

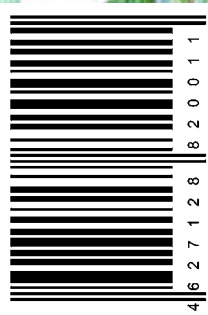
№21 (41)
2019

Министр
**Наталья
Галкина**
о туризме в Подмосковье
10

Загадки и тайны льда.
Интервью с гляциологом
**Иваном
Лаврентьевым**
14

История края.
Неизвестная усадьба
Ивановское-Козловское
4


Истра.рф



12+



Бронируйте
ваш семейный
горнолыжный отдых
в **Club Med** у эксперта
и silver партнера
LetoClub45!

Club Med 
worldwide resorts
all-inclusive experiences

ТЦ «Покровский»
Новорижское ш., 23 км
+7 (495) 720-79-36
+7 (926) 911-13-00

реклама

4

история края
**Усадьба Иванов-
Козловское**

10

министр
**Наталья
Галкина**

14

гляциолог
**Иван
Лаврентьев**

интервью

22

актриса
**Людмила
Курепова**

28

предприниматель
**Андрей
Савельев**

32

**Новогодний
лабиринт**

38

истранет
**Один клик —
тысяча
решений**

40

красота и здоровье
**Анна Вотинцева:
«Мягкий тренер
не нужен
никому»**

42

свои на риге
**Мультибрендо-
вые ботинки
AND'A — мода
и стиль рядом
вами**

44

свои на риге
**Лазерная
эпиляция:
как выбрать
лучший салон?**

46

красота и здоровье
**Узнать причину
недуга: ЛОР-
заболевания
и их влияние
на организм**

48

красота и здоровье
Без истерик

50

спорт
**«Истра-Тур»:
горнолыжный
сезон-2020**

51

бизнес
**ТАЙМ-
менеджментом
нельзя
заниматься
в одиночку!**

52

кудрявые рецепты
**Новогодний
променад:
«Дворик
на Рябкина»**

58

опрос
**Президент
на пять минут**

60

афиша
**МВК «Новый
Иерусалим»**

64

афиша
**Истринский
драматический
театр**

68

объявления
**Для размещения
объявления
позвоните
по телефону
8 (49831) 3-17-74**

70

викторина
**Вы читаете
«Сноску»**

Учредитель
ООО «Истранет»

Главный редактор
Алла Яценко

Дизайн-макет
Дарья Браженко
Екатерина Даугель-Дауге

Вёрстка и дизайн
Валентина Дерюгина
Дарья Браженко
Екатерина Даугель-Дауге

Обложка
Надежда Железнова

Выпускающий редактор
Оксана Чибисова

Обозреватели

Алексей Хамин
Наталья Сергеева
Екатерина Богданова
Сергей Мамаев
Евгений Мельников

Корреспонденты

Марина Светлова
Елизавета Макеева
Екатерина Харитонова
Константин Черноплодов
Ирина Плотникова
Анастасия Яценко

Фотографы

Владимир Мышкин
Иван Ерофеев



Полный архив журнала
«Истра.РФ» ищите на сайте
Истра.РФ/news/jurnal

Свидетельство о регистрации
ПИ No TV 50-01967 СМИ ИСТРА.
РФ от 31 марта 2014 г.
Тираж 3000

Адрес редакции:
МО, г. Истра, ул. Ленина, д. 81.
телефон: +7 (498-31) 3-17-74,
e-mail: 4440033@mail.ru

Усадьба Ивановское-Козловское

Вдалеке от больших дорог и крупных селений, на жи-

вописном берегу обширного Истринского водохранилища чудом сохранилась до наших дней усадьба Ивановское-Козловское, окружённая остатками английского парка. До революции она относилась к Клинскому уезду, и старинный её дом, увенчанный бельведером, стоял на берегу небольшой речки Нудоли. Теперь же территория бывшей усадьбы странным «аппендиксом» отнесена к городскому округу Клин, хотя добраться до неё можно только со стороны Истры. Более двух десятков лет назад главный усадебный дом бросили на произвол судьбы. Но стоит рассказать обо всём по порядку...

текст
Сергея Мамаева



Главный дом усадьбы Ивановское-Козловское со стороны реки. 1917 год. Из журнала «Столица и усадьба»



Главный дом усадьбы Ивановское-Козловское со стороны сада. 1917 год. Из журнала «Столица и усадьба»

Имение Ивановское на Нудоли было основано в начале XVIII века князьями Иваном Петровичем и Матвеем Петровичем Гагариными. До революции 1917 года стену главного усадебного дома украшала литая чугунная доска (вделанная в стену дома, построенного во второй половине XVIII века) с датой: «1702 год» и словами: «Се созидали по милости Всевышнего князь Иван Петрович да князь Матвей Петрович Гагарины».

Иван Петрович — старший из двух сыновей князя Петра Афанасьевича Гагарина. В 1668-1676 годах был стряпчим, затем — стольником, с 1679 года находился на воеводстве в Сибири. Младший брат Матвей Петрович Гага-

рин (1659-1721) тоже стал известным государственным деятелем, был воеводой в Нерчинске, руководил гидротехническими работами по соединению Волги и Невы. В 1707 году Гагарина, уже ставшего одним из богатейших людей страны, Пётр I назначил комендантом Москвы, а в 1711 году — первым главой учреждённой Сибирской губернии. За время, проведённое в Сибири, князь не только преобразил её тогдашнюю столицу (город Тобольск), но и «прославился» как взяточник. В 1719 году он был снят с поста губернатора, а в 1721 году публично казнён в Санкт-Петербурге в присутствии царя «за лихоимство». Труп его в назидан-

ние прочим коррупционерам провисел на перекладине три года. После ареста князя Гагарина вышло постановление о конфискации всех имений, пожалованных ему ранее, в том числе и сельца Ивановского на Нудоли.

В середине XVIII столетия новым владельцем сельца Ивановское стал капитан артиллерии Иван Яковлевич Блудов. Семья Блудовых с начала века владела соседней деревней Родионцево, в 1777 году приобрела и деревню Никитское, а центр их большого имения был в сельце Ивановское. Примерно в 1770-х годах в усадьбе был выстроен новый трёхэтажный дом в стиле раннего классицизма. Каменный дом с закруглёнными углами по главному фасаду завершали деревянные фронтоны. На крыше был устроен миниатюрный бельведер — световой фонарь в два арочных окна. Фасады, украшенные плоской декорацией (пилястрами, накладными досками и филёнками), имели балконы. Главный вход сопровождался каменной террасой, ограждённой балюстрадой и двумя лестничными маршами, спускающимися в парк.

В 1800 году сельцо с деревнями входило в Клинский уезд Московской губернии. «Сельцо на правом берегу реки Нудоли, дом господский каменный о трёх этажах. На реке Нудоли мукомольная мельница о двух поставках и две лесопильные рамы, которая кроме водополья дей-

ствует во весь год, пользуется владельцем; по реке в полую воду бывает гонка от разных людей лесу в Москву. Чрез оную реку мост деревянный на вотчинном содержании. Река в жаркое время бывает шириною в три сажени, глубиною в два и три аршина. В ней ловится рыба — щуки, окуни, плотва, пискари и лини. Вода людям и скоту здорова».

Что случилось с семьёй Блудовых, не известно, но в первой четверти XIX века Ивановское уже принадлежало некоему В.Д. Лаптеву. Некоторые историки предполагают, что это сын исследователя северных морей — вице-адмирала Дмитрия Яковлевича Лаптева. В 1823 году вотчина была куплена известным российским военачальником, адмиралом и генерал-адъютантом, светлейшим князем Александром Сергеевичем Меншиковым (1787-1869), который известен не только как внук ближайшего сподвижника Петра I — Александра Даниловича Меншикова, но и как главнокомандующий русской армией в Крымскую войну.

Во времена владения сельцом князем Меншиковым усадебный дом был значительно расширен: к основному объёму здания с востока пристроили ещё два корпуса, соединённые между собой изящной башенкой. Ивановское было любимым подмосковным местом отдыха князя Меншикова, а ещё в сельце, которое в 1852 году состояло лишь из четырёх дворов

В 1890 году сельцо Ивановское приобрёл князь Михаил Иванович Козловский (1855-1915) и его супруга, фрейлина императрицы Александра Михайловна Козловская (в девичестве Лонгинова) (1856-1921). По фамилии последних владельцев усадьба и получила название Ивановское-Козловское. До князя Козловского владельцы имения мало времени уделяли содержанию господского дома, поэтому он предстал перед ним в запущенном состоянии. Козловским была предпринята частичная реконструкция сооружения, почти не затронувшая внешнего облика. Однако с пристройкой к флигелю дома боковых крыльев, в которых разместились библиотека и зимний сад, он приобрёл живописную объёмно-пространственную структуру, в которой разновременные постройки были объединены общностью декоративных приёмов. Козловским были восстановлены когда-то существовавшие подъезд и балкон со стороны сада, сделаны некоторые переделки внутри дома. Однако они «существенно не изменили ни внешнего типа, ни внутреннего расположения дома».

В журнале «Столица и усадьба» в 1917 году писали: «Из современной Меншикову обстановки в доме не осталось ничего, за исключением части библиотечных шкафов. Теперь же суще-



Усадьба Ивановское-Козловское и река Нудоль. 1917 год. Из журнала «Столица и усадьба»

с тремя душами мужского и двумя душами женского пола, он устроил писчебумажную фабрику. Никаких данных об этой мануфактуре не сохранилось, но сам факт очень интересный. Меншикову же принадлежали соседние деревни Родионцево и Лагино (Богородское, Троеручное). Последняя находилась всего в полуверсте от Родионцева и вскоре исчезла. После смерти отца князь Владимир Александрович Меншиков продал имение Ивановское некоему доктору Колесову, от которого оно затем перешло к купцам Беренде-евским, происходившим и отчасти проживавшим в селе Пятница-Берендеево (в пяти верстах от Ивановского).

стивающее стильное убранство комнат Ивановского дома перевезено в него из других усадеб теперешних владельцев. Среди предметов, наполняющих комнаты, следует отметить коллекцию старого китайского фарфора и вещей (в столовой) и несколько очень хороших бронз; пять больших мраморных ваз; интересные столовые сервизы и собрание фарфора (преимущественно посуда) разных эпох и фабрик. Упомянем, наконец, что княгиня А.М. Козловская обладает довольно большим собранием фамильных портретов князей Грузинских, Крюковых, Лонгиновых, князей Цициановых, Левшиных, Арсеньевых. Цистия этих портретов воспроизведена в известном издании великого князя Николая Михайловича «Русские портреты XVIII и XIX столетий» (тома II и V).

Но главной ценностью высокого культурного значения, хранящейся в Ивановском, следует признать замечательную библиотеку, собранную Михаилом Николаевичем Лонгиновым (1823–1875), отцом нынешней владелицы Ивановского — княгини Александры Михайловны Козловской.

Михаил Николаевич Лонгинов — известный русский литератор, писатель, поэт, мемуарист, библиограф, историк литературы и одновременно видный государственный деятель, крупный чиновник, в 1867–1871 годах орловский губернатор и, наконец, с 1871 по 1874 год — главный цензор России, начальник главного управления по делам печати Министерства внутренних дел.

Сын просвещённого статс-секретаря императрицы Елизаветы Алексеевны, унаследовавший от своего отца хорошее собрание книг, Михаил Николаевич с юных лет начал составлять любительскую библиотеку по русской литературе и её истории — библиотеку тем более ценную, что собиралась она с необычайной любовью и с исключительным знанием дела. Когда дочь собирателя в 1890-х годах решила перевезти библиотеку в село Ивановское и пригласила для составления её каталога и описания известного библиографа-книголюба Павла Константиновича Симоны, последнему пришлось около десяти лет подряд посвящать летние месяцы своего отдыха этой работе: в основной библиотеке оказалось более шести тысяч книг и журналов.

В Государственном историческом музее сохранился до наших дней личный фонд Павла Константиновича Симоны, включающий в себя и документы

о составлении каталога. Кроме описания библиотеки, большое внимание привлекает переписка Симоны с Александрой Михайловной и Михаилом Ионовичем Козловскими. В письме от 3 июля 1900 года княгиня Козловская писала: «Милостивый Государь Павел Константинович, в память моего покойного отца я вполне готова служить делу, которым он с любовью занимался, поэтому с удовольствием предоставляю вам ознакомиться с его библиотекой». Павел Константинович и сам частенько присылал книги Козловским, за что Александра Михайловна его любезно благодарила. «Я очень признательна вам, — писала княгиня в письме к Симоны от 2 марта 1902 года, — за вашу память о моей библиотеке и за вашу заботу о её пополнении, и каждая присылка ваша для меня представляет большой интерес». С наступлением лета владельцы усадьбы всегда с нетерпением ждали Павла Константиновича, помогая ему в составлении каталога. Так, в письме от 15 октября 1901 года князь Козловский замечал: «Труд переписки книг стоит много, кончили только в самом конце сентября».

Автор публикации в журнале «Столица и усадьба» в 1917 году уточнял о библиотеке в Ивановском: «Среди этих книжных сокровищ есть первоклассные библиографические редкости, но главное её значение — в исключительно целом, стройном подборе книг по интересовавшим собирателя вопросам. Для размещения библиотеки в Ивановском к дому была пристроена особая, украшенная ныне портретом М.Н. Лонгинова комната, по стенам которой сделаны были шкафы красного дерева с бронзой. Основная библио-



Сельцо Ивановское-Козловское на карте Клинского уезда 1904 года

тека Лонгинова с переводом её в Ивановское, разрослась присоединением к ней значительного количества книг княгини А.М. Козловской и её супруга и сына, князя Юрия Михайловича, так что в шкафах теперь уже не хватает места для новых поступлений.

истра.рф №21

история края

покойный владелец». Из-за начавшейся революции книги и документы попали по назначению только в 1921 году.

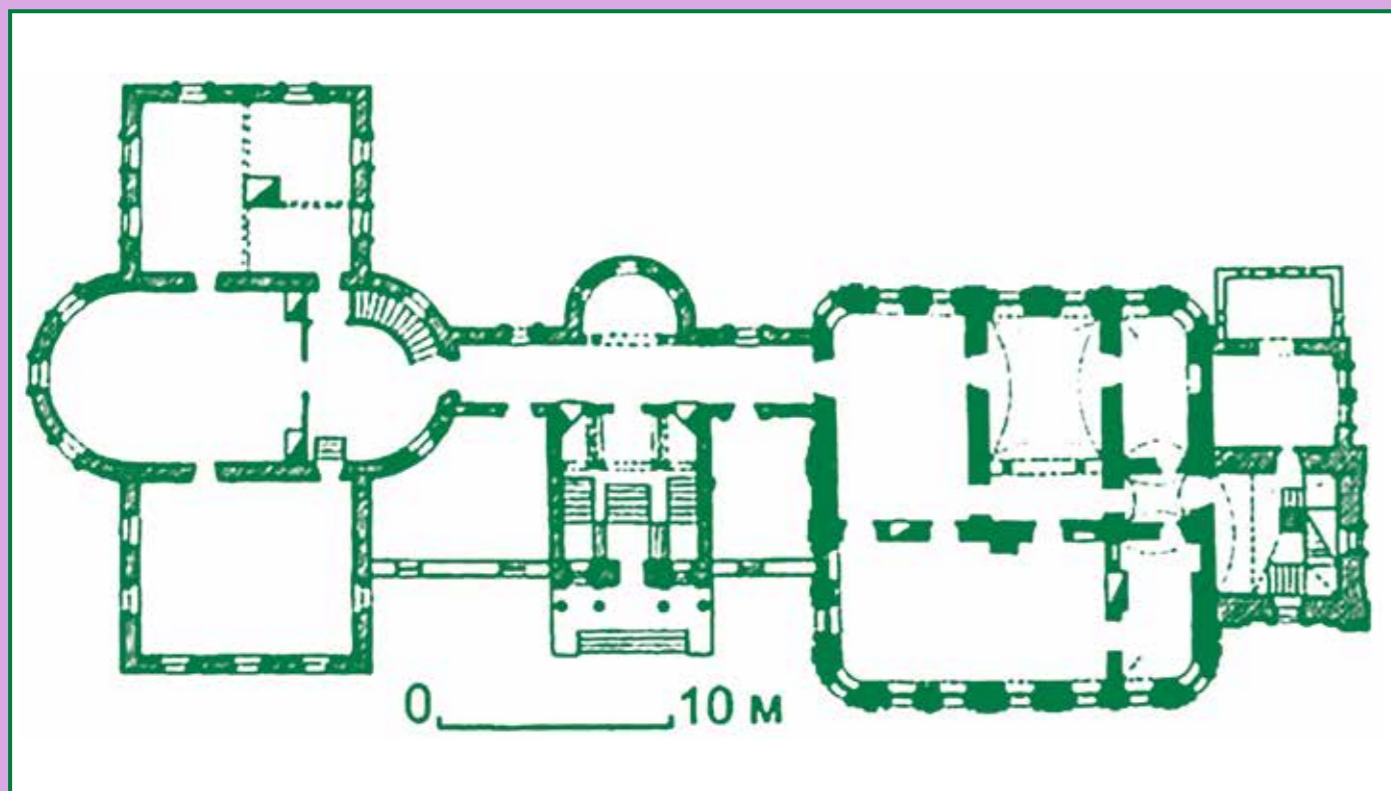
В начале XX века трудами и тщанием княгини Александры Михайловны Козловской в верхнем этаже левого флигеля усадебного дома в Ивановском была устроена домовая церковь в честь иконы Божией Матери «Нерушимая Стена». По словам очевидцев, церковь украшали чрезвычайно изящный и художественный деревянный иконостас и старинные родовые иконы. Именно в этой домовых церкви 1 июля 1912 года состоялось венчание единственного сына четы Козловских Юрия с Кирой Блохиной, дочерью поручика лейб-гвардии Конного полка Алексея Сергеевича Блохина.

Владимир Колганов в книге «Булгаков и „Маргарита“, или История несчастной любви „Мастера“» давал весьма противоречивую характеристику семейству Козловских: «Юрий Михайлович Козловский, муж Киры Алексеевны, особыми талантами не блистал. Говорят, что разбирался будто бы в делах театра, допускаю, что волочился за актрисами, и больше ничего. Отец его был капитан, уволился со службы в чине капитана, как водится, «по семейным обстоятельствам» — классическая формулировка для тех, кому не удалась военная карьера». Далее о нём же: «Женился на фрейлине из свиты государыни императрицы, дочери то ли литературоведа, то ли литератора. Основным занятием отставного капитана уже в более преклонные года стало членство в Обществе вспомоществования учащимся в средних учебных заведениях города Москвы. Числился он и членом Английского клуба, распола-

гавшегося на Тверской. Словом, весьма достойное и образованное было семейство. С другой стороны, злые языки утверждают, что тот самый литератор, будучи либералом в юности, в зрелые годы «ради чиновничьей карьеры» стал яростным врагом свободы прессы. Ему же приписывают авторство более чем непристойных стишков. Трудно представить, как всё это в одном человеке сочеталось. Не исключено, что эта противоречивость отразилась на его потомках, в частности, на муже Киры Алексеевны».

О самом Юрии Михайловиче автор писал следующие строки: «Юрий Михайлович окончил Императорский лицей, тот, что был основан в Москве в память цесаревича Николая, старшего сына Александра II. Дети знатных семей, окончившие это привилегированное учебное заведение, получили те же права, что и выпускники университета. После окончания лицея князь числился на службе в дирекции Императорских театров, имея скромный чин коллежского регистратора, и в работе чиновника для особых поручений не слишком обременял себя обязанностями». До Первой Мировой войны у Юрия Михайловича и Киры Алексеевны родились две дочери: Марина (1913) и Ирина (1914). С началом войны князь Юрий Михайлович Козловский записался вольноопределяющимся, решил пойти на фронт, защищать любимое Отечество.

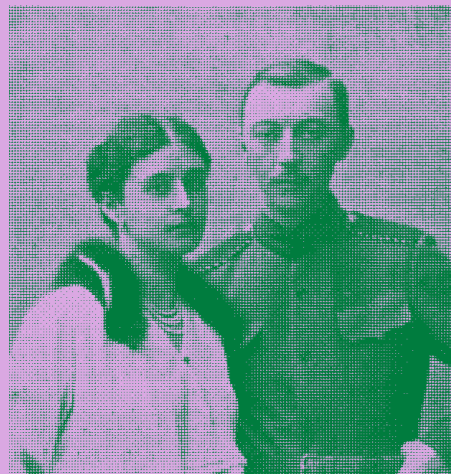
Тем временем в Ивановском на Нудоле отец новоиспечённого защитника Родины, князь Михаил Ионович Козловский, отдался служению на пользу раненых воинов и устроил в усадьбе лазарет для раненых нижних чинов.



План дома усадьбы Ивановское-Козловское. Из книги «Памятники архитектуры Московской области»



Дом, построенный в 1998 году и стилизованный под старинный особняк. 2014 год. Фото В. Разумова



Юрий Михайлович и Кира Алексеевна Козловские. 1917 год. Из журнала «Столица и усадьба»

Но не прошло и полгода, как Михаил Ионович заболел и скончался 25 февраля 1915 года от простуды, явившейся результатом его самоотверженного служения этим раненым. Князя похоронили на кладбище соседнего села Рождествено.

Вскоре грянула революция. Князь Юрий Михайлович Козловский, судя по всему, был ярым монархист, поэтому советской власти не признал. Возможно, князь понимал всю безнадёжность борьбы с собственным народом. Во всяком случае, вместо того, чтобы «спасать Россию», Юрий Михайлович принял решение эмигрировать в Европу. Причина могла быть и гораздо проще — негоже было бросать на произвол судьбы жену и двух малых дочерей. Не исключено,

что повлияли и последствия ранения, полученного на войне. Так или иначе, но в 1918 году семья уехала во Францию. Мать князя, Александра Михайловна, осталась жить в Ивановском, где смогла сохранить от разорения семейный архив. После национализации имени княгиня переехала в Москву, по мере сил пыталась некоторое время заниматься благотворительностью, но в 1921 году умерла в нищете. Юрий Михайлович остаток жизни прожил во Франции и скончался в 1943 году. Его старшая дочь Марина вышла замуж за Владимира Сергеевича Хлебникова — сына генерал-лейтенанта царской армии. Мужем младшей стал Георгий Сергеевич Базаров, тоже сын царского вельможи.

История усадьбы Ивановское-Козловское в советские годы уместается в два предложения. После революции в бывшем имении была организована школа, вначале для глухонемых, после — для умственно отсталых детей. Затем, в 1990-х годах, усадьба Козловских использовалась как турбаза.

С тех пор как семейство Козловских навсегда уехало из Ивановского, многое изменилось в этих местах. Узкая речка Нудоль превратилась в водохранилище. В 1998 году в сборнике «Памятники архитектуры Московской области» писали: «Партер перед домом и металлическая барочная ограда утрачены. Сильно вырубленный пейзажный парк превра-

тился в лесной массив. Из построек остались усадебный дом XVIII-XIX веков и два сильно перестроенных здания служб середины прошлого столетия». Дом менялся даже в советское время. До 1970-х годов сохранялся деревянный фронтон во весь его корпус и башня бельведера над ним, по центру фасада — балконы. Дом, лишившийся этих деталей экстерьера, всё же выстоял.

В 1998 году, не приводя в порядок старинный дом, на территории усадьбы построили новый особняк. По всей вероятности, в нём хотели открыть ресторан, возможно, с гостиницей. Место было выбрано, конечно, очень удачно, но что-то пошло не так. В начале 2000-х годов территорию турбазы приобрёл крупный оператор сотовой связи, в 2006 году новым владельцем стал московский банк, но до реставрации ни у кого руки так и не дошли. Более того, в 2006 году в старой части усадебного дома случился пожар, крыша полностью обвалилась. Через пару лет здание перестали охранять, и с тех пор оно медленно, но верно разрушается.

Находиться внутри уже становится опасно, однако это не останавливает любителей старинных усадеб, которых привлекает этот старинный дом: «Не смотря на свой заброшенный, обшарпанный и несколько перестроенный вид, — писал в своём блоге в 2016 году молодой человек по имени Алек-

истра.рф №21



Столовая в главном доме усадьбы Ивановское-Козловское. 1917 год. Из журнала «Столица и усадьба»



Бывший дом усадьбы Ивановское-Козловское со стороны сада. 2014 год. Фото В. Разумова

сей, — он всё же сумел сохранить своё лицо — свою долю очарования, которое так вдохновляет. Особенно привлекает внимание красивая башенка. А самой старой частью усадьбы является трёхэтажный корпус (слева). Ещё в 1970-80-х годах его венчал бельведер, который в настоящее время утрачен.

Заходим внутрь усадебного дома с восточной стороны и проходим в цен-



Угол основного объёма дома усадьбы Ивановское-Козловское. 2014 год. Фото В. Разумова

тральную часть. Глаз сразу подмечает аварийное состояние перекрытий и частичные обрушения потолков. А перед нами — парадный вестибюль и лестница, которая ведёт на второй этаж, где раньше располагалась домовая церковь. Кое-где ещё проглядывают детали декоративного оформления из прошлого усадьбы. Поднимаемся на вто-

рой этаж. Дальше идти ещё сложнее. Всё дышит просто на ладан, а потолок под башенкой обрушился. Зрелище очень грустное. Видны двери кабинетов детского интерната, а на советской краске ещё осталась роспись в виде декоративных цветов. Винтовая лестница — ещё одна приятная деталь сохранившегося антуража усадьбы. К сожалению, общие впечатления от усадьбы довольно грустные. Такое красивое место, богатая история — и как всегда, ничего никому не надо. Увы, это уже далеко не первая такая усадьба».

В феврале 2014 года в Ивановском-Козловском побывал усадебовед, автор блога «Летопись русской усадьбы» Вадим Разумов, разместивший затем в своём «Живом журнале» публикацию об усадьбе в двух частях со множеством фотографий. Комментируя этот пост, один из читателей уточнял: «Кстати, в полуподвальном этаже главного здания усадьбы есть два подвала с выходами на обе стороны. Там были котельная, сауна, какие-то мастерские. Под этими двумя подвалами есть ещё один: на всю ширину здания, но в плане ближе к фасаду. Там огромный зал без перегородок, сводчатый потолок выше двух с половиной метров, земляной пол. Наружу выходят только две вентиляционные шахты у цоколя здания».

Ещё раньше, в октябре 2010 года, Ивановское-Козловское посетила Наталья Бондарева — автор книг и статей о русской усадьбе и проекта «Памятники архитектуры Подмоскovie». В своей статье «Усадьба Ивановское-Козловское» она писала: «Большой английский парк, облагоустроенный рядом с жилой частью, вдали от дома превращался в естественную и нетронутую природу со своей неторопливой и потаённой жизнью. Эта часть старого парка, с пре-

обладанием хвойных пород, и сегодня вызывает восхищение. Среди высоченных стволов сосен и елей поднимается подсед из лещины и осин. Где-то в глубине чащи слышится одинокий возглас кукушки, долго плутающий в косматых и мощных вершинах. Места эти, несмотря на наступление цивилизации, остаются малозаселёнными и «дикими».

Тишина и полное отсутствие людей в ближайших окрестностях... Два особняка на берегу реки, таких разных, таких непохожих, но чудом оказавшихся рядом. Безмятежная гладь воды... Старый дом, почти полностью потерявший всё: свой шик и блеск, отделку, интерьеры. Единственное, что сохранилось, — это башня. Башня, словно пришедшая к нам из сказки, напоминает о былой красоте. Люди исковеркали и предали забвению этот дом. Проще оказалось забыть о нём и построить новый. Красивый, целый, современный — просто новый. И этот дом постигла судьба первого. Там никто не живёт, окна и двери заколочены, а по стенам предательски пошли трещины. Два дома — одна судьба... ●

министр
**Наталья
Галкина:**

«Туризм в Подмоскovie — природа и самобыт- ность»

беседовал
**Евгений
Мельников**

В прошлом году Московская область вошла в пятёрку наиболее популярных направлений для зимнего отдыха в России. Мы попросили министра туризма Наталью Галкину рассказать, почему путешественники любят Подмоскovie, какие места стоит посетить этой зимой и где можно найти необходимую информацию о достопримечательностях.

истра.рф №21

Чем именно так привлекателен регион? Какие подмосковные бренды в туристической сфере наиболее узнаваемы?

Московская область состоит из разнообразных городов. Каждый уникален и самобытен, в каждом есть свои потрясающие локации. Есть города, которым четыреста-пятьсот лет, и даже такие, которые были основаны в XII веке — например, Дмитров и Коломна. При этом не все из них, к сожалению, готовы принимать туристов круглый год. Мы запустили проекты «Лето в Подмоскovie» и «Зима в Подмоскovie», чтобы обозначить самые интересные площадки для отдыха в разные сезоны. Речь идёт об ин-

терактивных картах, где описаны причины посетить конкретное место, основные точки притяжения, места для отдыха, фотозоны и так далее. Обратите внимание, что в этих программах принимают участие не все города. Например, в зимнем проекте сейчас задействованы 15 городов — Сергиев Посад, Истра, Коломна, Серпухов, Зарайск, Красногорск, Одинцово. Они не только готовы показать достопримечательности, но также имеют инфраструктуру, которая необходима туристам — прежде всего гостиницы и рестораны. Список городов можно посмотреть на сайте welcome.mosreg.ru.

большое интервью



Какие места лично Вы посоветовали бы для зимнего отдыха?

Я считаю, что знакомство с Подмосковьем, если вы житель столицы, нужно начинать с Вязём в Одинцовском районе. Это очень близко — всего 15 минут от МКАД. Вязёмы — прекрасная усадьба, которую построили Голицыны. Они называли её Маленьким Версалем. Удовольствие от визита в Вязёмы можно получить в любое время года. Это полностью реконструированная усадьба XVI-XIX веков, которая входит в музей-заповедник Пушкина. Туристы могут ознакомиться с самой большой прижизненной библиотекой Александра Сергеевича, почувствовать атмосферу дворянского быта и конкретно — «Пиковой дамы». Можно посетить храм, куда ходил ещё Борис Годунов. Уверена, что многие будут крайне удивлены, что такие чудеса находятся рядом, буквально в шаговой доступности. Конечно, нельзя не упомянуть «Подмосковные Альпы» — Дмитров и его горнолыжные площадки. Год назад курорты Дмитрова заняли второе место после Сочи среди лучших в России. Также заняться зимними видами спорта можно в Яхроме, Сорочанах, Тягачове. Важно отметить, что снег в этих местах нередко лежит даже тогда, когда на улице нет устойчивого минуса.

Какие ещё территории обладают большим рекреационным потенциалом?

Конечно, это наша потрясающая Коломна, где можно узнать, что такое настоящий русский калач, посетить Музей пастилы, сходить в Арт-коммуналку. Серпухов очень уютный — там расположен хороший историко-художественный музей, прекрасные фудкорты, высококачественные отели. Если вас интересует экологический отдых, то вы можете заехать в «ЭкоДеревушку» Сергея Балаева под той же Коломной — отведать улиток по-бургундски, посмотреть на крокодилов, посетить одну из атмосферных бань. Кроме того, всем советую посетить «Русскую Аляску», где можно покататься на хаски. Речь идёт о дог-треккингах — туристических походах по живописным местам в сопровождении четвероногих питомцев. Это прекрасный проект, который будет интересен детям и взрослым любых возрастов.

Входит ли Истринский район в число туристических локаций?

Безусловно. Великолепный Ново-Иерусалимский монастырь — территория, по которой можно погулять и насладиться, даже если вы не имеете отношения к православию. Рядом находится музей «Новый Иерусалим», в котором проходят выставки, не уступающие Третьяковке и Пушкинскому музею. Сейчас там выставлены более 200 работ Марка Шагала. Другая важная экспозиция — «Цвет. 90 шедевров из музеев Подмосковья», приуроченная к 90-летию области. Также хочется упомянуть истринскую сыроварню «Русский пармезан» Олега Сироты и фестиваль «Сыр. Пир. Мир», который совместно с предпринимателем организовал Комитет

по туризму Московской области. В августе 2019 года сыровары и фермеры со всей России привезли на фестиваль более 500 сортов сыра. А посетили фестиваль за три дня 129 тысяч человек!

«Мы запустили проекты „Лето в Подмосковье“ и „Зима в Подмосковье“, чтобы обозначить самые интересные площадки для отдыха в разные сезоны»

Есть ли города, которые особенно популярны среди зарубежных туристов?

Да. Это, конечно, Сергиев Посад. Он входит в Золотое кольцо, и иностранцы с большим интересом туда едут. Достаточно серьёзный поток идёт в Зарайск, где проходят фестивали исторической реконструкции. Большой потенциал у Рузы. Там можно полюбоваться природой, и ощутить самобытность нашей культуры — переночевать на печи в русской избе. Вообще, думаю, что и жителям нашей страны такие ощущения могут быть интересны. Я бы рекомендовала всем хотя бы раз в две недели выехать с семьёй в Подмосковье, чтобы посетить все места, о которых мы рассказали. Вы обязательно получите позитивные эмоции и ощутите гордость за красоту тех мест, которые у нас есть. А в предстоящие новогодние праздники приглашаю читателей «Истра.РФ» принять участие в нашем проекте «Зима в Подмосковье», который познакомит туристов с популярными площадками для зимнего отдыха в регионе. В рамках этой программы будут представлены 15 ключевых туристических направлений Московской области, пройдёт множество культурно-массовых мероприятий. Следите за программой! ●

истра.рф №21



ЦВЕТ

90 ШЕДЕВРОВ
ИЗ МУЗЕЕВ ПОДМОСКОВЬЯ

28.09.2019 — 29.03.2020



НЕСТЕРОВ **АЙВАЗОВСКИЙ**
ВЕРЕЩАГИН ПОЛЕНОВ **ВАСНЕЦОВ**
ШИШКИН **ФАЛЬК** КОРОВИН
БОРОВИКОВСКИЙ **ГОНЧАРОВА** САВРАСОВ
РОКОТОВ



Путеводитель
по Московской области

МУЗЕЙ «НОВЫЙ ИЕРУСАЛИМ»

Московская обл., г. Истра
Ново-Иерусалимская наб., 1
+7 (498) 314 02 36
www.njerusalem.ru

ГЛЯЦИОЛОГ
**Иван
Лаврентьев**

Тайны ВО ЛЬДАХ

беседовал
**Евгений
Мельников**

Люди всегда подозревали, что царство льда и снега подчиняется особым правилам. Сначала это были законы мистические, когда злые духи себе на потеху скидывали с гор лавины и запускали в моря айсберги. Потом — законы природы. Так возникла целая наука о льдах — гляциология. О том, как ледники записывают историю Земли, и зачем подсчитывать количество снега на планете, рассказал **Иван Лаврентьев** — кандидат географических наук, научный сотрудник отдела гляциологии Института географии Российской академии наук.

Сразу к делу, если позволите: в чём суть гляциологии?

Это просто: гляциология изучает все виды льдов, которые находятся на поверхности Земли. Те льды, что находятся под землёй, интересуют геокриологию, или мерзловедение. Есть ещё морские льды, но в Институте географии, где я работаю, ими не занимаются — это прерогатива института Арктики и Антарктики в Петербурге. Ну, и космические льды тоже существуют — на Луне, на Марсе. Но мы, земные гляциологи, исследуем ледники и снежный покров: их свойства в разных уголках мира и процессы, с ними связанные — например, лавины. Это очень актуально для горных районов, где живут люди или размещены производственные объекты. Если же говорить о ледниках, то их в первую очередь можно рассматривать как хранилища пресной воды. Почти 90% всех её запасов, как мы знаем, находятся в ледниковых покровах Антарктиды и Гренландии. Кроме

того, ледники — это серьёзный климатообразующий фактор. Наконец, ледники, которые стекают в море, производят айсберги, которые представляют опасность для судоходства и нефтегазовых работ на шельфе. Площадь ледников в северном полушарии уменьшается, поэтому сейчас крупные айсберги разносит течениями в те места, куда они раньше не добирались.

**«Это просто:
гляциология изучает
все виды льдов,
которые находятся
на поверхности Земли»**

истра.рф №21

большое интервью





истра.рф №21

Отбор образцов льда из трещины в леднике Серп и Молот, Новая Земля, для изотопно-кислородного анализа, 2016 год

большое интервью

«Ледник — это хранилище информации о климате прошлого. Снег выпадает на поверхность, под действием силы тяжести превращается в лёд, и так год за годом, сезон за сезоном»

Исследование ледников имеет большое прикладное значение?

Ледники изучаются под задачи. Надо понимать, что снег — это большая часть речного стока. Чтобы оценить водозапас, то есть количество воды, которое весной окажется в грунте и далее в реках, надо исследовать строение снежной толщи: выкопать шурф, изучить структуру, измерить плотность и температуру. Это делается как на равнине, так и в горах. Кроме того, от физических свойств снега зависит, например, возможность схода лавин. Лавинщики забираются на склон, делают всякие тесты, нагружают толщу по-разному, смотрят, какие слабые горизонты, какие более плотные. Важный момент — это

А где можно выучиться на гляциолога?

Конкретно в нашей стране — только в одном месте: на географическом факультете Московского государственного университета. Я пришёл туда, потому что география была любимым предметом в школе и было интересно продолжить ей заниматься, узнать поглубже. Но о существовании этой дисциплины даже не подозревал. После первого курса студенты проходили комплексную полевую практику в деревне Сатино в Калужской области в течение двух месяцев по основным географическим дисциплинам: картографии, гидрологии, метеорологии, геоморфологии и так далее. Также приезжали сотрудники других кафедр, по направлениям которых летняя практика для студентов 1-го курса не предусмотрена. Гляциологи впечатлили меня больше всего. Тем более я катаюсь на лыжах и сноуборде, а полевая практика на этой кафедре проходит в горах, причём и зимой тоже. Дальше было всё интереснее, и потом стало профессией. Я втянулся, пошёл в аспирантуру, и теперь работаю по специальности в отделе гляциологии Института географии РАН.

горизонты разрыхления. Они могут находиться в нижней части толщи. Там очень крупные кристаллики льда, и, если приложить достаточную нагрузку, по ним, как по роликам, съезжают верхние слои. Так и получается лавина. Если же вас, например, интересуют загрязнения, то внимание уделяется химическому составу. Снег отбирается послойно и отдаётся в лабораторию, где ищут определённые элементы — сажу, тяжёлые металлы. По достаточной выборке можно делать выводы. Это целая наука.

А какая специализация у Вас?

Я занимаюсь исследованием толщины и внутреннего строения ледников, их режима и геотермического состояния. Это нужно, в том числе, для оценки айсбергообразования, изменения запасов льда на планете, объёмов снега и льда в горных системах, а также оценки вклада стока с ледников в повышение уровня Мирового океана. Последнее — одна из главных задач, которые стоят перед гляциологией. Про опасность ледников я уже говорил. Чтобы вы понимали их силу: ледники оказывают воздействие на геологическую среду путём экзарации — выработки долин. Когда-то, в периоды оледенений, ледников было больше, они были более мощными и во многом преобразили рельеф Земли. Пульсирующие ледники — ледники, которые периодически увеличивают скорость своего движения в разы, десятки раз — на своём пути уничтожают всё (при условии, что это горный ледник, а не приливный, которых много в Арктике и которые оканчиваются в море). Я наблюдал такое на Тянь-Шане. А стамухи — огромные многолетние торосы и крупные айсберги — выплывают на дно океана! Даже на километровых глубинах встречаются такие царпины. Измерения мы ведём при помощи радиозондирования. Кроме того, мы занимаемся бурением ледников с отбором образцов от поверхности до ложа с целью реконструкции палеоклимата.

Что можно найти в леднике? Есть ли у него годовые кольца, как у деревьев?

Фактически, да. Ледник — это хранилище информации о климате прошлого. Снег выпадает на поверхность, под действием силы тяжести превращается в лёд, и так год за годом, сезон за сезоном. Образуется толщина со слоями различного возраста — до миллиона лет, — если существуют условия, при которых она не стает. Где-то ледники исчезали, где-то сохранялись столетиями. Снег, выпадая ежегодно, превращается в лёд, образуя годовые слои, которые в свою очередь можно датировать. Датирование происходит путём подсчёта годовых слоёв, начиная прямо с поверхности.

Далее, с глубиной эти слои истончаются и простой подсчёт не работает — нужно что-то решать. Помочь при датировании могут хроностратиграфические маркеры — горизонты с совершенно точно известной датировкой, след которых можно проследить в керне льда. Такими маркерами

могут быть, например, известные извержения вулканов (у каждого из них свой индивидуальный «почерк»), испытания ядерного оружия и атомные катастрофы: взрыв «кузькиной матери» в 1963 году на Новой Земле, Чернобыль в 1986 году и Фукусима в 2011 году. Например, в 1815 году произошло крупное извержение вулкана Тамбора (Индонезия), которое привело к значительному похолоданию, а в исторических источниках это год назван как «год без лета». Из-за частиц пепла, выброшенных в атмосферу во время извержения, происходит рассеивание солнечной радиации и как следствие — похолодание. Практически во всех ледниках мира есть горизонт этого вулканического пепла с известной датировкой — это и есть наш маркер. Это так называемый хроностратиграфический маркер. Извержения, взрывы атомных бомб, катастрофы в Чернобыле и на Фукусиме — все они зафиксированы в ледниках. Помимо этого, в них содержится вся грязь, которая когда-либо была выброшена в воздух. Некоторые маркеры являются локальными для северного или южного полушарий, некоторые — глобальными. На Эльбрусе мы исследовали ледниковый керн, извлечённый из скважины. Совершенно чётко наблюдается рост содержания тяжёлых металлов с момента, когда произошла научно-техническая революция и люди начали сжигать ископаемое топливо. По данным из кернов можно реконструировать лесные пожары, поскольку при горении древесины выделяется левоглюкозан и тоже оседает в слоях. Можно определить в целом газовый состав атмосферы. Когда снег сжимается и становится льдом, поры замыкаются, и в них остаются пузырьки воздуха. Микроорганизмы, попавшие на поверхность вместе с осадками, — они тоже там остаются. Это уже интересно астробиологам, которые ловят локнесских чудовищ в древних подлёдных озёрах. Я щучу, конечно. Они отработывают технологии для изучения жизни на других планетах в условиях, которые наиболее приближены к таковым, а именно — в суровой Антарктиде.

Если верхние слои ледника растаяли, а потом выросли снова, то как при датировке опознать, что этому слою — 30 лет, а следующему — уже 500?

Обычно ледники стараются бурить в тех их частях, где таяние минимально или вовсе отсутствует — в областях питания. То есть исследователи ведут подсчёт годовых слоёв сверху вниз, начиная с поверхности текущего года. С глубиной слои становятся тоньше, их невозможно увидеть глазом, и здесь уже привлекаются стабильные изотопы кислорода и водорода, химические элементы и так далее. Хроностратиграфические маркеры, о которых мы уже говорили, тоже очень помогают в датировках. Одно ясно — чем глубже лёд, тем он старше. Бывают, конечно, случаи перемешивания льда или, например, курьёзы, когда керн перевернули при упаковке. Такие проблемы зачастую

решаются просто — этот кусок керна просто не используют. А дальше, на больших глубинах, когда время так сжимается, что в одном сантиметре льда может быть 10000-20000 лет, привлекают различные модели. Модели течения льда, например, могут подсказать, как течёт лёд в конкретном леднике, таким образом, можно прикинуть возраст толщи у самого ложа. Вообще, это отдельная серьёзная часть гляциологии, над которой работают лучшие умы.

Вопрос про космический лёд. Его тоже исследуют гляциологи? Привлекают ли их к планированию таких фантастических проектов, как бурение комет, например?

Гляциологов, конечно, спрашивают об этом, но не в нашей стране. На гляциологических и геокриологических конференциях часто выделяют отдельные секции, посвящённые изучению льда на других планетах. Например, на Марсе открыты скопления льда под нынешней поверхностью у полюсов, на Луне вроде что-то тоже обнаружили. В общем, народ работает. А про бурение комет не слышал, если честно.

«Извержения, взрывы атомных бомб, катастрофы в Чернобыле и на Фукусиме — все они зафиксированы в ледниках»

Бурение льда — это просто сверление или какая-то более сложная технология? Например, я читал, что в скважины закачивают незамерзающие жидкости и так далее.

Ну, бурение бывает разным — например, кернавым, то есть с отбором образцов снега, фирна и льда. Причём буровые установки бывают электромеханическими, когда голова снаряда снабжена специальными резцами, и когда снаряд крутится, бур погружается в лёд под действием собственного веса. И бывают термобуры: у них нет резцов, а голова снаряда нагревается и плавит лёд. При таком бурении, действительно, скважину заполняют специальной буровой жидкостью (смесью керосина и фреона или спиртом) чтобы она не сомкнулась. Лёд ведь течёт, а скважину могут бурить годами — как глубокие скважины в Антарктиде. Для других целей, например, для изучения условий на ложе ледников, используют установки другого типа. Это длинный шланг, на конце которого металлический стержень с форсунками, к которым

истра.рф №21



большое интервью

Глубокое кернавое бурение на вершине ледника Гулия (6650 м), Кунь-Лунь, Тибет, 2015 год

по шлангу подают горячую воду. То есть ледник прокалывают, как иглой, откачивая при этом образующуюся воду насосом, опускают туда кабель с датчиками давления воды, температуры.

Насколько дорогостоящий процесс представляет собой исследование ледника?

Это недешёвая история. Конечно, снег можно изучать даже с помощью лопаты и весов, как делали на заре гляциологии. Но если перед тобой стоят масштабные задачи, то не обойтись без эксклюзивного оборудования, причём под конкретные задачи. Помимо нашей группы, в мире есть около десятка команд, которые занимаются бурением льда в горах. Необходимую технику производят за границей. Если планируется неглубокая скважина, то цена вопроса — до двадцати тысяч долларов. Под глубокое бурение на километровые толщины расценки на порядок выше. Мы в своё время под проект на Эльбрусе заказывали установку за сто тысяч долларов. Это штучный товар. К слову, если подаёшь заявку на грант в Российский научный фонд, то без оборудования тебе грант не дадут — этих денег просто не хватит и на то, чтобы купить установку, и чтобы поехать с ней работать. У нас есть в Институте геохимической лаборатория. Но, например, изотопная лаборатория, на оборудовании которой можно изучать состав снега, расположена в Петербурге, и при-

ходится отдавать образцы туда. В этом плане очень выручает международное сотрудничество. Если же говорить о радиолокационном оборудовании, то вот его уже можно позволить за гранты. Это один-два миллиона рублей. Подходит под разные задачи — от измерения толщины ледников вплоть до пятисот метров до детального изучения снежного покрова.

Каково состояние гляциологии в России на сегодняшний день?

У нас меньше людей вовлечено, чем на Западе, да и мы не так богаты, как они — денег каждый год выделяется всё меньше. Нет и таких масштабных экспедиций, как в советские времена. Старшие коллеги, которые в то время начинали работать, рассказывают про поездки на Памир, на Камчатку. Сейчас это очень сложно сделать. Нехватка специалистов: в 90-е многие ушли из гляциологии и уже не вернулись. Однако мы вполне себе на уровне, несмотря на обстоятельства. И публикуемся в иностранных журналах, и в международных проектах участвуем. И нас приглашают к сотрудничеству, и мы приглашаем.

Где гляциологи проводят больше времени — в экспедициях или за письменным столом?

В лучшем случае это пятьдесят на пятьдесят. На самом деле, за три недели в горах набираешь огромное количество данных. Остальное время

сидишь и обрабатываешь их. Всё-таки результат нашей работы — это научная статья. И я, например, не могу её писать на леднике. Но этот год у меня выдался насыщенным — я около пяти месяцев провёл «в полях». Знаете, сейчас много модельеров, они моделируют всё, что угодно — и климат, и толщину ледников, и запасы льда. Но не так давно всем стало понятно, что модели, хоть и хорошие, зачастую дают абсолютно разные результаты. А реальной информации — так называемой ground truth — мало. Поэтому сбор наземных данных — пожалуй, одна из актуальных задач.

Расскажите про Ваши поездки поподробнее?

Их география весьма обширна.

Да, пока только в Антарктиду не добрался! Сейчас у нас есть несколько проектов. Например, по программе БРИКС проводим исследования на Шпицбергене и на Урале. В этом году мы там тоже были — измеряли свойства снежного покрова на разных типах ландшафта: ледниках, равнинах, замёрзших озерах. А коллеги из Индии обрабатывали космические радиолокационные снимки и сравнивали свои данные с нашими. Они выводят зависимости, чтобы создать методику оценки свойств снежного покрова из космоса. Это одно из самых активно развивающихся направлений в гляциологии. Ещё мы принимали участие в международном проекте по глубокому бурению в Андах в целях реконструкции палеоклимата. Работали на леднике на горе Уаскаран — это самая высокая точка в Перу, 6768 м над уровнем моря. Почти целый месяц провели на этой горе. Всё прошло успешно, лёд доставлен в холодную лабораторию университета в Огайо в США, теперь американские специалисты будут изучать его в течение пары лет.

В Антарктиду, раз уж про неё упомянули, хотите?

Было бы интересно, конечно. Но пока профессионального интереса у меня лично там не возникло. Хотя коллеги из Петербурга зовут. Вы знаете: на станции «Восток» пробурена глубокая скважина, которая случайно оказалась над крупнейшим реликтовым подледниковым озером, которое было изолировано от остального мира миллионы лет. Её глубина — около 4 км. После того как скважина достигла озера первый раз в январе 2012 года, в неё хлынула вода и поднялась на 760 м вверх по скважине. Затем специалисты разбуривали уже замёрзшую в скважине воду озера. Второе проникновение произошло в 2015 году. Сейчас специалисты разрабатывают технологию «чистого» проникновения в озеро для отбора образцов воды и изучают замёрзшую воду из скважины. А вот более мелкие скважины, до 300 м, в которых можно вскрыть лёд возрастом «всего» десять тысяч лет, они пробурить не могут, потому что у них нет такого оборудования. У нас оно есть. Всё потихоньку движется: сейчас будут строить новую станцию, набирают специалистов. Может, и нас пригласят.



Лагерь гляциологов на Западном плато Эльбруса (5115 м), Кавказ, 2017 год

Участвовали ли Вы в экспедициях, связанных с бурением до подлёдных озёр? В принципе, можно ли найти в них что-нибудь, кроме следов ДНК?

В таких проектах я пока не участвовал. Что там можно найти — вопрос. Следы ДНК уже хорошо. Но задачи разные бывают. Наверное, интересно узнать и состав воды, и что находится на дне этих озёр. В озере Восток одна из главных задач сейчас — отобрать донные осадки, не нарушенные геологической деятельностью.

А что насчёт России?

Здесь у нас есть традиционные районы изучения — скажем, Эльбрус или тот же Шпицберген, где сотрудники института ведут наблюдения с 60-х годов. Кроме того, становятся востребованными проекты в Арктике. Несколько лет мы работали с «Роснефтью», которая собирается бурить на шельфе в Карском море. Вокруг треугольник из архипелагов — Новая Земля, Северная Земля и Земля Франца-Иосифа. Там расположено множество ледников, часть из них оканчиваются в море и продуцируют айсберги. Сначала мы с помощью вертолёта и подвешенного под ним оборудования измеряли толщину льда, далее брали данные со спутников о скорости течения ледников, чтобы оценить темпы айсбергообразования. Вообще, это комплексный проект — например, океанологи устанавливали на айсберги радиомаяки, по которым следили, куда те разбегаются по акватории за летний период. Ещё в этом году мы ездили на Алтай, в долину Актру. Там, в центре Азии, расположен ледник с одним из самых долгих в мире рядов наблюдения за балансом массы. Речь о его состоянии — в частности, достаточно ли снега, чтобы ледник не таял, а наступал? Сейчас все ледники тают. Может, вы слышали недавнюю историю из Исландии?..

истра.рф №21

большое интервью

Да, там в августе официально похоронили ледник Ойюкуль. Он растаял после 700 лет существования. Не боитесь?

Что останусь без работы? Пожалуй, нет. Сколько там дают остальным ледникам, двести лет? Вряд ли я столько продержусь в профессии. А если серьёзно, то, конечно, при нынешних темпах какие-то ледники скоро растают. Например, их не останется в таких больших и густонаселённых горных системах, как Альпы и Кавказ. Но, скажем, ледниковый щит Гренландии никуда не денется, хотя он и тает с катастрофической скоростью.

Глобальное потепление — не миф, как утверждают некоторые политики и общественные деятели?

Ни в коем случае. Это факт, который фиксируется всеми учёными, которые занимаются этой проблемой. Тех, кто его отрицают, я бы сравнил с антипрививочниками: дремучие персонажи, не признающие пользу вакцин, хотя очевидно, что их изобретение привело к значительному падению смертности и росту продолжительности жизни. Что до политиков, то им надо юлить, играть с избирателями, лоббировать чьи-то интересы — например, заводов, которые производят бензин. При этом давно есть автомобили, работающие на водородном топливе, например. Количество углекислого газа в атмосфере за пятьдесят лет выросло настолько, что такая концентрация в последний раз была около трёх миллионов лет назад, согласно исследованиям донных осадков. При этом существующие модели климата, основанные на наших знаниях о физике процессов, показывают, что именно рост CO₂ является причиной современного потепления, и это нельзя игнорировать.

А, наоборот, новый ледниковый период нам не грозит?

Ну, в ближайшие сто лет точно нет. Смотря о каком масштабе мы говорим. За ледниковые периоды отвечают не какие-то локальные вещи, связанные с деятельностью человека, а орбитальные параметры: наклон оси Земли, положение относительно Солнца и так далее. Сейчас мы в межледниковье. Основываясь на том, что известно из ледниковых периодов, у планеты были несколько ледниковых периодов. Когда будет следующий? До конца не ясно.

Давайте поговорим о катастрофах. Есть гипотеза, что таяние ледников приведёт к тому, что Гольфстрим сдвинется на несколько градусов и Европа превратится в Таймыр...

Я с иронией отношусь к страшилкам, как в фильме «Послезавтра», когда раз — и всё обледенело. Так быстро ничего произойти не может. Земля — очень сложная система. Конечно, есть понятие термохалинной циркуляции — течения в мировом океане зависят от перепадов плотности воды, которые образуются из-за неоднородной температуры и солёности. Холодная вода — более плотная, она опускается вниз и разжижает тёплую. Пресная вода,

в свою очередь, легче солёной. Если Гренландия полностью растает, то такое количество пресной воды, конечно, способно передвинуть Гольфстрим. Но вряд ли это случится мгновенно. Поэтому те, кто нагнетает панику, возможно, просто набивают себе цену. Мы уже немало знаем о связи океана и атмосферы, но всё равно многое остаётся неизученным, чтобы делать громкие заявления.

Друзья подшучивают над вашей профессией? Просят определить разновидность льда в стакане?

Честно говоря, многие из них хотят попасть со мной в экспедиции. Я даже брал кое-кого — например, в этом году друг ездил со мной на Шпицберген, а сейчас заявил, что и в следующем году готов поехать. Ну, копать шурфы лишними руки не будут. Работы там много, и если человек готов за свои деньги приехать и вкалывать в составе экспедиции, то ради бога. Народ, конечно, иногда подкалывает — мол, снежный человек. Но по большей части все рады, что у них есть друг, который долгое время отсутствует, но потом показывает классные фотографии.

А есть ли у гляциологов профессиональный праздник?

Такого не припомню, но мы в отделе отмечаем гляциологический Новый год! Обычно — когда выпадает первый снег. Собираемся в неформальной обстановке за рюмкой чая, приглашаем друзей, делимся впечатлениями, показываем фотографии, где были «в полях» весной-летом. Была даже идея приурочить его ко дню Прокопа зимнего, 5 декабря. «Пришёл Прокоп, разрыл сугроб, по снегу ступает, дорогу копает», — это такая народная примета, день установления постоянного снежного покрова, по которому могут ехать сани.

Покататься во время экспедиций получается?

Иногда без лыж или сноуборда просто небезопасно работать на ледниках. У меня есть сплитборд — это сноуборд, который разделяется на две половинки, и можно ходить как на лыжах вверх, а вниз съезжать как на сноуборде. Если есть такая возможность, то всегда катаюсь. Надо же ещё и удовольствие получать от работы! ●

актриса
**Людмила
Курепова:**

«Я выбрала жизнь, а не ка- рьеру»

беседовал
**Алексей
Хамин**

Актриса Людмила Курепова — о перипетиях жизни и образования, современных приоритетах и о ролях, от которых точно стоит отказаться. Хозяйка этого уютного дома словно растворилась в истринской загородной жизни. Никакой суеты: тёплый дом, листопад за окном, мило сопящие собаки по углам и запах свежее испечённого хлеба.

истра.рф №21

Так хорошо у Вас, уютно. Даже не хочется из дома выходить. Вы часто выбираетесь на улицу?

Да, очень часто. Вот только что я была на роднике и набрала Вам воды.

Спасибо. Вас узнают?

Иногда. Долго смотрят и говорят: «Лицо знакомое». Недавно в магазине: «Это Вы?» «Это я». Или: «Вы актриса? Вы очень похожи на актрису!» Я отвечаю: «Мне все так говорят». И не признаюсь.

Вы живёте совсем неподалёку от Истры. Как Вы здесь оказались?

Нас, наверное, примагнитило сюда. Новый Иерусалим притянул нас с мужем. Место прекрасное. Здесь земля, которая позволяет спокойно думать, о чём-то мечтать. Для меня самое главное, чтобы мы были счастливыми. Плохое я стараюсь не замечать.

У Вас необычная внешность. Скандинавские корни?

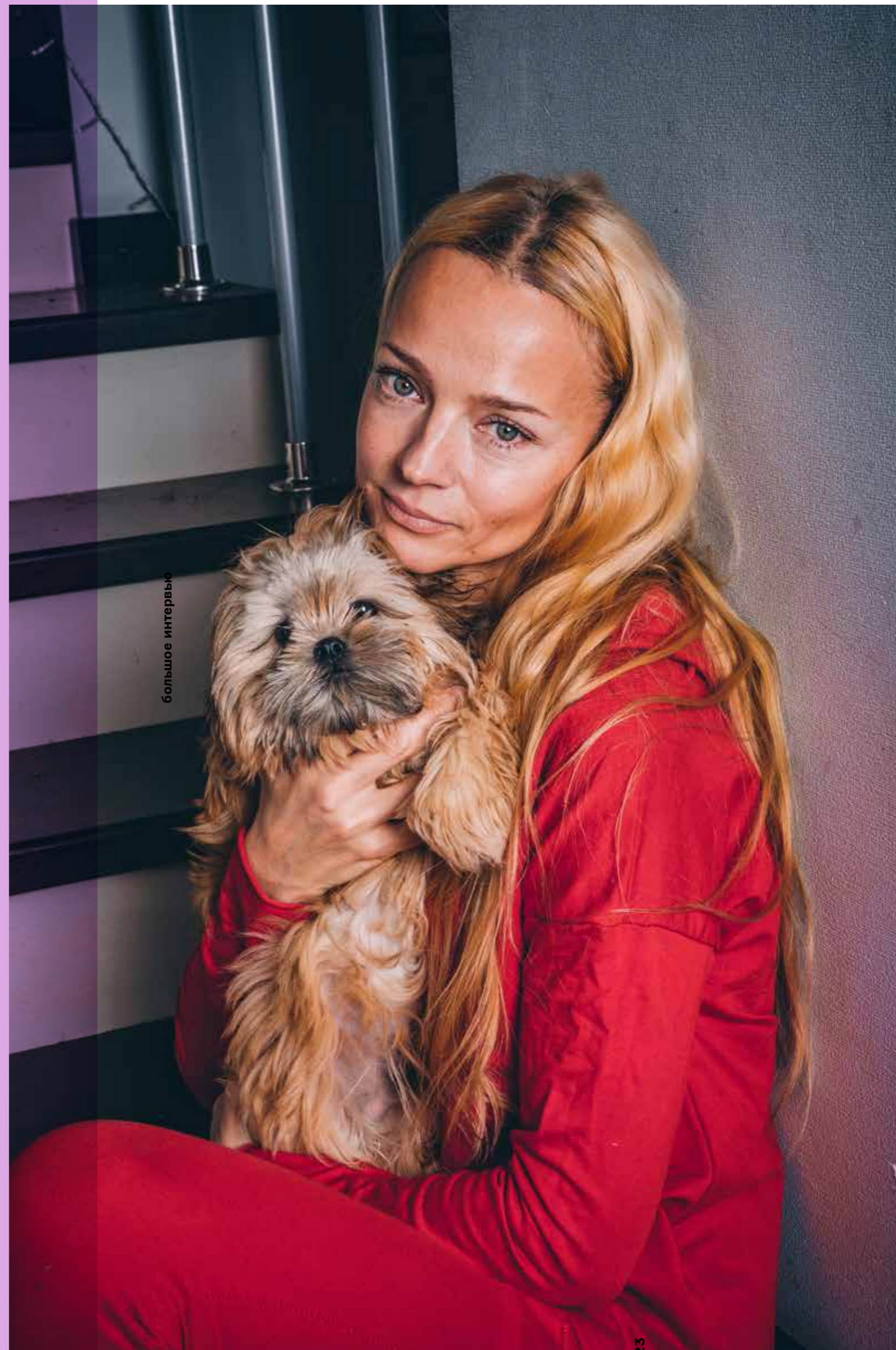
У меня все в основном русские. Ну, и татарская кровь. Она, думаю, у всех есть.

22

Вы с детства знали: «Буду актрисой»?

Да. Это как-то даже не обсуждалось. Я из актёрской семьи. Родители — выпускники школы-студии МХАТ. Мама Ирина Степанова — мастер художественного слова, актриса Санкт-Петербургской филармонии для детей и юношества. Папа Александр Арбат (Курепов) — актёр театра и кино, работал в театре на Малой Бронной. Последние 40 лет жил и работал во Франции. Фильм, в котором он играл главную роль, удостоился «Оскара». К сожалению, он уже ушёл

«Мне нравится самовыражение без слов, через пластику. Это очень сложная и интересная работа»



23

из жизни... Мой дедушка был цирковым клоуном. И я в детстве мечтала стать клоуном.

Удивительно.

Мне нравится самовыражение без слов, через пластику. Это очень сложная и интересная работа. Был у меня недавно опыт. Я пыталась вести театральную группу в детском саду. Как это сложно! У меня нет строгости, я очень мягкий человек. Преклоняюсь перед профессиональными педагогами. Они умеют детей организовать, дисциплинировать... Это отдельная профессия!

А как Вы учились?

Школу я очень не любила. После 8 класса я пулей из неё выскочила и поступила в музыкальное училище им. Римского-Корсакова в Санкт-Петербурге. Но и там я быстро взвыла: «Не хочу быть пианисткой!» Поступила на отделение эстрадно-разговорного жанра: там были актёрское мастерство, сцендвижение, фехтование... Я была очень увлекающимся человеком, в детстве ни одно дело до конца не доводила. Сейчас я это вижу в своих детях и переживаю: так им сложно придётся в жизни.

Когда мне исполнилось 16 лет, приехал мой папа из Парижа и сказал: «То, чему тут учат—безобразно. Поступай в театральный институт». И я пошла в Ленинградский государственный институт театра, музыки и кинематографии (ЛГИТМиК), на курс к Владимиру Викторовичу Петрову—одному из лучших педагогов того времени. Было очень сложно и интересно!

Ну хоть здесь надолго закрепились?

Нет! Я узнала, что в Москве, в ГИТИС набирает учеников Пётр Наумович Фоменко. Бросила институт в Питере, поехала поступать туда. И меня взяли! Потом сказали, что конкурс был 900 человек на место. Я была так счастлива! Год пребывала в эйфории. Я летала! Но... учиться я была не готова.

Как же так?..

Какая-то глупость, да? Меня переполняли эмоции, все нормальные люди ходили, учились... А я существовала вне института. Мой дедушка клоун сказал: «Тыбя везде с восторгом принимают! И везде с восторгом выгоняют!» Мой первый мастер сказал моей маме: «Только когда Людмила станет мамой, у неё наконец появится эта потребность—учиться». Так и случилось.

Все СМИ пестрят историей о Вашем побеге из столицы в деревню. Что Вы туда якобы сбегали из большого города, чтобы взять паузу, набраться сил, и вновь штурмовать творческий Олимп. Расскажите?

Мне всё время как будто чего-то не хватало... И решила: хватит мне учиться, я поехала жениться! Вернулась в Санкт-Петербург, где у меня был жених. Но с ним были неприятности... И я поехала в деревню, к тётке, где встретила своего первого мужа. Что интересно, в этой самой деревне живёт мой сын Григорий. У него



там свой бизнес, занимается лекарственными травами.

При этом он успел сыграть роль в сериале «Холостяки». Вы бы хотели, чтобы дети пошли по Вашим стопам?

У меня трое детей: Гриша, София и Александра. Я бы очень хотела, чтобы все они были счастливыми. Соня, например, хочет попытать силы на этом поприще: 3 года ходила в музыкальную школу, играла на саксофоне. Они сами берут гитару, что-то подбирают... Пусть попробуют! Я считаю, что детям нельзя ничего запрещать. Вот, кстати говоря: у нас со школой здесь не сложилось. Мы «отравлены» свободным образованием и находимся на дистанционном обучении по системе «Фоксфорд».

Но Вы не исключаете, что сын когда-нибудь снова начнёт сниматься в кино?

Исключаю! Это не мужская профессия! Папа удивился, услышав от меня такое утверждение,

большое интервью

«Когда актёр чувствует, что у него получается, роль „идёт“, публика откликается, и ты с ней на одной волне. И если это волшебство у актёра хоть раз в карьере случается, то всё—ты заражаешься этим на всю жизнь!»

но ему я сказала, что бывают исключения. (Улыбается.) Вообще, соединять свою судьбу с актёром—это кошмар! Слава Богу, мой муж не актёр!

А с актрисой—не кошмар? Никогда не поймёшь: она сейчас играет или по-настоящему такие эмоции испытывает.

Могу говорить только за себя. Я—не прирождённая актриса. Я—человек. В жизни не умею играть. А есть такие гениальные актёры, которые заигрываются даже дома. Это же с ума сойти! Я—нет. Я выбрала жизнь, а не карьеру. Возможно, жизнь у детей не будет такой уж безоблачной, поэтому важно сейчас напитать их этим счастьем, теплотой, добротой.

Расскажите про Вашу первую роль в кино.

Первая роль? Картина называлась «Это было у моря». Я была совсем маленькой девочкой, 13 лет. Это был фильм про детей с больным позвоночником. Съёмки проходили в Евпатории. Нам даже что-то платили за съёмочные дни. Всю зарплату я тратила на животных: покупала то собаку, то попугая. Потом пришлось пристраивать их в добрые руки, иначе бы с ними меня домой не пустили. Очень часто в жизни я сначала делала, потом думала. Сейчас я изменилась. (Улыбается.)

Кто из педагогов или режиссёров оказал на Вас наибольшее влияние в процессе становления в профессиональной деятельности?

Мой любимый Александр Иванович Романцов. Благодаря ему я сыграла роль леди Макбет по пьесе Шекспира. Это был такой знаковый спектакль, с такой отдачей... Когда актёр чув-

ствует, что у него получается, роль «идёт», публика откликается, и ты с ней на одной волне. И если это волшебство у актёра хоть раз в карьере случается, то всё—ты заражаешься этим на всю жизнь!

Как это возможно: учить такое количество текста?

Когда любишь текст, он сам ложится в голову. Когда учила Шекспира—легко. А вот когда в сериалах диалоги, извиняюсь, не очень талантливые... Бывало, приходилось задерживать съёмочную группу, потому что я «кололась».

Простите, что Вы делали?

Кололась! Это когда ты начинаешь не к месту смеяться во время съёмки. Вспоминаю сцену, когда вместо партнёра напротив меня посадили мальчика-осветителя, чтобы я могла к кому-то обращаться. В какой-то момент я начала просто хохотать. Бывает и наоборот: съёмочный процесс настолько интенсивный и сумбурный, что хочется плакать. Хорошо, в сериале «Бедная Настя» у меня и роль была такая... плаксивая. Не надо было в этот образ входить, я из него и не выходила. (Улыбается.) Благодаря этому сериалу я стала москвичкой и встретила там моего мужа.

Какой деятельностью наполнены Ваши настоящие дни?

Сейчас у меня нет проектов. И это очень здорово. Потому что сейчас я просто наслаждаюсь общением с семьёй. Я рада, когда меня куда-то зовут, если нет—я не расстраиваюсь. Когда меня утверждают на роль, первое, что я смотрю—когда у меня выходной. (Улыбается.) Хочется сниматься в хорошем проекте. То, что я иногда вижу сейчас... У меня первая реакция: «Боже, какое счастье, что я не снимаюсь!» Это потеря времени! У нас дома нет телевидения, мы смотрим только хорошие фильмы.

Переезд в Истру—это тоже такой «побег в деревню из большого города»?

Это было неосознанно. Моё сердце идёт впереди меня. Никогда ничего не планировала заранее. И этот дом появился как-то случайно. Так сбылась мечта!

У вас такой красивый рояль. Часто играете?

Да. Я немного играю на разных инструментах. На гитаре, на аккордеоне, и на блок-флейте. Мы любим петь и танцевать. У нас очень много друзей, и все они с удовольствием к нам приезжают. Всё время праздники! Иногда даже страшно—только закончится один праздник, как мы думаем: «Так, а когда следующий?» Праздники—это моё хобби.

Помимо дома, у Вас есть любимые места в Истре и окрестностях?

Мы, я и мой муж Евгений Ряшенцев—люди православные. Иногда ходим на службы в Новый Иерусалим. Часто бываем в фитнес-клубе. Я проплываю там километр. Это занимает



истра.рф №21

полчаса, и я этим спасаюсь. Вода забирает все ненужное, весь накопившейся негатив. А ещё наши девчонки выступали в МВК «Новый Иерусалим». Они ходили в воскресную школу и потом выступали с Рождественским спектаклем.

От какой роли в кино Вы бы точно отказались?

Ну, например, какие-то пошлости, «обнажёнка» и т.д. Я никогда не участвую в таких сценах. Поэтому, видимо, сейчас и не зовут сниматься. (Смеётся.) Если серьёзно, я считаю, что это должно быть за кадром. Это же дело двоих людей. Можно показать предвкушение любви, а остальное — это уже слишком.

Какой фильм Вы бы рекомендовали к просмотру?

Я люблю фильмы, которые отзываются внутри. Наши старые добрые картины: «Любовь и голуби», «Служебный роман», «Печки-лавочки». А из современных... Дети недавно усадили меня смотреть американский фильм «В метре друг от друга». Они его уже 5 раз смотрели. В общем, мне он понравился. Я не люблю мрачные, социальные темы. Я считаю, что искусство должно находиться над жизнью. Ведь сцена не случайно находится на возвышении, над реальностью жизни.

Вы чего-нибудь боитесь?

Очень боюсь разочароваться в людях. И ещё боюсь, что что-то изменится в моей жизни. Хочу, чтобы ничего не менялось!

Совсем недавно у Вас был день рождения. Вы любите этот праздник?

Да! И очень жду его! Потому что приезжают друзья, мы очень радуемся. Желаю читателям журнала «Истра.РФ» проще относиться к жизни, любить друг друга и стараться быть счастливыми! Конечно, всегда есть трудности и неудачи. Но важно то, как ты их воспринимаешь. Надо всегда быть оптимистами! Это трудно, но возможно! ●

Министерство культуры Московской области
Музейно-выставочный комплекс Московской области
«Новый Иерусалим»

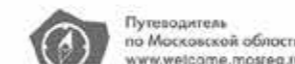
Мелиховский театр
«Чеховская студия»

8 декабря, 2019

Воскресенье, в 18:00



НОВЫЙ
ИЕРУСАЛИМ
Музейно-выставочный комплекс Московской области



Билеты: www.njerusalem.ru
+7 (498) 314-02-36 | +7 (498) 317-29-10
г. Истра, Ново-Иерусалимская наб., 1

предприниматель
**Андрей
Савельев:**

«Прибыли не существует, есть плата за риск»

беседовал
**Евгений
Мельников**

Ни для кого не секрет, что занятие бизнесом в России сопряжено с разнообразными рисками. Но одновременно это и пространство для амбициозных людей, которые желают создать нечто новое, а также для тех, кто просто не удовлетворён доходами наёмного работника. Какие качества пригодятся при создании стартапа и зачем нужно профильное образование? Об этом рассказал **Андрей Савельев** — успешный предприниматель и выпускник одной из самых престижных бизнес-школ в России.

Расскажите о Вашем бизнесе. Почему Истринский район?

Мой основной бизнес — это компания PLAST.RU, которая занимается производством и дистрибуцией пластиков, а также сопутствующих материалов. В Истринском районе у нас находится склад. Там же зарегистрирована другая фирма — «ДОМЭНЫ.РФ». Мы регистрируем и продаём доменные имена. Наконец, в Истре расположен арендный бизнес: резидентами нашего складского комплекса являются несколько крупных компаний, где работают около пятидесяти истринцев.

Почему этот район? Я родился в Красногорске, и прежде чем переехал в Москву, провёл в Истре более десяти лет. Это территория с прекрасной природой и позитивными людьми, с хорошей социальной историей. Хотя район большой, плотность населения невелика. При этом тут проживают 5-7 бизнесменов из топ-100 по версии Forbes. Здесь же расположена самая дорогая земля в России. В общем, район уникальный. Но работы, которую нужно сделать и бизнесу, и администрации, конечно, очень много.

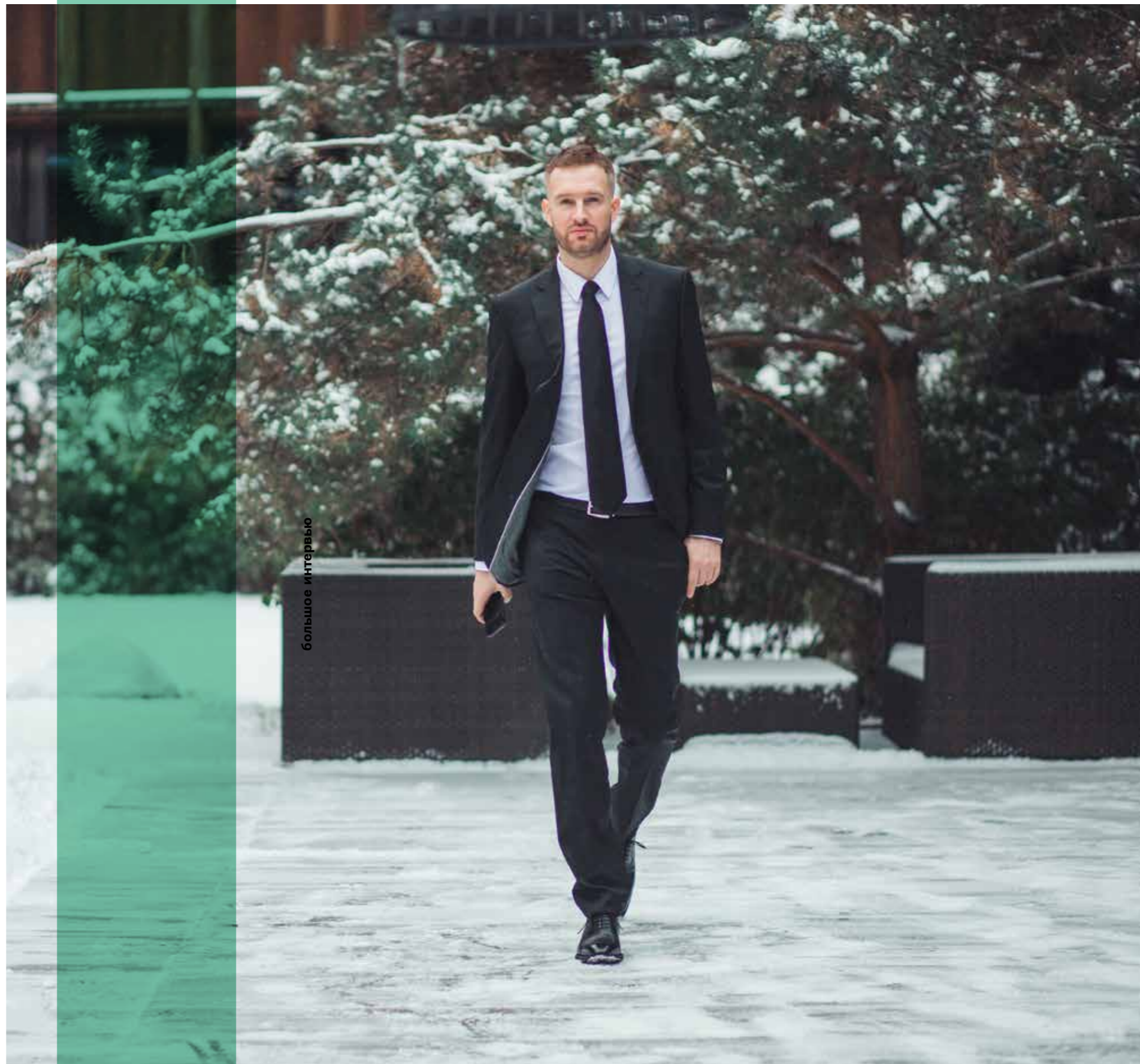
28

Вы — выпускник Московской школы управления Сколково. Это Ваше второе образование?

Да, я учился в МГТУ им. Баумана на инженера оптических и лазерных систем. Однако после выпуска занялся предпринимательской деятельностью. Профильного образования у меня не было, не хватало знаний об управлении, финансах, командообразовании, и я много ошибался. Впрочем, что-то удалось построить — напри-

«Мой основной бизнес — это компания PLAST.RU, которая занимается производством и дистрибуцией пластиков.»

истра.рф №21



большое интервью

29

мер, PLAST.RU уже шестнадцать лет, а согласно статистике, лишь каждая сотая компания преодолевает десятилетний рубеж. Шесть лет назад я начал искать место, где смогу улучшить свои компетенции. Бизнес-школа «Сколково» в личном рейтинге победила безоговорочно и по всем параметрам: по соотношению цены и качества, по уровню преподавателей, по выбору доступных программ. Сейчас их около десяти: от стартап-академии до EMBA for Eurasia, одного из самых дорогих бизнес-образований в мире, которое даёт сразу два диплома — сколковский и гонконгский. Есть даже программа Skolkovo Junior для детей до восемнадцати лет, желающих постичь азы предпринимательства. Я выбрал практикум для директоров и собственников бизнеса. Он очень интенсивный, но относительно короткий — длится полгода. Не будет преувеличением сказать, что Сколково сильно повлияло на меня как на бизнесмена. Мне хочется, чтобы предприниматели из Истринского района тоже пошли учиться туда, инвестируя не в машины, дорогую одежду или заграничные поездки, а в своё будущее, в компетенции и коммуникации.

Есть ли какие-то специфические преимущества у этого места?
Во-первых, само здание, его энергия. Это уникальное пространство, где эстетически приятно находиться. Люди, когда заходят внутрь, переживают «вау-эффект». Во-вторых, это сообщество. Выпускники Сколково входят в лучший бизнес-клуб в России. Участие в нём бесплатно, что отличается от множества подобных объединений, выдающих себя за бизнес-клубы, но на деле занимающихся инфо-цыганством. Здесь же ты общаешься с другими выпускниками, помогая им по вопросам, в которых компетентен — и точно так же они помогают тебе. В третьих, это сильнейшие преподаватели и спикеры, как российские, так и иностранные, в том числе бизнесмены из топ-100. Наконец, внутри Сколково очень много активностей, не касающихся образования — различные клубы по интересам, регаты, марафоны, путешествия. Поэтому помимо знаний я приобрёл хороших друзей, завязал сотни контактов. Сейчас я вхожу в совет выпускников бизнес-школы.

Какие сферы, на Ваш взгляд, наиболее перспективны для стартаперов?
Я бы рекомендовал начинающим предпринимателям смотреть в направлении онлайн-бизнесов. Они менее рискованны и затратны, чем рестораны, салоны красоты, магазины. Можно создать портал в каком-то сегменте, согнать туда трафик и зарабатывать с рекламы. Такой бизнес окупается примерно за полгода. Кроме того, он легко масштабируется и растёт значительно быстрее, чем в офлайне. Делать ставку на российский рынок или сразу на зарубежный? Я бы начал с локальной темы: внутри города или региона. Потом, настроив процессы и на-

бравшись опыта, можно пробовать выходить на Россию или другие страны. Это непростая история.

Насколько рискованно заниматься бизнесом в нашей стране?
Есть такая поговорка: прибыли не существует, есть плата за риск. Чем бизнес высокомаржинальнее, тем он рискованнее. Например, торговля наркотиками, будучи преступлением, подразумевает большую прибыль при колоссальном риске. Напротив, продуктовый магазин рядом с домом — это минимальная маржа. Всё зависит от вида деятельности. Для микрофинансиста риск связан с величиной кредитной ставки, для фермера — с тем, что опять разрешат продовольственный импорт из Европы. Но, по большому счёту, основной риск для всех — это лень. Чтобы получилось, нужно вкалывать. Остальное индивидуально.

Какими качествами должен обладать предприниматель?
Стартаперам важно помнить, что идея — всего один процент от успеха. Драйв — это круто. Но дальше надо составить «дорожную карту»: как зарегистрируешь юридическое лицо, как откроешь расчётный счёт, как сделаешь сайт, как купишь телефонный номер. Многие из этих пунктов тоже дробятся: например, для создания сайта нужно выбрать домен, хостинг, подрядчика и так далее. Необходимо озаботиться маркетингом — а это сотни пунктов. Но в результате ты будешь делать не одну сложную вещь, а много простых. Далее: придётся тратить огромное количество времени. Предпринимательство — это не понедельник-пятница с девяти до шести, а двадцать четыре часа в сутки семь дней в неделю, порой без сна и обеда. Иногда — без личной жизни. Также нужно не бояться и идти чётко к цели. У многих так происходит: они вкладывают деньги, видят, что дело не идёт, и закрывают бизнес на полпути. Наконец, очень важно отвалидировать свою идею у опытных предпринимателей. Если, грубо говоря, десять человек из десяти говорят, что она хреновая — значит, это так. Но если хотя бы двое считают её нормальной, то стоит прислушаться. Когда Джек Ма искал деньги на Alibaba, восемь из десяти похоронили проект — но что вышло в итоге?..

Ключевой вопрос: как быть с финансированием?
Многие стартаперы хотят построить бизнес за чужой счёт. Мой совет заключается в том, что не надо перекладывать риски на чужого дядю. Если бизнес окажется успешным, то этот дядя у тебя его заберёт. Нет денег — продай машину или квартиру, заложи имущество, займи под проценты в банке или у друзей. Стартапер — тот, у кого нет средств, но есть вера в проект. Наоборот, бизнес-ангел — это зрелый, состоявшийся бизнесмен. Для него поддержка стартапа, как правило, представляет собой некое хобби, спорт. Нередко бизнес-ангелы

истра.рф №21

большое интервью

крайне насмешливо отзываются о стартаперах в узком кругу. Есть, конечно, опытные инвесторы, которые находят алмазы в стоге сена. Чтобы их впечатлить, мало интересного проекта самого по себе, нужна ещё и интересная подача. При этом на российском рынке успешных кейсов совсем немного — например, Aviasales. Почему? Стартапер хочет продать 10% идеи за 90 млн рублей, бизнес-ангел хочет купить 90% идеи за 10 млн рублей. Финансирование на выгодных условиях получает один проект из ста. Я в течение трёх лет ездил на разные стартаперские туры, общался. И понял, что это неинтересная конструкция. Вдобавок все пытаются обставить друг друга.

Порядочность — важный фактор в бизнесе?
Крайне важный. Не пытайтесь кого-то обмануть. Если начинаете бизнес с партнёром, распишите заранее, как распределяете доли, как выплачиваете дивиденды, как решаете внутренние конфликты, какими будут санкции за нарушения. У меня есть список из десяти пунктов, как вести совместное дело. Например, обозначьте зоны ответственности: я приезжаю в офис во вторник, четверг и субботу, трачу столько-то времени и делаю такие-то вещи — скажем, общаюсь с поставщиками. Часто бывает, что два друга, которые открывают дело, потом становятся врагами. Чтобы этого не допустить, надо разобраться со спорными вопросами ещё на берегу. Среди прочего определитесь, как закончите ваши отношения, если кто-то захочет выйти из бизнеса.

«Имя домена — это фундамент вашего бизнеса. Оно должно быть удобным, ярким, легко запоминающимся. Хороший пример — ИСТРА.РФ»

Что ещё можете посоветовать начинающим предпринимателям?
Большая ошибка стартаперов — то, что они сразу нанимают армию сотрудников, которым делегируют свои компетенции. Не стесняйтесь в начале пути делать черновую работу самостоятельно. Тратить деньги на этом этапе лучше бережливо: не надо выделять огромные маркетинговые бюджеты или снимать большой офис. В своё время я на этом сильно обжёгся. Не затягивайте с принятием решений. Герман Греф, президент Сбербанка, говорит, что есть два типа компаний: быстрые и мёртвые. Наконец, в мар-

кетинговой части начинайте с выбора домена. Имя домена — это фундамент вашего бизнеса. Оно должно быть удобным, ярким, легко запоминающимся. Хороший пример — ИСТРА.РФ.

Каков Ваш посыл к истринским бизнесменам?
Я люблю Истринский район. Мне хочется, чтобы там зарождались интересные бизнесы. Считаю, что было бы продуктивно, например, организовывать встречи среди предпринимателей — возможно, на базе недавно открывшегося офиса «Мой бизнес». Его руководитель Ольга Попова оказывает неоценимую поддержку начинающим предпринимателям. Такие встречи стоит проводить хотя бы раз в месяц. На них можно будет обмениваться компетенциями, получать знания, искать новых клиентов и поставщиков. Подобный шаг придаст важный импульс развитию бизнеса в районе. Уверен, что в этом случае рост успешных стартапов через пять лет ускорится в разы. Также хочу рассказать, что у нас в PLAST.RU есть клуб предпринимателей-любителей настольного тенниса. Приглашаю коллег-бизнесменов присоединиться к нам! Раз в месяц мы собираемся в «Крылатском», играем, общаемся, заводим новые знакомства и партнёрские отношения, просто позитивно проводим время. Спорт отлично помогает снимать стресс, который сопряжён с занятием предпринимательской деятельностью. ●

Как пройти к новому 2020-му, не подскажите?
Подскажем! Ещё и карту дадим! Немного мудрено,
да? Но разве кто-то сказал, что будет легко?
Мы — точно нет. Зато нарисовали для вас сразу
несколько лабиринтов — из 2019 в 2020. На любой
вкус и запутанность. Не забывайте загадывать
новогодние желания на поворотах!



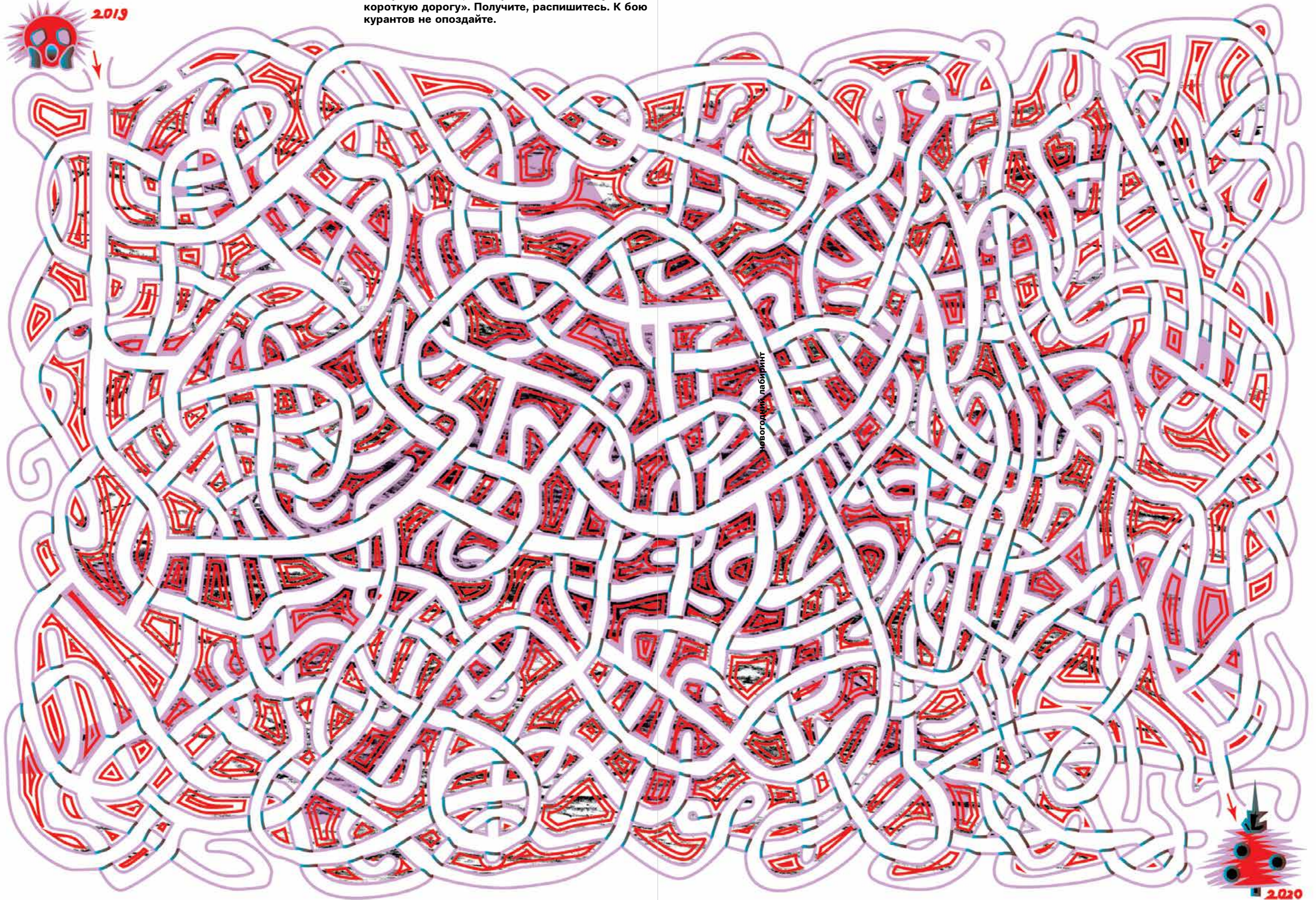
рисовали:
Маша Морозова
Екатерина Даугель-Дауге
Катерина Воронина

Новогодний лабиринт

Новогодний лабиринт в пустыне (ничего не спрашивайте) — для тех, кто любит погорячее! Ну, если совсем жарко станет, можно сразу выбраться — вход и выход без всяких затей. Любителей бродилок с нелинейным сюжетом ждут приключения — пустынные, разумеется, но и немного новогодние. Верблюдов оливье не кормить! Штраф — 50 мандаринов.



Лабиринт для тех, кто «фигня, я знаю самую короткую дорогу». Получите, распишитесь. К бою курантов не опоздайте.



Новогодний лабиринт

А это отвязный Берлинский лабиринт. От рейва слегка лёд треснул, правда. Но это ж ещё больший андеграунд и вообще.



новогодний лабиринт

START

Один клик — тысяча решений

Если вы вдруг решили выучить корейский язык или просто определить спелость арбуза — поверьте, **мобильное приложение** для этого уже создано. Мы объясним, почему приложения — волшебные палочки 21 века, и расскажем про большое мобильное обновление к Новому году.

Первые мобильные приложения в привычном для нас виде появились чуть больше 10 лет назад. В основном это были игры и приложения для быстрого доступа к электронной почте. Прошло совсем немного времени, и теперь офис, ресторан, спортзал, магазин помещаются у нас в кармане. Один клик — и ты уже оплатил все услуги в приложении Сбербанка. Одно нажатие — и у тебя безлимитный доступ к музыкальным новинкам в Яндекс.Музыке, например. Многие сервисы сегодня вовсе отказываются от веб-сайтов в пользу мобильных версий.

Мы настолько привыкли к мобильным приложениям, что почти не задумываемся, почему это удобно. А ведь преимущества очевидны. Во-первых, это простота использования. Приложения разработаны для экранов смартфонов, поэтому там всё удобно расположено и интуитивно понятно. Во-вторых, эргономика. Приложения специализированы и максимально продуманы для выполнения определённых действий. В-третьих, экономия. Приложения тратят минимум трафика, а многие даже работают офлайн.

Всё это говорит об одном — приложения незаменимы для людей, которые ценят своё время и деньги. А в светлые предновогодние дни это особенно важно. Тут главное, чтобы интернет работал бесперебойно.

Об этом как раз позаботится «Истранет». 1 декабря провайдер запускает обновление своего мобильного приложения. Предыдущая версия была упрощённой, сейчас приложение станет максимально функциональным.

Чтобы разобраться в новых функциях было проще, мы подготовили краткий обзор грядущего обновления.

Оплатить интернет

В приложении «Истранет» вы сможете оплатить интернет с любой банковской карты, а также при помощи Google Pay и Apple Pay. Деньги поступят на счёт в течение нескольких минут, и вы сразу сможете пользоваться интернетом. Защита личных данных гарантируется, для этого разработчики внедрили надёжную систему безопасности. Также в приложении можно будет сделать обещанный платёж и получить 10-дневный доступ в интернет.

Связаться со службой поддержки в любое время суток

Чат-помощь работает в приложении 24/7, и клиент сможет в режиме реального времени получить консультацию у специалиста службы поддержки. Проблему с интернетом решат удалённо

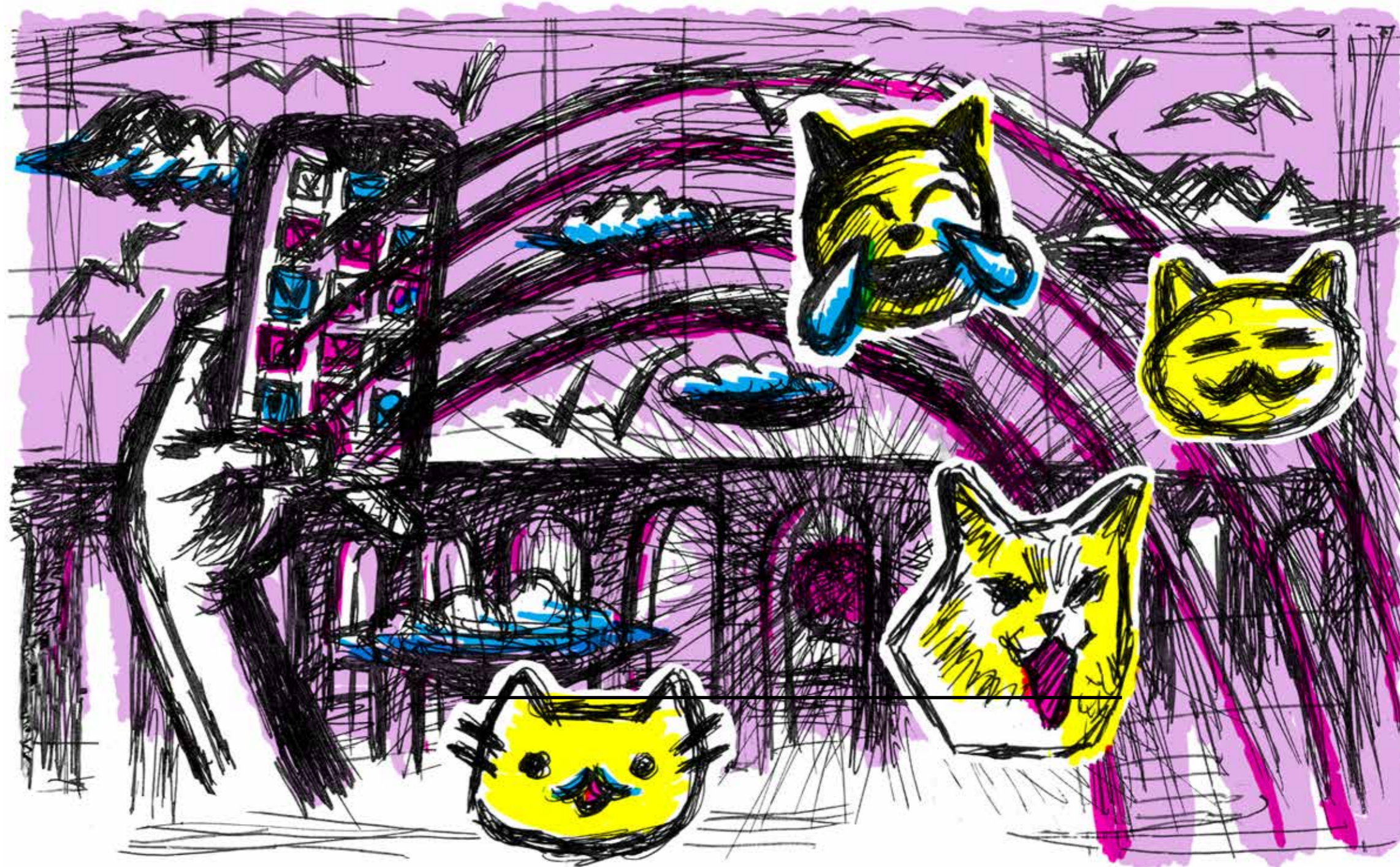
или отправят специалиста на место. Главное, что не надо будет искать телефон службы поддержки, дозваниваться и объяснять ситуацию. Это не всегда удобно и подходит не каждому.

Проверить баланс, информацию о тарифе

В приложении «Истранет» вы сможете увидеть полную информацию о вашем аккаунте: израсходованный трафик, актуальный баланс, информацию о вашем тарифном плане. Приложение своевременно подскажет и о необходимом платёже, чтобы не остаться без интернета. Также вы сможете получать уведомления об оплате, предупреждения о проведении работ на линии, отчёты об оплатах за выбранный период времени.

Сменить тариф и подключить дополнительные услуги

Случается, что привычный тариф перестаёт подходить. Поменять его



очень просто, достаточно будет зайти во вкладку «Тарифы» и выбрать подходящий. Также в приложении «Истранет» можно будет включить «Турбо-режим»: он позволяет в течение 12 часов воспользоваться всеми ресурсами на скорости 100 Мбит/с.

Разрабатывая обновление, в «Истранет» учли отзывы пользователей о предыдущей версии приложения и сделали новую максимально простой, удобной и функциональной. Сейчас любые операции можно будет сделать в приложении, не заходя в браузер и личный кабинет. Логин и пароль вы впишете лишь первый раз — после установки приложения. Одно нажатие — и все возможности «Истранет» уже доступны у вас в телефоне. При этом вам не придётся отвлекаться, например, от покупки новогодних подарков или просмотра рождественского фильма.

Приложение «Истранет» доступно для платформ Android и iOS, а также Windows и Linux. На этой странице мы

спрятали для вас специальный QR-код. Просто отсканируйте картинку, скачайте приложение — и присоединитесь к следующему поколению удобства от «Истранет».

«Истранет» — провайдер хороших эмоций! ●



Анна Вотинцева: «Мягкий тренер не нужен никому»

Тренер FITNESS ONE Истра Мелоди **Анна Вотинцева** о том, как встретить Новый год в спортивном стиле и не жалеть о бесцельно потраченном времени.

беседовал
Алексей Хамин

Расскажите как тренер, с какими эмоциями Вы подходите к финальной части 2019 года?

Это был позитивный год с множеством положительных результатов. Как у меня, так и у моих подопечных. Была проделана огромная работа! Конечно, в этом году был короткий сезон. Могу отметить большой турнир в Ярославской области. Было по 40 человек в каждой категории, я заняла 4-е место. Одного балла не хватило до призового места! Были планы поехать на чемпионат мира осенью, но по определённым причинам не получилось.

Кто-то из клиентов удивил Вас в уходящем году?

Не просто удивили, но и вдохновили! Например, одна из моих подопечных — педагог-логопед. Женщина начала заниматься фитнесом уже после 40 лет, по рекомендации врача. Ко мне она попала только через год самостоятельных занятий в зале, и мы с ней проделали ещё большую работу. За 8 недель мы сбросили 12 килограмм! А она дама невысокая, и при таких параметрах это очень заметно. Изменения были, что называется, налицо: фигура стала гораздо более подтянутой, а здоровье улучшилось.

Современные гаджеты позволяют скачать приложение и вести учёт калорий с помощью той или иной программы. А у моей героини был простой кнопочный телефон. А нам нужно считать калории. Она завела дневник, записывала в него всё вручную и на каждую тренировку приносила на листочке свой рацион. Да, диету написала я. Но отличного результата ей удалось добиться только благодаря своему характеру!

У Вас есть один какой-то общий совет для всех: как не толстеть?

Важно понимать, что многие приходят в FITNESS ONE Истра Мелоди с основной целью — избавиться от лишнего веса. И это правильно, это к нам, по адресу. Но! Весь секрет стройности заключается в образе жизни. Здоровый ОБРАЗ жизни — это не пустой звук. Ежедневные действия — важнее промежуточной цели.

Самое сложное в здоровом образе жизни — начать; если уже начал — не сдуться, получив первые результаты. Подскажите, как мотивировать себя?

Почему пропадает мотивация? Потому что используется неправильный подход. Ещё раз подчеркну: ежедневные действия формируют образ жизни. Каждый день необходимо делать правильный выбор: идти бегать или поспать? Позавтракать яичницей с беконом или смузи? Результат зависит от привычек. Больше ежедневных полезных привычек — лучший результат.

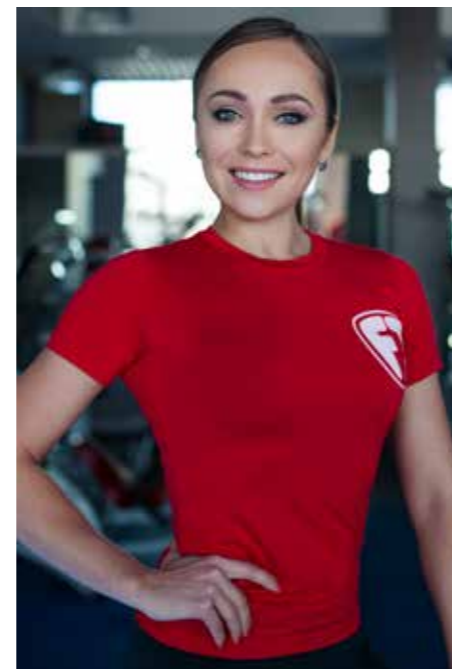
Считается, что лучший способ быстро сбросить вес — это бег. Так ли это?

Лучший способ сбросить вес — создать дефицит калорий. Нужно расходовать больше, чем потребляешь. Сделать это можно различными способами. В том числе и при помощи бега.

Некоторые, даже соблюдая эти правила, не теряют вес. Почему?

Такое бывает: урезать уже нечего, тренировок «выше крыши», а лишние килограммы почти не уходят. Скорее всего, человек неправильно считает калории или активность. Второе: это происходит из-за высокого уровня такого гормона, как кортизол — это «вода», отёчность, но невысокий процент жира.

Анна Вотинцева, тренер FITNESS ONE Истра Мелоди



Тогда необходимо чуть снизить количество тренировок, чуть-чуть добавить калорий, и отёчность уходит, а форму удаётся улучшить. И третье: так бывает у тех, кто слишком долго сидел на низкокалорийной диете. По моему опыту, каждые 12-13 недель нужно делать перерыв в диетах на 2-4 недели. В эти дни мы не бежим в рестораны быстрого питания, но добавляем вкусные и полезные продукты.

Лучший способ подсчёта калорий — дневник питания, мобильное приложение или браслет?

Мне нравится приложение Fat Secret. Благодаря ему я знаю, что едят мои клиенты каждый день. Они мне отправляют отчёты о том, что они едят.

Вы — строгий тренер?

Мягкий тренер не нужен никому. Мало кто из подопечных выполняет все задания на 100%, 98 — уже хорошо. Но! Даже если вы будете выполнять норму на 60-70% — это уже шаг к изменению формы к лучшему. А наставник должен иметь инструменты для работы и знать, как прийти к хорошему результату. А уже от человека зависит, насколько у него хватит силы воли и желания выполнять рекомендации тренера.

Чего нельзя делать до и после тренировки?

Нельзя приходить на тренировку без сил, питаться в фаст-фудах — ну, и забывать о правильном восстановлении.

Не за горами Новый год и Рождество. Как провести праздники и остаться в хорошей спортивной форме?

У нас есть традиция: 31 декабря мы идём... на тренировку. Утром собираемся, тренируемся, а затем со спокойной совестью идём пить чай с новогодним кексом.

Мы знаем, что Вы не только тренер, но и диетолог. Как провести новогоднюю ночь весело и вместе с тем без вреда для здоровья? Как правильно питаться в период новогодних каникул?

Во-первых, заранее составить меню для новогодней ночи. Включить туда как можно больше свежих овощей и продуктов, содержащих клетчатку. Например, салат «Цезарь» и т.п. Максимально сократить количество майонеза и другие жирные заправки. Жирное мясо можно заменить на более диетическое: индейка, телятина. Во-вторых, на следующий день после застолья, прийти в зал и провести

лёгкую кардиотренировку. Кто занимается лыжами — сходить в лес на лыжах или хотя бы прогуляться на свежем воздухе. Как правило, со 2 января FITNESS ONE Истра Мелоди уже работает, можно прийти пожечь немного калорий и кровь разогнать.

А что по поводу алкоголя? Действительно ли бокал вина перечёркивает день тренировки?

Я соревнуюсь без отдыха уже 4 года. Соблюдаю строгую диету. Недавно ездила на отдых в Испанию и немного себя побаловала: манго, крупы, вино...

Если нужен «сухой» пресс — мы не пьём вообще. Если просто скинуть 10-15 килограмм, то можно иногда позволить себе немного белого сухого вина.

Есть общепринятые допустимые нормы: для мужчин это 2-3 бокала, а для женщин — 1-2 бокала вина в неделю. В таком количестве алкоголь совместим с фитнесом. Но своим я вообще запрещаю. Всё — ради здоровья! ●



FITNESS ONE Истра Мелоди

адрес:

МО, Истринский район, деревня Крючково, ул. Радости, коттеджный посёлок «Мелоди»

телефоны:

рецепция: +7 (495) 640-10-05

отдел продаж:
+7 (495) 120-26-70

часы работы:

будни 7:00-23:00
выходные 9:00-22:00

www.fitness-one.ru



Мультибрендовые бутики AND'A — мода и стиль рядом с вами



Бутики AND'A

адреса:
г. Истра, ул. Ленина, 27

д. Покровское, ул. Центральная, 27 (ТЦ «Покровский», 2 этаж)

г. Красногорск, ул. Ленина, 55а (ТЦ «Солнечный рай», 2 и 3 этаж)



каждый день. Стоит отметить, что ценовой сегмент достаточно демократичен. Например, прекрасный мужской трикотаж из шерсти и кашемира обойдётся вам не дороже пяти тысяч рублей.

Волшебного Нового года и Рождества! В преддверии праздников бутики AND'A подготовили массу хороших вариантов для новогодних подарков. Вы сможете выбрать стильный кашемировый шарф, перчатки, итальянскую бижутерию или подарочный сертификат на любую сумму.

Продавцы-консультанты с любовью по-новогоднему упакут ваши подарки.

«Мы уважаем своего клиента — это главная ценность AND'A»

Прежде чем поехать в Москву, советуем заглянуть в один из бутиков нашей сети — возможно, вы найдёте то, что ищете.

Для обладателей карты «Свои на Риге» во всех бутиках сети AND'A действует постоянная скидка до 15%.

«Мы стараемся, чтобы мода была ближе к вам»

За три года существования компания AND'A открыла уже четыре бутика модной одежды в Истринском и Красногорском районах Московской области.

В основном мы предлагаем своим покупателям одежду в стиле casual итальянских брендов TwinSet, Stefanel, Just for you, 5previu, Takeshy Kurosawa, Seventy и других, однако в последнее время довольно прочное место в нашей коллекции заняли и российские дизайнеры. Например, большой популярностью пользуются коллекции от fashion-лаборатории MW и PAROLE от Виктории Андрияновой. Очень часто эта одежда, созданная в России, превосходит качеством зарубежных «конкурентов» и всегда учитывает особенности и настроение наших девушек.

«Мы за то, чтобы экономить ваше время и деньги»

Консультанты сети AND'A регулярно проходят обучение и получают все необходимые знания. Их задача — чтобы вы могли одеться стильно, красиво, и подчеркнуть свою индивидуальность.

«Мы за честные распродажи»

Все наши постоянные клиенты — а их более полутора тысяч человек — знают это и ждут клиентские дни и сезонные скидки.

Поговорим о мужской моде

В Красногорске в ТЦ «Солнечный рай» на 3 этаже AND'A запустил первый бутик с мужским ассортиментом. Мужчины менее восприимчивы к моде и новым вещам. Они проявляют практичность гораздо чаще женщин. Именно поэтому принципу мы формировали ассортимент. Джинсы, водолазки, рубашки, свитшоты, пиджаки — всё то, что необходимо современному мужчине

на правах рекламы

СВОИ НА РИГЕ
СКИДКИ И АКЦИИ ДЛЯ СОСЕДЕЙ

Более **70 скидочек*** по **ОДНОЙ** карте

Зайдите на www.svoinarige.ru или сканируйте qr-код

Заполните анкету, получите карту на e-mail

Показывайте карту и получайте скидки



Регистрируйтесь на www.svoinarige.ru и получите карту скидочек «Свои на Риге» **бесплатно**

	Бутик детской одежды Isola Piccolo Скидка от 15% до 31.10.2019 ТЦ «Княжий двор» 1 этаж (дер. Борзые) 8 (915) 056 22 69		Медицинская клиника CMD скидка 10% на услуги Истра, ул. 9-й Гвардейской Дивизии, д. 42 8 (499) 673 21 91
	Семейное Кафе АндерСон Крылатское Скидка 10% на праздники от 15 человек, поздравление от мишки Густава в подарок. Москва, Рублевское шоссе, дом 28, корпус 1 8 (909) 649-87-19		Детский гимнастический центр «GYM KIDS» Скидка 20% на покупку абонемента в пробный день дер. Лобаново, д. 253 8 (495) 114 11 05
	Семейное Кафе АндерСон Кембридж Скидка 10% для компаний от 8 человек в будни (по предзаказу). д. Красный посёлок, КП Кембридж 8 (963) 634-41-49		Фехтовальные клубы «Флэш» Скидка 10% на абонементы Истра, Снегири, КП Балтия 8 (985) 888 05 62
	Pablo's Barbershop Каждая пятая стрижка бесплатно Крючково, ул. Вишневая, стр. 17 8 (926) 160 24 20		Сервисная компания «Управдом» Скидка 10% на обслуживание домов и таунхаусов в любом районе Новой Риги 8 (967) 177 44 33
	Студия эпиляции и косметологии LaserSkin Скидка 5% Истра, ул. Ленина, 75с3 8 (985) 999-01-04		Winestory Gastrobar Скидка 7% на всё меню (кроме вина) ТРК Павлово Подворье 8 (977) 687 50 40

Полные условия и актуальность предложений уточняйте на сайте проекта и у Партнёра.

Больше предложений — на сайте www.svoinarige.ru

*по данным на 20.11.2019

Лазерная эпиляция: как выбрать лучший салон?

Лазерная эпиляция — это самый современный и безопасный способ избавления от нежелательных волос, эффект от которого сохраняется на протяжении нескольких лет.



По причине высокого спроса сегодня появляется всё больше салонов, предоставляющих услугу лазерной эпиляции. К сожалению, лишь немногие из них отличаются высоким качеством, а посещение некоторых может быть просто опасным. Не разобравшись в особенностях данной процедуры, можно потратить месяцы на курс, а результат так и не получить — или даже навредить своей коже.

Непрофессионализм и нечестность некоторых мастеров приводит к тому, что люди всё чаще разочаровываются в эффективности лазерной эпиляции. Дело в том, что зачастую салоны экономят на закупке оборудования и получении медицинской лицензии и работают на фотоэпиляторах.

К сожалению, сегодня большинство студий лазерной эпиляции не имеет медицинской лицензии, а работающие в них специалисты — медицинского образования и необходимых сертификатов. А такие салоны не имеют права работать на настоящих медицинских лазерах. Наличие лицензии — это первое, на что надо обратить внимание, придя в салон.

В центре LaserSkin в Истре применяется современное оборудование от лидеров отрасли производства медицинской техники, компании Asclepion Laser Technologies GmbH — крупнейшего производителя в Европе.

Для процедуры лазерной эпиляции используется новейший немецкий двухволновый лазер премиум-класса MeDioStar NeXT PRO с Регистрационным удостоверением ФСЗ 2010/07989, выданным Минздравом РФ. На данном лазере также можно проводить процедуры омоложения и отбеливания кожи, лечения акне.

Почему был выбран именно диодный лазер?

Это лазер нового поколения, у него нет недостатков, свойственных предыдущим версиям.

Профессиональный диодный лазер успешно удаляет волосы любой толщины и любого цвета (кроме седых и ярко-рыжих) и применяется на коже любого фототипа. При одновременной вспышке такой лазер посылает стан-

LASER SKIN

Центр красоты и здоровья
Laser Skin

адрес:
г. Истра, ул. Ленина, дом 75,
стр. 3

телефон:
+7 (985) 999-01-04

дартную волну 810 нм и увеличенную 940 нм, из-за чего эффективность процедуры вырастает в разы!

В результате можно получить абсолютно гладкую кожу надолго. Многие отмечают, что эпиляция, сделанная с помощью диодного лазера MeDioStar NeXT PRO, абсолютно безболезненна.

Центр LaserSkin позаботился и о квалификации специалистов: здесь работают только сертифицированные врачи-дерматовенерологи и косметологи.

А теперь настало время приятных бонусов!

В декабре будет действовать акция:

- при покупке абонеента на 3 процедуры действует скидка 10%

- при покупке абонеента на 5 процедур — скидка 15%

- при покупке абонеента на 8 процедур — скидка 20%

Кроме того, есть возможность порадовать своих родных и близких — в Центре можно приобрести подарочный сертификат! Каждая женщина сможет выбрать ту профессиональную косметическую процедуру, которую она считает необходимой в данный момент. Такой сертификат станет универсальным решением как для женщин элегантного возраста, так и для молодых девушек.

Для владельцев карты «Свои на Риге» действует постоянная скидка — 5%.

на правах рекламы



ИМПЛАНТОЛОГИЯ, ЭСТЕТИЧЕСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

Мы работаем без обеда и выходных,
понедельник–суббота 9–21
воскресенье 8–19

г. Истра, ул. Шнырева, д. 2
e-mail: dentaliya.istra@mail.ru

8 (901) 531-66-36
8 (49872) 9-86-66
8 (49831) 5-22-94

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста

реклама

Узнать причину недуга: ЛОР-заболевания и их влияние на организм

Боль в горле, заложенность носа, беспокойный сон, храп, неприятный запах изо рта, постоянное подкашливание — симптомы, с которыми большинство людей привыкли жить. Между тем они значительно ухудшают качество жизни и влияют на общее состояние организма.

Кутубулатова Елена Владимировна, врач-оториноларинголог высшей категории, врач-онколог, нутрициолог



Большинство наших пациентов не знают, что первопричины заболеваний многих органов и систем организма берут своё начало в патологиях ЛОР-органов. Например, внезапное снижение половой функции у мужчин или мочеполовые заболевания у женщин могут возникнуть из-за скрытой простуды или недолеченного насморка. Дело в том, что организм направляет большую часть ресурсов и всё своё «внимание» на борьбу с ЛОР-заболеванием, из-за чего допускает нарушения в других органах и системах организма.

Важно понимать, что наши нос, ухо и горло не просто выполняют определённую функцию, о которой мы все знаем. Контакт с внешней средой, наши ЛОР-органы (особенно нос с его пазухами и лимфоидная ткань) постоянно несут разного рода информацию для организма. Это вызывает изменения как в самих ЛОР-органах, так и во многих системах организма, что в свою очередь определяет качество нашей жизни, работоспособность, настроение.

С ноября в Центре системной медицины ведёт приём уникальный специалист, врач-оториноларинголог высшей категории, врач-онколог, нутрициолог Кутубулатова Елена Владимировна.

За 20 лет практики Елена Владимировна помогла большому количеству

взрослых и детей, а также сформировала свой уникальный подход к профилактике и лечению ЛОР-заболеваний. Это позволяет ей шире и глубже смотреть на причины симптомов и жалоб пациентов, а вместе с тем находить более эффективные методы лечения.

«За годы практики я всё чаще стала замечать, что хирургические методы лечения ЛОР-органов не всегда приносят ожидаемый результат. Это дало мне повод задуматься и углубиться в изучение истинных причин заболеваний. Одной из таких причин является дефицит витаминов и микроэлементов в организме. Например, постоянная заложенность носа, хронические синуситы и риниты, а также снижение слуха могут быть признаками скрытого железодефицита! Поэтому так важно не просто снимать симптомы, а углубляться в причины, которые провоцируют болезнь, чтобы избежать рецидивов и хронических патологий ЛОР-органов».

Елена Владимировна помогает всем пациентам, вне зависимости от возраста, используя в лечении индивидуальный подход — ведь причины возникновения заболеваний у взрослых и детей значительно различаются.

Болезни ЛОР-органов являются одними из самых распространённых

в человеческом организме. К сожалению, многие перестали относиться к ЛОР-патологиям серьёзно и игнорируют симптомы простуд (покашливание, заложенность носа, боль в горле), снимая их сосудосуживающими каплями, пастилками для горла и тем самым загоняя болезнь всё глубже. Важно помнить о том, что не так страшны ЛОР-заболевания, как их последствия. Скрытые патологии, которые были «заглушены», могут дать знать о себе позже.

Дети — самые частые пациенты в кабинете оториноларинголога. Родители не успевают водить их к врачу и проводить назначенное лечение — как опять после недели в школе появляется насморк и повышается температура. Этому может быть много причин: и ослабленный иммунитет, и психосоматика.

С каждым годом число психосоматических заболеваний растёт, и немалая часть ЛОР-патологий связана именно с внутренними конфликтами. Вирусные инфекции не способны нанести так много вреда, как подавленное психологическое состояние.

Тело реагирует воспалением на то, что считает опасным, и начинает бороться. Так проявляются ОРВИ. Более того, дети неразрывно связаны со своими родителями и транслируют их внутреннее состояние. Если родители находятся в состоянии гнева, агрессии и неприятия, простудные заболевания как у них, так и у детей, будут активизироваться. Организм постоянно находится в напряжении и борьбе, и вирусы станут активны, как только он даст слабину.

Для того, чтобы взрослым и детям перестать быть уязвимыми в период простуд, важно профилактировать заболевания ЛОР-органов, следить за туалетом носа, ушей и горла, за своим внутренним состоянием, бережно относиться к себе. Необходимо вовремя обращаться к специалистам, если возникают неприятные симптомы, и следовать рекомендациям. Это позволит избежать простуд, которые всегда не вовремя, и жить, наслаждаясь каждым днём, дыша полной грудью и забывая о том, что такое першение в горле. ●



Московская область,
Новорижское шоссе 20 км
МКАД, Истринский район,
Павловская Слобода,
дер. Новинки, д. 115, кор. 2,
ТРК «Павлово Подворье»,
(напротив ресторана ЧАЙХОНА №1)

режим работы:
с 8.00 до 21.00,
без выходных

телефон:
+7 (499) 653-73-99

www.chinamedpavlovo.ru

Специальное предложение:
до 31 декабря — скидка 15% на первичный приём оториноларинголога.



Без истерик

Здравствуйтесь, давайте знакомиться! Меня зовут **Наталья**. Я **психолог-консультант** и мама двух дочерей. Чтобы профессионально разобраться в нелёгких родительских вопросах, я закончила магистратуру Московского института психоанализа по специальности «Консультативная психология», затем прошла курс повышения квалификации «Основы детской психотерапии». Теперь я помогаю и другим родителям.

Наталья Дядюрко, психолог-консультант



Я являюсь аккредитованной ведущей курса от авторов А. Фабер—Э. Мазлиш в России «Как говорить, чтобы дети слушали» в Москве и в Истре.

Если вы ответили «ДА» хотя бы на один вопрос, тогда этот курс для вас!

Вы узнаете, как:

Наши курсы предназначены для родителей. Каждую неделю мы выполняем домашние задания, осваиваем теоретические рекомендации и вырабатываем практические навыки, пробуя себя «в бою». На встречах обсуждаем результаты тренировки, делимся сложностями и открытиями.

- Улучшить отношения с детьми
- Научиться говорить так, чтобы вас слышали и слушались
- Мотивировать и дисциплинировать ребёнка, не обижая и не унижая его
- Помочь детям поверить в себя
- Создать атмосферу любви и уважения
- Мирно разрешать конфликты
- Не потерять контакт со взрослеющим ребёнком ●

Цель курса—освоить практические и эффективные методы общения, которые сделают отношения с детьми любого возраста близкими, тёплыми и дружескими.

Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили:

- Думаете, что вы где-то «упустили» своего ребёнка?
- Ваши просьбы остаются незамеченными, пока вы не начнёте кричать и угрожать?
- У вас ощущение, что ребёнок манипулирует вами?
- Ребёнок испытывает ваше терпение и часто побеждает?
- Ваши разговоры часто заканчиваются недовольством с обеих сторон?
- Ваш ребёнок очень замкнут и вы не знаете, что ожидать от него?

телефон:
+7 (985) 049-90-01

e-mail:
bez-isterik.ru@yandex.ru

www.bez-isterik.ru



на правах рекламы

Premium
рекламное агентство

**ПРОИЗВОДСТВО
ЛЮБОЙ РЕКЛАМЫ**
ПОЛИГРАФИЯ • НАРУЖКА • СУВЕНИРКА

Подпишись
на нас в инстаграм



premium_reklama_proizvodstvo



Покажи
менеджеру при заказе



Получи
разовую скидку

10%

на любую продукцию

СУВЕНИРНАЯ ПРОДУКЦИЯ К НОВОМУ ГОДУ

НАНЕСЕНИЕ ЛОГОТИПА:

- прямая УФ печать
- гравировка
- лазер
- фрезер
- сублимация
- тиснение



+ АКЦИЯ!

Новогодние подарки от компании при любом заказе!



г. Истра, ул. Ленина 80
г. Красногорск, ул. Ленина 56
П. Слобода, д. Лешково 242

+7 (495) 662-95-11
+7 (967) 065-68-65
+7 (915) 007-53-53

www.ra-premium.ru
По вопросам сотрудничества:
ev@ra-premium.ru

«Истра-Тур»: горнолыжный сезон-2020

Чтобы насладиться зимней сказкой, отдохнуть душой и полюбоваться уникальным видом Ново-Иерусалимского монастыря, нужно обязательно хотя бы раз побывать в горнолыжном клубе **«Истра-Тур»**.

Для любителей катания на горных лыжах здесь обустроены три спуска. Протяжённость самого длинного из них составляет 220 метров. Две трассы подходят для новичков, третья трасса, имеющая сложный профиль, будет интересна более опытным спортсменам.

Здесь вы сможете отдохнуть на свежем воздухе всей семьёй или небольшой компанией.

В программе сезона-2020:

- Новогодние детские соревнования с Дедом Морозом и Снегурочкой
- Соревнования для взрослых
- Соревнования семейных команд

Подробности смотрите на сайте www.istraski.ru.

Легендарные Фаворы ждут вас! ●

адрес:

г. Истра, ул. Панфилова, д. 4

график работы горнолыжного спуска в Истре:

суббота

с 11 до 18 часов

воскресенье

с 11 до 17 часов

тарифы на 2019-2020 год:

полный комплект лыжи — 800 руб./час;
лыжи — 300 руб./час;
ботинки — 300 руб./час;
палки — 200 руб./час;

сноуборд:

комплект — 800 руб./час;
сноуборд — 400 руб./час;
ботинки — 400 руб./час.

Для детей до 12 лет скидка 50%

www.istraski.ru



на правах рекламы

ТАЙМ-менедж- ментом нельзя заниматься в одиночку!

Время — не возобновляемый, не восполняемый ресурс. То, как мы им распоряжаемся, напрямую влияет на нашу жизнь, наши успехи, достижение целей. Наверное, каждый сталкивался с ситуацией, когда весь день крутишься как белка в колесе, к вечеру устал, сил нет — а вроде ничего важного и не сделал. Так пролетают дни, недели, месяцы, годы, **ЖИЗНЬ...**

беседовала

Марина Светлова

Мы смотрим на успешных людей и думаем: повезло, оказались в нужном месте в нужное время или, наверное, кто-то помог... На самом же деле успешные люди — это люди организованные, с чёткими планами и навыками тайм-менеджмента.

В Истринском районе появился новый формат коммуникации деловых людей — тайм-менеджментский клуб «Лига Время Новая Рига». Что он из себя представляет, нам вкратце рассказала его организатор **Любовь Тергалинская**.

Как у Вас возникла идея организовать тайм-клуб?

Рост бизнеса, рождение второго ребёнка и осознание необходимости личного апгрейда привели меня на семинар Глеба Архангельского «Эффективный бизнесмен». Учёба дала колоссальный концентрат пользы, советов, идей и лайфхаков. Я стала усиленно работать над собой, и в какой-то момент оказалась на слёте «Лиги Время» — некоммерческой организации, организованной сторонниками тайм-менеджментского движения и Глебом Архангельским. Всё это мне очень «зашло», и когда я узнала, что уже работает около 50 таких клубов, поняла, что в нашем районе он точно необходим!

Расскажите, как и где это происходит, какие темы обсуждаются?

Один раз в месяц в торговом центре «Покровский» мы разбираем опреде-

лённую тему. Например, планирование дня, мелкие неприятные дела, большие сложные проекты, целеполагание, умение говорить «нет», поглотители времени, технологии грамотного отдыха и многое другое. У Клуба формат не лекции или семинара, а встречи, где каждый может высказаться по заданной теме. Дается методический блок, который мы с участниками сначала обсуждаем, а к следующей встрече должны попрактиковать эту тайм-методику.

Неужели сам Архангельский читает лекции?

В январе 2020 мы планируем провести специальный семинар Глеба Архангельского для женщин на тему семейной финансовой безопасности. Следите за анонсами!

У вас уже много участников? Как попасть в их число?

Да, у нас уже сформировалась группа постоянных участников, но мы открыты и приглашаем интересных и деловых людей нашего района примкнуть к тайм-менеджментскому движению «Лига Время».

Узнать подробнее можно на сайте <http://tmliga.ru>, а зарегистрироваться на встречу Клуба — по WhatsApp +7 (965) 209-88-81. Участие бесплатное, но действует принцип жёсткого подтверждения и одобрения администратором. ●

Любовь Тергалинская, организатор клуба «Лига Время Новая Рига»



на правах рекламы

Новогодний променад: «Дворик на Рябкина»

пробовала
Екатерина Харитоновна



Вы всего-то и успели произнести «снег», — а мы уже слепили снеговика. Вы только обнаружили, что календарь за 2019 кончился, а мы уже знаем, как вы проведёте новогодние каникулы в честь 2020. «Кудрявые рецепты» побывали там, где запах шоколада, блеск огоньков и праздник близко — **во «Дворике на Рябкина»**. Истра, улица Рябкина, 4.

Для бургера

булочка для бургера	1 шт.
говяжьих щёчки	250 гр.
морковь	50 гр.
стебель сельдерея	30 гр.
салат айсберг	15 гр.
маринованный огурец	20 гр.
красный лук	25 гр.
вяленые помидоры	25 гр.
сыр чеддер	40 гр.
вода	500 мл
растительное масло	30 гр.
острый томатный соус	10 гр.
соус барбекю	15 гр.
сырный соус	10 гр.

Для теста (партия в 130 пельменей)

яйца	2 шт.
растительное масло	2 ст. л.
соль	10 гр.
тёплая вода	360 мл
мука	1000 гр.

Для начинки

нут	100 гр.
кабачок	200 гр.

лук	200 гр.
чеснок	50 гр.
белый хлеб	100 гр.
микс укропа, петрушки, кинзы	20 гр.
морковь	100 гр.
соль	по вкусу
перец	по вкусу
куркума	по вкусу

Для коржей на морковный торт

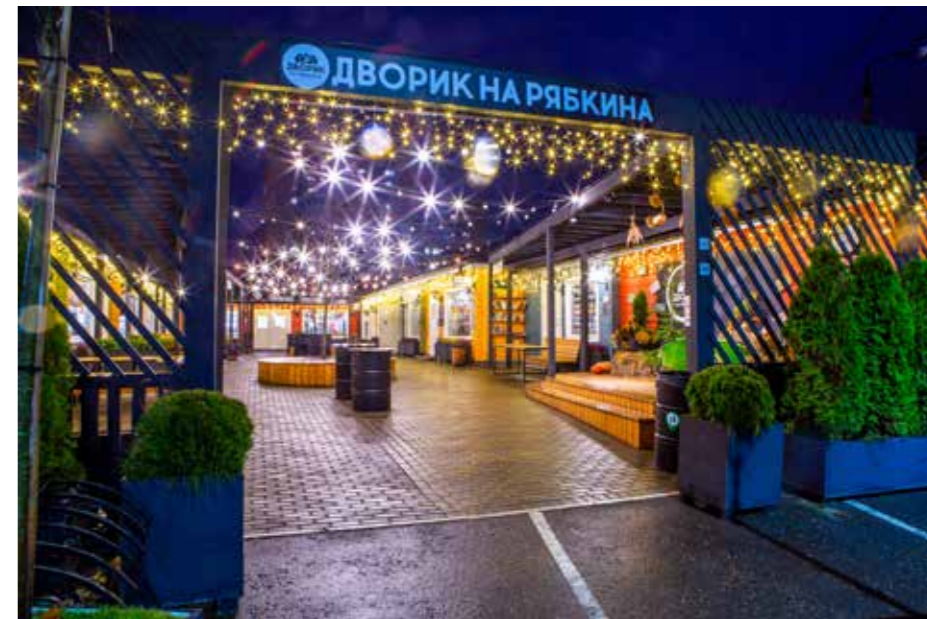
мука пшеничная в/с	200 гр.
сахар-песок	170 гр.
разрыхлитель	1 ч. л.
корица	1 ч. л.
мускатный орех	0,5 ч. л.
соль	щепотка
яйцо	3 шт.
растительное масло	200 гр.
цедра апельсина	1 шт.
тёртая морковь	200 гр.
грецкие орехи (можно другие)	150 гр.

Для апельсинового курда

апельсиновый сок	125 мл
сахар-песок	70 гр.
яичный желток	72 гр.
кукурузный крахмал	10 гр.
сливочное масло	60 гр.
цедра апельсина	1 шт.

Для сливочно-творожного крема

творожный сыр	1000 гр.
сахарная пудра	250 гр.
сливки 33% жирности	190 гр.



«Дворик на Рябкина» — место притяжения. Третий год подряд «Дворик» показывает нам, что значит комфортный и доброжелательный город. Небольшая прогулочная зона с уютной уличной мебелью, цветами и магазинчиками с нескудной одеждой, редкой косметикой и прочим крафтовым — форма и содержание «Дворика» в полной гармонии. Притягивает местных жителей, конечно же, ещё и еда — гастро-коллаборация ресторанистов с пёстрым стрит-фудом: от пельменей до лаксы. И это, как говорится, не предел: вот-вот откроются новые закулочные с кухнями разной степени экзотичности. Смело приходите обедать в фуд-корт семьёй или большой компанией, заказывайте еду в разных заведениях и садитесь за один стол — на улице или в домике.

«Дворик на Рябкина» — место встреч, общения, работы с ноутбуком или счастливого ничегонеделания (оказывается, для такого тоже нужны специально отведённые места). Хотя чем заняться, здесь есть всегда: фотозоны, площадка для музыкантов, мастер-классы, фестивали. К новому году плотность нарядных гирлянд, душистых ёлок и классных событий увеличится. Подписывайтесь в Инстаграме на @dvoriknaryabkina и поспевайте. Горячий глинтвейн и плоды выдаются по первому требованию.

Как вы поняли, дорогие читатели, угощений во «Дворике на Рябкина» — за раз не перепробовать. Поэтому «Кудрявые рецепты» обстоятельно заглянули в три ресторана: «Дача Гриль», «Лепим» и Garanova Bakery. Записывайте рецепты!

«Дача Гриль» — одно из заведений известной истринской сети семейных кафе. Правит бал здесь печь Josper. Гриль задаёт тон меню: рыба, овощи, мраморная говядина (200 дней зернового откорма!). Хосперу не нужно масло. Мясо приобретает характерный запах дымка и остаётся

сочным, сохраняя природные полезные свойства. И никаких канцерогенов. При заказе уточните желаемую степень прожарки. Гастрономический репертуар кафе разрабатывали «дачной» командой, руководство лично продегустировало каждую позицию. Готовят в «Даче Гриль» на открытой кухне, прямо при посетителях. Интерьер под стать мясному настроению: кожаные кресла, впечатляющий декор из меди, много дерева. Отдельная фишка — деревянные разделочные доски ручной работы, на которых подаётся еда и которые невозможно не фотографировать. В декабре «Дача Гриль» исполняется год: целый месяц кафе кормит гостей со скидкой 10%. А повод зайти — новое зимнее меню. Подробности при личной встрече, заведение работает с 11:00 до 23:00. Приходите с детьми — для них и своя еда, и игровой уголок.



Готовить в «Даче Гриль» будем бургер с томлёными говяжьими щёчками — единственный в Истре.

«Лепим» — истринская пельменная Мекка, единственное место в городе, где пельмени и вареники на любой вкус, стиль питания и даже цвет. Авторы проекта соединили традиции и новаторство — ностальгию по бабушкиной стряпне и современные гастрономические тенденции. Так на свет появились ошеломительные сочетания: креветки-курица, горбуша-шпинат-рикотта, творог в шоколаде, нут-овощи — в вегетарианских вариациях в тесте яиц нет. Сочиняли начинки всем миром, получилось эксклюзивно. Классика говядина-свинина в пельменной «Лепим» тоже в почёте. Начинки радуют язык, изящные формы — глаз. В тесто добавляют натуральные красители — чёрная смородина, шпинат, морковь, а поедание пельменей выходит на новый эстетический уровень. Наконец-то с уверенностью заявляем: пельмени любят все! Или вы просто ещё не бывали в пельменной «Лепим». Кроме генеральной варенично-пельменной линии, в меню пробрались бульоны, салаты, десерты, морсы и особо актуальные глинтвейны. А ещё здесь очень уютно — барные стулья, оригинальные столики и чудо какие декоративные разделочные доски от местного художника на стенах.



1

Сельдерей и морковь нарезаем на произвольные некрупные кусочки и обжариваем вместе с мясом на растительном масле при высокой температуре. Затем перекладываем щёчки и овощи в кастрюлю, заливаем воду и, закрыв плотно крышкой или фольгой, томим в духовке 4 часа при температуре 140 °С. Достаём мясо. Можно собирать бургер.

2

Булочку для бургера (их для «Дачи» выпекает столичная пекарня) прогреваем в хоспере или духовке. Нижнюю половинку смазываем соусом барбекю. Сверху — лист салата, нарезанный слайсами огурчик, кольца красного лука, вяленые помидоры. На щёчки кладём ломтик чеддера и отправляем на минутку в духовку — сыр должен расплавиться. Мясо с сыром размещаем на почётном месте в бургере.

3

Смазываем соусом: в оригинальном «дачном» варианте используется глазурь из тайского соуса шрирача, мы же предлагаем использовать обыкновенный острый томатный соус. Вторую половинку булочки поливаем сырным соусом и водружаем на бургерную башенку. Готово! Подавать с картошкой фри или по-деревенски. Идём дальше!

54



55

С читателями «Кудрявых рецептов» пельменная делится авторским рецептом пельменей с нутом и овощами, который, скажем по секрету, родился из горячо любимых вегетарианских котлет.

1

Тесто: все ингредиенты помещаем в глубокую миску и вымешиваем до однородности.

2

Начинка. Нут замачиваем на ночь.

3

Чистим кабачок, лук, морковь и крупно режем. Затем перекручиваем все ингредиенты для начинки в мясорубке и перемешиваем до однородной массы. Не забудьте о специях.

4

На поверхности, хорошо присыпанной мукой, тесто раскатываем в блин, из которого специальной выемкой или стаканом вырезаем кружки. На кружки выкладываем начинку. Соединяем края теста в полумесяц, затем соединяем краешки и плотно склеиваем — получается пельмешек.

5

Повторяем процедуру, пока тесто с начинкой не закончатся. Варим пельмешки, подаём с фирменным соусом пельменной «Лепим», зеленью, сметаной или с чем душа пожелает.

На сладкое отправляемся в кондитерскую *Garanova Bakery*. На витрине — трайфл, капкейки, эклеры, макарон и торты. Торты бисквитные, без мастики, заказываются специально к событию (дни рождения, свадьбы, корпоративы) или покупаются на месте, причём кусочками — этокое ассорти. Рецепт — сплошь авторские ремейки классических вкусов: красный бархат, малиновый, шоколадный и т. д. В декабре ждите новогоднюю сладкую линейку: пирожные макарон, из которых можно составить свой подарочный набор или взять уже готовый, и небольшие килограммовые торты с зимними начинками и праздничным декором. Такое угощение удобно и в гости взять, и домашним порадовать. В новогоднюю линейку войдёт и уже состоявшийся любимчик публики — морковный торт.



Его-то мы и приготовим!

1

Пока духовка разогревается до 160 °С, тщательно взбиваем яйца с сахаром в чаше миксера, начиная со средней скорости. Добавляем растительное масло и перемешиваем лопаткой. Затем нужно всыпать просеянные сухие ингредиенты (мука, соль, разрыхлитель, корица, мускатный орех), цедру и перемешать. Морковь трём на мелкой тёрке, орехи измельчаем ножом, добавляем к тесту и перемешиваем. Используем форму диаметром 16-18 см. Переливаем тесто в форму, застеленную пергаментом. Выпекаем на режиме верх-низ при 160 °С в течение 40-50 минут (зависит от духовки). Если у вас есть три формы, то можно выпекать сразу три — 20-25 минут. Попробуйте проткнуть бисквит бамбуковой или деревянной шпажкой — она должна остаться сухой. Готовый бисквит заворачиваем в пищевую плёнку и отправляем на ночь в холодильник для созревания. Затем разрезаем на три одинаковых коржа.

2

Готовим апельсиновый курд. Все ингредиенты смешиваем в сотейнике и провариваем на среднем огне, пока не закипит, плюс 2 минуты после закипания, непрерывно помешивая венчиком. Затем переливаем в чашу, процедив курд через сито и пробив блендером. Плотно накрываем плёнкой: чтобы плёнка соприкасалась с поверхностью крема. Оставляем в холодильнике на 12 часов для стабилизации.

3

Для сливочно-творожного крема нужно соединить все ингредиенты в чаше миксера, а затем перемешать на малой скорости до однородной стабильной консистенции. Готово.

4

Собираем торт! На подложку выложить корж. Сверху — слой сливочно-творожного крема 0,5 см, далее делаем бортик из того же крема по краю бисквита высотой 1,5 см. В получившееся углубление выкладываем апельсиновый курд. Слегка прижав, накрываем

коржом и повторяем действия. Кладём третий корж. Оборачиваем торт пищевой плёнкой и убираем в холодильник на ночь. Оставшийся крем тоже ставим в холод. На следующий день покрываем торт кремом и украшаем.



Завершаем сеанс магии уличной еды от «Дворика на Рябкина». Найти любимый цвет пельменей, укусить бургер за румяный бочок и объесться сладостями — всё, дорогие читатели, успеется на новогодних каникулах. А пока декабрь догоняет своих собратьев, приходите в самый уютный дворик Истры за спокойствием, настроением, улыбкой. Что бы вы ни искали, вы найдёте это здесь — во «Дворике на Рябкина».

«Кудрявые рецепты» шлют новогодний привет уже в 2020 и по традиции желают: пусть год будет вкусным! ●

Президент на пять минут

Моя пятилетняя племянница как-то мудро заметила: президент нужен для того, чтобы поздравлять всех с новым годом в телевизоре. Потом, правда, Настенька добавила, что ещё президент должен положить ей под ёлку хомячка, домик для Барби, айфон и шубу (это, так уж и быть, для мамы), явно перепутав дела государственные и дедоморозовские, но суть схвачена. Новый год не новый год без улыбающегося главы государства на телеэкране. Пока он стоит на улице без шапки, мы в уютных квартирах подкладываем оливье, разливаем шампанское, пытаемся отделить «дождик» от кота — наслаждаемся, в общем, моментом единения с семьёй и страной. Надо думать, президенту хоть разочек тоже хотелось встретить год вот так, по-простому, с упавшей ёлкой, наказанным котом, без всяких речей на морозе. Новогодние кинокомедии и смешные рубрики в журналах для того и нужны, чтобы мечты исполнять — пусть понарошку. Поэтому: крибли-грабли-бумс! Пока президент ест гипотетическую заливную рыбу, все герои нынешнего опроса на секунду становятся президентами (только в этом тексте, конечно!) **Итак, уважаемые, что вы скажете в новогоднем обращении в этом году?** Далее обязательно читать с бокалом в руках!

знакомилась
Екатерина Харитонова



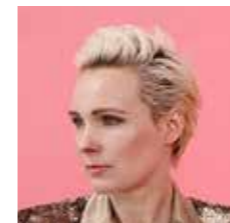
Николай Шашин, руководитель семейного ресторана «Дедова Корчма»

Если бы я был президентом, пожелал бы россиянам и людям, проживающим за рубежом, веры в Бога, побольше доброты, так как доброта спасёт мир, и побольше счастья, поскольку счастье — есть!



Анатолий Ким, блогер, последний потомок императора Северной Кореи

Дорогие соотечественники, друзья, любимые и родные люди! В 2019 году я стал неожиданно президентом! Хочу в наступающем 2020 году пожелать вам не писать необдуманных записок Деду Морозу (как сделал я). Сибирского здоровья всем родным и близким, океан положительной энергии, самых позитивных эмоций и самых позитивных людей рядом! Найти свою вторую половинку и поднять демографию страны! Меня прошу не искать, я не хочу больше с вами общаться! Не ровня вы теперь мне! С 2020 годом!



Екатерина Устинович, блогер, идейный вдохновитель блога «Всё о Новой Риге», сценарист

Стремительно уходят последние минуты этого года. Пусть все ваши планы, если вдруг не успели ещё осуществиться, обязательно осуществляются. Любите, будьте любимы, не забывайте ставить лайки близким, друзьям, соседям и просто хорошим людям в Фейсбуке и Инстаграме. Помогите всем, кому можете помочь, и пусть вам всегда приходит помощь, когда будет необходимо. Пусть Новая Рига всегда радуется своей беспробочностью и отсутствием колдобин, электропоезда — беспробойным движением, любимые местные магазины и рестораны — вкусным и разнообразным ассортиментом, ну а денежный поток наших чакр будет неиссякаем! В общем, счастья вам, добра, любви, процветания, гармонии и взаимопонимания!



Александра Седова, арт-директор пространства «Дворик на Рябкина»

Уважаемые россияне! Который год подряд мне выпадает честь поздравлять вас с новым годом. Который год я желаю вам сил, терпения, стабильности и здоровья, чтобы хватило на это всё. Но в этом году я хочу пожелать вам волшебства. Простого волшебства, как в детстве. Чтобы вы верили в него, радовались и жили в окружении этого волшебства. Будьте счастливы, дорогие.



Евгений Миняшев, предприниматель в индустрии моды

Мы приближаемся к началу нового, 2020-го. Прошедший год наполнен заботами, но я надеюсь, это были только приятные хлопоты. Все мы готовимся к празднику с волнением и воодушевлением, как в детстве: ждём, что же принесёт нам год наступающий. Я желаю вам встретить новый так, чтобы он стал действительно началом чего-то нового, светлого и доброго! Помните, ваши мысли — это начало ваших поступков. От того, как вы работали в прошедшем году, что думали и что чувствовали, зависит следующий год. Не забывайте об этом. Желаю вам быть оптимистами, радоваться каждому дню (несмотря на погоду), согревать своим теплом близких, и чтобы близкие также делились своим теплом с вами. У каждого из нас есть свои ожидания, но все мы хотим, чтобы родные были здоровы, чтобы в доме царил согласие, а мечты, даже самые сокровенные, обязательно осуществились. Загадайте желание в новогоднюю ночь, и пусть всё сбудется. С новым годом!



Степан Лебедев, предприниматель

Уважаемые соотечественники, хочу вас поздравить с наступающим 2020 годом! По традиции вспомним, что случилось в уходящем 2019: как обычно, это был очень тяжёлый год. Потому что мы не строим систему, а вывозим на инициативе и ручном управлении, создаём иллюзию бурной деятельности, ищем внешнего врага и мало думаем о важных нюансах собственной жизни. Но обещаю исправиться! Ведь прежде чем что-то делать, надо поразмыслить о результате. Этого я и хочу пожелать всем нам. Важно думать о том, к чему мы идём и зачем вообще что-то делаем. Деятельность ради делания бесполезна. Это плохо сказывается на нашем благосостоянии. Пора идти к настоящей осмысленной цели, и тогда у нас всё будет замечательно. Плодотворного и счастливого 2020 года, дорогие соотечественники!

Не знаю, как вам, дорогие читатели, а мне радостно от того, что наши герои такие чуткие и добрые люди. И служебным положением никто не воспользовался! Только юмор, праздничное настроение и искренние слова. Как тут не присоединиться! С наступающим, дорогие читатели! И с нетерпением ждём обращения уже Настоящего Президента. Пусть все добрые пожелания исполнятся. До встречи в 2020! ●

МВК «Новый Иерусалим».

Афиша на декабрь — январь



1 декабря (вс)
в 18.00

продолжительность
спектакля — 2 часа 15 минут,
с антрактом

12+ «НОЧЬ ЕЁ ОТКРОВЕНИЙ» Спектакль

1 декабря в 18.00 на сцене музейно-выставочного комплекса «Новый Иерусалим» — премьера нового спектакля Театра «Антреприза. ru» под управлением Дарьи Гончаровой.

Это авантюрная мелодрама с комедийным подтекстом и лихо закрученным сюжетом, практически детективная история, которая заканчивается самым неожиданным образом.

Жизнь немолодого героя, женатого бизнесмена, переворачивается с ног на голову после завязавшейся лёгкой интрижки в баре с юной красавицей. Она сущий ангел, но у неё есть свои «скелеты в шкафу». Спектакль наполнен музыкой, танцами в постановке Н. Гараниной, невероятными спецэффектами — всё это удивит даже самого искушенного зрителя.

Роль случайной знакомой играет очаровательная и любимая зрителями Лиза Арзамасова, молодая талантливая актриса, снявшаяся почти в сорока кинокартинах и запомнившаяся зрителям по сериалу «Папины дочки».

В роли бизнесмена — актёр, режиссёр и хореограф Валерий Николаев. Широкая известность пришла к актёру после исполнения главной роли в телесериале «День рождения Буржуя». Валерий снимался в Голливуде с популярными американскими звёздами кино.



7 декабря (сб)
в 12.00

продолжительность
спектакля — 55 минут

6+ «ВАНЯ ДАТСКИЙ» Сказка-быль

7 декабря в 12.00 на сцене музейно-выставочного комплекса «Новый Иерусалим» состоится сказка-быль в одном действии «Ведогонь-театра», единственного профессионального драматического театра в Зеленограде.

Вы любите море? А путешествия? Вот Ваня из города Архангельска очень любил. Так, что даже сбежал от матери-булочницы в заморские края, в самую Данию. Думал — ненадолго, а оказалось — на долгие годы. Но разве можно забыть родные места, маму, песни, которые она пела тебе в детстве... А Аграфена Ивановна осталась у корабельного пристанища ждать мечтателя-сына и печь пироги к его возвращению.

Спектакль «Ваня Датский» — это сказка-быль, сделанная из теста. Ведь сказки — они разные: одну можно рассказать, другую — спеть, а вот эту... мы испекли!

Автор: Б. Шергин.

Постановка: заслуженный артист РФ Павел Курочкин.

Художник: Кирилл Данилов.

Художник по костюмам: Кирилл Данилов.

Балетмейстер: Ольга Короткова.

Хормейстер: Наталья Табачкова.

В спектакле звучит русская и датская народная музыка.



8 декабря (вс)
в 18.00

12+ «ДЯДЯ ВАНЯ» Спектакль

8 декабря в 18.00 на сцене музейно-выставочного комплекса «Новый Иерусалим» состоится спектакль «Дядя Ваня» (12+). Классическая постановка мелиховского театра «Чеховская студия».

Каждый из героев пьесы проживает свою историю, которые, по замыслу режиссёра Кирилла Лоскутова, объединяются в общую драму жизни. Каждый герой, каждый актёр солирует в спектакле. Режиссёр продолжил авторскую позицию Чехова — он предоставляет зрителям судить и оправдывать своих героев.

Пьеса актуальна по сей день. Как часто люди губят любовь и порой приносят её в жертву каким-то мелочным интересам. Этот спектакль не о судьбе интеллигенции на рубеже веков, он о людях вне временных рамок, о человеческих чувствах и потерянных жизнях. Их жизнь не удалась, они смешны, но «надо жить», и они живут. Чтобы понять суть человеческих взаимоотношений, стоит прийти на этот спектакль.



22 декабря (вс)
в 12.00

3+ «СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА» Спектакль

Злая Снежная Королева заколдовывает и похищает мальчика Кая. Отважная маленькая девочка Герда отправляется спасать своего лучшего друга. Вместе с ней зрители совершат невероятное путешествие на север, повстречают много сказочных персонажей: Садовницу, Гнома, Короля, Принцессу, Алхимика, Разбойницу и настоящего Северного Оленя. И всё это с играми, песнями и танцами. Музыка, написанная к спектаклю, — настоящие хиты, которые хочется напевать. Так совершим же это увлекательное путешествие вместе!



22 декабря (вс)
в 18.00

«НОВОГОДНЯЯ ПОЛНОЧЬ»

Концерт арт-группы «Хор Брависсимо»

На сцене музейно-выставочного комплекса «Новый Иерусалим» состоится концерт арт-группы «Хор Брависсимо» под названием «Новогодняя полночь». Арт-группа «Хор Брависсимо» — вокальный ансамбль, творческая деятельность которого охватывает множество музыкальных жанров, эпох и стран. Это уникальный коллектив, союз десяти личностей, имеющих богатый профессиональный опыт, искусно дополняющих друг друга и способных раскрываться индивидуально.

В репертуаре ансамбля — фрагменты из мюзиклов, мировые и отечественные хиты в неожиданных интерпретациях, собственные произведения. Значительное место в репертуаре ансамбля занимают самостоятельно созданные сюиты, представляющие творчество композитора или объединённые общей музыкально-сценической идеей. Таковы сюиты на темы из мюзиклов Э. Л. Уэббера, из песен группы Smokie, сюита «Времена года» — калейдоскоп отечественных ретро-песен о любви.

«Хор Брависсимо» — желанный гость любых праздничных мероприятий и торжеств. В праздничной программе «Новогодняя полночь» вы услышите арии из мировых мюзиклов и лучшие хиты российской и зарубежной эстрады.



28 декабря (пт)
в 12.00

3+ «СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ»

Киноконцерт Государственного духового оркестра России

На сцене музейно-выставочного комплекса «Новый Иерусалим» состоится концерт для детей и их родителей, посвящённый знаменитой киностудии «Союзмультфильм».

«Союзмультфильм» — крупнейшая в СССР и России мультипликационная студия, выпустившая более тысячи добрых и чудесных мультфильмов. Вместе с героями этих мультфильмов росли и учились любви и добру и мы, и наши мамы и папы, и наши бабушки и дедушки.

На концерте маленькие зрители услышат песни, сопровождавшие популярную российскую анимацию, а родители получают возможность вспомнить любимые мелодии своего детства из таких мультфильмов, как «Бременские музыканты», «Крокодил Гена», «Простоквашино», «Ну, погоди!» и многих других популярных лент «Союзмультфильма».



28 декабря (пт)
в 18.00

DISCO-ТЕКА

Концерт Государственного духового оркестра России и солистки Ирины Левиной

28 декабря в 18:00 на сцене музейно-выставочного комплекса «Новый Иерусалим» состоится концерт под названием DISCO-ТЕКА. В исполнении Государственного духового оркестра России и солистки Ирины ЛЕВИНОЙ прозвучат популярные музыкальные композиции из репертуара ABBA, Boney M, Vassaga, Arabesque, Ottawan, Spase, RicchiErover и многих других. Дирижёр — Денис Марьев.

Многие десятилетия Государственный духовой оркестр России занимает особое место в музыкальной жизни страны. Оркестр выступает в концертных залах и на открытых площадках, участвует в государственных и общественных мероприятиях, конкурсах и фестивалях. В репертуаре оркестра музыкальные произведения русской и зарубежной классики, русская и зарубежная духовая музыка, русские народные песни, романсы, вальсы, марши, современные песни и танцы, эстрадно-джазовые композиции, а также популярная музыка из кинофильмов.

Ирина Левина является солисткой-вокалисткой Саратовской областной филармонии им. А. Шнитке. Она успешно сочетает классическую и эстрадную манеры пения, не боится экспериментировать и искать что-то новое, что позволяет ей создавать разнообразные образы.

Сольные программы Ирины Левиной пользуются большой популярностью у зрителей. Ирина регулярно гастролирует с сольными программами по другим городам и странам.

Дирижёр Денис Марьев сотрудничает с российскими и зарубежными оркестрами, а также является автором многочисленных пьес, а также более 300 аранжировок для духового оркестра.

На концерте в музее «Новый Иерусалим» вас ждут незабываемые мгновения встречи с популярными мелодиями прошлых лет: вы услышите самые любимые шлягеры 80-х годов, которые в те времена занимали первые строчки хит-парадов.

адрес:

143500, Московская обл., г. Истра,
Ново-Иерусалимская набережная, д. 1

телефоны:

+7 (498) 314-02-36
+7 (498) 317-29-10

www.njerusalem.ru

Министерство культуры Московской области
Музейно-выставочный комплекс Московской области
«Новый Иерусалим»

ТЕАТР КЛАССИЧЕСКИЙ
под руководством Е. Небесной БАЛЕТ XXI ВЕК

Балет в 2-х действиях

Щелкунчик

ПО МОТИВАМ СКАЗКИ Э.Т. ГОФМАНА



Музыка – П.И. Чайковского

Хореография – М. Петипа, в редакции Е. Небесной

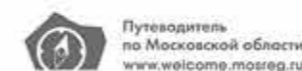
6+

29 декабря, 2019

Воскресенье, в 14:00 и в 18:00



Билеты: www.njerusalem.ru
+7 (498) 314-02-36 | +7 (498) 317-29-10
г. Истра, Ново-Иерусалимская наб., 1



Путеводитель
по Московской области
www.welcome.mosreg.ru



ТУРИСТСКО-ИНФОРМАЦИОННЫЙ
ЦЕНТР «ПОДМОСКОВЬЕ»
www.welcome.mosreg.ru

Истринский драматический театр, репертуар на декабрь — январь



1 декабря (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля — 1 час 30 минут
без антракта

3+ **«КОНЁК-ГОРБУНОК»**
Музыкальный спектакль

Яркий музыкальный спектакль «Конёк-Горбунок» по мотивам сказки Ершова не оставит равнодушными ни детей, ни взрослых.

Режиссёр-постановщик — Евгений Кочетков.
Художник — заслуженный художник России Татьяна Мирова.
Художественный руководитель театра — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



7 декабря (сб)
в 20.00
продолжительность
спектакля — 2 часа 30 минут
с антрактом

14+ **«АННА КАРЕНИНА»**
Драма

Яркий, захватывающий, эмоциональный спектакль по одному из величайших произведений Льва Николаевича Толстого. «Анна Каренина» — шедевр мировой классики о взаимоотношениях мужчины и женщины. Драматическая история любви замужней дамы Анны Карениной и блестящего молодого офицера Алексея Вронского разворачивается на фоне блеска и роскоши дворянской жизни второй половины XIX века.

Режиссёр-постановщик — Сергей Гук.
Художник — заслуженный художник России Татьяна Мирова.
Художественный руководитель театра — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



8 декабря (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля — 1 час,
без антракта

3+ **«ВСЕ МАЛЬЧИШКИ — ДУРАКИ»**

Невероятная история

Дорогие папы и мамы, семиюродные бабушки и двоюродные дедушки, дяди и тётки! Если вы хотите вспомнить своё детство, получить заряд хорошего настроения, пообщаться с весёлой творческой компанией молодых артистов, приходите в Истринский драматический театр на спектакль «Все мальчишки — дураки!» И не забудьте взять с собой детей.

Режиссёр-постановщик — Регина Курлищук.
Художественный руководитель театра — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



14 декабря (сб)
в 19.00
продолжительность
спектакля — 1 час 30 минут,
без антракта

12+ **«ГРОЗА»**
Драма А. Н. Островского

Это история про одну купеческую семью. Одинокая купчиха-мать всем вечно недовольна, в особенности своей невесткой. Она буквально сживает молодую женщину со света, причём на глазах у сына. Однажды судьба сводит Катерину с молодым человеком. Они влюбляются друг в друга. Но в маленьком провинциальном городке новости расходятся быстро, и об их связи узнают...

Режиссёр-постановщик — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



15 декабря (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля 1 час 10 минут,
без антракта

3+ **«ЕМЕЛЯ»**
Музыкальный спектакль

Музыкальный спектакль по мотивам русской народной сказки «По щучьему велению». История простого парня, любившего полежать на печи, жизнь которого переворачивается с появлением волшебной щуки. Емеля не знает, что делать с обрушившимся на него даром, и применяет его как попало. То топор сам рубит за него дрова, то ведра сами воду носят, то сани в лес везут. Но, встретив царскую дочь, он по-настоящему влюбляется и начинает выполнять не только свои, но и её желания.

Режиссёр-постановщик — Виктория Пучкова.
Художник — Наталья Войнова.
Хореограф — Денис Бородинский.
Художественный руководитель театра — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



21 декабря (сб)
в 12.00, 15.00

22 декабря (вс)
в 12.00, 15.00

27 декабря (пт)
в 16.00

29 декабря (вс)
в 17.00

30 декабря (пн)
в 15.00, 18.00

2 января (чт)
в 12.00, 15.00

3 января (пт)
в 12.00, 15.00

7 января (вт) в 17.00

8 января (ср) в 12.00
продолжительность
спектакля — 1 час 10 минут,
без антракта

3+ **«ДЮЙМОВОЧКА»**
Новогоднее представление для детей

Фантастическая музыкальная сказка для семейного просмотра. Классический сюжет сказки неординарно прочитан командой талантливых создателей спектакля, хорошо знакомой публике по спектаклям Истринского драматического театра — «Емеля» и «Дон Хуан». По окончании спектакля в фойе театра у новогодней ёлочки детей ждёт встреча с Дедом Морозом и Снегурочкой, а также танцы, игры, весёлые конкурсы.

Режиссёр-постановщик — Виктория Пучкова.
Художник — Наталья Войнова.
Хореограф — Денис Бородинский.
Художественный руководитель театра — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



25 января (сб)
в 19.00
продолжительность
спектакля — 2 часа 20 минут
с антрактом

16+ **«ДОН ХУАН»**

Драма в четырёх страйках по Тирсо де Молина

Сюжетом пьесы послужила подлинная история Хуана Тенорио, хищника, авантюриста, дуэлянта, негодяя, которому нравилось ломать судьбы соблазненных им женщин. В финале главного героя постигает справедливая кара.

В спектакле заняты артисты: Андрей Соколов, Денис Ясик, Павел Кусков, София Елфимова, Анна Орлова, Сергей Греков, Екатерина Абрамова, Андрей Вечтомов, Виктория Триус, Павел Анисимов, Владислав Карченко, Арман Акопян.

Режиссёр-постановщик — Виктория Пучкова.
Художник — Наталья Войнова.
Хореограф — Денис Бородицкий.
Художник по свету — Михаил Исаев.
Художественный руководитель театра — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.



26 января (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля — 2 часа,
без антракта

3+ **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ**
КРАСНОЙ ШАПОЧКИ»

Музыкальный спектакль

И дети, и взрослые знают сказку про Красную Шапочку. Но в этом спектакле всё по-другому! Конечно, добро и на этот раз победит, Красная Шапочка и Бабушка не пострадают, а Волк будет наказан.

Режиссёр-постановщик — заслуженный работник культуры МО Алексей Губин.

Министерство культуры Московской области
Музейно-выставочный комплекс Московской области
«Новый Иерусалим»

ПРАЗДНИЧНЫЙ ХОР ДАНИЛОВА МОНАСТЫРЯ

представляет премьеру программы



МУЗЫКА

РОЖДЕСТВА

Художественный руководитель,
главный регент Хора – **ГЕОРГИЙ САФОНОВ**

6+

7 января, 2020

Вторник, в 18:00



Билеты: www.njerusalem.ru

+7 (498) 314-02-36 | +7 (498) 317-29-10
г. Истра, Ново-Иерусалимская наб., 1



Для размещения объявления позвоните по телефону: 8(49831)3-17-74

СТУДИЯ МАНИКЮРА



Наша уютная студия маникюра расположена в ТЦ «Истра-Сити» на 3 этаже. Высокое качество услуг обеспечено квалификацией мастеров и материалами премиум-марок. На все виды работ предоставляется гарантия. В нашей студии честные цены и высокий клиентский сервис. Действуют различные ценовые акции и привилегии постоянным клиентам. Записаться на процедуры можно онлайн на сайте или по телефону. Наши услуги:

- Аппаратный маникюр и педикюр
- Комбинированный маникюр и педикюр
- Дизайн ногтей
- Препаратный педикюр KART (Израиль).

Подробная информация о студии, ценах и акциях — на нашем сайте: www.yana-studio.com

телефон: +7 (977) 925-00-00

Подписывайтесь на нашу страничку в Instagram и будьте в курсе событий!
instagram: yana_studiya

Не пропустите Новогодние акции!

ХИМЧИСТКА



Profi&Clean — эксклюзивная химчистка Ваших вещей. Мы сочетаем накопленный опыт и новые технологии, что гарантирует нашим клиентам превосходный результат!

- чистка повседневной одежды
- специализированная чистка кожи и замши
- чистка меховых изделий
- стирка сорочек
- ручная стирка обуви, сумок и аксессуаров
- чистка вечерних и свадебных платьев
- чистка одежды с отделкой любой сложности
- чистка бытового текстиля
- индивидуальная стирка постельного белья

Доставка — абсолютно БЕСПЛАТНАЯ!

адрес: г. о. Истра, д. Вельяминово, д. 48
телефон: +7 (926) 714-41-18
instagram: @profi_clean_istra

www.onlywhite.ru

ОБЪЕДИНЁННАЯ ГОРНАЯ КОМПАНИЯ



Плитка, брусчатка, бордюр, ступени и изделия из гранита изготовим по вашим чертежам на нашем производстве.

Месторождения: Купецкое, Другорецкое, Дымовское, Кашина Гора, Мансуровское, Возрождение.

Фактура: полированная или термообработанная.

телефон: +7 (495) 762-40-20

www.kareldiabaz.ru

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР «POKROVSKY»



Дорогие читатели, по традиции сообщаем о новых событиях в нашем ТЦ. Самая долгожданная новость этой осени — открытие «Покровских Бань»! Просторные парные, уютные кабинки для отдыха, изысканные интерьеры с гималайской солью, хамам, две купели — все условия для идеального отдыха и деловых встреч! Также на территории бани работает ресторан с уникальным меню и салон красоты/барбер-шоп.

В начале октября открылась студия интерьера GarciaDesign. Салон штор и мебели предлагает пошив штор на заказ и изготовление встроенной корпусной мебели.

В салоне представлены и аналогичные варианты оформления окон: жалюзи, плиссе, рулонные шторы, а также любые виды карнизов и профилей для штор.

С 1 ноября на территории ТЦ начал свою работу магазин фейерверков! Всё самое необходимое для шумной и весёлой встречи Нового года!

объявления

Фермерский ряд традиционно по выходным проводит дегустации фермерских товаров: различные сыры, колбасные деликатесы, сухофрукты и многое другое можно попробовать и приобрести, не сомневаясь в качестве!

В ТЦ «POKROVSKY» вы найдёте всё самое необходимое:

- Фермерские продукты
- Супермаркет «МИРАТОРГ»
- Банковское обслуживание, банкоматы
- Аптеки и оптики
- Рестораны, кафе
- Салоны красоты и спортивные студии
- Медицинский центр и стоматологию
- Баню и студию пилатес
- Детские товары
- Товары для отдыха, красоты и здоровья
- Услуги быта, цветы.

С нами удобно, мы рядом!

Наши двери открыты для партнёров, в скором времени ТЦ «POKROVSKY» планирует запуск ещё нескольких корпусов. Будем рады сотрудничеству!

адрес: МО, городской округ Истра, д. Покровское, ул. Центральная, 27
телефоны: +7 (495) 972-17-56,
+7 (901) 546-17-56
e-mail: yo@pokrovskytk.ru
instagram: pokrovskytk

www.pokrovskytk.ru

ПАБ «БЕЛЫЙ ЛИС»



Друзья, праздники не за горами! Проведём торжество вместе? Нет места более привлекательного для банкета или корпоратива, чем полюбившийся многим Паб «БЕЛЫЙ ЛИС». Мы подготовим для вас изумительный праздничный стол, подарим тёплую атмосферу и массу впечатлений. Банкетное меню, приветливый персонал и высокий уровень обслуживания — всё это сделает любимый праздник незабываемым. Поспешите, количество мест ограничено!

Мы ждём всех постоянных посетителей и тех, кто ещё ни разу не был у нас!

адрес: г. Истра, ул. Адасько, д. 7, корп. 1
телефон: администратор
+7 (916) 684-54-20

www.whitefox-pub.ru

ШКОЛА СЦЕНИЧЕСКИХ ИСКУССТВ ЛЮДМИЛЫ ГОЛУБЕВОЙ



Арт-Школа Л. Голубевой ждёт вас и ваших детей

Клуб «Твоя Культура»:

- вокал, блогинг
 - изобразительное искусство
 - современный и классический танец
 - спортивные секции
 - студия йоги
 - и новое уникальное направление — ПРОФОРИЕНТАЦИЯ!
- И это далеко не полный список услуг, которыми вы сможете воспользоваться в нашем уютном клубе «Твоя Культура».

До встречи!

адрес: г. Истра, ул. Урицкого, 112
телефон: +7 (985) 222-42-40

Вы читаете «Сноску»

В этой рубрике мы рассказываем о том, что упоминалось в номере журнала, но уже с интересными подробностями. Узнавайте новое и участвуйте в традиционной викторине!

С вас — правильные ответы на почту istra-info@istranet.ru, с нас — подарочки.

ВОПРОСЫ К ВИКТОРИНЕ:

1

На Земле учёные тоже нашли космический лёд. Где именно?

- а) В твоём холодильнике, который давным-давно пора разморозить и помыть
- б) В айсберге
- в) В алмазе

2

На какое лакомство, по мнению учёных, похож космический мёд?

- а) Космический лёд блестит, как леденец
- б) Космический лёд тягуч как мёд
- в) Космический лёд, как зефир в шоколаде — раньше был вкуснее

3

В 2022 году NASA отправит аппарат VIPER, который должен будет взять пробы космического льда. Откуда?

- а) С Луны
- б) Из сердца твоей бывшей
- в) С ближайшей экзопланеты



*КОСМИЧЕСКИЙ ЛЁД

Учёным уже известно, что лёд есть на планетах Солнечной системы, их спутниках, на карликовых планетах и в ядрах комет. Например, хваленая марсианская вода — это в основном лёд, криосфера — поверхностный слой вечной мерзлоты, простирающийся на сотни метров в глубину. Причём ледяное богатство спрятано в самой планете — чередование слоёв песка и льда. При попадании на поверхность лёд испаряется из-за температуры. На жарком экваторе даже под слоем песка лёд сохраняется не более (всего-то!) чем 125 000 лет. Это таяние, предполагают учёные, может создать благоприятную среду для выживания микробов, замороженных в толщах, или даже земных микроорганизмов. Именно поэтому сотрудники NASA тщательно стерилизуют свои космические аппараты и моют руки перед едой. Зато в приполярных областях Марса лёд не тает круглый год, образуя полярные шапки.

Из школьного курса мы помним, что существуют и вовсе целые планеты, состоящие в основном из льда. В Солнечной системе это ледяные гиганты Уран и Нептун, где средняя температура около — 220°C. Вероятно, в их недрах содержится так называемый суперионный лёд. Водный лёд может существовать в суперионной форме при сверхвысоких давлениях и температурах в несколько тысяч градусов! Да-да, если сильно (о-о-о-очень сильно) нагреть лёд, то получится... лёд, только более прочный, тяжёлый и непрозрачный. Примечательно, что предсказал существование суперионного льда советский учёный Иван Рыжкин ещё в 1980-х, руководя лабораторией по изучению фундаментальных свойств льда в Институте физики твёрдого тела в Черногловке. В наше время суперионный лёд удалось получить в лабораторных условиях, правда только на 10-20 наносекунд.

Вот ещё одно интересное ледяное открытие. Недавно учёные нашли водяной лёд на межзвёздной комете Борисова. Комета летит в сторону Солнца, поэтому вода постепенно испаряется — до 19 кг в день, считали астрономы. Но «потеть» небесному телу осталось недолго. Скоро комета выйдет за пределы солнечного влияния и отправится в сторону созвездия Телескопа.

В этом году учёные обнаружили звезду V883 Ori, которая росла, растапливая вокруг себя «снежную линию» — пояс из космического льда. Внутри этого льда оказались органические молекулы, показал телескоп ALMA: метанол, ацетальдегид, метилформиат, ацетонитрил и ацетон. Ацетон нашли впервые. И этот малюсенький кирпичик знания приблизил нас к разгадке тайны возникновения жизни на Земле. В общем, лёд не так прост, а космический и подавно! ●

Истринское районное ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЕ ОБЩЕСТВО

АПТЕЧНАЯ СЕТЬ ИСТРИНСКОЕ РАЙПО

БОЛЕЕ 100 ЛЕТ В СФЕРЕ ТОРГОВЛИ, ПРИХОДИ К НАМ РАБОТАТЬ!



Приглашаем на работу сотрудников:

МЕНЕДЖЕР В ТОРГОВЛЕ • ДИРЕКТОР МАГАЗИНА • ОПЕРАТОР 1С: ТОРГОВЛЯ • КАССИР • ПРОДАВЦЫ В ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЕ МАГАЗИНЫ С ВОЗМОЖНОСТЬЮ ОБУЧЕНИЯ • ЭЛЕКТРИК • САНТЕХНИК • РАЗНОРАБОЧИЙ • УБОРЩИК ТОРГОВОГО ПОМЕЩЕНИЯ • ФАРМАЦЕВТ

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК 8 (49831) 4-67-06

RAYPO_ISTRA@MAIL.RU

12+

ВЫСТАВКА
Музей
«Новый
Иерусалим»

ШАГАЛ:

16.11.
2019 –
08.03.
2020

МЕЖДУ
НЕБОМ
И ЗЕМЛЁЙ

CHAGALL:
Between
Heaven
and Earth

Национальный музей современного искусства, Центр Жоржа Помпиду / Париж
Национальный музей Марка Шагала / Ницца
Музей Марка Шагала в Витебске
Государственный музей изобразительных искусств им. А.С. Пушкина / Москва
Музей истории евреев в России / Москва
Частное собрание

www.njerusalem.ru

Партнеры
проекта:

Информационные
партнеры: