движение в действии: активисты участвуют в патриотических акциях, конференциях, конкурсах, форумах, съездах, выставках, когда высокое единение заряженных патриотизмом сердец становится смыслом жизни.

На снимках — актив музея. Это дети, которые участвуют в работе военно-исторического учреждения и благодаря которым в 2025 году музей вновь среди лидеров Всероссийской программы.



ГЛАВНОЕ - ЕДИНСТВО И СПЛОЧЁННОСТЬ



Недавно была организована очередная передача и доставка гуманитарной помощи в социальные учреждения Луганска и для бойцов, выполняющих боевые задачи на передовой.

Сбор гуманитарной помощи стал результатом совместных усилий волонтеров, муниципальных депутатов и неравнодушных жителей Юго-Восточного административного округа. Благодарим всех, кто при-

нимает участие в сборе гуманитарной помощи! Отдельно хотим выразить благодарность жителям района Люблино, главе управы района Алексею Петровичу Бирюкову, заместителю главы управы Дамиру Ринадовичу Мусикову и руководителю ГБУ «Жилищник района Люблино» Елене Ивановне Кашкиной за вклад в гуманитарную миссию.

Напомним, что с начала специальной военной операции жители Юго-

Восточного административного округа Москвы отправили в зону боевых действий и на новые территории 16 конвоев. Общий вес гуманитарной помощи превысил 100 тонн. Собранные грузы направляются в детские дома и больницы Луганска и Донецка, военные госпитали и непосредственно военным. Среди переданного – снаряжение, техника, медикаменты, ортопедические кровати и даже автомобили.

Особое направление работы – плетение маскировочных сетей. Силами добровольцев, которых насчитывается уже более 200 тысяч, создано около 7000 таких сетей.

В нескольких районах ЮВАО открыты пункты, где можно присоединиться к плетению сетей или передать гуманитарную помощь. Пункт сбора вещей для отправки в зону СВО и на новые территории в районе Люблино находится на улице Красnodонской, 24.

Подробнее на сайте **MOS.RU**: <https://www.mos.ru/news/item/160668073/>



ТРЕБУЮТСЯ НЕРАВНОДУШНЫЕ

К депутатам регулярно обращаются жители, особенно семьи с детьми: на одной площадке стёрлась резиновая поверхность, на другой – сломалась карусель, некоторые детские зоны давно не обновлялись. И приятно, когда совместно с управой и специалистами ГБУ «Жилищник» меняется ситуация.

На днях прошли по адресам, где недавно были проведены работы по благоустройству: всё сделано качественно – новое безопасное покрытие, надёжные детские и спортивные конструкции, обновлённые скамейки и урны. Во время обхода подходили и жители сосед-

них дворов – мы с ними посмотрели места, где пока нет подобных площадок. Будем работать над тем, чтобы и там появились комфортные и безопасные игровые зоны: включать эти адреса в планы работ и координировать действия с управой и «Жилищником».

Спасибо всем, кто не остаётся равнодушным и сообщает о проблемах – это помогает оперативно реагировать и улучшать наши дворы и обеспечивать безопасность детей.

М. В. РУДНЕВ,
депутат Московской городской Думы

ДЕПУТАТЫ РЕШИЛИ

Состоялось очередное заседание Совета депутатов внутригородского муниципального образования – муниципального округа Люблино в городе Москве. В заседании приняли участие не только муниципальные депутаты, а и депутат Московской городской Думы Максим Вячеславович Руднев, а также

глава управы района Люблино Алексей Петрович Бирюков.

Перед началом заседания состоялась торжественная церемония, на которой были вручены благодарственные письма жителям за их активную поддержку и значительный вклад в оказание гуманитарной помощи российским военным.



лужащим, участвующим в специальной военной операции.

Совет депутатов на заседании заслушал и утвердил несколько проектов, в том числе о согласовании сводного районного календарного плана по досуговой, социально-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работе с населением по месту жительства на 4-й квартал 2025 г., о проведении мониторинга ярмарки выходного дня в 4-м квартале 2025 года.

В ходе запланированной повестки дня депутаты заслушали и приняли решения по актуализации нормативных актов.



О ЗАЩИТЕ ОТЕЧЕСТВА

Патриотическое мероприятие, приуроченное к Году защитника Отечества и 80-летию Победы, объединило более 50 семей, включая детей из многодетных семей, семьи участников СВО и одарённых школьников района Люблино. Организатором мероприятия выступил Фонд «Соцгоспроект» при активной поддержке СД МО Люблино и «Женского движения «Единой России».

В рамках торжественной части с приветственным словом к участникам обратился глава внутригородского муниципального образования – муниципального округа

Люблино в городе Москве Руслан Харисович Багаутдинов.

Говоря об итогах мероприятия, Багаутдинов отметил: «Для семей был организован кулинарный мастер-класс, для детей постарше – различные активности по начальной военной подготовке, а младшие дети участвовали в интерактивной программе».

Мероприятие стало прекрасной возможностью для укрепления патриотического духа и сплочения сообщества, а также дало возможность детям узнать больше о важности защиты Отечества.



ВМЕСТЕ МЫ - СИЛА!

Недавно я встретился с коллегой из Пресни – Сергеем Одинцовым, председателем комиссии по капремонту и благоустройству. Зная его активную позицию и экологические проекты, предложил ему присоединиться к Экологическому совету муниципальных депутатов и к рабочей группе партпроекта «Чистая страна» по инновациям в озеленении крыш и фасадов. Он с энтузи-

змом согласился! Мы также обсудили ключевые для горожан темы: благоустройство дворов, нарушение тишины и вопросы потребительского рынка. После встречи наметили чёткий план совместных действий.

Вместе мы – сила!

Е. И. ТИМОНИН,
депутат СД МО Люблино



ХОРОШАЯ ТРАДИЦИЯ

7 октября 2025 года состоялся традиционный обход территории района главой управы Алексеем Петровичем Бирюковым. В обходе приняли участие заместители гла-

территорий и многоквартирных домов по ул. Совхозной.

Обход начался с осмотра дворовой территории дома по адресу: ул. Совхозная, д. 4, к. 1.



вы управы, исполняющий обязанности руководителя ГБУ «Жилищник района Люблино» и его заместители, а также муниципальные депутаты и активные жители.

Основной целью обхода стал контроль за содержанием дворовых

Во время обхода местные жители обратились к главе управы с просьбой о демонтаже сухостойных деревьев и аварийных насаждений на территории с последующей утилизацией порубочных остатков. Также была затронута тема организации

разметки парковочных мест на дворовых территориях в соответствии с действующими нормативами и требованиями безопасности дорожного движения и проведение работ по обрезке древесных насаждений в зонах линий электропередач. Далее на Совхозной улице были зафиксированы обращения жителей по устранению нарушений, связанных с несанкционированным складированием строительных материалов на территории ГБПОУ «26 КАДР» (колледж архитектуры, дизайна и реинжиниринга № 26).

По результатам обхода составлен подробный протокол с фиксацией всех выявленных замечаний. Ответственные лица получили поручения по устранению недочётов и улучшению состояния дворовых территорий.

Следующая встреча представителей власти с жителями состоялась 14 октября. И так – постоянно. Хорошая традиция, так как эффект – налицо, замечания устраняются оперативно, не попадая в «долгий ящик».

Следите за информацией на официальных ресурсах управы.

В ЧЕСТЬ ДНЯ РОЖДЕНИЯ МОСКВЫ

В честь дня рождения столицы в Люблинском сквере прошло праздничное мероприятие, организованное управой Люблино.

Насыщенная программа не давала скучать никому. Для гостей праздника работали разнообразные мастер-классы, фотозона с изображениями домашних питомцев, спортивные площадки и торговые ряды. Ярким украшением дня стали мыльные пузыри, которые привели в восторг самых маленьких жителей района.



Особую атмосферу создавали выступления профессиональных артистов. Полюбившиеся всем песни и танцы не только поднимали настроение, но и звали в пляс даже самых серьезных гостей. Все желающие, чтобы согреться и набраться сил, могли попробовать ароматную кашу и горячий чай.

Торжественно поздравил гостей глава управы района Люблино Алексей Петрович Бирюков. Он обратился ко всем присутствующим, подчеркнув важность вклада каждого жителя в развитие и процветание района. «Главная ценность этого праздника в том, что он объединяет поколения и помогает ощутить истинный дух Москвы», – отметил глава управы. Говоря о районе, Алексей Петрович подчеркнул, что Люблино активно развивается: ремонтируются дороги,

проводится масштабная реновация, благоустраиваются парки.

По сложившейся традиции в этот день были отмечены самые активные жители района. Те, кто проявил себя в профессиональной сфере и активно занимался благотворительностью, получили благодарственные письма.

«Такие торжества показывают, что Москва – это не просто мегаполис, а наш общий дом. От всей души благодарю организаторов за прекрасно проведенный праздник! Обещаю и впредь поддерживать инициативы, направленные на развитие социальной жизни нашего города!» – сказал в заключение депутат Московской городской Думы Максим Вячеславович Руднев. В ответ на свои слова он получил теплые и искренние аплодисменты люблинцев.



НЕЗАБЫВАЕМО!

Руководители района Люблино поздравили школьников с началом учебного года. Торжественные линейки прошли 1 сентября во всех образовательных учреждениях. Праздник первого звонка стал особенным благодаря участию представителей районной администрации.

Глава управы района Люблино Алексей Петрович Бирюков и его заместители Полухова Елена Геннадьевна, Данилов Виталий Дмитриевич, депутат Московской городской Думы Максим Вячеславович Руднев, а также муниципальные депутаты лично посетили школы, чтобы поздравить учащихся, педагогов и родителей с началом нового учебного года. Руководители района приняли участие в торжественных

мероприятиях, поделившись теплыми пожеланиями с юными жителями. Особое внимание было уделено первоклассникам – тем, кто впервые переступил порог школы.

В своих выступлениях руководители района отметили важность образования в современном мире и подчеркнули, что власти продолжат работу по развитию образовательной инфраструктуры. Планируется модернизация учебных заведений и создание современных условий для обучения.

Праздничные мероприятия прошли в душевной атмосфере. Школьники, учителя и родители выразили благодарность представителям администрации за внимание к системе образования и заботу о подрастающем поколении.



ВЫБИРАЕМ СПОРТ!

В преддверии Дня города Москвы в Люблино состоялось сразу несколько спортивных мероприятий, организованных управой района и Молодёжной палатой.



6 сентября в ГБОУ г. Москвы «Школа №460 имени дважды Героев Советского Союза А. А. Головачёва и С. Ф. Шутова» прошло спортивное мероприятие для юных люблинцев. В соревнованиях приняли участие дошкольники, а также педагоги школы, которые помогли создать праздничную атмосферу, поддерживая юных спортсменов. Все ребята активно участвовали в эстафете, проявили ловкость, смекалку и командный дух, а по итогам соревнований участники получили памятные подарки.

Со словами напутствия выступил глава управы района Люблино Алексей Петрович Бирюков, а также заместитель главы управы Елена Геннадьевна Полухова. Они

отметили, что «Весёлые старты» – вклад в будущее района Люблино.

А 13 сентября в Люблинском сквере прошли яркие «Весёлые старты» для молодёжи, в них приняли участие команды колледжа архитектуры, дизайна и реинжиниринга № 26, Московского колледжа транспорта, школы № 2010 и Молодёжной палаты. Участники попробовали себя в дартсе, хоккее, лыжах, перетягивании каната и многих других испытаниях. Они получили не только подарки, но и заряд энергии.

Такие мероприятия приучают ребят с раннего возраста к активному образу жизни. Проведение спортивных праздников в районе – важный вклад в воспитание подрастающего поколения!

ЕСТЬ МНОГО ШКОЛ НА СВЕТЕ, НО ЛУЧШЕ ВСЕХ – МОЯ...

«О сколько нам открытий чудных
Готовят просвещения дух
И опыт, сын ошибок трудных,
И гений, парадоксов друг...»

А. С. Пушкин

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 2010 имени Героя Советского Союза М. П. Судакова» – авторитетное и востребованное образовательное

куда хочется вернуться, как в родительский дом.

В настоящее время наша школа – многоуровневый образовательный комплекс, в состав которого входят шесть школ и шесть детских садов – около трёх тысяч учащихся и более полутора тысяч воспитанников.

Школа реализует предпрофильное образование, являясь активным участником столичного мега-проекта «Интеграция разных уровней образования для достижения высоких образовательных результатов».

Предпрофильная подготовка осуществляется не менее чем по пяти направлениям, каждое из которых включает в себя углублённое изучение не менее трёх предметов. Учебный план профиля и план внеурочной деятельности построен с ориентацией на будущую сферу профессиональной деятельности обучающихся и, конечно же, с учётом предпочтений учащихся и запросов родителей.

В школе действует интерактивная система обучения. Педагоги используют самые последние технологии для достижения максимального эффекта. Наши учащиеся проходят обучение с удоволь-

техническим университетом имени Н. Э. Баумана, Российским технологическим университетом (МИРЭА) по проекту «Инженерный класс в московской школе» и «ИТ – вертикаль», с Первым Московским государственным медицинским университетом имени И. М. Сеченова по проекту «Естественно-научная вертикаль», с Московским государственным университетом технологий и управления имени К. Г. Разумовского (ГКУ) по проекту «Кадетский класс в московской школе».

В школе широко используется система внеурочной деятельности – это элемент учебного плана, дополняющий изучение предметов или каких-либо тем, что позволяет удовлетворять разнообразные познавательные интересы школьников.

Динамично развивается система дополнительного образования. За последний год количество кружков и секций значительно увеличилось. Ведут свою работу кружки и секции технической, физкультурно-спортивной, естественно-научной, социально-гуманитарной, туристско-краеведческой и художественной направленностей. Особо пользуются популярностью среди учащихся такие направления, как техническое, спортивное и эстетическое. Открыты кружки для людей «мудрого возраста» в рамках городского проекта «Московское долголетие».

Педагоги школы № 2010 используют в своей работе огромные возможности Московской электронной школы (МЭШ), размещают свои сценарии. Школа реализует проек-



Школа – активный участник профориентационного проекта «Билет в будущее» и проекта «Профессиональное обучение без границ» по которому старшеклассники на этапе обучения в школе получают рабочие профессии на базе колледжей. Проект предполагает получение квалификации с вручением свидетельства о рабочей профессии. «Билет в будущее» – это всероссийская программа ранней профориентации, направленная на помощь ученикам 6–11 классов в выборе будущей профессии. Участники проходят интерактивные уроки и онлайн-тестирование, затем участвуют в профессиональных пробах, где получают практический опыт в различных сферах, что помогает им сделать осознанный профессиональный выбор и построить индивидуальную образовательную траекторию.

В городской олимпиаде «Музеи. Парки. Усадьбы» принимают участие все классы и воспитанники подготовительных групп дошкольных отделений. Обучающиеся активно и массово участвуют в этапах Московской и Всероссийской олимпиад школьников. Воспитанники и обучающиеся принимают участие в международных соревнованиях профессионального мастерства и конкурсах по профессиональному мастерству среди лиц с ограниченными возможностями «Абилимпикс». Школа сотрудничает с Международной ассоциацией ветеранов подразделения антитеррора «Альфа» в рамках работы военно-патриотического клуба «Мы – патриоты».

Опыт – вот лучшее воспитание и просвещение. Нам, педагогам, важно взрастить в сердцах современных детей добрые ростки и чувства любви к своему Отечеству. Сейчас настало время поговорить душевно о героях, «о подвигах, о доблести, о славе».

Приоритетным направлением в нашей школе является волонтерская работа, потому что предоставляет детям возможность открывать для себя новые направления деятельности, выбирать будущую профессию, быть участником городских мероприятий, создавать свои социальные проекты и находить

друзей. Имея общие идеалы, мы можем творить добро и справедливость, мы способны сохранить и наполнить смыслами духовную жизнь как свою, так и общества, укрепить общественный порядок, традиции и сберечь наше культурное наследие.

В образовательном учреждении сформировалось много хороших и добрых традиций. Мы с полным на то правом гордимся доброжелательной и по-домашнему уютной атмосферой, которая царит в стенах школы № 2010. Гордимся педагогами – настоящими профессионалами своего дела! Верим в наших учащихся и радуемся их успехам.

Сегодня жизнь и деятельность школы – это ключом. Успешно и активно реализуются различные образовательные программы, внедряются современные технические базы. Школа занимает значимое место среди образовательных учреждений города Москвы.

Школа № 2010 имени Героя Советского Союза М. П. Судакова – не просто дом, где дают знания, учат самовыражению, самоопреде-



лению. Это дом, где совершаются первые шаги в общество, в котором предстоит жить нашим выпускникам!

Т. Е. БРОНЗЕС,
директор ГБОУ г. Москвы
«Школа № 2010 имени Героя
Советского Союза
М. П. Судакова»

Е. В. ЛЕОНОВА,
советник директора
по воспитанию
и взаимодействию с детскими
общественными объединениями



учреждение, в котором созданы все условия для полноценной учебной и досуговой деятельности детей.

Девизом нашей школы являются три простых, но очень важных слова: **активность, сотрудничество, развитие.** Именно они задают тон всей нашей педагогической работе, именно они нацеливают на неустанный поиск новых подходов к организации школьной жизни.

Школа № 2010 имени Героя Советского Союза М. П. Судакова у жителей района на слуху. Как много она оставляет воспоминаний у наших учащихся и открытий для выпускников!

Время, проведённое в школе, бесценно. Это то место, где проходит важная часть всей жизни: здесь мы знакомимся, учимся преодолевать различные трудности, набираемся знаний, дружим и ссоримся, взрослеем, в школьные годы многие из нас решают, кем быть, выбирают свой жизненный путь. Когда люди взрослеют, они понимают, что есть несколько мест, в которые всегда хочется возвращаться – это родительский дом и школа. Именно школа № 2010 стала тем местом,

сталим благодаря интересным и увлекательным заданиям.

Школа активно сотрудничает с Московским государственным



ДОНМ «Математическая вертикаль», «Московское кино в школе», «Общероссийское движение детей и молодёжи «Движение Первых», «Военно-патриотический клуб «Мы – патриоты», «Театр в школе», «Юнармия», «Ресурсная школа».

Учащиеся и педагоги нашей школы активно участвуют не только в городских творческих конкурсах и фестивалях, но и во всероссийских и международных. Дети и взрослые отмечены грамотами, дипломами, благодарственными письмами, ценными подарками победителей и лауреатов. В городских спортивных соревнованиях обучающиеся ежегодно показывают высокие результаты. В нашей школе 100-процентный охват учеников при сдаче норм ГТО. По результатам выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» ребята награждаются знаками отличия: золотым, серебряным и бронзовым.



АНОНС МЕРОПРИЯТИЙ 23 октября - 16 ноября

«ГОРОД, ТАНЦУЙ!»



23 октября и 27 ноября (15:00–16:30) по адресу: ул. Люблинская, д. 149, в ГБУК г. Москвы «ОКЦ ЮВАО» ОСП «Культурный центр имени И. М. Астахова» пройдёт ставшая популярной танцевальная вечеринка для людей старшего возраста и участников проекта «Московское долголетие». По традиции, здесь выступят талантливые артисты, приглашённые организатором программы. в исполнении солистов и ансамблей прозвучат как современные мелодии русской и зарубежной эстрады, так и популярные ретро композиции советских времён.

Вход свободный

«ТАЙНА КРАСНОГО МАКА»



24 октября, 18:00-20:00, ул. Люблинская, д. 149
Оригинальный спектакль в исполнении хореографического коллектива «Рябинки». Представление окунёт зрителя в волшебный мир сказки. На сцене появятся волшебники и волшебницы. Русские народные номера будут переплетаться с современными и эстрадными номерами. Яркие костюмы и красочное представление понравятся как детям, так и взрослым. В спектакле принимают участие все возрастные группы коллектива. Спектакль-сказка состоит из двух отделений с антрактом. Коллектив на протяжении многих лет является призёром многих фестивалей и конкурсов. Сказка показывает детям важность бережного отношения к природе, уважение к старшим и ценность семьи. Этот спектакль – прекрасный способ провести семейный досуг.

Регистрация на сайте учреждения: астахова.окцьювао.рф

«ОСЕННИЙ ВАЛЬС»



26 октября с 15:00 до 16:30 в ГБУК г. Москвы «ОКЦ ЮВАО» ОСП «Культурный центр имени И. М. Астахова», по адресу: ул. Люблинская, д. 149, состоится концерт «Осенний вальс» ведущего творческого коллектива г. Москвы ансамбля «Любава» под руководством Алексея Бекетова. Ансамбль хорового пения исполнит под аккордеон и шумовые народные инструменты песни об осени, русские народные и казачьи песни, произведения советских композиторов и поэтов, популярные шлягеры прошлых лет, а также песни современных авторов. Непринуждённая домашняя обстановка, живое общение со зрителями, яркие красочные костюмы и прекрасный репертуар создадут замечательную праздничную атмосферу.

Вход по пригласительным билетам

ВОСКРЕСНАЯ ВЕЧЁРКА



26 октября с 18:00 до 19:00 в ГБУК г. Москвы «ОКЦ ЮВАО» ОСП «Культурный центр имени И. М. Астахова» по адресу: ул. Люблинская, д. 149, распахнёт свои двери для всех, кто жаждет окунуться в атмосферу настоящего русского праздника. Вас ждёт самобытный концерт «Воскресная вечерка с Этно-джемом» в исполнении виртуозов из студии этно-инструментального искусства. Мероприятие станет настоящим путешествием в мир народной музыки и традиций. Позвольте себе окунуться в мир веселья и истинно русского духа. Не упустите возможность стать частью этого незабываемого события!

Вход по пригласительным билетам
Билет можно получить у администратора: 8 (495) 351-59-02

«КОЛОБОК И ПИЦЦА»



Музыкально-цирковое шоу для всей семьи

1 ноября. Начало мероприятия в 11:00. Шоу-программа 12:00–13:30. Адрес: ул. Люблинская, д. 149. В новой интерпретации русской народной сказки Колобок попадает в цирк-шапито. Там он знакомится со скоморохами. Они обучают Колобка цирковому искусству. Затем в цирк на гастроли приезжает знаменитая итальянская артистка Пицца. Вместе с Колобком они работают над созданием нового циркового аттракциона. Но тут в цирк проникает хитрая Лиса, чтобы съесть Колобка. На его защиту встают иностранка Пицца и скоморохи. Зло наказано. Цирк празднует победу. Вас ждут интересные подвижные игры, мастер-класс по раскрашиванию картинок «Волшебный песок», услуги профессионального аквагримёра и, конечно же, захватывающее музыкально-цирковое шоу «Колобок и Пицца»!

Билеты на сайте: астахова.окцьювао.рф

РЕТРО-ХИТЫ ВИА



Коллектив «АртКлюч» приглашает 1 ноября с 19:00 до 20:30 всех желающих на концерт ко Дню народного единства с программой «Ретро-хиты ВИА о дружбе, мире и любви». Качественная живая музыка и погружение в атмосферу молодости и романтики обеспечены! В концерте принимают участие солисты и музыканты легендарных ВИА 70–80-х годов, чьи голоса не покидают хит-парады отечественного радиоэфира. Все исполняемые ими песни без исключения узнаваемы по первым аккордам и первым строчкам! В программе прозвучат замечательные хиты расцвета советской эпохи: «Мой адрес – Советский Союз», «Прощай», «Малиновка» и многие-многие другие. Для каждого гостя предусмотрены угощения: бокал любимого игристого напитка и сладкое дополнение – вкусные конфеты.

Билеты на сайте: астахова.окцьювао.рф

«ГАВ-МЯУ»



9 ноября, 12:00–13:15, ул. Люблинская, д. 149. Приглашаем на уникальное театральное-цирковое представление «ГАВ-МЯУ» от Московского цирка во Дворце культуры «Чайка»! Зрители увидят блистательную команду усато-мяукающих талантов. Слаженная работа редкой бенгальской команды под руководством замечательного дрессировщика, заслуженного артиста России Аркадия Гарегинына покориет сердца с первых мгновений.

Билеты на сайте: астахова.окцьювао.рф

«РОЖДЁННЫЕ С КРЫЛАТОЮ ДУШОЙ...»

Так называется концерт вокальной студии «Гармония», который состоится 9 ноября с 17:00 до 18:30 в Арт-фойе Культурного центра имени И. М. Астахова (ул. Люблинская, д. 149). Вы погрузитесь в чарующий мир Серебряного века русской поэзии, вспомните Анну Ахматову, Сергея Есенина, Александра Блока и Владимира Маяковского. Не забудете и о Марине Цветаевой, Иване Бунине, Николае Гумилёве, Константине Бальмонте. Концерт «Гармонии» – это возможность услышать эхо голосов творцов русской поэзии, доносящихся к нам сквозь годы. Музыка, вдохновлённая их стихами, станет проводником в мир вечных вопросов. Вход по пригласительным билетам. Билет можно получить у администратора: 8 (495) 351-59-02

ШОУ БОЛЬШИХ ПРЕМЬЕР



14 ноября, 18:00–19:30. Адрес: ул. Люблинская, д. 149. В стенах Культурного центра имени И. М. Астахова состоится грандиозное событие – «Шоу больших премьер»! Это уникальная возможность увидеть

на сцене лучшие номера от воспитанников студий ГБУ г. Москвы «ОКЦ ЮВАО». На Большой сцене концертно-театрального зала талантливые юные артисты представят публике свои свежие, эксклюзивные постановки. Участники студий на протяжении долгого времени усердно работали, создавая неповторимые номера специально для этого вечера. Зрителей ждут самые разнообразные жанры: от зажигательных танцевальных композиций и проникновенных вокальных выступлений до театральных миниатюр и оригинальных хореографических постановок. Каждый артист вложил в своё выступление частичку души!

Билеты на сайте: астахова.окцьювао.рф

«БРОШЬ»

14 ноября, с 18:30 и до 19:30 в Культурном центре имени И. М. Астахова, по адресу: ул. Верхние Поля, д. 38, корп. 1, подъезд 11, пройдёт творческий мастер-класс по изготовлению броши из органзы, лент и тесьмы. На мастер-классе вы научитесь работать с воздушными материалами, формировать из них изящные лепестки и собирать их в украшение. Готовую брошь можно будет дополнительно украсить бусинами, а атласные листья придадут ей завершенный и профессиональный вид. Вы не только получите ценные навыки, но и унесёте с собой собственноручно созданный образец красоты. Такая брошь станет не только стильным аксессуаром, способным преобразить любой ваш наряд, но и трогательным, сделанным с любовью, подарком для дорогого человека. Регистрация по номеру телефона: 8 (495) 658-08-59

ЦИФРОВОЙ ЦИРК



16 ноября (12:00–13:15) по адресу: ул. Люблинская, д. 149, состоится новая встреча с героями Цифрового цирка, которым предстоит посетить старое поместье и пройти много комнат, где они встретят обитателей цирка и их питомцев, пройдут через туман и завесу мыльных пузырей. Героев Цифрового цирка ждут невероятные испытания в связи с поиском главного жителя замка – монстрика Лабуку, закрытого от света в комнате из подушек. Всё это станет возможным только благодаря вам, нашим зрителям. Представление сочетает в себе элементы фантазии, музыки, спецэффектов. После шоу каждого ждёт подарок – игрушка анти-стресс. Продолжительность спектакля – 1 час 10 минут.

Билеты на сайте: астахова.окцьювао.рф

ОКТАБРЬСКИЙ АККОРД: КОНЦЕРТНЫЙ СЕЗОН ОБЪЯВЛЯЕТСЯ ОТКРЫТЫМ!

Весь октябрь в концертном зале ДМШ имени А. К. Глазунова царит особая, тёплая и волнующая атмосфера. Здесь собираются самые преданные ценители искусства – педагоги, ученики, их родители, друзья и гости школы. Причина тому – серия осенних концертов, которые школа проводит ежегодно.

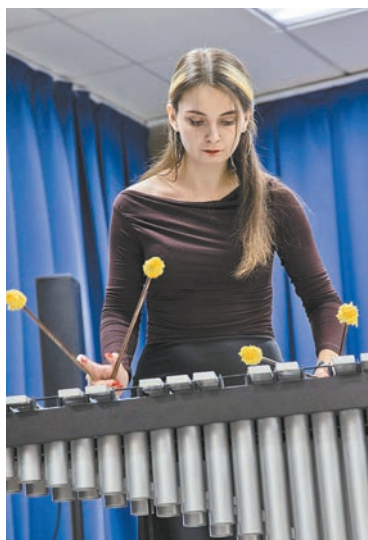
Первым поводом стал традиционный педагогический концерт, посвящённый Международному дню музыки. Уникальность события состоит в том, что мероприятие проходит при участии двух дружественных школ: ДМШ имени А. К. Глазунова и ДШИ № 10.

Несмотря на то, что история музыки исчисляется миллионами лет, праздник появился лишь в конце XX века. Он был учреждён по инициативе Международного музыкального совета при ЮНЕСКО и отмечается во всём мире 1 октября. И нет лучшего способа отпраздновать его в стенах музыкальной школы, подарив сцену тем, кто обычно стоит за кулисами, вдохновляет и учит, – талантливым педагогам.

После вступительных слов ведущей об истории праздника, зал погрузился в чарующее многообра-



менты, нежно пела мандолина, а волшебный тембр вибратона буквально завожжил весь зал. Особый восторг у зрителей вызвали вокальные номера. Классический романс, задушевная народная песня, остроумная джазовая импровизация и экзотическая босса-нова никого не оставили равнодушными и вызвали бурные аплодисменты. Этот концерт был не просто



Завершился вечер совместным номером джаз-бэнда и преподавателей изобразительного искусства. Из-под кисти мастеров, под джазовые мелодии и ритмы, в реальном времени «здесь и сейчас» родилась акварельная зарисовка-впечатление. Этот экспериментальный номер держал интригу до самого финального аккорда и пришёлся публике по вкусу.

Следующим праздничным поводом стал День учителя. Перед концертом в фойе школы была оформлена выставка ученических творческих работ «Мой любимый учитель». Дети смогли выразить благодарность любимым педагогам и концертмейстерам через рисунки, поделки, коллажи, наивные, но очень искренние стихи собственного сочинения. В этот вечер гости школы на краткий миг замирали перед стендами с экспонатами, каждую работу хотелось рассмотреть детально.

Насладившись работами юных поэтов и живописцев, зрители прошли в концертный зал, где была представлена концертная программа «Признание учителям». Тёплая атмосфера, улыбки и аплодисменты стали неотъемлемой частью вечера.

Надо сказать, что в подготовке концертных программ принимают участие не только учащиеся и преподаватели ДМШ имени А. К. Глазунова. в родные стены с концертными визитами приходят вчерашние выпускники школы, которые являются студентами ведущих творческих вузов города Москвы. Очень радостно, что эти ребята сохраняют тёплое, дружеское общение со своими наставниками и родной музыкальной школой.

Этот год не стал исключением, уже в октябре в школе состоятся два сольных концерта наших выпускников: скрипача Михаила Неустроева и домристки Марии Кривеншевой.

Михаил – выпускник класса преподавателя Ю. Г. Гридневой, ныне – студент третьего курса МГК имени П. И. Чайковского, класса профессора А. Е. Винницкого. Михаил является обладателем ряда престижных наград: гран-при VIII Открытого конкурса «Юный виртуоз», лауреат I премии (золотая медаль) XVIII молодёжных Дельфийских игр России, лауреат премии «Молодые дарования России», обладатель гранта Президента Российской Федерации.

Мария – выпускница класса почётного работника культуры города



Москвы И. М. Кузьмичёвой, ныне – студентка третьего курса Российской академии музыки имени Гнесиных, класса заслуженной артистки РФ, профессора Н. М. Бурдыкиной Мария является лауреатом всероссийских и международных конкурсов и представит свою концертную программу в рамках проекта «У нас в гостях – гнесинцы!».



слова принадлежат композитору Дмитрию Борисовичу Кабалевскому.

Мы верим, что музыка может пробуждать лучшие чувства и мысли. Пусть каждая нота будет напоминанием о красоте этого мира и о силе человеческого творчества!

М. С. НОВИКОВА



зие звуков и тембров. Программа вечера была невероятно разнообразной и насыщенной. Публике представилась редкая возможность увидеть своих наставников в новом амплуа – не как строгих учителей, а как виртуозных артистов, которые всей душой преданы музыке и своему инструменту.

Со сцены лились чарующие звуки фортепиано, громогласно и торжественно звучали духовые инстру-

демонстрацией высокого профессионализма. Он стал живым диалогом между учителями и учениками. Дети с горящими глазами смотрели на своих маэстро, видя в них не только источник знаний, но и пример для подражания, высоту, к которой стоит стремиться. Каждое выступление было ярким уроком артистизма, сценической культуры и глубокого проникновения в музыкальный образ.



Эти и последующие творческие мероприятия в очередной раз доказывают, что ДМШ имени А. К. Глазунова – не просто учреждение, а живой творческий организм, где учат и учатся, вдохновляют и творят, где музыка становится настоящим праздником жизни. «Музыка не только доставляет удовольствие. Она учит нас, как книга, делает нас лучше, умнее, добрее», – эти

Детская музыкальная школа имени А. К. Глазунова находится на территории Юго-Восточного административного округа г. Москвы по следующим адресам:

ул. Верхние Поля, д. 11, к. 2
Проспект 40 лет Октября, д. 20
ул. Донецкая, д. 4, к. 2.

Электронный адрес школы: dmsghlazunova@culture.mos.ru
Контактная информация: 8 (495) 351-41-97





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

ОСЕНЬ – ПЕРИОД ОБОСТРЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Мы уже привыкли к тому, что обострение заболеваний случается осенью или весной, и морально готовимся к ухудшению своего самочувствия в межсезонье. В это время, как только возникает усталость, начинают проявляться хронические заболевания. Почему так происходит в указанный период? Есть множество предположений и теорий на этот счёт, рассмотрим некоторые.

1. Причина всему – стресс. Учёные считают, что в межсезонье происходит повышение уровня глюкокортикоидных гормонов, приводящее к сильному снижению иммунитета и сопротивляемости организма.

2. Нарушение нейрогуморальной регуляции. В межсезонье происходит некоторое изменение гормонального фона и процессов в центральной нервной системе, что приводит к обострению хронических заболеваний.

3. Метаболические изменения из-за нехватки витаминов и микроэлементов. Изменение рациона питания приводит к тому, что организму недостаёт некоторых полезных веществ. Это способствует активации патологических процессов.

Вероятно, сочетание данных факторов и приводит к обострению заболеваний. Если вы здоровы и обладаете сильным иммунитетом, есть шанс, что вы избежите ухудшений самочувствия, но если ваш организм ослаблен, то стоит опасаться обострений и принять все меры предосторожности.

Назовём основные хронические заболевания, которые обостряются в межсезонье.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

С приходом осени температура воздуха понижается (днём может быть ещё довольно тепло, но вечером наступает резкая прохлада), часто идут дожди, и ощущается сырость. Всё это объясняет, почему осенней порой возрастает количество случаев простудных, а также инфекционных заболеваний, поражающих бронхиальную систему.

Если у вас появился кашель, насморк, головная боль, повысилась температура тела, – необходимо остаться дома, обратиться к специалисту и следовать его рекомендациям. Чтобы ускорить процесс выздоровления, пейте много жидкости в тёплом виде, особенно травяные настои, малиновый чай. Также по инструкции врача следует принимать назначенные препараты, отхаркивающие и разжижающие мокроту.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

К симптомам обострения хронических заболеваний органов пищеварения, в особенности язвенной болезни желудка, колита, панкреатита и хронического гастрита, относятся «голодные» боли в левом боку или подложечной области, изжога, рвотные позывы, тошнота, вздутие, метеоризм, боли в кишечнике.

Чтобы уменьшить неприятные ощущения, необходимо отказаться от блюд, которые стимулируют выделение желудочного сока, это – жареная, острая, копчёная и жирная пища, дрожжевое тесто, кофе, газировка и др. Для блокирования болевых ощущений можно выпить препарат-спазмолитик (дротаверин, но-шпа), для уменьшения выработки желудочного сока – антацидные препараты.

ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ В СОСТОЯНИИ ОБОСТРЕНИЯ

Симптомы обострения артритов и артрозов – острая боль, отёчность и покраснение в области суставов, ограничение их подвижности.

Для купирования признаков заболевания суставов назначаются нестероидные противовоспалительные препараты, глюкокортикоидные, антибактериальные и иммуностимулирующие средства, хондропротекторы, а также физиотерапевтические процедуры, в частности, магнитотерапия. Для профилактики артритов и артрозов следует надевать тёплую одежду по сезону, полноценно питаться, ограничивать приём жирной пищи, употреблять больше продуктов с витамином С, который стимулирует восстановление хрящевой ткани.



ОБОСТРЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ

Если вы страдаете от урологических заболеваний, которые имеют склонность к сезонным обострениям (хронический цистит, пиелонефрит, простатит, недержание мочи у мужчин и женщин), или впервые заметили появление тех или иных симптомов весной или осенью, то не стоит связывать их исключительно с явлениями гиповитаминоза. Необходимо регулярно проходить обследования, и при первых признаках беспокойства обращаться к врачу.

Недержание мочи у женщин негативно отражается практически на всех аспектах жизни, значительно затрудняя профессиональную деятельность, ограничивая социальные контакты и внося дисгармонию в семейные отношения.

Данная проблема рассматривается несколькими отраслями медицины – урологией, гинекологией и неврологией. Это связано с тем, что недержание мочи является не самостоятельным заболеванием, а лишь проявлением различных патологий в организме женщины.

Компания «Современные технологические линии» (СТЛ) занимается поставкой современных эффективных физиотерапевтических аппаратов как для медицинских учреждений, так и для домашнего использования. Попробуйте, и вам понравится! Компания «СТЛ» ведёт свою деятельность на рынке товаров для здоровья уже более 17 лет, с 2007 года. Продукция компании имеет соответствующие регистрационные удостоверения Росздравнадзора и положительные заключения ЦКБ РАН. Аппараты «СТЛ» выпускаются под собственным зарегистрированным товарным знаком.

Ошибочно считать, что недержание мочи поражает если не пожилую часть прекрасного пола, то женщин после 50 лет. Недуг может проявиться в любом возрасте. Особенно если дама перешагнула отметку в 30 лет или родила двух-трёх детей.

Проблема не несёт в себя опасности женскому организму, тем не менее, она подавляет морально, сильно снижает качество жизни больной.

Различают несколько видов недержания мочи у женщин.

1. Императивное. Женское недержание мочи может быть результатом неправильной работы центральной и периферической нервной систем, а также нарушения иннервации непосредственно мочевого пузыря. В этом случае женщину беспокоят крайне сильные позывы помочиться, иногда при этом невозможно волевым усилием удержать мочу. Кроме этого, пациентка может страдать от учащённого мочеиспускания в дневное (чаще восьми раз) и ночное время (чаще одного раза). Данный тип нарушений носит название императивного и наблюдается при синдроме гиперактивного мочевого пузыря.

2. Стрессорное недержание мочи у женщин связано с внезапными повышениями внутрибрюшного давления, возникающее в результате подъёма тяжёлых предметов, приступов кашля или смеха. Чаще всего медикам приходится сталкиваться со стрессорным недержанием мочи у женщин. Мышечное ослабление и опущение тазовых органов специалисты связывают и с количеством содержания коллагена, которое наблюдается у женщин в менопаузе. Как утверждает медицинская статистика, 40 % женщин испытывали хоть раз в жизни недержание мочи при напряжении.

3. Смешанная форма. В ряде случаев у женщин возможно сочетание императивного и стрессового недержания. Такое явление чаще всего наблюдается после родов, когда к непроизвольному мочеиспусканию приводят травматические повреждения мышц и тканей органов малого таза. Для данной формы недержания мочи характерно сочетание непреодолимого желания помочиться с неконтролируемым подтеканием жидкости при нагрузках. Такое нарушение мочеиспускания у женщин требует двустороннего подхода к лечению.

4. Энурез. Для этой формы заболевания характерно непроизвольное выделение мочи в любое время суток. Когда отмечается ночное недержание мочи у женщин, то речь идёт о ночном энурезе.

5. Ургентное недержание мочи. Происходит непроизвольное выделение мочи, которому предшествует внезапный и непреодолимый позыв к мочеиспусканию. Когда ощущается подобный позыв, женщина не в состоянии остановить мочеиспускание, она не успевает даже достичь туалета.

6. Постоянное недержание связано с патологией мочевыводящих путей, аномалией строения мочеоточника, несостоятельностью сфинктера и пр.

7. Подкапывание. Сразу после акта мочеиспускания происходит незначительное подкапывание урины, которая остаётся и скапливается в уретре.

Наиболее распространёнными являются стрессовое и ургентное недержание мочи, все остальные формы встречаются редко.

Причины к появлению недержания мочи могут быть самыми разнообразными. Тем не менее, данная патология наиболее часто наблюдается у тех женщин, которые родили. В данном случае большой процент заболевших замечен среди тех, кто имел затяжные или стремительные роды, если они сопровождались разрывами тазового дна или же иными родовыми травмами.

В целом недержание мочи происходит по причине ослабления мышц тазового дна или/и малого таза, нарушений в работе сфинктера уретры. Данные проблемы могут провоцироваться следующими заболеваниями и состояниями:

- вынашивание ребёнка и роды;
- лишний вес, ожирение, преклонный возраст (после 70 лет), сахарный диабет;
- камни, хронические инфекции в мочевом пузыре;
- болезни Альцгеймера, Паркинсона, хронический кашель, склероз, инсульт.

Проявление недержания мочи в любом возрасте происходит из-за некоторых лекарственных препаратов, расслабляющих мочевой пузырь (антидепрессанты и антихолинергические средства) или усиливающих выработку мочи (диуретики). Влияет на недержание мочи и курение, а также пища: алкогольные напитки, газированная вода, чай, кофе.

Терапия различна для каждой женщины и зависит от типа недержания, от того, как оно влияет на жизнь. После врачебной диагностики, выявления причины недержания, лечение может включать в себя упражнения, обучение контролю мочевого пузыря, приём лекарств или комбинацию этих методов. Некоторым женщинам, возможно, потребуется хирургическое вмешательство.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗА МОЧЕИСПУСКАНИЕМ

- Диета с исключением кофеина (без кофе, крепкого чая, колы, энергетических напитков, шоколада)
- Контроль массы тела, борьба с ожирением

- Отказ от курения, алкогольных напитков
- Опорожнение мочевого пузыря по часам

Консервативные методы лечения показаны главным образом молодым женщинам с невыраженными явлениями недержания мочи, возникшими после родов, а также больным с повышенным риском хирургического лечения, пожилым пациентам, ранее оперированным без положительного эффекта.

Ургентное недержание мочи лечат только консервативно. Консервативную терапию обычно начинают со специальных упражнений (упражнение Кегеля), направленных на укрепление мышц тазового дна. Они оказывают также стимулирующее действие на мышцы брюшного пресса и органы малого таза.

ЛЕЧЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ФИЗИОТЕРАПИИ

Если проведение упражнений не приносит ожидаемых результатов или не удаётся делать нужные движения, применяется физиотерапевтическая процедура, как метод лечения стрессового недержания мочи у женщин, электрическая стимуляция. Основной эффект данной процедуры направлен на укрепление мышц тазового дна. В ходе электрической стимуляции в качестве толчка, сигнализирующего о сокращении, выступают токи подобранной частоты и интенсивности.

Аппарат для физиотерапии «Феникс» позволяет существенно укрепить мышцы тазового дна и влагалища, полностью и надолго решить «деликатную» проблему недержания. Принцип действия данного аппарата основан на электростимуляции мышечной ткани и доказал свою эффективность на опыте многих пациентов во всём мире. Аппарат позволяет проводить лечение заболеваний мочеполовой системы, осуществлять регуляцию функции мочевого пузыря и кишечника, лечение недержания мочи при напряжении и учащённом мочеиспускании, бороться с ослаблением мышц тазового дна, нестабильным стулом или недержанием кала. Применение аппарата позволяет подавлять боль различного происхождения в спине, суставах, мышцах или стимулировать мышцы тела и конечностей. Лечение заболеваний мочеполовой системы аппаратом «Феникс» осуществляется через вагинальный и ректальный зонды, а болевых синдромов и слабости мышц – накожным методом с использованием клеящихся электродов.

Аппарат «Феникс» имеет два контролируемых, независимых друг от друга канала. Настройки аппарата устанавливаются с помощью кнопок, а информация выводится на ЖК-дисплей. Уровень интенсивности, лечебных параметров, времени воздействия регулируется в зависимости от потребностей и индивидуальной чувствительности пользователя. Аппарат «Феникс» может применяться в лечебных учреждениях, а также в домашних условиях самим пациентом в порядке оказания само- и взаимопомощи. Данный аппарат успешно прошёл необходимые испытания, апробации и может использоваться для физиотерапии, так как имеет **Регистрационное удостоверение № РЗН 2017/6317, выданное Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения Российской Федерации.**



Недержание мочи у женщин сегодня вполне поддаётся консервативному лечению, поэтому названные выше симптомы ни в коем случае не стоит замалчивать – при первых тревожных признаках обратитесь к нашим специалистам, и вскоре вы забудете о своей проблеме.

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:

- **бессрочную гарантию 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»!

Имеются противопоказания. При необходимости проконсультируйтесь со специалистом.

ЛЕГЕНДЫ РАЗВЕДКИ

Артур Александрович Адамс

Наши разведчики прошли через испытания нелёгкой эпохи в отечественной истории. Там были и незаурядные свершения, и незаурядные люди. Патриотизм разведчиков всегда восхищает. Их важное внутреннее качество – было, есть и будет! – защита интересов Родины, служение своему Отечеству.

В этой статье, продолжающей цикл публикаций о легендах разведки, начатый в 2024 году, мы расскажем о военном разведчике Артуре Александровиче Адамсе, который свою службу в ГРУ начал в возрасте 50 лет. Родился он 25 октября 1885 года в шведском городе Эксильстоун, получил прекрасное образование. Его родными языками были шведский, английский и русский.

Судьба Артура Александровича похожа на приключенческий роман. Когда в 1891 году умер отец Адамса, семья переехала жить в Россию. В 1895 году пришлось пережить новый удар: умерла мать. Артура взяли к себе родственники по материнской линии, которые жили в посёлке Чудово Новгородской губернии. В 1899 году Адамс поступил на учёбу в школу морских механиков при Минных классах Балтийского флота в Кронштадте, которую окончил в 1903 году. Практику он проходил в минных мастерских судостроительного завода в Николаеве, где связался с заводской организацией РСДРП. Вскоре на заводе произошла забастовка. После случившегося обратно на завод Адамса не приняли. И пришлось ему колесить по стране: так он оказался в Херсоне, где устроился на работу в мастерские путей сообщения. В августе 1904-го Адамс был арестован полицией за революционную пропаганду среди рабочих, при аресте чуть не поплатился жизнью, в ожидании суда провёл в заточении больше года; был приговорён к вечной ссылке, которую суд заменил на шесть лет тюремного заключения; затем последовала амнистия и высылка в Олонец, откуда он бежал и добрался до Одессы, где по случайности был задержан. Последовала высылка в Якутскую область, побег во время пути к месту ссылки, тайное проживание в Петербурге, переход в Финляндию, где Артур Адамс стал работать в составе монтажной бригады Всеобщей Компании Электричества. По работе он ездил в Александрию, Каир, Милан, Буэнос-Айрес. После нескольких месяцев постоянных переездов оказался в США, затем в Канаде, где в январе 1909 года поступил на учёбу в Инженерную школу при университете Торонто, которую окончил по специальности «инженер-конструктор».

С июля 1913-го по июль 1919 года он работал конструктором и инженером-механиком: на заводе «Расселл» в Торонто, на автозаводе Форда в Детройте, на ряде других предприятий. В 1913-м получил гражданство США. Годы, проведенные в Штатах, Адамс провёл с большой пользой: оказался в технической службе американской армии, окончил курсы офицеров Национального резерва, получил звание майора. Несмотря на свои профессиональные успехи и устроенный быт, Адамс скучал по России и надеялся когда-нибудь туда вернуться. Поэтому, когда появилась возможность, он с радостью устроился в представительство РСФСР в США под руководством дипломата Л. К. Мартенса, выходяца из России. Артура взяли на должность заведующего техническим отделом, который занимался

сбором различной информации, полезной для развития промышленности нашей страны. в распоряжении отдела оказались, в том числе, данные о производстве поездных колёс из отбелённого чугуна, о создании вольфрамовой, ванадиевой и марганцевой стали и о технике нового процесса печатания. Вместе с Адамсом работала и его будущая жена: с машинисткой Доротеей Кин он познакомился ещё в 1918 году, во время своего визита в одно из американских издательств. Они поженились 12 лет спустя.

Заветная мечта вернуться в Россию сбылась! В 1921 году, после ликвидации технического отдела, они с Доротеей перебрались в Петербург, где в дни Кронштадтского восстания Адамс вошёл в состав отряда Особого назначения 2-го района городской парторганизации. Затем последовал переезд в Москву. Там Доротее устроилась переводчицей в представительство газеты «Нью-Йорк таймс», а Артур Александрович стал директором Автомобильного Московского общества (АМО), позже преобразованного в Завод имени Лихачёва (ЗИЛ), где проработал два года. В последующие 12 лет Адамс сменил несколько мест работы: от сталелитейного завода «Большевик» до Центрального управления государственных автомобильных заводов и Глававиапрома ВСНХ СССР. Несколько раз его направляли в командировки в США и Германию, где он перенимал опыт по созданию грузовиков, занимался размещением заказов для военной промышленности и закупкой американских самолётов. Всюду Адамс заводил нужные связи, что позволяло ему получить большое количество ценной технической информации.



Знания и опыт Артура Александровича в технической области, а также великолепное владение английским и французским языками по достоинству оценил начальник разведывательного управления РККА Ян Карлович Берзин, судьба с которым свела Адамса ещё в начале 1920-х годов, когда Берзин пригнал на АМО свой служебный автомобиль иностранного производства для ремонта, к которому приступили немедленно. Чтобы скоротать время ожидания, большой начальник военной



разведки познакомился с одним из заводских руководителей. Этот контакт сыграл судьбоносную роль в жизни А. А. Адамса. Артур Александрович, которому уже исполнилось 50 лет, принял предложение работать по линии советской военной разведки, и его начали готовить к переброске в США.

Однако специальная командировка могла и не состояться. Когда он начал проходить медицинское обследование в Центральном клиническом госпитале Наркомата обороны, то выяснилось, что из-за старой травмы позвоночника, полученной ещё в годы его революционной борьбы с царским режимом, Адамс нуждается в постоянном наблюдении врача. И всё же в итоге руководство военной разведки решило рискнуть: в конце 1935 года Артур Александрович, получивший кодовое имя «Ахилл», под видом радиоинженера из Канады вместе с женой прибыл в США, где открыл техническую лабораторию. Это было отличное прикрытие для получения информации в области химии, электромеханики, авиации, радиотехники, танковой промышленности. Ему удалось наладить отношения с некоторыми чикагскими учёными, с одним импортером стали и даже с хозяйкой ювелирного магазина из Нью-Йорка. От одного из своих агентов Адамс получил ценные сведения о системе радиовооружения американской армии. Вскоре информация ушла в Москву.

В 1938 году его срочно отозвали из США в Советский Союз, где чуть не арестовали из-за нелепого доноса. Адамсу повезло: единственным наказанием стало увольнение со службы, да и то ненадолго. Начальству удалось отстоять «Ахилла». Спустя год он был восстановлен в должности и опять вернулся в США, проделав долгий путь через Стокгольм, Брюссель и Париж. На этот раз жена разведчика осталась в Москве.

Оказавшись в США, Адамс принял за вербовку. Одним из самых ценных его агентов был человек под псевдонимом «Эскулап», передававший разведчику массу полезной информации о новых видах боевых отравляющих веществ с описанием их влияния на человека, а также образцы средств химической защиты. Как-то «Эскулап» обмолвился, что его старый друг занимается в закрытой лаборатории разработкой конструкции урановой атомной бомбы и готов помочь русским союзникам. Наш разведчик связался с резидентом советской военной разведки в США под кодовым именем «Мольер», тот предложил организо-

вать встречу с другом «Эскулапа». Встреча состоялась в 1944 году в небольшом городе, вдали от Нью-Йорка. Настоящее имя этого нашего агента, которому дали оперативный псевдоним «Кэмп», до сих пор остаётся тайной. Повторная встреча с «Кэмпом» состоялась 23 февраля, тогда он передал Адамсу тяжёлый портфель, в котором уместилось около тысячи страниц секретнейших материалов! Чтобы все эти документы к утру отдать обратно «Кэмп», Адамс фотографировал их всю ночь. Снимки получились чёткими. Пока наш разведчик переснимал важную для Родины информацию, у него ни разу не дрогнула рука! Затем, через месяц, последовала новая встреча.



И снова в портфеле около тысячи страниц бесценной информации по атомной проблематике. И снова бессонная ночь, которая никак не сказалась на чёткости снимков. Из переданных «Кэмпом» материалов следовало, что американцы вложили в ядерный проект около миллиарда долларов и привлекли к разработке оружия нобелевских лауреатов.

Исключительную ценность переданной Адамсом информации подтвердили советские учёные, которые под руководством академика Игоря Васильевича Курчатова создавали атомное оружие. И ещё одна похвала: «Все вышеуказанные материалы по отзыву Народного комиссара химической промышленности СССР представляют исключительную ценность». Впервые за свою работу Артур Александрович помимо благодарности получил премию в размере двойного оклада «за инициативу, проявленную при добывании документов об американском атомном проекте». Он пытался финансово отблагодарить своего информатора, но тот от вознаграждения категорически отказался. В сентябре 1944-го «Кэмп» неожиданно исчез и больше на связь не выходил. Его дальнейшая судьба неизвестна. Имя остаётся под грифом «Совершенно секретно». О важности получаемой Адамсом информации говорит тот факт, что приказом начальника ГРУ ему было предоставлено право вербовать агентов, имеющих доступ к атомным секретам, без санкции Центра.

Осенью 1944 года Адамс понял, что находится под колпаком американской контрразведки. Он стал замечать, что за ним, его машиной неотступно следует какой-то подозрительный автомобиль. ФБР плотно вело наблюдение. Разведчик на действия американцев отреагировал мгновенно. Он тотчас прекратил все контакты со своими информаторами. Как действовать дальше, было оговорено заранее. Разведчик понимал, что ему надо срочно уходить. Он и ушёл, оставив не у дел американское

ФБР! Каждый вечер Адамс отправлялся на квартиру своего знакомого и часами гулял с его собакой. Агенты ФБР к этой процедуре, которая повторялась с завидным постоянством, привыкли. Четверо матёрых агентов были в полной уверенности, что этот причудливый немолодой человек никуда от них не денется. Можно лишь представить себе тот ужас, который они испытывали в один из вечеров, когда к порогу квартиры вернулась только хорошо выдрессированная собака, а советский «Ахилл» исчез, словно растворился в многолюдном Нью-Йорке!

Но возвращение на Родину оказалось долгим. Ещё целый год разведчику пришлось переезжать из одного города США в другой, меняя фамилии, документы и профессии, пока в результате сложнейшей операции его не вывезли в Москву, о чём дожили лично товарищу Сталину!

Всего за 1944 год Артур Адамс отправил в Советский Союз более десяти тысяч листов секретных материалов и несколько десятков образцов урана, плутония и бериллия. Наш разведчик всегда соблюдал большую осторожность, в итоге ни один из агентов Артура Александровича не был раскрыт американскими спецслужбами.

Адамс очень гордился присвоенным ему званием «инженер-полковник». Предметом гордости было и получение вместе с женой советского гражданства. Осуществил Артур Александрович и свою мечту: сфотографировался в форме офицера Советской армии.

В 1948 году Адамса, на счету которого были 16 завербованных агентов и 367 ценных документов, отправили в отставку. Артур Александрович устроился на должность политического обозревателя ТАСС, писал, занимался переводами, посвящал свободное время семье: он с женой Доротеей усыновил ребёнка погибшей английской коммунистки.

Скончался великий разведчик 14 января 1969 года в возрасте 83 лет, урна с его прахом захоронена в колумбарии Новодевичьего кладбища в Москве. Несколькими годами позже около его плиты был развеян прах Доротей: это было последним её желанием.

Указом Президента Российской Федерации от 17 июня 1999 года за мужество и героизм, проявленные при выполнении специального задания, инженер-полковник в отставке Артур Александрович Адамс посмертно был удостоен высокого звания Героя Российской Федерации. В 2024 году в доме по Большому Патриаршему переулку в Москве была открыта мемориальная доска Герою России, полковнику ГРУ Артуру Александровичу Адамсу, который много лет тому назад сделал всё возможное и невозможное, чтобы спасти нашу страну от ядерных ударов.

25 октября 2025 года Артуру Александровичу Адамсу (кодовое имя «Ахилл»), который руководил нелегальной резидентурой военно-технической разведки в США, исполняется 140 лет со дня рождения. Помним, гордимся, чтим!

Д. Р. ЕНИКЕЕВ,
руководитель военно-исторического музея «Легенды разведки» (ГБОУ г. Москвы «Школа № 1186 имени Героя Советского Союза Мусы Джалиля»),
партнёра Музея Победы

«ВЕСТИ ЛЮБЛИНО»

Информационная газета для жителей и предприятий района Люблино, № 10 (110) октябрь 2025 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., Багаудлинов 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,

е-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 № 4723-2025

СМИ госрегистрации не подлежит.

Без индекса. В продажу не поступает.

Распространяется бесплатно.

Авторы несут ответственность за точность

приведённых фактов.

Мнение редакции не обязательно совпадает

с мнением авторов. Рукописи не возвращаются.

При перепечатке ссылка на газету обязательна.

По электронной почте газету бесплатно получают

236 предприятий, организаций и учреждений района.

Подпись в печать по графику и фактически

16 октября 2025 г. в 16:00

Выход в свет 20 октября 2025 г. в 9:00

Доставка тиража 11:00-11:30

Следующий номер выйдет 17 ноября 2025 г.