



ДОЛГОЛЕТИЕ

Информационное издание **Проекта Мэра** «Московское долголетие»

Программы

До конца года в Москве будет реконструировано 35 поликлиник, в 2022 году – еще полсотни. А за пять лет в столице отремонтируют почти миллион квадратных метров поликлиник / **2–3**

Юбилей

Первому заместителю председателя Московского совета ветеранов, генерал-полковнику Расиму Акчуруну исполнилось 90 лет. Его жизнь и служба связаны с развитием системы противовоздушной обороны. В ПВО он прошел путь от командира взвода до командующего зенитно-ракетными войсками страны / **10–11**

Награды

Приз кинотеатрального фестиваля «Серебряная астра» за лучшую женскую роль получила Светлана Кукарина, которая исполнила... мужскую роль – Гамлета / **8–9**



Здоровья и удачи в новом году!



Итоги. В «Московском долголетии» подвели итоги 2021 года. Среди наиболее ярких событий проекта – десять онлайн-мероприятий, три видеозакорсы, один полнометражный фильм, пять модных коллекций «Старшие для старших».



МОЕ ЗДОРОВЬЕ



Уроки пандемии

Пандемия лишний раз доказала, что Москва – добрый город, считает заместитель Мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

К сожалению, в конце 2021 года говорить о постковидных временах пока рано. Ковид стал «новой нормой», данностью. Думаю, не будет преувеличением сказать, что Москва адаптировалась под новую реальность. И люди не остались один на один с бедой. И город, и мощное волонтерское сообщество, и НКО старались помогать всем, кто попал в трудную ситуацию. Было непросто, но в социальной сфере мы не остановили ни один крупный проект, хотя где-то пришлось чуть сдвинуть сроки.

Мы стараемся делать все, чтобы город по максимуму жил нормальной жизнью. Чтобы люди ходили на работу, в музеи, ездили в метро, чтобы дети учились в школах, чтобы семьи могли выбраться отдохнуть. За всем этим стоит огромная работа. Не прекращается ни на минуту мониторинг ситуации, на основе которого мы оперативно принимаем решения.

Социальная сфера – самая чувствительная. Ведь она про людей – про детей, людей с инвалидностью, пожилых. Пандемия нарушила уклад жизни. Люди оказались в очень непростых условиях. Их нельзя было оставить без помощи. Людей надо лечить, причем не только от ковида – другие заболевания никуда не делись. Детей нужно учить, причем качественно и без перерывов. Жителям нужно получать документы и справки, оформлять браки, свидетельства о рождении детей, искать работу... Жизнь продолжается. Социальная поддержка необходима всегда – ведь она про человеческое участие, доброту и взаимопомощь. Пандемия лишний раз доказала, что Москва – добрый город.

В пандемию мы извлекли несколько важных уроков. Ковид теперь всегда нужно учитывать при планировании и запуске новых проектов. А еще надо оперативно реагировать на изменение ситуации, а лучше прогнозировать возможные варианты развития событий, прорабатывать сценарии. Уже непоправимая роскошь тратить время на бюрократию, задвигать ценные идеи в долгий ящик. Стараемся жить в этой парадигме. Еще одной нормой нового времени стало иметь постоянный резервный коечный фонд, который можно быстро разворачивать и сворачивать в зависимости от ситуации, – для этого мы создали сеть резервных госпиталей и родеро. Они позволяют нам всегда иметь достаточное количество коек, не задействуя при этом мощности плановой медицинской помощи.



В столице до конца года завершится реконструкция

Программы. Москва будет наращивать объемы финансирования по линии обязательного медицинского

Модернизация первичного звена медпомощи

«В следующем году по программе госгарантий у нас уже 60 процентов всего финансирования по линии ОМС будет идти на амбулаторную помощь. Это серьезный сдвиг, который, по сути дела, гарантирует в дальнейшем постоянное внимание, качество и достойное финансирование амбулаторного звена», – рассказал Сергей Собянин на заседании Совета по стратегическому развитию и национальным проектам с участием Президента России. По его словам, модернизация первичного звена медицинской помощи – одно из важнейших направлений для Москвы, ведь городские поликлиники в течение года посещают 100 миллионов пациентов. «Это колоссальная цифра. Это означает, что десятки, сотни тысяч людей каждый день приходят к врачам первичного звена для

получения медицинской помощи. Любой сбой, любой недочет порождает законное недовольство граждан и проблемы», – отметил Мэр Москвы.

Адреса реконструкции

Даже в условиях пандемии город не остановил развитие системы здравоохранения.

«Часть этих проблем решается новым строительством. Речь идет о новых микрорайонах или о тех районах, где уже совсем негодные поликлиники, которые находятся в приспособленных помещениях. Мы построили около полусотни таких поликлиник, и сегодня строится еще около 30», – добавил Сергей Собянин.

Кроме того, принято решение о реконструкции почти половины всех поликлиник города – это около 200 зданий, которые находятся в плохом состоянии. Завершить программу планируется до конца 2024 года. «Мы оставляем, по сути

дела, только остов старой поликлиники. Меняем планировочные решения, фасады, инженерные коммуникации, лифты, вентиляцию и так далее, создаем новую логику внутри поликлиник. Потому что просто так отремонтировать не получается, они по другим стандартам были сделаны», – отметил он. Чтобы обеспечить поликлиники современным оборудованием, были заключены сервисные контракты на длительные сроки. По новому стандарту в каждой поликлинике должны быть все востребованные специалисты. Для создания в поликлиниках дружелюбной атмосферы начали внедрять «команду пациентов». «Мы из центров госуслуг работников, которые прошли школу искреннего сервиса, которая там создана, десантируем в поликлиники, чтобы они администрировали потоки пациентов, оказывали немедицинскую помощь», – сказал Мэр Москвы, отметив, что это позволит на-



Почти

1 000 000

квадратных метров поликлиник капитально отремонтируют в Москве за пять лет.



качественную медицинскую помощь, потому что амбулаторная помощь, поликлиническая – самая востребованная в любом городе», – подчеркнул Мэр Москвы.

После завершения реконструкции также была открыта еще одна поликлиника – филиал № 5 клиничко-диагностического центра № 4. Здание расположено в Можайском районе по адресу: Беловежская улица, дом 45. С ее персоналом Сергей Собянин пообщался по видео-связи. Врачи отметили, что поликлиника изменилась до неузнаваемости – стала красивой, удобной, светлой.

Новый московский стандарт поликлиник

Несколько лет назад в столичных амбулаторных центрах был внедрен московский стандарт поликлиник.

Вместо регистратуры за стеклом появились удобные стойки информации с консультантами. В поликлиниках прием ведут дежурные врачи, а справку или направление можно получить быстро в специальном кабинете. В холлах теперь есть зоны ожидания, кулеры с водой и вендинговые автоматы. В детских поликлиниках малыши могут поиграть, а мамы – уединиться, чтобы покормить ребенка. Так был сделан первый шаг к созданию современной поликлиники.

Опираясь на полученный опыт, в 2019 году Правительство Москвы разработало новый московский стандарт поликлиник, являющийся логичным развитием стандарта первого поколения.

Новый московский стандарт поликлиник получил поддержку горожан. В голосовании на портале «Активный гражданин» приняли участие более 212 тысяч человек. Из них свыше 70 процентов одобрили его основные положения, а также программу комплексной реконструкции городских поликлиник, необходимую для реализации стандарта.

Основные элементы нового московского стандарта поликлиник – это большее число врачей самых востребованных специальностей, современное техническое оснащение и цифровизация, удобное расположение кабинетов врачей и зонирование помещений, комфорт для врачей и медсестер и искренний сервис.

В регистратуре, функционирующей по принципам ресепшена, пациентов встречают сотрудники центров госуслуг «Мои документы». В их обязанности входит отвечать на возникающие вопросы пациентов, помогать им сориентироваться и вовремя попасть на прием к нужному врачу.

На пульсе

Срок действия QR-кодов для переболевших продлевается до 12 месяцев

■ QR-коды переболевшим коронавирусной инфекцией будут оформлять на 12 месяцев, написал в своем блоге Сергей Собянин. Решение об изменении сроков действия цифровых электронных сертификатов (QR-кодов) принято на федеральном уровне.

«Ситуация с распространением коронавирусной инфекции в Москве продолжает оставаться стабильной. За последнюю неделю количество выявленных случаев заражения снизилось на семь процентов, число госпитализаций – на шесть процентов», – написал Мэр Москвы.

С 20 декабря срок действия QR-кодов для переболевших жителей столицы продлевается с шести до 12 месяцев. Новые документы будут оформляться сразу на год. В последний день срока действия шестимесячных QR-кодов гражданам будут автоматически оформлены новые QR-коды на следующие шесть месяцев. Если срок такого QR-кода уже истек, но с момента выздоровления прошло менее 12 месяцев, гражданам автоматически оформят новые QR-коды на 12 месяцев с даты выздоровления. Одновременно с трех до двух календарных дней сокращается срок действия QR-кодов, оформленных на основании отрицательных ПЦР-тестов. «Причина – ожидаемое распространение более заразного омикрон-штамма», – написал Сергей Собянин. Он добавил, что QR-коды, которые выдают после вакцинации, продолжают действовать в течение одного года.

Жителям столицы Сергей Собянин посоветовал соблюдать меры предосторожности, вакцинироваться и проходить ревакцинацию. По его словам, более 5,8 миллиона москвичей получили первый компонент вакцины. В столице привиты не меньше 80 процентов сотрудников здравоохранения, образования, социальной сферы, торговли, общественного питания и ряда других сфер экономики. «За это огромное спасибо руководителям и работникам этих организаций», – отметил Сергей Собянин.

Выделены дополнительные средства для лечения больных COVID-19

■ Правительство Москвы дополнительно выделило 10,3 миллиарда рублей Московскому городскому фонду обязательного медицинского страхования на лечение пациентов с COVID-19. Соответствующее постановление подписал Сергей Собянин на заседании Президиума Правительства Москвы.

Дополнительные средства позволят оказывать пациентам с COVID-19 качественную и своевременную помощь. При этом будут сохранены необходимые объемы плановой и экстренной медпомощи при других заболеваниях.

Дополнительные средства выделяются благодаря межбюджетному трансферту из федерального бюджета. Он предоставлен Правительству Москвы в соответствии с распоряжением Правительства России от 4 декабря 2021 года.

Сотрудники центров госуслуг станут администраторами поликлиник

■ Администраторами городских взрослых поликлиник и центров амбулаторной онкологической помощи (ЦАОП) станут сотрудники центров госуслуг «Мои документы». Соответствующее постановление подписал Сергей Собянин.

Основной задачей администраторов станет создание комфортной и дружелюбной атмосферы и оказание помощи пациентам медицинских учреждений в соответствии с московским стандартом госуслуг. Администраторы будут встречать пациентов на входе в медицинские учреждения, помогать им сориентироваться и записаться к нужному специалисту, отвечать на возникающие вопросы, оказывать другую необходимую помощь.

В пилотном режиме сотрудники центров «Мои документы» уже выполняют функции администраторов ряда поликлиник, в которых недавно была завершена реконструкция. С учетом положительных отзывов пациентов Сергей Собянин принял решение о поэтапном распространении данного опыта на все взрослые поликлиники и центры амбулаторной онкологической помощи. Перечень медицинских организаций и сроки начала работы администраторов будут определены соглашением о взаимодействии между центрами госуслуг «Мои документы» и Департаментом здравоохранения города Москвы.

35 поликлиник

реорганизации амбулаторной помощи. Направят 60 процентов всего страхования (ОМС).

править работу врачей на контроль пациентов с хроническими заболеваниями.

Новоселья на Профсоюзной и Беловежской

Сергей Собянин открыл после комплексной реконструкции здание детско-взрослой поликлиники.

Она расположена в районе Коньково по адресу: Профсоюзная улица, дом 111а. В здании размещаются филиал № 5 диагностического клинического центра № 1 и филиал № 4 детской городской поликлиники № 81.

Мэр Москвы поздравил коллектив поликлиники с новосельем и напомнил, что ее сотрудники в течение года, пока шел ремонт, работали в непростых условиях.

«Спасибо вам за терпение! Мы больше полутора лет находимся в условиях пандемии, это дополнительная нагрузка

на вас. Я знаю, что помимо того, что вы занимаетесь своей обычной работой, вы лечите и ковидных больных, оказываете им амбулаторную помощь, смотрите за их состоянием, контролируете», – сказал Сергей Собянин.

В Москве реализуется самая масштабная программа модернизации первичного звена здравоохранения за всю историю города. В нее вошло почти 200 зданий городских поликлиник, построенных более 50 лет назад. В поликлиниках проводится капитальный ремонт, делается перепланировка, организуется удобная логистика и устанавливается современное оборудование.

«До конца года будет реконструировано 35 поликлиник, в следующем году – еще полсотни. Я думаю, что в 2024 году мы эту программу закончим, и все амбулаторное звено города Москвы будет отвечать высшим мировым требованиям, а самое главное, москвичи получат



ИТОГИ-2021

■ В проекте «Московское долголетие» подвели итоги 2021 года. Об этом рассказал куратор проекта, заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Филиппов.

Растет число поставщиков и участников

Среди наиболее ярких событий проекта – десять онлайн-мероприятий, три видео-экскурсии, один полнометражный фильм, пять модных коллекций.

Уходящий год стал для проекта годом возрождения и инноваций. Помимо развития онлайн-формата возобновились очные занятия на свежем воздухе для тех, кто имеет защиту от COVID-19, по QR-коду. Во многом это стало возможно благодаря высокому уровню вакцинации среди участников проекта.

«Московское долголетие» постепенно возрождается после пандемии: растет число поставщиков и участников, в том числе и потому, что многие уже сделали прививку. Надеемся, что наш общий коллективный иммунитет в скором времени позволит вернуться проекту на доковидный уровень. А пока наши сотрудники делают все возможное, чтобы помочь москвичам справиться с болезнью. Более 50% работников отделов долголетия в районах города в течение года были задействованы в информировании жителей о вакцинации, работали во временных госпиталях и колл-центрах. Мы очень благодарны им за самоотверженный труд и готовность работать в таких экстремальных условиях», – отметил Владимир Филиппов.

Занятия на свежем воздухе

В летний период встречи на свежем воздухе проходили практически по всем видам активностей, а с наступлением осенне-зимнего сезона уличные занятия продолжают по таким направлениям, как «Скандинавская ходьба», «Пеший лекторий», а также «Общая физическая подготовка» и «Гимнастика». На данный момент очно занимаются около 15 тысяч москвичей старшего возраста, для которых открыто более 500 групп. Самым популярным видом активностей на свежем воздухе традиционно является скандинавская ходьба, которую посещает порядка 50% участников, тренирующихся на улице.



Год возрождения и и

Плюсы онлайн-формата

Несмотря на возобновление очных занятий, в 2021 году в проекте «Московское долголетие» активно развивается онлайн-формат. На данный момент около 83 000 москвичей старшего поколения продолжают заниматься дистанционно. Для них открыто около 3,7 тысячи групп от 627 организаций-поставщиков.

Представители старшего поколения отмечают преимущества дистанционного формата. Согласно опросу, проведенному в социальных сетях «Московского долголетия», 59% участников считают положительным тот факт, что могут подключаться к активностям на даче, 25% совмещают занятия с заботой о внуках,

а 78% говорят, что не тратят времени на дорогу. Многие долголеты занимаются в онлайн- и офлайн-форматах. В 2021 году более 35% участников посещают три или более группы. Еще одним положительным фактором стало то, что к дистанционным занятиям могут присоединиться москвичи старшего поколения с ограничениями здоровья, которые по тем или иным причинам не могут выходить из дома и раньше не имели возможности посещать очные встречи.

По статистике, больше всего онлайн-занятия востребованы у столичных жителей в возрасте 60–70 лет (56,4%), но есть и участники, достигшие возраста 80 лет и старше, таких в проекте 6000 человек (6,5%).

Самые популярные направления в дистанционном формате в 2021 году – «Гимнастика», «Английский язык», «Красота и стиль», а также «Танцы».

Полноценный сегмент проекта

«Дистанционные занятия появились в «Московском долголетии» как вынужденная мера, а сейчас стали полноценным сегментом проекта. В 2021 году присоединились 70 новых поставщиков и было открыто более 2000 новых онлайн-групп. Кроме того, нам удалось перевести в удаленный формат традиционные мероприятия проекта, где участники могут продемонстрировать свои достижения, раскрыть свой творческий по-

тенциал, узнать много нового о здоровом образе жизни и активном долголетии. Общий охват зрителей трансляций YouTube-канала «Московское долголетие» превысил 200 тысяч человек. Причем наш полезный контент смотрят не только жители столицы, но и люди из разных городов России и мира», – сказал Владимир Филиппов.

За год количество подписчиков YouTube-канала «Московское долголетие» выросло более чем в три раза и превышает 13 000 человек. На ресурсе можно узнать об основных событи-



Цифры

Более

2000

новых онлайн-групп открылось в 2021 году в проекте «Московское долголетие».

Около

15 000

москвичей старшего возраста занимаются очно. Для них открыто более

500 групп.

Около

83 000

москвичей старшего поколения занимаются в проекте дистанционно.

Общий охват зрителей трансляций YouTube-канала «Московского долголетия» превысил

200 000 человек.

ИННОВАЦИЙ

ях проекта, достижениях его участников. Так, была проведена трансляция двух крупных творческих проектов – «Мастерская дизайнеров» и «Танцевальный марафон». Кроме того, состоялись премьеры видеоэкскурсий о столичных долгожителях из цикла «Москва долголетняя», созданных экскурсоводами «серебряного» возраста.

Принципы работы со старшим поколением

Для того чтобы развивать проект, привлекать и заинтересовывать новых участников, проводится работа по повышению квалификации сотрудников «Московского долголетия». В 2021 году более 1,2 тысячи специалистов прошли обучение

по комплексной программе, ориентированной на создание клиентоцентричной модели взаимодействия с целевой аудиторией проекта. Они познакомились с новыми методиками, определили основные принципы работы со старшим поколением. 795 сотрудников прошли обучение по программе «Школа психологического развития». Курс повышения квалификации был разработан специально для сотрудников социальной сферы и адаптирован под проект «Московское долголетие». На занятиях психологи рассказывали о методах профилактики профессионального выгорания, технологиях эффективных коммуникаций, объясняли, как себя вести в конфликтных и стрессовых ситуациях.

Мнения участников проекта

Жить в гармонии с собой

■ В преддверии Нового года мы провели опрос среди активных участников «Московского долголетия». Наши корреспонденты задавали только один, но главный вопрос: «Как проект изменил вашу жизнь?»

Виртуальные друзья

Инга Чеснокова (ЮАО):



«Я стала участницей проекта «Московское долголетие» в 2018 году. Мне хотелось разыскать свою школьную подругу, поэтому в первую очередь я выбрала направление «Информационные технологии», чтобы научиться пользоваться соцсетями и поисковыми сервисами. В процессе поиска я заинтересовалась биографией одного артиста и вступила в его фан-группу. В результате появились виртуальные друзья. Я и подругу отыскала, и стала посещать и другие онлайн-занятия. В частности, изучаю иностранные языки, научилась рисовать и совершаю виртуальные экскурсии, посещаю интересные уголки мира.

У меня очень насыщенная жизнь благодаря проекту. Даже инвалидность не мешает мне быть в курсе всех интересных событий. Онлайн-занятия как раз для меня».

Двигаться только вперед



Нинель Михайлина (ЮВАО):

«Если бы не было онлайн-занятий в проекте «Московское долголетие», я бы в 10 раз меньше знала. В проекте я изучала компьютерную грамотность, английский язык и осваивала мобильные устройства.

И сейчас посещаю несколько направлений онлайн. Особенно мне нравятся фотостудия, садоводство и курсы компьютерной грамотности. Все, чему учусь, сразу применяю на практике. Делаю красивые фотографии своих близких и любимых внуков, цветов, которые выращиваю на даче, редактирую их при помощи современных программ для обработки фото. Если бы надо было ходить куда-то учиться, я тратила бы гораздо больше времени, чем сейчас. Очень довольна, что занятия сейчас организованы онлайн. Еще мечтаю освоить монтаж, чтобы делать качественные видеоролики».

Уверенность в своих силах



Лидия Самойлова (ТиНАО):

«Когда стартовал проект, я решила изучить английский язык, посещала занятия по информационным технологиям и ходила на ОФП. Когда проект ушел в онлайн-формат, продолжила заниматься в группе «Осваиваем

мобильные устройства». Теперь могу самостоятельно пользоваться порталом госуслуг, записаться к врачу через ЕМИАС, посещать мастер-классы, использовать все возможности функционала смартфона и основных мобильных приложений. Я почувствовала уверенность в своих силах, получила много новых навыков и знаний, теперь планирую продолжить занятия и стать блогером».

В ногу со временем



Людмила Кирпиченкова (ЮВАО):

«В «Московском долголетии» я практически с самых первых дней. Приоритетным для меня стало обучение работе на компьютере, умение пользоваться смартфоном и интернетом. Благодаря полученным навыкам передо мной открылся весь мир. В социальной сети «Фейсбук» я смогла отыскать своих школьных друзей из Перми, с которыми давно потеряла контакты. Научилась пользоваться приложением банка, передавать через интернет показания приборов учета воды, газа, электроэнергии, не выходя из дома. Благодаря полученным навыкам у меня появилась возможность в рамках проекта также заниматься онлайн живописью и рукоделием».

Не прерывая занятий

■ Участники проекта «Московское долголетие» смогут продолжать занятия в новогодние каникулы.

В новогодние праздники будет открыто более 260 групп по таким активностям, как: иностранные языки, лекции о здоровом образе жизни, пение, рисование, танцы, скандинавская ходьба, занятия по истории искусства и краеведению, гимнастика, общефизическая подготовка, художественно-прикладное творчество, онлайн-экскурсии и пеший лекторий и другие. Большинство групп начнут работать уже с 3 января 2022 года. Посмотреть расписание и записаться на занятия можно заполнив специальную форму на сайте mos.ru/age или позвонив по телефону Территориального центра социального обслуживания своего района, контакты указаны на сайте в разделе «Как стать участником».

Участники «Московского долголетия» привыкли к активному образу жизни, поэтому посещать любимые активности они смогут даже в новогодние каникулы. С 3 января откроется более 260 групп как онлайн, так и очно на свежем воздухе при предъявлении QR-кода. Также всегда в доступе у участников более 120 видеоуроков от преподавателей проекта, которые опубликованы на YouTube-канале «Московское долголетие». Лекции врачей, рекомендации по здоровому питанию и психологии, цикл видеоэкскурсий «Москва долголетняя» и многое другое позволят провести длинные каникулы интересно и с пользой для здоровья», – говорит заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Филиппов.

Мы в соцсетях

Instagram

<https://www.instagram.com/mosdolgoletie/>

Facebook

<https://www.facebook.com/mosdolgoletie/>

ВКонтакте

<https://vk.com/mosdolgoletie>

Одноклассники

<https://ok.ru/mosdolgoletie>

YouTube

<https://www.youtube.com/mosdolgoletie>

Подписывайтесь на социальные сети проекта «Московское долголетие» и следите за новостями!



ИТОГИ-2021: СОБЫТИЯ ПРОЕКТА

Время исполнять мечты



Начало занятий на открытом воздухе

21 июля 2021 года в проекте «Московское долголетие» для москвичей старшего поколения, имеющих QR-код и защиту от COVID-19, возобновились очные занятия на свежем воздухе. Открытые уроки по скандинавской ходьбе и зумбе состоялись в Саду им. Н. Э. Баумана.



Онлайн-марафон «День здоровья»

Ведущие специалисты в области психологии, правильного питания и медицины рассказали о том, как сохранить и поддержать физическое и психологическое здоровье; преподаватели и участники проекта провели мастер-классы. А группа «скандинавов» провела символический антиковидный заход под лозунгом «MAKE PRIVIVKA, NOT COVID». У онлайн-марафона на YouTube-канале было 5 698 просмотров.



Фотовыставка «Время исполнять мечты»

20 участников проекта «Московское долголетие» стали героями фотовыставки. Они рассказали, как проект помог реализовать их мечты. Более 200 000 зрителей увидели выставку на Чистопрудном бульваре. Она работала также в Екатерининском парке и в МСЦ «Северный». Образы были созданы известным фотографом Дмитрием Исаковым.



III Танцевальный марафон «Московского долголетия»

Около 150 танцоров старшего возраста участвовали в финале марафона. Отбор финалистов проходил в онлайн-формате. В предварительном этапе приняло участие около 100 коллективов из всех 11 округов. Самыми старшими участниками финального мероприятия стали 84-летняя Майя Качина и 88-летний Лев Китаев. 14 235 просмотров набрала трансляция марафона на YouTube-канале.



IV Форум социальных инноваций регионов

Стенд проекта «Долголетие начинается сейчас» посетили более 1000 человек. Преподаватели проекта провели на стенде 15 мастер-классов. Стенд посетили 20 региональных делегаций. Среди них – представители Московской, Воронежской, Тамбовской, Самарской областей, Республики Башкортостан, Санкт-Петербурга, Чечни и других регионов России. Они познакомились с опытом реализации проекта.



«Мастерская дизайнеров» «Московского долголетия»

50 самостоятельных модельеров из числа участников проекта «Московское долголетие» под руководством известных дизайнеров – Игоря Гуляева, Ксении Серой, Леонида Алексева, Галины Крючковой и Сергея Сыроева – создали 5 модных коллекций одежды для старшего возраста. 50 моделей из школы красоты и стиля «Королевская осанка» 55+ продемонстрировали коллекции на подиуме в рамках финального онлайн-показа.

Фестиваль спорта «Игры долголетия»

Более 360 спортсменов приняли участие в спортивных турнирах. Окружные команды спортсменов соревновались по 5 видам спорта: волейбол, настольный теннис, шахматы, футбол и сдача нормативов ГТО. Трое спортсменов фестиваля имели возраст 80+. У телемарафона «Игры долголетия» на YouTube-канале было 6510 просмотров.



Кинотеатральный фестиваль «Серебряная астра»

Более 353 участников проекта приняли участие в кастинге, более 160 человек отобраны для съемок фильма, 17 человек получили главные роли, 2505 человек посмотрели видеоуроки по театральному мастерству на YouTube-канале. Впервые в Москве создан полнометражный фильм об отношениях в старшем возрасте, основанный на реальных историях участников проекта «Московское долголетие». Продолжение темы на стр. 8–9.

Всего в проекте за 2021 год состоялось:



2 фотовыставки, героями которых стали 40 участников проекта «Московское долголетие».



10 онлайн-мероприятий по различным направлениям проекта, крупнейшими из которых стали «Танцевальный марафон», Фестиваль спорта «Игры долголетия», День открытых дверей в проекте «Московское долголетие», «День здоровья» и другие. Онлайн-трансляции этих мероприятий посмотрело около 50 000 человек.



Впервые в этом году реализованы 2 творческих проекта: «Мастерская дизайнеров» «Московского долголетия» и снят полнометражный художественный фильм о жизни старшего поколения в рамках Театрального фестиваля «Серебряная астра».



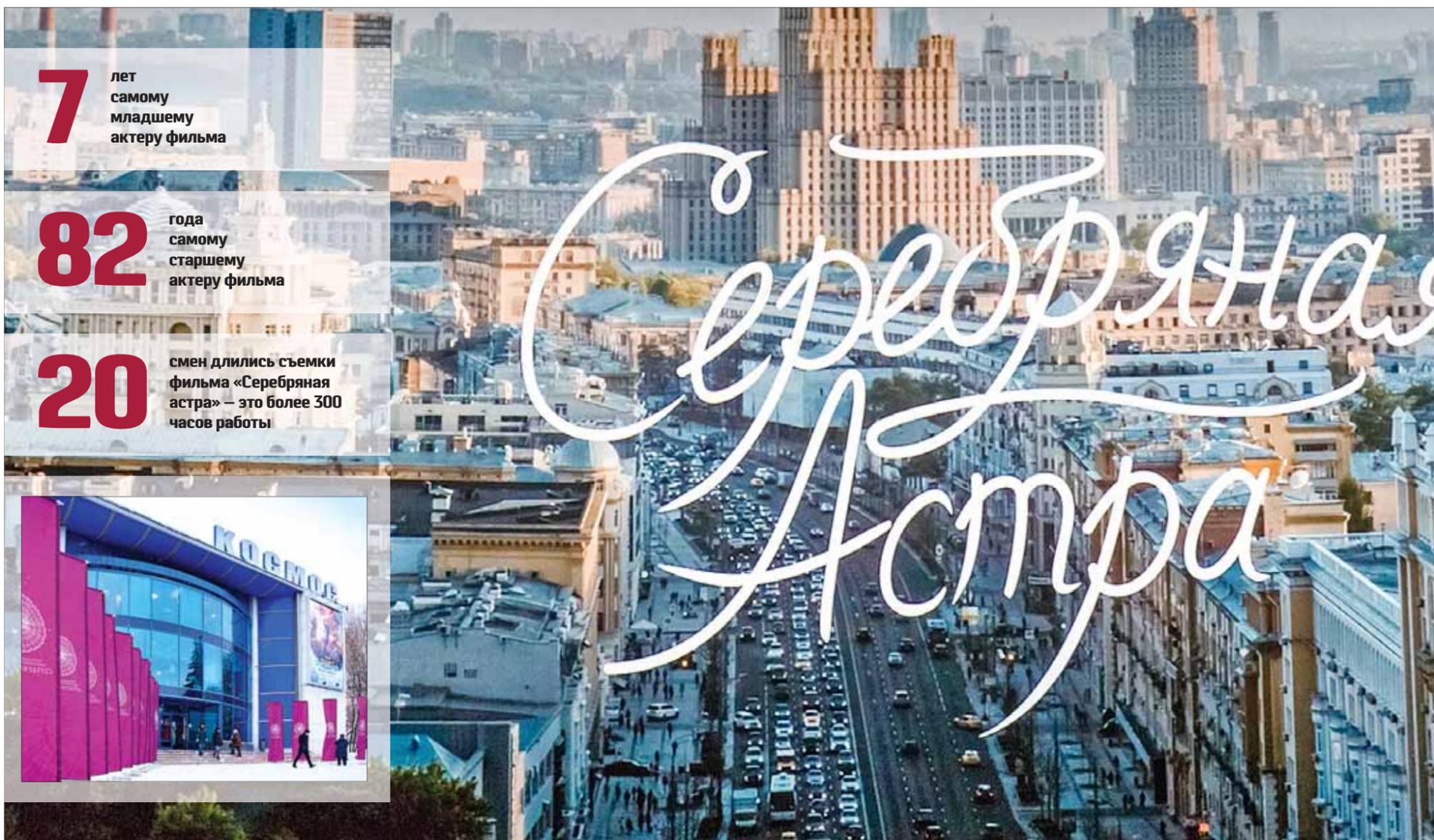
Проведены различные лекции о здоровом образе жизни и финансовой грамотности. Их посмотрело около 10 000 зрителей. Было создано 3 экскурсионных фильма о долгожителях столицы «Москва долголетняя», которые посмотрело более 6000 человек.



А также на протяжении года проходили различные онлайн-концерты, акции и конкурсы, участниками и зрителями которых стали более 6000 москвичей старшего возраста.



ИТОГИ: «СЕРЕБРЯНАЯ АСТРА»-2021



7 лет
самому
младшему
актеру фильма

82 года
самому
старшему
актеру фильма

20 смен длились съемки
фильма «Серебряная
астро» – это более 300
часов работы



Полет в «Космос»

Впервые. Вот и заканчивается еще один год жизни проекта «Московское долголетие» – год новых удивительных открытий и возможностей, невероятных вызовов и ярких удач. Театральный фестиваль «Серебряная астро» завершился первым в истории проекта фильмом-прорывом о жизни и творчестве участников.

Р АННА ПОНОМАРЕВА

Очень символично, что предпремьерный показ прошел именно в кинотеатре «Космос». Ведь для многих наших артистов, по их признанию, участие в таком кинематографическом проекте – это как запредельный полет в космос, незабываемое впечатление, которое останется с ними навсегда. И как не вспомнить другой полет этого года – полет актрисы Юлии Пересильд в ставшем знаковым проекте «Вызов», где она не просто сыграла роль, а реально стала космонавтом, членом экипажа МКС.

Позади напряженные съемки, волнения, бесконечные репетиции и преодоления собственной неуверенности. В этот зимний декабрьский вечер в кинотеатре «Космос» витала по-настоящему волшебная атмосфера предвкушения праздничного чуда, удовольствия и... рождения новых звезд кино. Ведущие вечера – популярные артисты Александр Олешко, сыгравший в картине эпизодическую роль, и очаровательная Жан-



на Эппле поддерживали эту атмосферу непринужденным конферансом и легким искрометным юмором.

Кропотливая и увлеченная работа над сценарием фильма под художественным руководством известного телевизионного журналиста Сергея Майорова длилась не одну неделю. В результате плодотворных трудов появились четыре новеллы о яркой и насыщенной жизни участников проекта «Московское долголетие». В этих ки-

нематографических историях, таких простых на первый взгляд, скрыто много драматизма, переживаний, грусти и радости. Они о дружбе и любви, о пылкости чувств, пронесенных сквозь годы, о смелости и вере в себя, они о доброте и преданности. Фильм захватывает, держит в напряжении до последней минуты.

И вот ведущие объявляют победителей в 11 номинациях кинотеатрального фестиваля «Серебряная астро».

Необычными самыми обычными москвичей «серебряного» возраста сделал проект «Московское долголетие», благодаря которому раскрылись их яркие таланты



Олег Санько, продюсер: «Наш фильм стал лекарством для души и тела. Он о жизни, любви, о творчестве, о доброте. Получился хороший фильм, и, возможно, он станет сериалом».



Вадим Ветров, режиссер: «У меня большое ощущение благодарности: эти люди не профессиональные актеры, и они очень трепетно относились к своему делу, старались изо всех сил, и это вызывает только восхищение!»



Лучшая женская роль



Светлана Кукарина, 58 лет:

«Я до сих пор не верю, что это случилось именно со мной. В апреле нынешнего года я сочинила песню о театре, где есть слова, которые стали для меня пророческими:

*И снова, и снова мне видятся сны,
Где Гамлет застыл неподвижно,
И мысли его, как и прежде, полны
О смысле, о жизни — себя на сцене
я увижу.*

И вот через полгода я играю роль Гамлета. Вот так в нашем проекте «Московское долголетие» сбываются мечты. По профессии я медик, раньше я помогала спасать жизни людей, а сейчас я врачую души, и это просто прекрасно!»

Лучшая мужская роль



Михаил Еремин, 72 года:

«Когда я узнал, сколько человек пробовалось на роли в этом фильме — 353 человека, и что отобрали только 17, у меня было ощущение, что я второй раз, как когда-то, поступил в МГУ: 40–50 человек на место! С давних пор я вывел для себя одну несложную формулу — всегда радоваться тому, что есть, и никогда никому не завидовать, потому что зависть — это страшное чувство. У Михаила Жванецкого есть прекрасный монолог, посвящение сыну, где он говорит: «Сын, мой дорогой, пойми, жизнь так коротка, и она должна радовать человека, а заниматься нужно только тем, что любишь!»

Лучший актерский дуэт



Елена Соколова, 57 лет:

«Как только началась пандемия, я активно стала постигать азы актерского мастерства в нашем театральном онлайн-кружке, не пропуская ни одного занятия. Это очень помогло мне понять людей вокруг и себя. Работать на съемочной площадке было одновременно и сложно, и интересно. Свое участие в этом фильме рассматриваю как настоящую сказку, которая воплотилась в жизнь. И всем от души желаю исполнять свои мечты, не стесняться и идти заниматься, радоваться, рисовать, петь, танцевать. И продолжать делать то, что вам нравится. Мы все талантливы — надо только верить в себя!»

Геннадий Постиков, 70 лет:

«Я сыграл человека на пенсии, который не знал, куда себя деть. Вот его первый день без дела и работы, но случайная встреча кардинально изменит его жизнь: он встречает очаровательную женщину, в которую влюбляется и из тихони превращается в инициативного и находчивого мужчину, влюбленность преображает его не только внутренне, но и внешне, он начинает по-другому одеваться — солнце заглядывает в его душу. И пусть каждый верит в то, что он может больше, чем он делает сейчас! В проекте «Московское долголетие» моя жизнь вышла на новый невероятный космический виток».

Лучшая женская роль второго плана



Елена Маянц, 65 лет

Лучшая мужская роль второго плана



Алексей Смоловый, 76 лет

Приз зрительских симпатий



Александр Волков, 62 года

За многогранность таланта



Людмила Телегина, 80 лет:

Самый юмористический эпизод



Надежда Лобанова, 70 лет:

Самая обаятельная улыбка



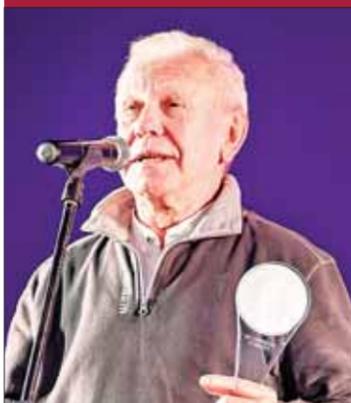
Зарема Боранукова, 66 лет

Самый характерный образ



Сергей Брежнев, 65 лет

За верность проекту



Валерий Демьянов, 81 год

«Чем больше мне лет, тем больше во мне оптимизма. Ведь с возрастом понимаешь, что бояться нечего. Возраст растворяет все внутренние ограничения и комплексы, если они у вас были. А когда началась пандемия и самоизоляция, то самое лучшее, что я для себя нашла, — это онлайн-занятия театральным искусством в проекте «Московское долголетие». И это меня так сильно увлекло, что я до сих пор не могу остановиться. Я не боюсь камер и чувствую себя перед ними очень комфортно. И всем нашим участникам проекта «Московское долголетие» я желаю только оптимизма!»

«Когда мне присудили приз за юмористическое исполнение роли, то все пазлы сразу сложились, и, уже вспоминая кадры фильма, я подумала: какая же я там милашка, пышечка и улыбащечка! Все сразу стало понятно, почему я там и для чего я там. Очень благодарна режиссерам, которые увидели во мне эту нотку — задор, радость и позитив. Если честно, я была очень удивлена, когда меня пригласили выйти на сцену за наградой. И эта награда для меня как неожиданна, так и трепетна и вдохновенна. Время долголетия — это не время немощи, это время преодоления и побед».



СТОЛИЧНЫЕ ДОЛГОЖИТЕЛИ

Кузнец небесного щита

■ Он должен был стать инженером, но стал военачальником. Он служил в мирное время – но пришлось и повоевать. Из таких, казалось бы, противоречивых материй соткана жизнь этого человека, который прошел путь от командира зенитного взвода до командующего зенитно-ракетными войсками ПВО страны. 24 декабря ему исполнилось 90 лет, но он по-прежнему полон сил и энергии и по-военному точен в каждом своем слове. О жизни, отданной армии, и о том, как создавалась современная противовоздушная и противоракетная оборона страны, мы беседуем с первым заместителем председателя Московского городского совета ветеранов генерал-полковником Расимом Акчуриным.

Р НАТАЛЬЯ ЧЕРНЕНКО

– Расим Сулейманович! В декабре исполнилось 80 лет битве за Москву. Сражения шли не только на земле, но и в воздухе. Какую роль в защите столицы сыграла противовоздушная оборона?

– Начнем с того, что уже 22 июля 1941 года немцы совершили первый массированный налет на Москву. Наши силы противовоздушной обороны готовились к этому. Загодя была проведена большая командная тренировка расчетов Московской зоны ПВО. Эта тренировка, за ходом которой наблюдал сам Верховный главнокомандующий, состоялась буквально накануне фашистского налета 22 июля. К тому времени уже были развернуты полки ПВО, дополнительно подготовлены зенитно-артиллерийские полки с 85-миллиметровыми зенитками. Под Москвой на аэродромах были размещены истребительно-авиационные полки, в небе висели аэростаты заграждения. Эта работа, проведенная Государственным комитетом обороны, дала положительные результаты – при первом массированном налете в июле 1941 года бомбардировщики люфтваффе не достигли своей цели и беспорядочно сбросили основной бомбовый груз в Подмосковье. Правда, две бомбы упали во дворе Кремля, было разрушено здание театра Вахтангова, пострадало немало жилых домов. Но в целом система ПВО оказалась надежной.



– Вы родились в Узбекистане, в семье педагогов, учились в Ленинградском политехническом институте имени Калинина. Казалось, сам Бог велел вам либо пойти по стопам родителей, либо стать инженером. А вы выбрали армию...

– Вернее сказать, это армия выбрала меня. Дело было так. В 1949 году я поступил в Ленинградский политехнический институт, но в 1951 году меня, второкурсника, пригласили на заседание райкома комсомола Выборгского рай-

она Ленинграда и вручили путевку в располагавшееся в латвийском городке Алуksне 3-е Прибалтийское зенитно-артиллерийское училище войск ПВО. Сразу попал в жернова напряженной учебы – чтобы догнать однокурсников, учив-



шихся с 1 сентября, занимался по десять часов в день, плюс два часа уходило на самоподготовку. Мы изучали 100-миллиметровые орудия и системы управления зенитным огнем, станции орудийной наводки СОН-4 и ПУАЗО-7. Для того времени это была совершенная техника, она размещалась в Московской и Бакинской зонах ПВО и в ряде других важных объектов страны. В 1954 году, после училища, я был направлен в 30-й отдельный корпус ПВО Туркестанского военного округа...

– **Вся ваша жизнь и служба связаны с развитием системы противозенитной обороны страны, с освоением ракетных комплексов и созданием противоракетной обороны. Какие основные этапы эволюции этой системы вы бы выделили? Ведь в этой системе, где нужна постоянная боевая готовность, может служить не каждый?**

– Конечно, здесь надо обладать и хорошими инженерными знаниями, и что немаловажно, устойчивой психикой. Я три года учился в училище, потом пять лет – в Военной командной академии ПВО, которую окончил в 1970 году. В дипломе моем записано – «командир-инженер», нам давали очень хорошие инженерные знания, изучали мы и точные науки. Но немаловажную роль играет и практика. Мне довелось командовать взводом, в 1957 году командовал батареей в Ташкентской области, затем – дивизионом зенитно-ракетных комплексов С-75. После академии служил в Московском округе ПВО, был командиром 291-го зенитного ракетного полка в городе Нея Костромской области, с 1973 года – начальник зенитных ракетных войск 16-го корпуса ПВО в Горьком, в 1982 году стал командиром 3-го корпуса ПВО и одновременно – начальником Ярославского гарнизона, в том же году был назначен командующим зенитными ракетными войсками Московского округа ПВО, а с 1985-го вплоть до увольнения в запас по возрасту в 1992 году был командующим зенитными ракетными войсками ПВО страны. Но везде, на всех, даже самых высоких должностях, надо было постоянно учиться, ведь в войска приходила новая техника, за освоение которой я отвечал. Например, при мне активно сокращалась старая техника, на смену ствольным системам ПВО приходили ракеты. В это время создается система С-25 – московская система зенитно-ракетной обо-

роны «2 кольца», включавшая в себя сотню полков. Разработкой этой системы руководил Лаврентий Берия, уже имевший опыт создания атомного щита. Когда развертывали систему С-25 вокруг Москвы, Берия ежедневно проводил планерки, и если график нарушался, он очень жестко спрашивал с конструкторов, создателей оружия. Скажем, жалуются они, что «магнетрон не идет», а Берия им: «Чтобы через неделю магнетрон работал!» И такая жесткая система давала хорошие результаты.

– **Каковы наиболее памятные эпизоды вашей военной биографии?**

– И в мирное время войска ПВО находятся в состоянии боеготовности. Надо постоянно контролировать пространство вдоль наших границ, их все время пытаются нарушить, и боевая готовность и выгучка у нас должны быть высочайшие. Вот сравните, подлет самолета с базы НАТО составляет около 40 минут, а ракета летит 6 минут, и за это время система ПРО должна сработать, как говорится, без запинки. Дважды Герой Советского Союза маршал авиации Колдунов рассказывал мне, как он сбил американский разведывательный самолет РБ-47, нарушивший границу, и его сразу обвинили в том, что он поставил мир на грань войны. Но до суда дело не дошло – Сталин приказал наградить его второй Звездой Героя и вернуть в полк. Если бы Колдунов был на командном посту в 1987 году, когда нашу границу нарушил немецкий воздушный хулиган Матиас Руст, он не допустил бы его прилета на Красную площадь и «Сесну» сбили бы еще над Эстонией. Вы же знаете, как сбили У-2 Пауэрса над Свердловском в 1960 году?

Я тогда был командиром дивизиона С-75 и могу сказать, что мы поступили решительно. А вот в случае с Рустом такой решительности уже не было, и из-за этого инцидента полетели со своих постов и министр обороны Соколов, и маршал Колдунов, и оперативные дежур-

ные офицеры. Руста было легко сбить, просто не нашлось человека, который взял бы на себя ответственность. На следующий день после его полета, в мае 1987 года, я инспектировал таллинскую дивизию, поехал в дивизионы. Они во время полета Руста ждали команды на уничтожение самолета-нарушителя, в этом случае ни от Руста, ни от его «Сесны» ничего бы не осталось. Но команды так и не дождалась.

– **Сегодня вы многое делаете для ветеранов, но особое внимание уделяете школьным музеям, занимаетесь военно-патриотическим воспитанием молодежи...**

– Это очень важное дело. Первый школьный музей создали ветераны Великой Отечественной войны еще в 1946 году. Ветеран не может сидеть сложа руки, он помогает воспитывать молодое поколение, внедрять в их сознание, что они – преемники победителей. У молодежи должно быть чувство гордости, любви к Родине.

– **Ваш брат, академик Ренат Акчуринов, – известный кардиохирург. Две звезды в одной семье, два государевых человека, много сделавших для страны. Как вас воспитывали родители?**

– Только своим примером. Отец и мать – учителя, папа был директором школы. Конечно, мы с братом были обычными мальчишками, порой и хулиганили, как все, и родителей наших в школу вызывали не всегда по приятным поводам. Но мы с братом очень уважали родителей, и для нас их мнение всегда было важно. Это заставляло быть «в рамках». Но тогда детей воспитывали и пионерская организация, и комсомол, и это была правильная система воспитания.

– **Расим Сулейманович, вы яркий пример московского долголетия! Поздравить вас с юбилеем – 90-летием со дня рождения и пожелать вам крепкого здоровья, большого счастья и неиссякаемого оптимизма на долгие годы.**

– Буду стараться. Какие наши годы!

Новые экспозиции



С заботой об истории

■ **Виртуальный музей «Москва – с заботой об истории» – первый в России виртуальный музей, в основу которого легли документы и предметы, переданные москвичами. Это совместный проект столичного Главархива и центров госуслуг «Мои Документы». В нынешнем году в музее открылся также большой послевоенный блок, где большинство материалов относятся к 1960–1980 годам.**

Знакомим с рассекреченными документами

«Подобный музей – это не только чрезвычайно интересный проект для воплощения, но и большая ответственность, так как в нем мы отражаем события Великой Отечественной войны, знакомим с личными и рассекреченными документами. Сейчас, когда роль нашей страны в Победе преуменьшают, очень важно не просто сохранять свидетельства истории, но и делиться ими. Именно это мы и стараемся делать в виртуальном музее, расширяя его экспозицию и постоянно знакомя горожан с новыми материалами. В настоящее время мы уже готовимся к следующему году и планируем не менее интересные проекты», – рассказал начальник Главного архивного управления города Москвы Ярослав Онопенко.

Он также отметил, что с 2021 года музей расширил экспозицию документов послевоенного времени, в которых говорится о таких важных событиях, как Всемирный фестиваль молодежи и студентов, полет Юрия Гагарина в космос, Олимпиада-80 и других.

Виртуальный музей «Москва – с заботой об истории» был создан к 9 мая 2020 года, и его экспозиция постоянно расширяется. В прошлом году музей впервые показал документы, рассказывающие о помощи московских водителей автобусов и грузовиков жителям оккупированного Ленинграда. Материалы показывают, как в январе 1942 года в Ленинград выдвинулись автобусные экспедиции, которые доставляли самое необходимое по Дороге жизни и эвакуировали жителей. Также музей пополнился фильмом-лекцией о блокадном Ленинграде и снимками фотокорреспондента газеты «Правда» Сергея Струнникова.

Дневники детей войны

20 апреля, в день окончания битвы за Москву, Главархив и столичный Департамент образования и науки запустили проект «Дневники детей войны». В его основу легли письма детей разного возраста, в которых они делились воспоминаниями о тяжелых событиях ноября – декабря 1941 года, когда им пришлось жить в немецкой оккупации. Эти детские воспоминания на камеру прочитали почти 60 московских школьников. Проект будет продолжаться до апреля, а воспоминания можно также прочитать в опубликованном недавно онлайн-сборнике.

В год открытия музея, 6 мая, в нем опубликовали редкие документы времен Великой Отечественной войны о работе эвакуационных госпиталей. Среди них фотографии, отчеты, стенограммы, доклады для научных конференций и другие свидетельства работы медиков в годы войны. Документы случайно обнаружили в одном из хранилищ медицинской документации во время капитального ремонта. Отдел эвакуационных госпиталей был ликвидирован вскоре после окончания Великой Отечественной войны, и его архив не сохранился. Благодаря найденным документам горожане могут узнать о подвиге столичных военных медиков.



МОСКВА ДОЛГОЛЕТНЯЯ

Жизнь, полная творческих свершений

Премьера. Третий фильм из цикла авторских видеозаписей о долгожителях столицы выйдет в эфир на YouTube-канале проекта «Московское долголетие» 28 декабря в 11:00.

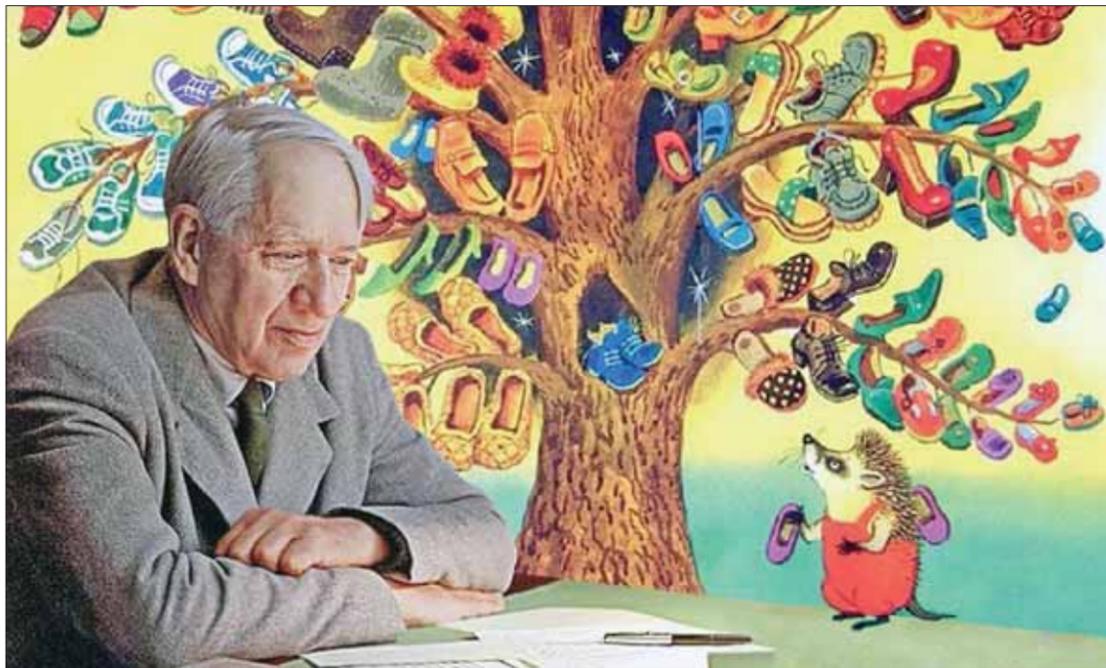
Р МАРИНА АЛЕКСАНДРИНА

■ **Заключительный фильм цикла «Москва долголетняя» посвящен выдающимся москвичам, внесшим большой вклад в российскую культуру. О замечательном художнике Аполлинарии Васнецове, артисте и режиссере Сергее Образцове, писателе Корнее Чуковском, артистке Фаине Раневской, которые были образцами творческого долголетия, рассказывают выпускники курса экскурсоведения Серебряного университета.**

Чудо-дерево Чуковского

Имя поэта и писателя Корнея Чуковского известно каждому ребенку нашей страны. Начиная с первой детской сказки «Крокодил», опубликованной в 1917 году, Чуковский стал любимым детским писателем.

Жизнь Корнея Ивановича тесно связана со столицей, здесь он жил и работал с 1938 года. По московским адресам писателя зрителей поведет



архитектор-реставратор, преподаватель, выпускница Серебряного университета Вероника Россаль. Она подробно рассказывает о знаковом месте – даче в Переделкине, где Чуковский прожил более 40 лет.

– Я была рада благодаря съемкам побывать еще раз в доме-музее Корнея Ивановича Чуковского, самого известного, самого любимого детского писателя, – говорит Вероника Россаль. – Первое, что здесь привлекает внимание, – Чудо-

дерево. «Не листочки на нем, не цветочки на нем, а чулки да башмаки, словно яблоки!» Они появляются здесь каждое лето и зреют до осени. И многочисленные экскурсии, приезжающие сюда, видят это изобилие. Только перед наступлением зимы

сотрудники дома-музея собирают весь «ботиночный» урожай. Именно такое Чудо-дерево было придумано Чуковским в середине 1920-х годов для младшей дочери – Марии, Мурочки, – жизнь которой в 1931 году оборвала тяжелая болезнь. Она была героиней и адресатом многих стихотворений Корнея Ивановича. Еще при ее жизни он составил и издал особую «Муркину книгу». Сотрудники музея воссоздали это памятное Чудо-дерево в Переделкине.

Справка

12 участников проекта «Московское долголетие», прошедших обучение по программе «экскурсовод» в Серебряном университете либо работающих экскурсоводами, стали авторами видеозаписей об известных долгожителях Москвы – И. Жолтовском, П. Барановском, И. Моисееве, В. Зельдине, И. Антоновой, В. Шухове, А. Барто, С. Шмидте, К. Чуковском, Ф. Раневской, А. Васнецове, С. Образцове. Партнер проекта – Музей Москвы.



В ореоле невообразимой свободы

Фаина Раневская до 87 лет выходила на сцену. И все годы творчества ее окружал ореол невообразимой свободы – в поступках и высказываниях, которые удивительно точно и ярко передают ее острый ум.

– Говорить об этой актрисе – совсем непросто в профессиональном общении, но такой органичной, умной, глубокой в любом образе на экране и сцене я могу только с восторгом и обожанием, – делится экскурсовод Сергей Жильцов. – Известно, что режиссерам с ней было очень сложно. Она вмешивалась в постановочный процесс, давала советы не в самой интелли-

гентной форме. Могла сказать, что не будет просто так стоять, потому что она – не статуя. Что не станет говорить, повернувшись спиной к партнеру. Что ее героиня не может просто так уйти – она должна торжественно окинуть взглядом зал. Страсти иногда достигали пика кипения: чего стоит знаменитая история, когда режиссер Завадский бросил ей в сердцах: «Вон из театра!» «Вон из искусства!» – парировала Фаина Георгиевна.

В Москве актриса прожила почти 60 лет, на одном из домов – в Большом Палашевском переулке, д. 3, в 1987 году установлена памятная мемориальная доска. Именно здесь, в обычной московской башне, Раневская чувствовала себя хорошо – ведь родной театр Моссовета, в котором она продолжала работать в солидном возрасте, был совсем рядом, так же как и друзья. Не в пример высотке на Котельнической набережной, где Раневская как лауреат двух Сталинских премий получила квартиру в начале 1950-х. Она называла высотку Котельническим замком, но так и не смогла полюбить эту роскошную квартиру.



Сюжеты из древней истории

Неоценим вклад в сохранение культурного наследия Москвы замечательного художника Аполлинария Васнецова. Достаточно привести лишь один пример: в 1931 году он стал единственным из художников, публично выступившим против сноса храма Христа Спасителя, написав письмо в газету «Известия».

По «васнецовской» Москве зрителей поведет Наталья Чиркова. Ее рассказ напоминает, что в начале 1920-х годов Аполлинарий Васнецов создал целый ряд произведений на сюжеты из истории древней Москвы. Они были заказаны Московским коммунальным

музеем (ныне – Музей Москвы), в создании которого художник принимал самое активное участие. В его работах последовательно, век за веком, прослеживается история Москвы. Особое внимание обращает на себя ряд произведений с видами Московского Кремля в разные эпохи его развития, начиная от деревянных стен XII–XIV вв. и заканчивая его расцветом в XVII веке.

Одним из самых известных московских адресов художника является дом в Фурманном переулке, где художник проживал последние 30 лет. В середине 1960-х здесь был создан Мемориальный музей-квартира Аполлинария Васнецова.

Высокие образцы Образцова

Имя Сергея Образцова носит театр кукол, который он создал в 1931 году и которым руководил до конца своей жизни, более 60 лет.

В 90 лет Сергей Владимирович ощущал возраст только по тому, что, как он говорил: «...стало лень доставать тапочки из-под кровати». Он работал практически до последнего дня. Уходя в последний раз из



театра, Образцов сказал: «Все, прощаюсь! Пусть будут удачливы все дети! Ведь в них – единственный смысл...»

Свое путешествие по Москве «образцовской» экскурсовод Маргарита Чуканова начинает с главного детища народного артиста СССР – Государственного академического центрального театра кукол имени С.В. Образцова на Садовой-Самотечной. В 2006 году у здания театра был открыт памятник Образцову. Великий кукольник держит в руках свою любимую куклу – Кармен, участвовавшую в представлениях 1943 года во время проведения в Иране Тегеранской конференции. Эта кукла танцевала в руках Образцова для Сталина, Рузвельта и Черчилля.

Тигр не любит игр



■ **Грядущий 2022 год Синего Водяного Тигра будет для России**

гораздо удачнее предыдущего, — считает астролог Ольга Бахтина.

Звездное небо благоволит России

Страна получит новый импульс для развития во многих сферах. Укрепятся позиции России на международной арене, у жителей нашей державы появится больше уверенности в завтрашнем дне — начнется этап завершения многих неприятных процессов, которые негативно отражались на существовании Российского государства последние 7 лет. Наконец-то настало время наращивания экономического потенциала и начала больших перемен, и уже с 2025 года пойдет необратимая перезагрузка всей общественно-экономической жизни страны. Ведь именно об этом говорили предсказатели будущего легендарные Ванга и американец Кейси, которые предрекали России расцвет.

Перемены к лучшему

Следующий год — это первая ласточка нового переходного времени: начнутся перемены в области финансов, в политике, экономике, культуре и даже в идеологии. Увы, процесс непростой, временами где-то болезненный, но необходимый: планета Сатурн займет позицию в противостоянии к Урану, что неизбежно приведет к обострению вечного конфликта между старыми традициями и новыми идеями. Но именно этот нелегкий процесс и приведет в 2023–2025 годах к той новой благоприятной реальности для нашей страны.

Найти занятия по душе

Кто сможет быстро адаптироваться к этим изменениям, тот и выйдет победителем. Возможно, что временная экономическая нестабильность не прибавит нам оптимизма, но разве нас трудностями испугаешь? Наоборот, россияне станут более активными, начнут осваивать новые профессии — ведь мир не стоит на месте, и мы вместе с ним. А наш проект «Московское долголетие» всегда поможет людям старшего

поколения найти увлечения и занятия по душе и не терять связь с современными реалиями. Как говорится, земной шар движется стараниями энтузиастов.

Чего не стоит делать

Также хочу обратить ваше внимание и на положение ретроградных планет в 2022 году. Ретроградная Венера таковой останется до конца января, а Юпитер — с конца июля до начала декабря. Что не стоит делать в это время — заключать браки, помолвки, заводить романтические знакомства, покупать красивые вещи и ювелирные украшения и также их дарить, устраивать празднества и затевать творческие проекты. В период ретроградного Юпитера нежелательно приступать к новым курсам обучения, инициировать суды, отправляться в путешествия.

Расцвет искусств

Планета Венера — это олицетворение любви и романтических желаний, и свое влияние она активизирует уже с начала февраля, и продлится оно до конца года. И поэтому можно уверенно сказать, что грядущий год — это год любви, семьи и верности. Венера будет находиться в Рыбах, куда в конце декабря нынешнего года пожелует и Юпитер. Этот год станет благоприятным для нашей страны в области развития искусств и культуры. В России уже был подобный период в середине XIX века, который вошел в нашу историю как «золотой век».

Исчезнет ли пандемия?

В первой половине года резкого роста заболеваемости не ожидается. Юпитер (благодетель) войдет в знак Рыб и постарается навести порядок во всем. Здесь он «у себя дома», а значит, «генеральная уборка» пойдет легко, без препятствий, что благоприятно повлияет на здоровье людей в целом. Хотя Сатурн в знаке Рыб в соединении с Нептуном добавит свою «ложку дегтя», поэтому по-прежнему стоит быть осмотрительными и ответственно соблюдать меры предосторожности: в целом вспышки заболеваний будут продолжаться до 2024 года.

Год в полосатом формате



■ **С первым новолунием февраля, которое как раз и начнется 1-го числа, нас покинет нерасторопный упрямец**

Металлический Бык и на годовую вахту встанет опасный и непредсказуемый хищник — Синий Водяной Тигр. Как правильно встретить Новый год, рассказывает Елена Малыгина.

ЧТО ЗА ЗВЕРЬ? Тигр — это сила, власть, решимость, но между тем утрашение, помогающее навести порядок. Однако сам усатый — авантюрист. Скучно ему становится, когда в джунглях царят тишь и послушание, ему нужны приключения, порой себе на хвост. Легкое шевеление в зарослях бамбука возбуждает хищника, он подкрадывается на мягких лапах, поджидает момент и — цап, вносит смуту в мирное существование других зверей.

НАСТУПИ НА ХВОСТ! Не бойтесь рисковать. «Наступи на хвост тигру, и он не укусит». Почему? Он любит смелых и отважных людей. Этот хищник — символ перемены. Особенно в первой половине года, потому что Тигр не любит ждать, хватается добычу сразу, чтобы затем ею подольше наслаждаться. Интуиция, поиск новых целей и желаний помогут нам творчески прожить этот год.

КАК РАЗЛОЖИТЬ ЗАКУСКИ.

Обязательно добавьте к новогоднему празднику или столу что-нибудь полосатое. Например, надо контрастно разложить закуски. Кушанья должны быть ароматными, их лучше подавать большими кусками. Замурлычет усатый от запеченного мяса, холодца и отбивных. Блюда с экзотическими фруктами ностальгически напомнят ему о манящих джунглях. Красные и белые вина усладят его сердце.

НАРЯД НОВОГОДНЕЙ НОЧИ. В душе Водяной Тигр на самом деле очень сентиментальный. В нем много от роскоши бархатного заката, светлой радости падающих снежинок, таинств камышового озера. К праздничному платью добавьте легкий палантин, украшения с прозрачными камнями, женственную заколку в волосы. И обязательно положите минитигра себе в сумочку рядом с кошельком на финансовую удачу.





МОЕ НАСТРОЕНИЕ



051 КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ТЕЛЕФОН
НЕОТЛОЖНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
8 (495) 051 с мобильного

Со мною вот что происходит – ко мне совсем никто не ходит...

Что делать в этом случае? Советы дает психолог Надежда Пономарева.



Надежда Пономарева,
психолог
Московской
службы
психологической
помощи
населению

Признайтесь, хоть однажды бывало в жизни, когда в новогодний праздник, когда все родные, близкие и друзья вместе собираются за праздничным столом, а вы в этот момент оставались наедине с ватным Дедом Морозом и розовощекой целлулоидной Снегурочкой. Украшена елка, празднично накрыт стол, а пригласить за стол некого... Вы один или одна...

Как найти плюсы в тот момент, когда все чокаются бокалами в шампанским и загадывают желания? Загадаем и мы, чтобы «вынужденное» одиночество стало для нас ресурсным и позитивным.

«Укротите» тоску

Что делать, если в новогодние праздники вы остались одни и изменить эту ситуацию уже невозможно?

1 Попробуйте поменять свое отношение к этой ситуации – возможно, именно сейчас у вас появился единственный шанс, когда вы можете совершить уникальное, удивительное путешествие внутрь себя! Задайте себе вопрос: «А чего мне действительно хочется и чего мне не хватает?» Попробуйте создать новые традиции, например, подготовьте новогодние подарочки и положите их под елку. Приготовьте любимое блюдо, порадайте, побалуйте себя или закажите еду на дом с доставкой.

2 Уделите внимание своему телу. Прислушайтесь, что оно вам хочет сказать? Чего оно хочет? Доказано, что физическая активность очень влияет на наше психоэмоциональное состояние. Займитесь гимнастикой в домашних условиях или сходите на каток, покатайтесь на лыжах, освоите сноуборд или запишитесь еще на одно занятие в нашем замечательном проекте «Московское долголетие». Просто выберите на веселую прогулку в соседний парк, почувствуйте свежий воздух в своих легких.

3 Новизна и получение новых впечатлений – это те спасательные круги, которые помогут вам разогнать угнетающее состояние, – посещение театров, музеев, выставок, концертов, походы в библиотеку, те же виртуальные путешествия по миру в онлайн-формате. Пробуйте осваивать что-то новое – кулинария, изучение иностранных языков – благодаря программам «Московского долголетия» у вас есть такая потрясающая возможность – заняться новым делом.

4 Найдите ресурсы, которые вам помогают. Взгляните внутрь себя и проанализируйте, насколько гармонично складывается ваша жизнь – что вас устраивает и удовлетворяет или, наоборот, что приносит вам разочарование. Обнаружение ресурсов и поиск их источников очень важны – займитесь этим.

На самом деле в состоянии одиночества перед каждым из нас открывается отличная возможность узнать: а что мы раньше хотели, но не смогли выполнить, открыть что-то новое в самом себе и в своем окружении.

Предчувствие наступающих чудес

Р. МАРИНА СИТНИКОВА

Даем советы, как настроиться на предновогодний лад.

Освоить новое или вспомнить забытое старое

Новогоднее время – это прекрасный повод расслабиться, повеселиться и получить изрядную порцию гормонов радости. Они, между прочим, отлично укрепляют иммунитет. Который очень требуется всем нам в зимний период, тем более такой непростой, как сейчас.

Но только где же взять это новогоднее настроение и новогодний настрой? Оказывается, вариантов предостаточно. И не надо грешить на возраст – дескать, сил нет. Поднять себе настроение можно и без всяких нагрузок. А также это время – отличный период, чтобы освоить что-то новое или вспомнить забытое старое.

Достаем свитер с оленями

Все, наверное, видели смешные новогодние свитера, пижамы и носки. Обязательно обзаведитесь такими же! В любом возрасте эта забавная одежда накануне Нового года и в последующие праздничные дни будет к лицу. Подобная новогодняя одежда, особенно если она надевается из года в год накануне праздника, становится своего рода ритуалом. Раз достаем из шкафа, допустим, свитер с оленями, значит, скоро Новый год. И организм сам, без всякой подсказки начинает впоследствии вырабатывать хорошее настроение, если на вас тот самый свитер. А уж смотреть на себя в зеркало в подобном наряде – лишний повод улыбнуться. Не забываем, что улыбка тоже замечательно укрепляет иммунитет и снижает уровень стресса.

Мандарины, хвоя и ваниль

Отлично повышают настроение всякие ароматы, особенно которые «новогодние». Для многих Новый год еще из детства пахнет мандаринами – потому что аккуратно к празднику они в магазинах и появлялись. Но сладкий мандариновый аромат и сам по себе отличный антидепрессант. Его эфир чудесным образом снимает раздражение, нервозность и тревожность. Помимо этого он побуждает творить, действовать, придает сил и воодушевления. В Новый год это то, что надо! А еще свежий и сладкий мандариновый аромат дарит радость жизни. Это особенно ценно для пожилых людей вообще и восстанавливающихся после тяжелой болезни – в частности.

В целом же список новогодних ароматов, поднимающих настроение, создающих праздничный настрой и борющихся с унынием и тоской, такой: ароматы горьких цитрусовых (апельсин, лимон, нероли, цветы апельсина), всяческие хвойные (сосна, ель, кедр, бергамот, кипарис) и сладкие – ваниль, корица, шоколад.

Напишите письмо Деду Морозу

Что, возраст не тот? Как раз тот! Такие письма имеют отличный психотерапевтический эффект. В этом письме вы можете полностью излить свои чувства, проанализировать текущее состояние дел, четко сформулировать свои планы, настроиться на лучшее и пометчать. И кто знает, может быть, Дедушка Мороз все ваши мечты исполнит!

ИСТОРИЯ ЛЮБВИ



Встречи волшебной ночи

Новогоднее чудо. Возможно ли построить новые личные отношения людям старшего возраста? Эта тема, волнующая многих участников «Московского долголетия», обсуждалась, когда в проекте в онлайн-формате отмечали День семьи, любви и верности.



■ Одной из участниц дискуссии была автор блога «Эстетика возраста» Елена Серова, которая стала автором нашей газеты и ведущей рубрики, посвященной взаимоотношениям в зрелом возрасте. Сегодня она рассказывает новогоднюю историю любви.

Новый год – такой праздник, когда, сколько бы тебе ни было лет, начинаешь верить в волшебство. Никакого рационального объяснения этому нет, просто слишком яркие, наверное, впечатления детства. Ведь ты знаешь: под Новый год должны сбываться желания. И они всегда сбываются!

Недавно моя племянница Алла рассказала историю, которая только подтвердила мое убеждение: в Новый год мечты действительно сбываются. Если очень-очень этого захотеть. Забавно, что желание сбылось у ее дочки Маши – домашние зовут ее Мышкой, а счастливы стали два взрослых человека. Которые о таком чуде уже и мечтать перестали.

С кем оставить Машу?

Собственно, произошла эта история три года назад, когда Маше было семь. Она была уже достаточно взрослым и осмысленным ребенком, но еще недостаточно большой, чтобы в новогоднюю ночь оставить ее одну. Ситуация у Аллы была чудовищной: сама она уже договорилась полететь на новогоднюю ночь с компанией в Питер, и вдруг ее бывший муж – отец Мышки,

который должен был взять на все праздники дочку на дачу, заявил, что едет туда со своей новой подружкой и Мышка будет им мешать. Стали искать, куда пристроить дочку. Бабушки-дедушки, как оказалось, тоже все уезжали, короче, Алла была в отчаянии. Она уже собралась сдавать билеты, но тут милая женщина – Софья Петровна, которая занималась с Мышкой английским, внезапно предложила посидеть с ней в новогоднюю ночь.

С печалью одиночества в глазах

Тут нужно сделать небольшое отступление, чтобы рассказать о Софье Петровне. Когда-то она была учительницей Аллы. Весь класс ее безумно любил, потом все поступили в институты, многие в языковые, поскольку педагог она была от Бога. Но у Аллы было другое призвание, она окончила Суриковский, стала художницей и сейчас работает в крупном издательстве.

Как-то моя племянница встретила свою бывшую учительницу в магазине. Софья Петровна была все так же элегантно одета, так же держала прямо спину, но в глазах у нее появилась печаль. Женщина рассказала Алле, что потеряла мужа, вышла на пенсию и ее жизнь угнетающе однообразна. Софья Петровна не привыкла жить для себя, а детей у нее не случилось... Ей было неуютно и одиноко в своей ставшей неожиданно пустой квартире. У Аллы тогда родилась гениальная идея: она попросила Софью Петровну стать репетитором Маши. Потом еще несколько одноклассников последовали ее

примеру. Софья Петровна ожила, она любила своих учеников и проводила с ними много времени. Но когда дети уходили, женщина снова оставалась совсем одна...

На встречном курсе

Итак, возвращаюсь к той истории. Софья Петровна договорилась тогда с Аллой, что проведет новогоднюю ночь у нее, уложит спать Мышку, положит ей под елку подарок... В общем, все решилось самым замечательным образом! И вот утром 31 декабря Алла с дочкой вышли на прогулку и встретили соседа по лестничной площадке Вадима Андреевича. В прошлом он был командиром авиалайнера, высокий, красивый мужчина с пышной седой шевелюрой. Вадим Андреевич женился поздно, однако молодая супруга покинула летчика, как только он вышел на пенсию. С Аллой он дружил и потечески ее опекал: помогал, когда в доме что-то ломалось, мог с Мышкой погулять, когда Алла зашивалась с работой, или продукты тяжелые до дома донести. В тот день Вадим Андреевич был как-то особенно оживлен и весел. Он нес домой елку. Как оказалось, елочный базар работал 31-го числа последний день и непроданные елки просто дарили всем желающим. «Вот, – сказал Вадим Андреевич Алле, – у меня произошло маленькое чудо! А еще, представляете, мне как-то цыганка нагадала, что я встречу свою судьбу в ночь под Новый год. Если произошло одно чудо, может, и второе случится?» «Думаю, что вполне возможно», – улыбнулась Алла.

Мышка прячет хлеб и соль

Мышка задумчиво посмотрела на соседа, и в ее голове родился замечательный план... «Мам, а можно сделать так, чтобы Софья Петровна в Новый год за чем-нибудь зашла к дяде Вадиму? Мы же к нему часто заходим, когда у нас что-то кончается». «Хм... – задумалась мама. – Но сейчас-то у нас все есть. Вон, полный холодильник». «А может, что-нибудь спрятать?» – Мышка была полна решимости познакомить соседа с Софьей Петровной.

И она спрятала соль и хлеб. Идея была отличная: действительно, без соли и хлеба куда. И есть железобетонный повод зайти к соседу. Но ее план с треском провалился: Софья Петровна пришла со своими салатами, хлебом и даже холодцом – милая женщина наготовила много вкусного для новогоднего стола. Тогда Маша позвонила маме и попросила срочно что-нибудь придумать. Ведь если в эту новогоднюю ночь ничего не получится, то два замечательных человека могут так и не встретиться!

Как помочь чуду?

Ну должно же случиться чудо! Нужно ему только немножечко помочь! Алла сказала, что может отключить в их квартире электричество – у нее «умный дом» и его управление выведено на ее смартфон. Тогда Мышка достанет свечи, скажет, что у них нет спичек, и отправит Софью Петровну к соседу... И вот в квартире гаснет свет, Маша достает из шкафчика свечи, вздыхает, что нет спичек, и

тут... Софья Петровна достает из сумочки зажигалку. Все – Маша проиграла. Она поняла, что ничего выдумать не сможет и, значит, никакой встречи уже не случится. Хорошо, что успела маме позвонить, а та смогла снова включить электричество. Буквально со взлетной полосы.

Сломанный ключ стал ключом к счастью

Маша очень расстроилась и хотела уже ложиться спать, но тут в дверь позвонили. На пороге стоял... очень расстроенный Вадим Андреевич. Он извинялся за то, что побеспокоил соседей, но у него была безвыходная ситуация. Мужчина пошел выбрасывать мусор, стал запирает дверь, а ключ в замке сломался. А у него даже телефона нет, чтобы слесаря вызвать.

«Какой же в новогоднюю ночь слесарь? – покачала головой Софья Петровна. – До утра и не надейтесь! Идите лучше к нам, Новый год отмечать». Этот Новый год Вадим Андреевич и Софья Петровна теперь постоянно вспоминают. Как они познакомились, как потом гуляли по заснеженной Москве и было весело, снежно и очень не хотелось расставаться. Они и не расстаются. Вот такое позднее счастье...

Мышка за эти три года сильно подросла, поступила в художественную школу, хочет стать художницей, как мама. А может, переводчиком или преподавателем английского, как Софья Петровна. Уж очень хорошо ей язык дается. Да и заниматься ей теперь удобно – репетитор живет в соседней квартире.

Новогодний тост

За творчество, за поиск, за активность!

Провожая уходящий год и встречая новый, наш корреспондент Сергей Пономарев поднимает бокал за активное долголетие.

Тончает календарь, осталось хоть и Немного дней декабрьских пока, Но всем понятно, что от нас уходит Год Белого Железного Быка.

Под ветра и под вьюги завыванье Мы смотрим, а каков его финал: Он был упрямым — точно по названию И многих откровенно забодал.

Тоски переизбыток и печали, Хотя и радости случалось много в нем, Не телились порой мы, не мычали И смысл искали часто днем с огнем.

И вроде Бык, а сколько было свинства, Какая-то пустая суета: Ведь три волны отметилось ковида, Слетевших из-под бычьего хвоста.

Он временами нравом был железным, И покрывала тушу его ржа, Но был он и прекрасным, и полезным, Мгновеньем созиданий дорожа.

Там праздники случались на поляне, Найдешь ты счастье — только не зевай, Когда-то очно, а когда — в онлайне Московский проводили фестиваль.

Был год как год, бывало и похуже, Ответ уже получен, кто кого, Конечно, мы, а как иначе, дружее? С улыбкой провожаем мы его.

Узоры распуская в тонкой ткани, Фантазии и творчества полет, В потоке растворялись мы исканий, Найдя себя в активный этот год.

Но нас вперед зовет московский воздух, Внушает оптимизм, препятствий нет: Когда вам «за», то это лучший возраст, Открытый для открытий и побед.

Мы в гороскопы продолжаем игры, Восток зовя по странным именам, Год Голубого Водяного Тигра Уже навстречу поспешает нам.

Задумки в нем веселые, лихие, Мы гирьку счастья бросим на весы, Гармония в нем мира и стихии, И шкурка полосата, и усы.

По результатам только время судит И отпускает прежние грехи, А долголеты свяжут, нарисуют, Напишут книги, сочинят стихи,

Картины снимут и исполнят песни, Станцуют румбу, зумбу, сняв жилет, Поскольку многогранен и чудесен Столичный позитивный долголет.

Не порастем мы ряской, мхом и тиной, Активны будем, ведь секрет наш прост, «За творчество, за поиск, за активность!» — Таким наш будет новогодний тост.

Ответы

Ответы на кроссворд, опубликованный в №14:

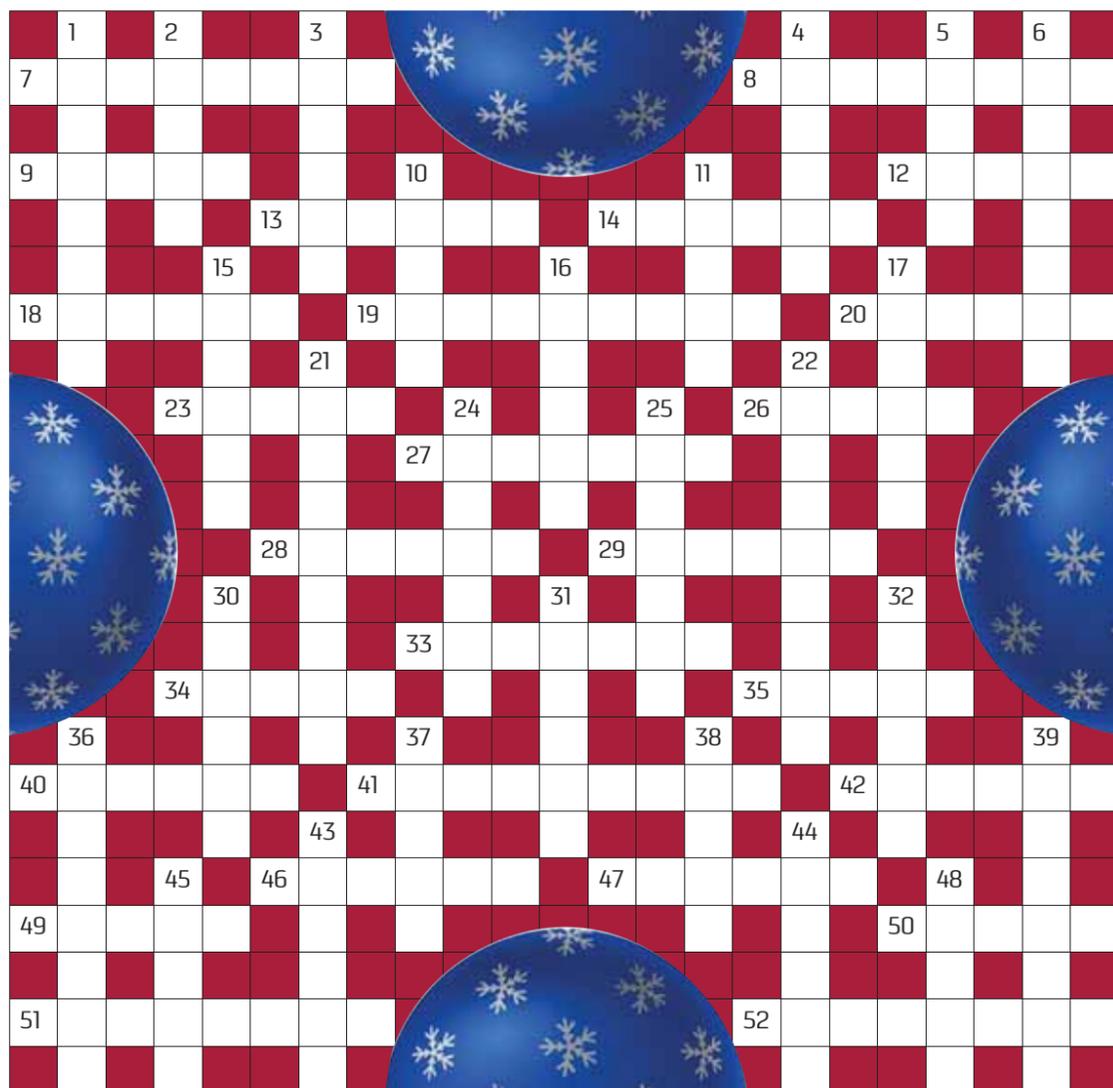
По горизонтали: 7. Мирида. 10. Абакан. 11. Перекоп. 12. Долото. 13. Шнитке. 14. Шакал. 16. Чохов. 17. Ганди. 21. Анкара. 22. Мурманск. 24. Мерецков. 25. Моцарт. 27. Просо. 30. Финал. 31. Шагал. 36. Строфа. 37. «Арагат». 38. Минарет. 39. Бронза. 40. Анализ.

По вертикали: 1. Литота. 2. Пирог. 3. Капот. 4. Лапша. 5. Палиха. 6. Каскад. 8. Крылов. 9. Скалозуб. 15. Кунцево. 18. Носорог. 19. Крица. 20. Амвон. 23. «Горизонт». 26. Шатура. 28. Ротару. 29. Сходня. 32. Атаман. 33. Арамис. 34. Мамай. 35. Катар.

Ответы на новогодний кроссворд

По горизонтали: 7. Шепитько. 8. Альманах. 9. Адамо. 12. Панно. 13. Сааков. 14. Ателье. 18. Коньки. 19. «Щелкунчик». 20. Буйвол. 23. Ангоб. 26. Колье. 27. «Чародеи». 28. Череда. 29. Педант. 33. Антипод. 34. Халва. 35. Акула. 40. Пушкин. 41. Ильинский. 42. Атлант. 46. Турнир. 47. Безмен. 49. Каток. 50. Мороз. 51. Гороскоп. 52. Мандарин.

По вертикали: 1. Вездеход. 2. Фирма. 3. «Экипаж». 4. Оливье. 5. Багаж. 6. Васнецов. 10. Эклер. 11. Лепин. 15. Акунин. 16. Муфлон. 17. Рулька. 21. Рождество. 22. Романенко. 24. Сандуны. 25. Бегемот. 30. Гранит. 31. Ливень. 32. Мальта. 36. Тухманов. 37. Олень. 38. Линза. 39. Снеговик. 43. Сугроб. 44. Бекман. 45. Посох. 48. Бокал.



По горизонтали: 7. Советский кинорежиссер, сценарист и актриса; в 1969 году сняла новогодний музыкальный телевизионный фильм «В тринадцатом часу ночи». 8. Сборник литературно-художественных и/или научно-популярных произведений, объединенных по какому-либо признаку. 9. Бельгийский шансонье, итальянец по происхождению, исполнитель знаменитой песни «Падает снег» (Tombe la neige). 12. Вид монументального искусства, предназначен для украшения участка стены или потолка. 13. Советский кинорежиссер, сценарист; снял новогодние комедии «Эта веселая планета» и «Новогоднее похищение». 14. Мастерская по пошиву одежды или обуви, предприятие по оказанию бытовых услуг населению. 18. Специальная обувь для зимнего спорта или развлечения в виде катания по льду. 19. Главный балет новогодних праздников. 20. Вид быков, широко распространенный в Африке; самое опасное травоядное животное. 23. Тонкий слой сырой белой или цветной глины, который наносят на поверхность керамического изделия до его обжига. 26. Новогодний подарок для девушки, лучшие друзья которой — бриллианты. 27. Новогодняя музыкальная киносажка по сценарию братьев Стругацких. 28. Последовательность рождественских и новогодних праздников. 29. Человек излишне строгий в выполнении всех формальных требований. 33. В древнеримской мифологии — предводитель племени, люди которого имели

повернутые назад стопы. 34. Восточная сладость из взбитой карамельной массы и растертых обжаренных ядер орехов и семян. 35. Гигантская хищная рыба, которая встречается в морях и океанах всего мира. 40. «Солнце русской поэзии», автор стихотворения «Зимнее утро». 41. Советский актер, режиссер, Герой Социалистического Труда; исполнитель одной из главных ролей в фильме «Карнавальная ночь». 42. В древнегреческой мифологии — могучий титан, державший на плечах небесный свод. 46. Военное состязание рыцарей в средневековой Европе. 47. Простейшие рычажные весы. 49. Место проведения соревнований по конькобежному спорту или фигурному катанию. 50. Легендарный дед, который в Новый год приходит со своей внучкой. 51. Способ заглянуть в свое будущее. 52. Один из символов Нового года.

По вертикали: 1. Наземное транспортное средство высокой проходимости. 2. Юридически оформленная организация, субъект предпринимательской деятельности. 3. Первый кассовый пример советского фильма-катастрофы. 4. Главный символ новогоднего стола в России. 5. Вещи пассажира самолета, упакованные и перевозимые отдельно от него. 6. Русский художник и архитектор, мастер исторической и фольклорной живописи; автор картины «Снегурочка». 10. Пирожное в виде трубочки из заварного теста, покрытой помадкой; десерт к новогоднему столу. 11. Советский композитор

латышского происхождения, автор песен к фильму «Карнавальная ночь». 15. Псевдоним российского писателя, ученого-япониста. 16. Жвачное парнокопытное животное рода баранов; ближайший родственник домашней овцы. 17. Сытное мясное блюдо немецкой кухни из свиной ножки; традиционное блюдо на Рождество. 21. Один из главных христианских праздников. 22. Российский космонавт, который вместе с Георгием Гречко впервые в истории отпраздновал Новый год, находясь на орбите. 24. Знаменитые московские бани, куда некоторые, по традиции, отправляются мыться перед празднованием Нового года. 25. Булгаковский кот-оборотень и любимый шут Воланда. 30. Материал, из которого изготовлены науки, которые предстоит грызть студентам. 31. Погода, которой все мечтают избежать на Новый год. 32. Любимое место проведения новогодних каникул для некоторых россиян. 36. Советский и российский композитор, пианист, народный артист России; автор песен к новогодней комедии «Эта веселая планета». 37. Северное животное; главное средство передвижения Санта-Клауса. 38. Составная часть почти каждого оптического прибора. 39. Фигурка из снега, персонаж детских фильмов и мультфильмов. 43. Насыпь из снега. 44. Автор мелодии песни «В лесу родилась елочка». 45. Один из атрибутов Деда Мороза. 48. Их звон возвещает приход Нового года.

Составитель Наталья Сашунова.

Над номером работали: Татьяна Кинева, Владимир Винтер, Владимир Куприянов, Александр Фирсанов, Анна Ферубко.



Учредитель и издатель: Союз журналистов Москвы
 Главный редактор: Лев Васильевич ЧЕРНЕНКО
 Руководитель проекта: Наталья ВДОВИНА
 Финансовый директор: Дмитрий Ходанович
 Дизайн-макет Сергея МЕШАВКИНА и медиагруппы «Феномен»

Адрес редакции и издателя: 119019, Москва, Никитский бульвар, дом 8А/3, стр. 2
 Сайт: ujmos.ru, e-mail: mosdolgolet@gmail.ru
 Телефон 8-495-691-89-17
 Тираж 150 000 экземпляров. Бесплатно. 16+. Дата выхода в свет 25.12.2021

Отпечатано «Прайм Принт Москва», 141700, Московская область, г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 58. Номер заказа 3720
 Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.
 Редакция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку.