

№ 26 (46)
2020

Оскар Конюхов —
о путешествиях и планах
покорения Марса
12

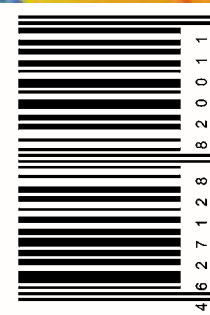
Проект «Моя Новая Рига»
и его основатель
Марина Полякова
20











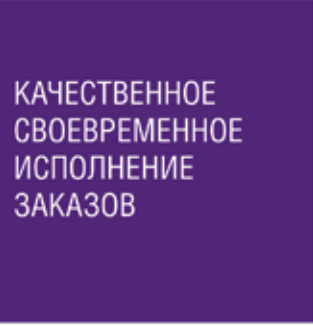





Ресторатор **Анастасия
Бурдзенидзе:**
«У меня только один
конкурент — я сама»
36

ИСТРА.рф



12+



<p>ПРЯМАЯ UV ПЕЧАТЬ</p> 	<p>СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО</p> 	<p>ПЕЧАТЬ БАННЕРОВ</p> 
	<p>ОБЪЁМНЫЕ СВЕТОВЫЕ БУКВЫ</p> 	<p>Полиграфическая продукция: - визитки - брошюры - буклеты - листовки - флаеры ...</p> 
	<p>НИЗКИЕ ЦЕНЫ</p> 	<p>ДИЗАЙН</p> 
	<p>СУВЕНИРНАЯ ПРОДУКЦИЯ</p> 	<p>КАЧЕСТВЕННОЕ СВОЕВРЕМЕННОЕ ИСПОЛНЕНИЕ ЗАКАЗОВ</p> 
<p>МОНТАЖНЫЕ РАБОТЫ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ</p> 		<p>ТЕХОСМОТР СТРАХОВАНИЕ</p> 
<p>ДОСТАВКА</p> 		<p>реклама</p>

Адреса офисов:

г. Истра ул. Ленина 80
г. Красногорск, ул. Ленина 5б

+7 495 662-95-11
www.ra-premium.ru
zakaz@ra-premium.ru

Написать директору: ev@ra-premium.ru

4
история края
**Петропавлов-
ский храм села
Лужки**

26
фоторепортаж
**Осенняя
«Высотка»:
в ожидании
перемен**

44
услуги
**Kingfloyd —
особенный кофе**

48
красота и здоровье
**Эмоциональный
кризис после
пандемии: выход
есть!**

56
афиша
**Истринский
драматический
театр, репертуар
на ноябрь**

12
руководитель штаба
Фёдора Конюхова
**Оскар
Конюхов**

36
ресторатор
**Анастасия
Бурдзенидзе**

46
услуги
**«Бессарабка»:
вкусно
и безопасно**

50
кудрявые рецепты
**Рецепты
прекрасного
утра**

58
афиша
**МВК «Новый
Иерусалим».
Афиша
на октябрь-
декабрь**

20
основатель
проекта МНР
**Марина
Полякова**

42
полезные советы
**Как стать
спокойным
лыжником
и любимцем птиц**

47
услуги
**«Кинари» — сеть
спа-салонов
тайского
и балийского
массажа**

54
опрос
**Спокойствие!
Только
спокойствие!**

60
объявления
**Для размещения
объявления
позвоните
по телефону
8 (49831) 3-17-74**

Учредитель
ООО «Истранет»

Главный редактор
Алла Анатольевна Яценко

Дизайн-макет
Дарья Браженко
Екатерина Даугель-Дауге

Вёрстка и дизайн
Валентина Дерюгина
Дарья Браженко
Екатерина Даугель-Дауге

Обложка
Соня Шпигель

Выпускающий редактор
Оксана Чибисова

Обозреватели
Алексей Хамин
Сергей Мамаев
Евгений Мельников

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

Фотографы
Владимир Мышкин
Иван Ерофеев
Даня Примак



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. Выдано:
Управлением Федеральной служ-
бы по надзору в сфере связи,
информационных технологий
и массовых коммуникаций по
Центральному федеральному
округу.

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

Отпечатано:
ООО «Печатный дом Ильиных»
143581, МО, г. о. Истра, д. Леш-
ково, д. 242
телефон: +7 (903) 743-46-95

Тираж 3500
Подписано в печать 15.10.2020

Петропавловский храм села Лужки

По благословению митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия 12 июля 2020 года в селе Лужки состоялась архиерейская служба, которую возглавил епископ Серпуховской Роман. Торжества были посвящены **290-летию со дня начала возведения каменного Петропавловского храма в селе Лужки**. Его почти трёхсотлетняя история не наполнена яркими событиями, но напрямую связана с семьёй Цуриковых — крупных благотворителей Звенигородской земли в XIX веке.

текст
Сергея Мамаева



Петропавловский храм села Лужки. Начало 1940-х годов. Из фондов музея «Новый Иерусалим»

лить, и чтоб повелено было о строении каменной церкви дать указ».

Указ о строительстве каменного храма в Лужках был подписан 3 июня 1730 года. На постройку ушло четыре года, 6 сентября 1734 года протопоп Успенского собора Никифор Иванов освятил Петропавловский храм. В начале строительных работ Ладыгина скончалась, стройку заканчивал её душеприказчик и новый владелец её имения, действительный статский советник Иван Иванович Кропотов. Новый храм принадлежал к наиболее распространённому в те времена стилю «восьмерик на четверике», сочетавший относительно низкий четверик с массивным восьмериком, увенчанным небольшим восьмигранным постаментом.

Самая ранняя весть о церкви, найденная в архиве, относится к 1776 году: «Московского уезда Загородского десятины села Лушков, в нем церковь во имя апостолов Петра и Павла каменного здания, в твёрдости, утварью довольна». В конце XVIII века к лужковскому храму была приписана ветхая деревянная церковь во имя Александра Свирского в селе Славково. В 1813 году, после изгнания французов, благочинный доложил начальству, что церковь в Лужках «цела и неприятелем неприкосновенна», но из 180 приходских дворов три сожжены.

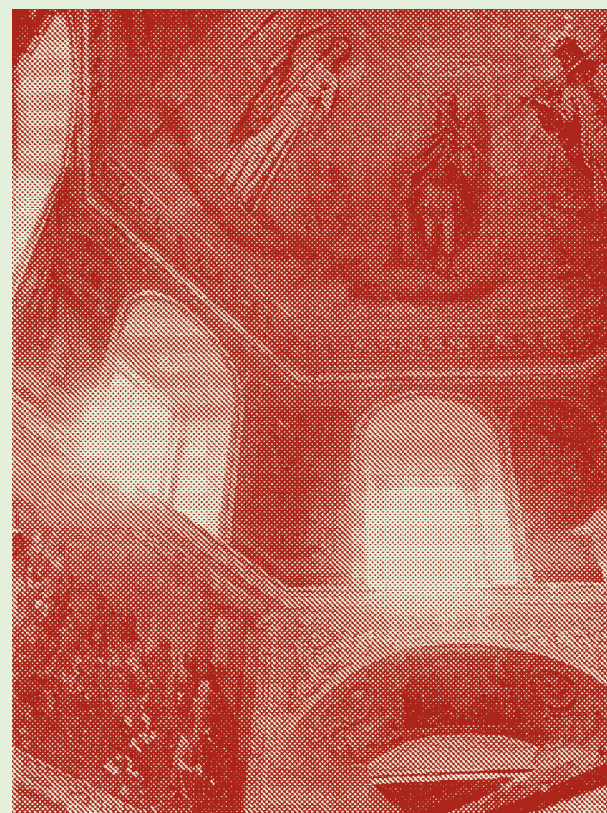
До 1820-х годов в ежегодном отчётном документе, который именовался «Ведомость о церкви», не указывали данных о строительстве храма и о храмоздателях. Затем, когда ввели новую форму, в ведомости

В 1431-1433 годах сын Микулы Давыдовича, инок Авраам, дал в Московский Чудов монастырь село Лужковское с деревнями: «Се, аз, старец Аврам, дал... свою вотчину Микулы Давыдовича архимандриту Феофану... село Лушковское и Павловское село, Манаковское село и 3 деревнями...» В той же грамоте упоминается «Никола», то есть церковь Николая Чудотворца, которая, предположительно, находилась именно в Лужковском. Впоследствии Павловское и Манаковское стали деревнями, а Лужки (именно так оно уже упоминается в жалованной грамоте 1447-1462 годов) сохранило статус села.

В XVI веке, как указывают писцовые книги Московского уезда 1584-1586 годов, село Лужки по-прежнему было монастырским: «Чудова монастыря, что было в поместье за Григорием за Бороздиным... велено то поместье написать за Чудовым монастырём: село Лушенки на речке Истре, а в нём была церковь, сожгли Крымские люди...» Деревянный храм был сожжён в 1571 году при нашествии крымского хана Девлет-Гирея

(когда сожжена и Москва), в 1584 году он ещё не был восстановлен, церковная земля принадлежала Чудову монастырю в Москве. В 1581 году царь Иван IV обменял Лужки с деревнями на погосты и мельницу в Костромском уезде. Село получил некий Григорий Бороздин, но вскоре владение снова вернулось к монастырю. К селу относились также четыре деревни: Борисовское, Павловское, Мьниха и Зубачево на речке Колобенке. Все, кроме последней, существуют и по сей день. Мьниха позднее стала деревней Манихино.

Новая деревянная церковь в селе Лужники, «Лушенки тож», была построена предположительно в начале XVII века. В писцовых книгах 1623 года отмечено: «А в селе храм Никола чудотворец деревян, клетцки, а в нём: образы и свечи и книги и на колокольнице колоколы всё мирское строенье». В селе тогда числилось 14 крестьянских и бобыльских дворов. В 1655 году в книгах Патриаршего казённого приказа значилась в качестве вновь прибывшей «Церковь Николы Чудотворца в вотчине



Интерьер Петропавловской церкви. Начало 1940-х годов. Из фондов музея «Новый Иерусалим»

Чудова монастыря в селе Лужках, у речки Истры». В этой церкви прослужили ещё 80 лет. В конце XVII века настоятелем Никольской церкви был священник Тимофей Григорьевич (фамилий тогда у священнослужителей ещё не было), а в первой четверти XVIII века — священник Иоанн Тимофеевич.

В 1730 году вдова стольника Василия Алексеевича Ладыгина, Аграфена Феокистовна, владелица сельца Борки (по другую сторону реки Истры) написала прошение в Синодальный казённый приказ: «В Московском уезде, в Сурожском стану, в вотчине Чудова монастыря, в селе Лушках имеется приходская деревянная церковь во имя Николая Чудотворца, а при той церкви имеется ныне приходских дворов со сто и больше. И за утеснением деревянной церкви приходским людем, ныне по обещанию моему желаю я на том церковном кладбище, близ той же деревянной церкви, над гробом родителей своих, построить вновь церковь каменную во имя святых Верховных Апостол Петра и Павла, а без указу Синодального казенного приказа строить



Интерьер Петропавловской церкви. Начало 1940-х годов. Из фондов музея «Новый Иерусалим»

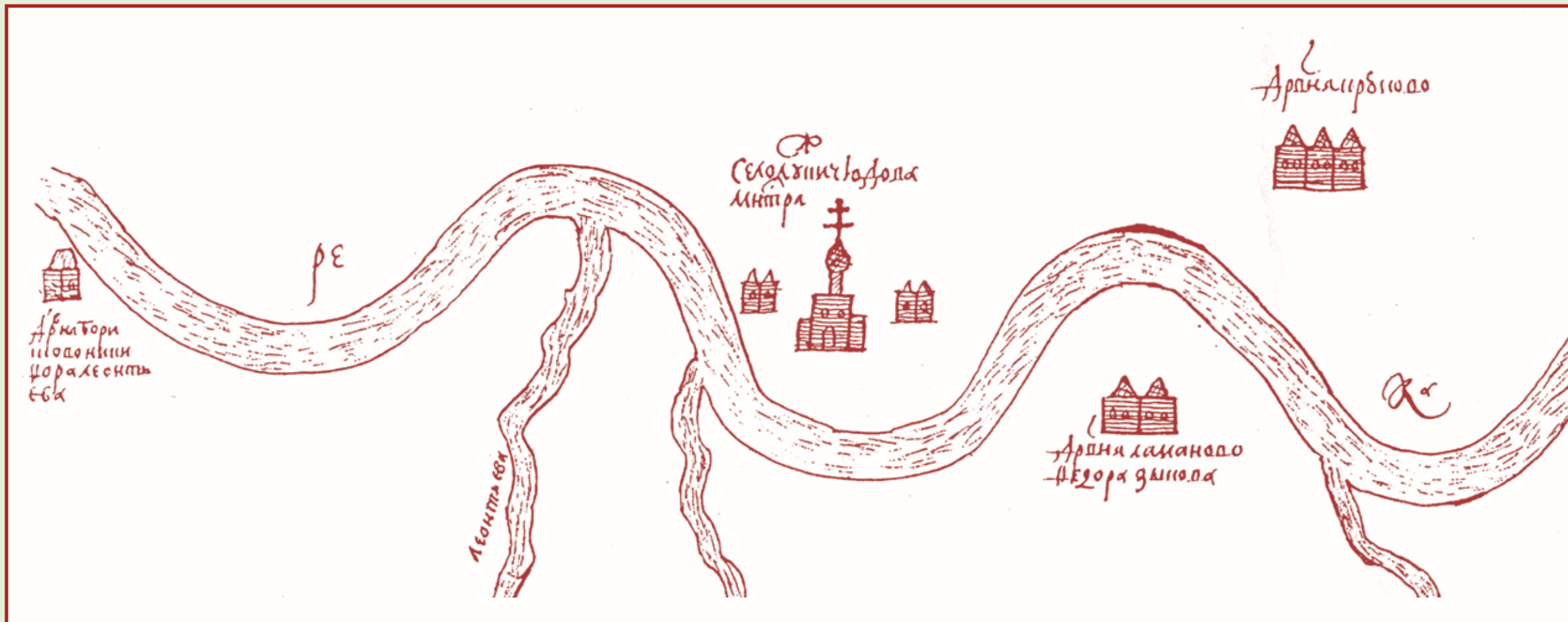
оную церковь не смею. А деревянную вышеписанную церковь для зимнего времени в тёплую церковь опреде-

о Петропавловской церкви за 1822 год было указано: «Построена церковь когда, чьим тщанием, о сём в церкви никаких описей не имеется. Зданием каменная, во всей твёрдости. Престол

в ней один, во имя апостолов Петра и Павла. Утварью достаточна и нужны ни в чём не имеет. Причта положена издревле: священник один, диакон один, дьячок один, пономарь один». С 1731 по 1771 год настоятелем был священник Алексей Иоаннович, с 1779 по 1806 года — священник Матвей Алексеевич. Затем у священников появились и фамилии: с 1807 по 1826 год в Лужках служил Михаил Максимович Колоколов, с 1827 по 1847 год — Иоанн Алексеевич Соколов.

В 1825 году в Петропавловском храме проводились ремонтные работы: крыша церкви была покрыта железом вместо обветшалого тёсового покрытия. В 1837 году прихожане и причт обратились с прошением о разрешении пристроить трапезную с тем, чтобы устроить там два придела: святителя Николая Чудотворца и преподобного Александра Свирского. Первый — в честь посвящения прежнего деревянного храма в Лужках, второй, предположительно, — в честь упразднённого приписного храма в Славкове. Такая практика — освящать приделы в память о прежних церквях — была распространена. В ведомости о церкви за 1839 год сообщалось: «Трапезная церковь вчерне построена и покрыта железом. Строение же колокольни не окончено». Тремя годами позже в такой же ведомости было указано: «В 1840 году вновь распространена трапеза, в которой в 1841 году устроен и освящён придел во имя святителя и чудотворца Николая Мирликийского, колокольня также была построена в 1842 году, покрыта железом. Всё сие сооружено большею частью тщанием и иждивением церковного старосты Григория Михайлова Цурикова». К 1845 году был освящён и Александровский придел в трапезной церкви. При устройстве трапезной нижней окна храма были изменены в характере новых построек, но собственно церковь в целом сохранила обработку фасадов, свойственную скорее допетровскому зодчеству.

Указанный выше церковный староста Григорий Михайлович Цуриков был дворовым человеком господина Голохвастова, владельца усадьбы Потроховское-Рубцово, а также специалистом по установке плотин. В 1817 году Цуриков устроил сукновальную мельницу на реке Истре близ деревни Ивановской. Сначала на мельнице занимались только промывкой и валянием сукон, а в 1830-х годах Цуриков установил ткацкие станки и начал самостоятельно выработать сукно. Григория Михайловича знали в округе не только как фабриканта, но и как благотворителя. Благотворительная деятельность Цурикова, помимо той, которая была направлена непосредственно на облегчение условий жизни рабочих, развивалась по нескольким направлениям. Например, он был церковным старостой храма села Лужки (ближайшего к его фабрике), регулярно снабжал съестными припасами находящийся в пяти



Село Лужки и окрестности на карте середины XVIII века

верстах от фабрики Борисоглебский женский монастырь в Аносине и многое-многое другое. На примере отца вырос сын Григория Михайловича и Матроны Анисимовны — Павел Григорьевич Цуриков. Именно он впоследствии стал владельцем Ивановской суконной фабрики, известной на всю Россию, а также действительным статским советником и самым крупным благотворителем Звенигородского уезда.

Григорий Михайлович скончался в марте 1852 года, двумя годами ранее ушла из жизни его супруга. Оба они были похоронены за алтарём Петропавловского храма села Лужки. Оригинальный надгробный камень Матроны Анисимовны сохранился и по сей день, хотя в годы гонений на Церковь весь некрополь за алтарём храма был уничтожен, а надгробия сброшены с обрыва в реку: «Под сим камнем погребено тело Матроны Анисимовны Цуриковой. Супруга храмоздателя Григория Михайловича Цурикова. Родилась 1785 года 3 ноября, скончалась 1850 года 28 февраля в 9 часов пополудни. Жития ея было 65 лет». Надгробие самого Григория Михайловича найти так и не удалось, поэтому в 2013 году неподалёку от памятника Матроны Анисимовны было установлено новое надгробие её супругу.

Павел Григорьевич Цуриков продолжил дело отца и в Петропавловском храме, став в 1852 году церковным старостой. В этом же храме в 1837 году он венчался со своей супругой, жительницей Воскресенска, дочерью коллежского асессора Анной Сергеевной Мингалё-

вой. За службу в должности старосты и свои благотворительные пожертвования в пользу лужковской церкви в 1858 году Цуриков-младший получил золотую медаль на Станиславской ленте. Позднее Павел Григорьевич стал ещё и попечителем приходского училища в Лужках.

В 1859 году в казённом селе Лужки Звенигородского уезда было 16 дворов, в которых проживали 42 мужчины и 56 женщин. В селе ежегодно устраивалась Александровская ярмарка — в день преподоб-



Павел Григорьевич Цуриков

истра.рф №26

история края

ного Александра Свирского, 30 августа (по старому стилю). Однажды, 4 июля 1874 года, в Лужках произошёл сильный пожар. Подробности этой беды позднее были описаны в журнале «Московские епархиальные ведомости»: «От одного дома, зажжённого молнией, пламя с невероятной быстротой распространилось на соседние дома, и не более как в десять минут 13 дворов с надворными строениями были объяты пламенем. <...> Домохозяева, крестьяне, почти все уехали на покос, а когда прибежали, то иные нашли свои дома уже кругом в огне, а те, которых дома были ещё целы, бросились сохранять своё имущество. Гибель всего села была неизбежна. <...>

Но в это время приехал наш достопочтеннейший церковный староста, усерднейший попечитель и украститель сего, и многих других храмов, Павел Григорьевич Цуриков, а за ним две пожарные трубы, и прибежало несколько сот народу с его фабрики (около 3 вёрст отстоящей от села). Начали под его распоряжением усердно действовать везде, где что нужно и можно было сделать. Кто заливал сарай церковный, кто с водою лез на колокольню, кто отстаивал следующие дома, близ огня стоящие, от сохранения которых зависело сохранение и всех остальных, кто сидел на крыше и тушил летевшие соломенные клоки с огнём, кто поливал из труб, кто возил, кто носил воду во всевозможных сосудах». Общими усилиями пожар был потушен. Сгорели 13 дворов, но до храма огонь не дошёл.

С 1847 по 1868 год настоятелем Петропавловского храма

был Иаков Никитич Волхонский, с 1868 по 1881 год — Павел Николаевич Десницкий, с 1881 по 1887 год — Димитрий Михайлович Троицкий. Именно отец Димитрий в феврале 1887 года собственноручно заполнял метрику о Петропавловском храме. Дело в том, что в 1880-х годах Императорская археологическая комиссия задумала собрать сведения о старых храмах по всем губерниям Российской империи. Для этого была отпечатана и разослана по всем приходам специальная анкета, содержащая более 70 вопросов о храме. Приходские священники лично



Село Лужки и окрестности. 1862 год. Из фондов РГИА

отвечали на вопросы анкеты и потом заполненные бланки отсылали обратно в столицу.

Метрика Петропавловской церкви сохранилась и даёт возможность узнать несколько интересных подробностей: «Церковь основана когда и кем неизвестно. Документальных известий нет, кроме надписи на восточной алтарной наружной стороне, которую за давностью времени передать нет никакой возможности. <...> Церковь построена разносторонним крестом, одноэтажная. Алтарь с одним полукружием. Размер церкви приблизительно в высоту 7 сажень, длину 10 сажень и ширину 9 сажень. Построена вся из кирпича. <...> Крыша на сводах церкви дуговая старая на все скаты, на трапезе шатровая на четыре ската новая, крытая железом и покрашена масляной зелёной краской. Фонарь на сводах глухой, устроен прямо над сводом, с изображением евангелистов, писанных на парусине. На церкви одна глава, крыта железом, позолоченная. Крест на главе железный восьмиконечный, вызолочен, с цепями, спускающимися к главе.

Церковь устроена в виде квадратной палаты. Алтарь отделяется каменной стеной с тремя пролётами. В церкви два придела, западный притвор — трапеза в виде палаты. Притвор отделяется от храма глухой стеной с пролётом. <...> Пол лещадный, одинаковый в алтаре, храме и притворах. <...> Иконостасы нового устройства с колоннами и полуколоннами. Сделаны из соснового дерева с резьбой из липового дерева. Резьба помещается на алом поле. В главном храме алтарь состоит из четырёх ярусов, в притворах — из одного. <...> Всех колоколов на колокольне семь, из которых большой колокол вылит 1849 года ноября 1 дня во славу Живоначальной Троицы иждивением купца Павла Григорьевича Цурикова в Москве, на заводе

Дмитрия Николаевича Самгина, весу 356 пудов 23 фунта».

В 1890 году

усилиями настоятеля отца Николая Скобеева при храме в Лужках было открыто церковно-приходское училище в специально выстроенном для этих целей доме на средства церкви при участии владельца Ивановской суконной фабрики Максима Ефимовича Попова. В 1895 году в школе в трёх отделениях обучались 45 мальчиков и 20 девочек. В санитарном описании школы, составленном в сентябре 1901 года, говорилось: «Школьное здание — одноэтажное, деревянное, с мезонином, где помещается квартира учителя. Дом крыт железом, крыша окрашена в зелёный цвет. Здание обшито тёмом и окрашено в красный цвет <...> Парты двух размеров. Окрашены в чёрный цвет. Поставлены плотно к стенам и к окнам. Ученики сидят плотно». Ежедневно занятия длились пять часов (уроков), между уроками — пятиминутные перемены и одна большая, часовая. Во время перемен дети играли на улице перед школой. В качестве наказаний применялось «стояние на коленях и оставление в классе после занятий».

По данным местного обследования 1898–1900 годов, в селе проживало 57 мужчин и 80 женщин, составляющих 25 надельных и 4 безнадельных семьи. Изб насчитывалось 33, земли при селе — 241 десятина, разделённая по 60 душам. Жители имели 24 рабочих лошади и 26 голов крупного рогатого скота. Промыслами были изготовление перчаток, столярное дело и легковой извоз. Впервые в ведомости о Петропавловской церкви села Лужки за 1900 год указывается дата строительства храма — 1731–1734 годы: «Церковь и колокольня зданием каменные, прочные, вокруг них каменная с железной решёткой ограда». В марте 1902 года



Руины Петропавловской церкви села Лужки. 1982 год. Фото А. Шатохина

причт Петропавловской церкви села Лужки обратился к епархиальному начальству с просьбой произвести

крупные ремонтные работы. Предполагалось «прописать вновь по старым рисункам все иконы в иконостасе», «вновь написать всю живопись стенную и потолочную». Прошение было удовлетворено.

В 1910 году

храм Петра и Павла в Лужках в числе других храмов Звенигородского уезда был застрахован. В документе под названием «Страховая оценка» сохранилось подробное описание храма: «Петропавловская церковь — кирпичная, снаружи оштукатурена и окрашена белой краской, внутри оштукатурена и расписана живописью масляными красками, покрыта железом, окрашенным зелёной краской. <...> Церковь отапливается двумя изразцовыми печами. Колокольня в пять ярусов, высотой около 15 саженей». К церкви также относилась «деревянная, бревенчатая, на кирпичных столбах» часовня в деревне Борисково, построенная в 1891 году по проекту Василия Георгиевича Сретенского.

В 1916 году

была составлена последняя сохра-

нившаяся в архивах ведомость о Петропавловской церкви в Лужках. В ней собраны уже все приведённые ранее сведения, а также указано, что в 1914 году лужковский храм посетил епископ Можайский Дмитрий. Ведомость заполнял настоятель храма Николай Дмитриевич Скобеев, который прослужил в Лужках с 1887 года. Он родился в 1863 году в семье священника. В 1887 году окончил Вифанскую духовную семинарию и сразу был определён настоятелем Петропавловского храма. Исправляя должность настоятеля и законоучителя в школах, занимался и другой деятельностью. В разные годы отец Николай состоял членом Звенигородского отделения Кирилло-Мефодиевского братства, духовным следователем своего благочиния, членом правления Звенигородского духовного училища и членом правления Кассы духовенства Московской епархии. В 1899 году он был награждён набедренником, в 1904 году — скуфьей, в 1909 году — камилавкой. Вместе с супругой Екатериной Дмитриевной воспитал шестерых детей.

После революции 1917 года по соглашению с волостным совдепом Петропавловский храм села Лужки передали общине верующих, а приходские школы национализировали, хотя в Лужках не обошлось без происшествий. В марте 1918 года приходское собрание церкви постановило, что «всё имущество, приобретённое приходом, есть неотъ-

емлемая собственность приходской религиозной общины». Прихожане заявляли, что в случае необходимости произведут «уплату деньгами за предметы религиозного культа соответственно их стоимости», но не отдадут их из храма. Как позже показывал на допросе отец Николай Скобеев, это именно он агитировал приход за то, «чтоб имущество церковное было бы выкуплено крестьянами». При этом, считая власть ещё «неустановившейся», он в частных разговорах не стеснялся говорить о том, что ему её действия не нравятся. Интересно и свидетельство отца Николая о том, что перед членами прихода он читал и разбирал заметки газеты «Беднота» о священниках.

Постановление приходского собрания и действия священника вызвали беспокойство у местных властей, но действовали они крайне медленно: лишь 10 июня постановили привлечь священника за распространение контрреволюционных слухов, а 1 октября народный суд передал материалы в революционный трибунал. В феврале 1919 года отцу Николаю вынесли приговор — пять лет тюремного заключения с принудительными работами и штраф. При этом, однако, сразу была применена амнистия VI съезда Советов, и приговор был назначен условно, но при этом штраф был сохранён и вскоре священником оплачен.

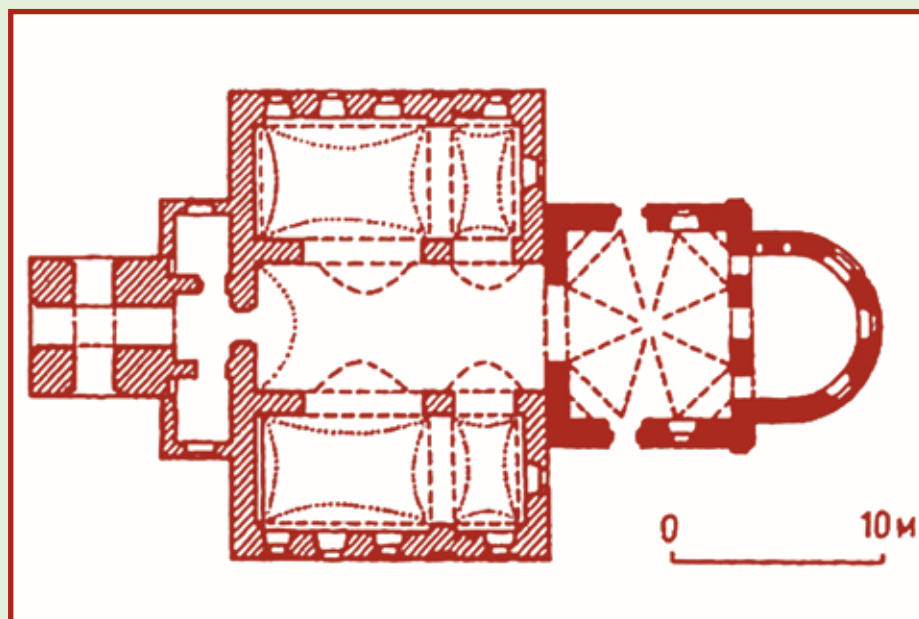
В 1922 году

повсеместно по всей стране осущест-



Петропавловская церковь села Лужки. Вторая половина XX века. Из фондов музея «Новый Иерусалим»

влялось изъятие церковных ценностей, якобы в пользу голодающих. Из лужковской церкви, согласно общей описи, изъяли одну серебряную ризу, пять серебряных лампад, две обложки от Евангелий, серебряные потир и дарохранительницу (утварь, используемая в богослужениях), три серебряных креста и другие вещи. Со стороны церкви акт изъятия подписал протоиерей Николай Скобеев. Дальнейшая его судьба неизвестна.



План Петропавловской церкви. Из книги «Памятники архитектуры Московской области»



Восстановление Петропавловского храма. 1999 год



Архиерейская служба в день празднования 290-летия храма. 2020 год

В 1927 году

Лужки стали центром одноимённого сельского совета. Во время коллективизации в селе возник колхоз «15 лет Октября». В 1929 году недолгое время в Лужках служил иеромонах Евфросин Антонов (ныне преподобномученик), вскоре переведённый в Троицкую церковь в село Аносино (в закрытом к тому времени Борисоглебском монастыре). Вообще, как и во многих местах, священнослужители храма Петра и Павла в то время часто менялись, а к 1937 году настоятелем был назначен обновленческий протоиерей Василий Яковлевич Семёнов. В ноябре 1937 года он был арестован по обвинению в контрреволюционной агитации, постановлением тройки при Управлении НКВД СССР по Московской области приговорён к высшей мере наказания и 21 ноября того же года расстрелян на полигоне Бутово. В 1989 году полностью реабилитирован.

После ареста отца Василия Петропавловская церковь в Лужках была закрыта, но ломать её не стали: очень уж крепкой она была. «Сгодится на что-нибудь», — посчитал один партийный руководитель. По его распоряжению в храме устроили скотный двор, а надгробные плиты за алтарём храма собрали и сбросили в реку. В годы Великой Отечественной войны Лужки ненадолго оказались в оккупации и были частично сожжены. При укрупнении колхозов в 1951 году село вошло в состав колхоза «Новый быт», а позже стало частью колхоза имени Куйбышева. В 1968 году в Лужках постоянно проживал всего 71 человек.



Настоятель храма священник Андрей Козырев. Современное фото

К середине 1990-х годов храм Петра и Павла представлял собой печальное зрелище. Не было ни окон, ни дверей, в стенах зияли проломы. В мае 1996 года настоятелем храма назначили Василия Александровича Дыгаева. Биография его типична для священников девяностых годов: окончил Строгановское училище, расписывал храмы в Московской, Смоленской, Рязанской епархиях (всего около тридцати храмов). Архиепископ Рязанский и Касимовский Симон несколько раз предлагал ему, уже немолодому реставратору,

принять сан. И вот в 1992 году Василий Дыгаев был наконец рукоположен в диакона, через два года — во священника, а ещё через два года направлен в село Лужки.

В июне 1996 года

в стенах полуразрушенного храма состоялась первое после шестидесятилетнего перерыва богослужение. Осенью в храме уже были двери, оконные рамы, несколько икон: 12 сентября отслужили первую литургию. В 1999 году в Петропавловский храм была возвращена одна из его прежних икон — образ святого Феодосия Угличского, после

истра.рф №26



Восстановленный Петропавловский храм. 2008 год. Фото С. Носикова

история края



Протоиерей Василий Дыгаев

закрытия находившийся в частных руках и чудом уцелевший во время пожара в 1941 году. К 2003 году реставрация Петропавловской церкви заметно продвинулась, а в феврале того же года благочинный Истринского церковного округа священник Дмитрий Подорванов освятил крестильный храм святого Олега Брянского в Лужках. В этой церкви священник Василий Дыгаев проводил зимние богослужения, одновременно с тем осуществляя реставрацию основного храма.

В 2007 году

работы по восстановлению Петропавловского храма были закончены,

и 20 октября архиепископ Можайский Григорий совершил чин Великого освящения. Восстановление из руин лужковской церкви стало последним делом жизни протоиерея Василия Дыгаева. В последние годы жизни он тяжело болел, но несмотря на это, продолжал свои труды на ниве Христовой, никогда не жалуясь на своё здоровье. Его труды были отмечены священноначалием: в 2006 году он был удостоен сана протоиерея, а в день Великого освящения храма отец Василий Дыгаев получил награду от патриарха — орден Преподобного Сергия Радонежского III степени. А через год после этого, 7 октября 2008 года, батюшки не стало. Как и положено, погребён протоиерей за алтарём храма, в котором прослужил более двенадцати лет. Новым настоятелем назначили отца Андрея Козырева, который исполняет эту должность по сей день. ●

руководитель штаба
Фёдора Конюхова
**Оскар
Конюхов:**

«Было бы ещё лет триста, мы бы занимались Марсом»

беседовал
Евгений
Мельников

Если в поиске «Яндекса» набрать «Фёдор Конюхов», то строка сразу же подскажет продолжение: «...где сейчас находится?». Наш соотечественник шесть раз обогнул Землю по морю, в том числе в одиночку, и однажды — по воздуху, покорил полюса и высочайшие вершины всех частей света. Но этот текст не о нём, а о человеке, благодаря которому стали возможны самые невероятные путешествия Фёдора Филипповича — его сыне, **Оскар Конюхов**, возглавляющий штаб отца, рассказал, как решать организационные задачи любой сложности, даже если речь о подготовке кругосветки на воздушном шаре — или полёта на другую планету.

Расскажите о себе. Чем Вы занимаетесь кроме совместных проектов с Фёдором Филипповичем?

Последние двадцать лет я работаю с Фёдором с перерывами на свои проекты. У меня есть агентство, которое организует яхтенные гонки. Клуб под названием «Транзат». Если кто-то из наших соотечественников хочет принять участие в регате, то обращается ко мне. Я подбираю яхту, подбираю несколько гонок, в том числе трансатлантические регаты, переходы через океаны, регаты типа Rolex Middle Sea Race, Caribbean RORC 600. Это специфическая деятельность. Для людей парусный спорт, особенно большой океанский — это нечто крайне сложное в организации, они не знают, как подступиться. А у меня такой опыт есть, так как я организовывал участие в кругосветных гонках и плавания Фёдора: подготовку яхты, сопровождение, метеорологию, заходы в порты, подачи заявок. Также четыре года работал исполнительным директором Всероссийской федерации парусного спорта — это профессио-

нальная федерация, которая управляет олимпийским, детско-юношеским, любительским парусным спортом в стране. Если же говорить о проектах с отцом, то в них я отвечаю за привлечение средств, менеджмент, пиар и маркетинг. А у Фёдора задача — пройти маршрут, совершить восхождение или облететь вокруг света. Такой семейный подряд у нас.

Перспективен ли яхтинг в России? Ведь это не дешёвое удовольствие.

Конечно! Россия — это морская держава. Омывается тринадцатью морями. Правда, половина из них находятся за Полярным кругом, но есть ещё и Японское, Балтийское, Чёрное, Азовское. Сильно развивается каспийское направление. Пандемия сдвинула акценты: люди за границу поехать не могут, поэтому начинают смотреть внутрь страны. А у нас много яхт-клубов — от Владивостока до Калининграда. По прикидкам, около 50 тысяч человек занимаются парусным спортом. Это люди,

истра.рф №26



большое интервью

Аргентина, порт Ушуйя, перед выходом в пролив Дрейка



истра.рф №26

которые регулярно выходят на воду, участвуют в российских и международных соревнованиях. А ведь есть ещё и те, кто не состоит в федерации и просто ходят под парусом. Помимо морей, наш Байкал очень популярен. Это бренд страны, и когда зовёшь туда иностранных яхтсменов, то это звучит очень и очень привлекательно. На Байкале уже много лет проходит трансбайкальская регата, а зимой — гонки на буерах. Это такие тримараны на коньках. Речь и о чемпионате России, и об этапах Кубка мира. Никакой иностранный гонщик не откажется от десятков километров чистого, ровного льда — не треснутого, не лопнувшего, без застругов, без сугробов. Тем более, когда смотришь вниз и видишь сквозь три метра ледяной толщи, что там под водой происходит. Это, конечно, всех впечатляет. А если мы говорим про Московскую область, то, конечно, это в первую очередь Пироговское водохранилище. В этом году там было тесно от парусных лодок, приходилось вводить очерёдность проведения регат, чтобы не было столпотворения.

14

Насчёт дорогой матчасти... Ведь в автогонках люди участвуют, на горных лыжах катаются — тоже недешёвое удовольствие, правда? Это сопоставимые вещи, на самом деле. Тем более, если яхты покупают яхт-клубы, а яхтсмены их арендуют, поэтому необязательно тянуть на себе собственную лодку, можно брать в аренду. У меня нет своей парусной яхты в Москве, если нужно погоняться, я арендую с друзьями.

Путешествуете ли Вы вместе с Фёдором Филипповичем?

Да, конечно. Например, в январе мы взошли на Килиманджаро. Я был с сыном Аркадием и с младшим братом Николаем. В общем, три поколения присутствовало — дед, сыновья и внук. А в августе ходили на Эльбрус — в таком же составе, с друзьями, с семьёй. Ещё я пересекал с Фёдором Атлантику в обоих направлениях, Индийский и Тихий океаны. Пересекал Гренландию на собачьих упряжках. Перелетал через Альпы на воздушном шаре. Во-первых, это интересно. Во-вторых, полезно с точки зрения организации и понимания процессов.

Нельзя всё время сидеть в офисе за компьютером. Чтобы управлять проектом, тебе нужно знать его изнутри. Ну, и быть заряженным. Когда встречаешься со спонсорами, они должны чувствовать, что ты в теме, а не просто читающий по бумажке менеджер, который принёс им красивую презентацию.

А отличается ли Ваше восприятие путешествий от отцовского?

Думаю, да. У него всё-таки глобальные проекты — кругосветный полёт на воздушном шаре, одиночный поход к Северному или Южному полюсу на лыжах. То есть, это сверхзадачи. У меня же поскромнее — там, где я могу выдержать или могу пройти. Он ходил на Эверест, а я — на Эльбрус. Эверест — 8848 метров, а Эльбрус — 5642 метров, разница есть. Для меня это достижение, а для него, возможно, проходной этап. Но для Фёдора такой поход ценен с иной точки зрения. Он радуется, что вокруг него друзья, семья, внуки. То есть в меньшей степени это физическое достижение, а в большей — общение с родными и близкими, которого нам всем не хватает, когда мы находимся в интенсивном городском ритме. Представьте: две недели, когда пересекаешь Атлантику — тишина, спокойствие, работа с парусами, закаты, восходы, ночные вахты, разговоры о жизни. Это очень полезно для общения внутри семьи.

большое интервью

«Представьте: две недели, когда пересекаешь Атлантику — тишина, спокойствие, работа с парусами, закаты, восходы, ночные вахты, разговоры о жизни»

Есть ли у Вас увлечения, которые отец не разделяет?

Пожалуй, когда я хожу под парусом с друзьями. Если я в океане, а он на берегу, а такое тоже бывает, то он волнуется. Говорит: «Это очень опасно, я же знаю, что там может случиться! Шторм, выпал за борт, ещё что-то». Он не может запретить, потому что сам этим занимается. Только просит: «Ты там не увлекайся. Лучше в офисе больше сиди, на встречи езди». Я ему: «Ты же меня сам в это вовлёк, а теперь говоришь, что это опасно». Он отвечает: «Конечно,

вовлёк. Но ты имей в виду, что я всегда буду переживать».

Расскажите, как построена работа в штабе Конохова?

У нас есть перечень проектов с горизонтом планирования на десять лет вперед. Сейчас это полёт вокруг света на воздушном шаре на два оборота, полёт в стратосферу на 25 километров, строительство катамарана на солнечных батареях, строительство батискафа для погружения в Марианскую впадину. Сначала мы пишем техзадание, потом ищем тех, кто может построить и спроектировать. Подрядчики всё просчитывают, мы находим стартовое финансирование. Дальше появляется проект со сметой, и начинается долгий поиск спонсоров. Это огромное количество встреч, потому что недостаточно рассказать, что мы, мол, хотим построить катамаран, и он стоит полмиллиона долларов, будет оборудован российскими солнечными батареями. Спонсор-то что от этого получит? Ты ищешь либо технологического партнёра, который предоставит оборудование или материалы для строительства, либо финансового, которому тема близка и который сможет использовать её в своей рекламной кампании. Иногда на это уходят годы. Денега никто просто так не даёт вообще. Мы работаем не с государственным бюджетом по указке сверху. Наши спонсоры — частный бизнес, а это сложная аудитория. Всегда выгодно сохранять партнёра на следующий проект, потому что ты сэкономишь кучу времени и сил. Если посмотреть проекты Фёдора, то их поддерживает в том числе ряд компаний, которые переходят из одной экспедиции в другую: АКРОС, СКБ Контур, Беломортранс, Iridium, Red Fox, DHL Express Russia и так далее. Это говорит о том, что мы всё делаем правильно: наших партнёров устраивают те ценности, те идеи, та мотивация, которую мы озвучиваем, а также наш уровень организации и реализации проектов.

Бывает ли такое, что спонсор сам приходит с каким-либо проектом?

Фактически никогда такого не случилось. У нас в России очень мало глобальных компаний, которые позиционируют себя, грубо говоря, как Ричард Брэнсон (британский бизнесмен, основатель Virgin Group). Он сделал ставку на интересные экстремальные проекты — воздушные шары, скоростные рекорды под парусом, рекорды в авиации. Это его визитная карточка. Вот он может прийти к каким-то гонщикам, яхтсменам, путешественникам, воздухоплавателям и предложить проект. А у нас такого человека нет. Поэтому ты сам идёшь и рассказываешь: Фёдор в 2016 году облетел Землю на воздушном шаре за 11 суток, сейчас мы работаем над полётом в два витка, это будет феноменальное событие, впервые в истории человечества. Показываешь, как это освещалось четыре года назад, пытаешься сформировать интерес. Кто-то говорит: да, спасибо, но нам неинтересно. Или слиш-

15

ком дорого. Стоимость такого проекта—2 млн долларов. Надо провести 100 встреч, и из них 90 будут пустые, а ещё 5 отпадут, пока ты будешь доводить проект. Ведь после одного разговора ничего не произойдёт. Допустим, приехал потенциальный партнёр в мастерскую Фёдора Конохова: пообщались, попили чаю, книжки подписали, пофотографировались. А потом всё ушло на уровень менеджмента, в рекламный отдел, в договоры... Задача штаба—не дать этой истории умереть по дороге. Возможно, у нас в стране не так часто организуют масштабные и дорогостоящие экспедиции, потому что людям просто не хватает компетенций и азарта, чтобы не бросить на полпути.

Какое из путешествий Фёдора Филипповича стало самым непростым с организационной точки зрения?

Я бы сказал, что кругосветный полёт на воздушном шаре в 2016 году. Это сложнейшая задача по уровню организации. Логистика запредельная. Во-первых, авиация—очень зарегламентированная и сложная сфера. Во-вторых, мы делали это впервые. До этого были морские экспедиции: яхты, кругосветки и две вёсельные лодки—Атлантика и Тихий океан. Строительство воздушного шара, его доставка в Австралию, получение разрешения на старт, получение разрешений на пролёт через территорию нескольких государств—Австралию, Новую Зеландию, Чили, Аргентину, Южную Африку... Мы привлекли на аутсорсинг почти тридцать международных специалистов, которые помогали нам решать разные задачи. Костяк штаба совсем небольшой—я и два помощника. Мы не держим большой штат, потому что каждый раз проекты новые, а необходимых компетенций у людей нет. Ты ведь не дашь объявление на улице, что, мол, нужен человек для организации кругосветного полёта. Поэтому стараемся приглашать самых опытных и ресурсных специалистов под задачу. Например, до нас летали американцы, я с ними связался, спросил, кто делал им разрешения. Они говорят: есть в Австралии некий Джон Уоллинг, вице-президент национальной федерации воздухоплавания. Я ему написал, пригласил в проект, он озвучил свою ставку. Мы согласились, он начал заниматься. Проект завершён—больше он нам не нужен в штате, хотя мы по-прежнему дружим и переписываемся в Фейсбуке. Так же с морскими или арктическими походами.

Насколько сильно повлияла пандемия на ближайшие проекты—полёт вокруг света на солнечной энергии и переход через Атлантику и Тихий океан на катамаране NOVA?

Очень сильно. Крайне сложно стало привлекать спонсоров, потому что все бюджеты сжались. Компании думают о выживании. Рынок упал, обороты упали. Сложные и рискованные спецпроекты, конечно, отошли на второй-третий план. А мы уже строим и самолёт «Альбатрос» на солнечных батареях, и катама-

ран, поэтому нам выйти из проектов нельзя. Финансирование сократилось. Курсы валют тоже не помогают. Два месяца назад евро был 70 рублей, а теперь—93. А договоры у нас все в валюте. Потом—возможности посещения предприятий, где идёт строительство, тоже ограничены. Самолёт строится в Германии, катамаран в Англии, проехать туда пока не получается. Оба проекта настолько глобальные, что требуют комплектующих из десятка стран мира—от Новой Зеландии до Англии. Конечно, мы стараемся использовать максимальное количество российских деталей—например, углеродное волокно от компании UMATEX, солнечные батареи от компании XE-VEL—но вытянуть всё только на национальных производителях не получится. В общем, для нас этот год не очень удачный с точки зрения динамики реализации больших проектов.

«Ему всё интересно. Он же художник по жизни. Ему нравится созидать. Это то, чем художники отличаются от обычных людей»

истра.рф №26

Идея «Альбатроса»—беспосадочного перелёта вокруг Земли на энергии солнца—завораживает...

Это 37 тысяч километров, семь суток в воздухе. Фактически можно летать неделями на высоте 10 тысяч метров: днём солнце заряжает батареи, ночью ты используешь накопленную энергию. Технологии для «Альбатроса» мы отработывали с помощью «Летающей лаборатории», которая работает в России и базируется на аэродроме «Северка». Но если у «Лаборатории» размах крыла 25 метров, то у «Альбатроса»—45 метров. В проекте мы решаем несколько задач—многодневные пилотируемые полёты на энергии солнца и высокая полезная нагрузка: пилот—100 кг, герметичная кабина с системой жизнеобеспечения—еще 100 кг. Задача сложная. Работает международная команда: одни отвечают за электродвигатели, другие—за батареи, третьи—за спасательное оборудование. Локализовать этот проект в России невозможно, как бы мы этого ни хотели. Это как сделать ноутбук или смартфон полностью в одной стране, только ещё сложнее.

А как с последующими проектами? Они ушли ещё дальше в горизонте планирования?

Нет, мы их параллельно двигаем. В этом тоже

большое интервью

наша специфика подхода к организации: брать пять-семь проектов и заниматься теми, которые двигаются. Если проект почему-то буксует, то мы его оставляем на время. Например, уже заказали шар на два оборота. За лето нашли партнёра для совместного кругосветного полёта. Человек, который согласился финансировать стартовые работы, будет вторым пилотом, напарником Фёдора. Пока мы не сообщаем его имя, он сам не хочет себя афишировать, но когда придёт время, мы о нём расскажем. Он—пилот-любитель, работает в крупной энергетической компании, занимается воздухоплаванием, мечтает облететь вокруг света. Фёдор предложил ему сделать это вдвоём.

Насколько трудно изобретать новые задачи? И всегда ли важно «стать первым человеком, который...»?

Первым—не обязательно, потому что если даже кто-то до нас летал вокруг света или куда-то поднимался—мы же этого не делали, для нас это вызов. Ну и что, что в 1953 году Эдмунд Хиллари поднялся на Эверест? Мы не поднимались. Или, скажем, Стив Фоссетт облетел Землю на воздушном шаре. Это его достижение, его эмоции, он смог решить задачу. А мы через это не прошли, не пережили. Поэтому мы оцениваем сложные технологические задачи относительно своих сил—справимся как команда или нет? Так же и Фёдор—сможет ли выполнить эту задачу как человек, как специалист, как пилот, как шкипер?

Если бы жизни человеческой хватало ещё лет на 200-300, мы бы точно занимались Марсом. Здесь нет никаких сверхсложностей. Что нам требуется? Космический корабль. Кто может спроектировать? Вот эти, вот эти и вот эти. Одна команда не справится, надо объединять. Эти за двигатели будут отвечать, эти—за обитаемую кабину, эти—за скафандр и так далее. Начинают строить, ты понимаешь сроки. Прошло три-четыре года: корабль готов, Фёдор готов. Девять месяцев туда, девять месяцев обратно. Понятная задача, абсолютно реальная по технологиям. Просто никто этим не занимается, руки не доходят. Вот, Илон Маск объявил, что отправит людей на Марс. И я верю, что он это сделает. В начале пути нет ничего, только идея. Конечно, и на Луну надо было бы слетать. И покорить четырнадцать мировых пиков выше 8 тысяч метров. Фёдор всегда об этом мечтал, но сейчас ему уже 69 лет. Представляете: до сих пор ни один россиянин не восходил на все восьмитысячники! В этом клубе то ли 32, то ли 33 страны, а России нет. И в Марианскую впадину мы не погрузились, а швейцарцы и американцы это сделали, в ближайшее время на 11 километров опустится китайский аппарат.

Сложно ли Фёдору Филипповичу находить стимулы к каждому следующему путешествию?

Нет, абсолютно. Ему всё интересно. Он же художник по жизни. Ему нравится созидать. Это то, чем художники отличаются от обычных людей. Он берёт чистый холст—и начинает



Вёсельная лодка АКРОС. Встреча Фёдора Конохова у Мыса Горн. 6 мая 2019



истра.рф №26

«Когда ты идёшь в экстремальных условиях, все твои мысли должны быть только о маршруте»

Стали ли доступнее масштабные приключения, такие как кругосветки, восхождения на Эверест, походы на Северный и Южный полюса, в последнее десятилетие?

Конечно. Технологии продвинулись далеко вперёд. То, что раньше мы решали путём факсов и звонков, или даже личных встреч, сейчас решается посредством интернета. Конечно, надо периодически выезжать на производство, смотреть, принимать этапы работы, но с точки зрения того, чтобы закрутить проект, создать интернациональную команду, обеспечить обмен информацией, всё стало гораздо проще. Это особенно ценно с учётом нынешней ситуации. Если бы такая пандемия случилась лет двадцать назад, мы бы вообще ничего за этот год не сделали. А так у нас проекты затормозились, но не остановились. Ну и плюс оборудование, которое появилось. Раньше и по экипировке, и по средствам связи всё находилось, по сути, на примитивном уровне.

Не снизилась ли из-за этого ценность «классических» задач для путешественников?

Так и уровень задач вырос! Если 20 лет назад никто не мог мечтать о том, чтобы добраться из Москвы в Рязань на самолёте на солнечной энергии, то сейчас мы говорим про кругосветный полёт. Раньше экспедиции на Эверест готовили по полгода — а сейчас люди совершают скоростные одиночные восхождения без кислородных баллонов. В прошлом году Нирмал Пурджа, альпинист из Непала, совершил восхождения на все 14 восьмитысячников планеты за 7 месяцев! Другие поднимаются по северному склону Эвереста, спускаются по южному, то есть вышли из Тибета, а пришли в Непал. Всё благодаря накопленному багажу знаний, спутниковой связи, навигации, метеорологии, экипировке. Экипировка стала прочнее и в пять раз легче — очки, кошки, ледорубы, куртки. Когда ты идёшь в экстремальных условиях, все

твои мысли должны быть только о маршруте. А если тебе тут холодно, там жмёт, здесь трёт, то понятно, что будешь постоянно отвлекаться, и это плохо закончится. Раньше же люди ходили в брезентовых штормовках, обвязанные какой-то пеньковой верёвкой, вот и гибли. Ну, и качественные прогнозы погоды помогают. Я занимаюсь метеорологией для Фёдора, поэтому уверенно могу сказать, что трёхдневные прогнозы на 90% актуальны. Альпинист посмотрел: три дня будет идеальная погода; всё — собрался и рванул. А раньше какие были прогнозы? Солнце село в тучу — будет шторм, село в чистое небо — значит, будет хорошая погода, возможно. Люди двинулись на восхождение, их там накрыл буран, они погибли. Но, опять-таки, чем проще стартовые условия, тем сложнее становятся задачи.

Деревня Фёдора Конюхова в Тульской области: какой Вы видите её через 10-15 лет?

Абсолютно самостоятельным поселением, в котором живут триста семей. Это около полутора тысяч человек. И каждый занят тем, что хочет. Деревня будет самой настоящей, не лубочной, не притянутой за уши. У кого-то дом деревянный, у кого-то — каменный. У кого-то куры во дворе, у кого-то — гончарная мастерская или кузница. Кто-то занимается йогой, кто-то — скандинавской ходьбой, велоспортом, лыжами зимой. Одни тут постоянно, другие приезжают среди недели. В целом, это люди, у которых есть желание, свободное время и финансовые возможности — то есть руководители крупных компаний, художники, писатели, путешественники. Не те, кто работает с понедельника по пятницу и имеет лишь 20 дней отпуска в году. Эта деревня для людей, которые управляют своим временем. Сейчас мы с Фёдором закладываем, так сказать, основные точки интереса: музей путешественников, картинную галерею, детскую школу, скалодром, площадку для запуска воздушных шаров, обсерваторию, лыжную трассу вокруг деревни (летом это велотрасса) и так далее. А жители сами обеспечат их наполнение. Они же будут управлять деревней. Я считаю, что мы не должны вмешиваться и администрировать какие-то процессы, это неправильно. Собственно, поэтому место и называется деревней — это не коттеджный посёлок со строгим уставом и членскими взносами. Там живут свободные люди, близкие Фёдору по духу. В этом году, кстати, 10 октября мы отмечаем юбилей основания деревни — 5 лет. ●

основатель
проекта МНР
Марина
Полякова:

«Хочу сделать мир лучше на от- дельно взятой территории— на Новой Риге»

беседовала
Марина
Светлова

В последнее время на дверях местных заведений всё чаще можно увидеть наклейки с загадочными буквами МНР, которые затаенно переплетаются в виде сердца, будто признаваясь в любви к Новой Риге. При покупке нередко можно услышать вопрос о наличии карты «Моя Новая Рига». Мы решили побеседовать с основателем проекта Мариной Поляковой о том, что же такое МНР и какие двери открывают эти волшебные буквы в нашем районе.

Марина, добрый день. Для читателей сразу поясним, что это не первое наше интервью. Несколько лет назад мы говорили с Вами о группе «Мамы Новой Риги и Рублёвки», и тогда казалось, что всё сделано, всё построено. И вдруг — новый проект... Как он зародился? Это продолжение группы?

Если я скажу, что вездесущие «Мамы Новой Риги» тут не при чём, то покривлю душой. Конечно, он зародился в недрах группы, на её основе, однако это совершенно отдельный проект. Всё сложилось само: приходили идеи, возможности, люди — я просто собрала пазл. Во мно-

гом, наверное, потому, что я тут живу — живу нашим районом, интересами местных жителей и местного бизнеса, и всегда чувствовала, видела, что нужен инструмент, который позволит связать воедино разные потоки в нашей локации.

Изначально, когда я начинала вести местные информационные сообщества, то не только рассказывала про то или иное место, но и просила для моих подписчиков, моей аудитории лучшие условия. Речь сейчас не столько про скидки, сколько про персонализацию. В наше время — бешеных скоростей внимание дорогого стоит —

истра.рф №26



большое интервью

именно за него мы и боремся. Некоторые рестораны дарят десерты, кто-то — приветственный массаж, кто-то — просто улыбку и чуткость.

Сколько же лет проекту?

Ох, это сложный вопрос. При том что сама идея оформилась быстро, я почему-то очень долго сомневалась. Первый раз я анонсировала программу лояльности для местных жителей 3 года назад, тогда она негласно заработала внутри моего сообщества, но всё это на уровне закрытых списков и паролей. В то время у меня было ошибочное мнение, что все и так знают про наши программы и скидки — район-то маленький. Я заказала разработку, товарный знак... Но почему-то были сомнения в нужности.

А потом случился очень активный рост — моих сообществ, количества информации в них, интенсивности коммуникаций. В какой-то момент я поняла, что уже не владею всей информацией и не всегда могу сказать — наше это заведение, партнёрское, или не наше, и какие предпочтения оно предоставляет. А тут ещё карантин, колоссальный приток новых людей на Новую Ригу, для которых наша легендарная группа в Фейсбуке — пустой звук... Пришло понимание, что в период такого бурного роста населения района нужны новые инструменты и ориентиры.

Помню, как решила и написала анонс, закрыла компьютер и пошла на массаж, подумав: будь что будет. Спустя час пришло больше тысячи писем и сообщений — все хотели быть нашими партнёрами, ажиотаж был огромный. Я подумала — зачем я сомневалась 3 года?

Сегодня большинство жителей Новой Риги уже знают, что участие в нашем сообществе даёт колоссальные скидки, привилегии, участие в лучших вечеринках района и фантастический нетворкинг и сосединг.

Сосединг?

А как это ещё назвать? Кто-то в группе ввёл это понятие, и с лёгкой руки оно пошло. Встретились в группе, потом на мероприятии, потом новый проект запустили, отдыхаем вместе... Раньше к соседям за солью ходили — теперь ищут единомышленников. В мире очень много всего нового, темп сумасшедший, нам всем нужны ориентиры, поэтому сейчас такой бум сообществ по интересам.

Что даёт участие в программе?

Для местных жителей это в первую очередь информация и навигация. У меня есть амбициозная задача по включению в «Мою Новую Ригу» всех представителей местного бизнеса. Но одновременно мы сохраняем высокие стандарты нашего района! Если раньше все партнёры были проверены мамами Новой Риги и Рублёвки, сейчас они ещё дополнительно проверяются командой МНР на соответствие этим стандартам.

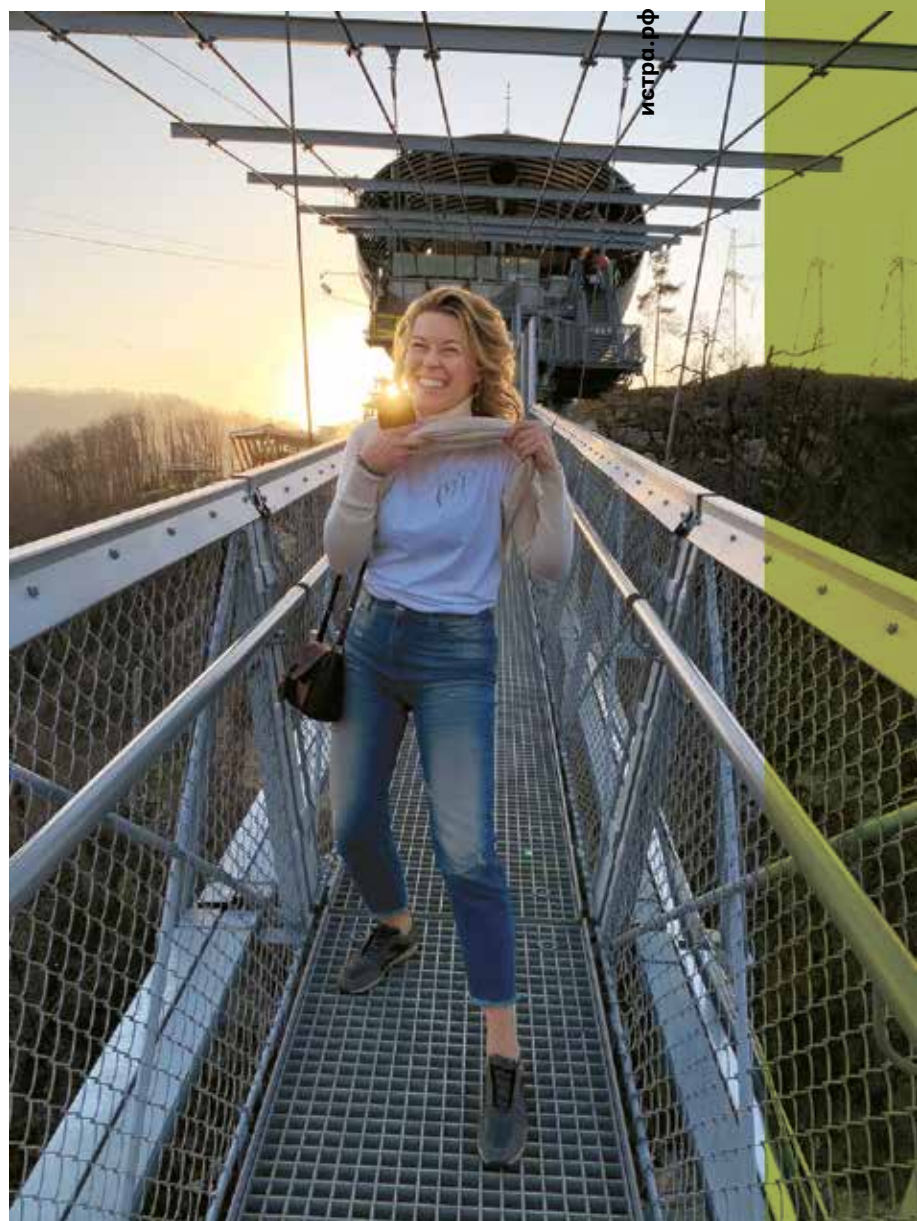
А подробнее о стандартах?

Клиентский сервис у нас здесь на довольно высоком уровне — есть свой стиль, свои требо-

вания. Люди, живущие на Новой Риге, многого добились, и добились своим трудом и зыскательностью. Поэтому к местному бизнесу предъявляются те же требования. К счастью, период нестабильного сервиса мы прошли, и если бывают накладки, то они носят скорее локальный характер или сопровождают период выхода проекта на рынок. Все, кто работает здесь не первый день, умеют работать эффективно и профессионально. Я горжусь тем, что причастна к становлению клиентского сервиса в нашей конкретной локации. Ведь именно моё сообщество собрало самых трепетных и зыскательных клиентов, и я работала именно в секторе B2C, донося ожидания жителей Новой Риги до местного бизнеса.

Бизнес на Вас не обижается за такую обратную связь?

На обиженных воду возят! (Смеётся.) Хочешь выжить — будь лучшим. Хочешь быть лучшим — слушай, что от тебя хотят. Собственники бизнеса, конечно, не обижаются. За обратную связь с клиентами корпорации платят немалые деньги, а тут они получают её бесплатно, к тому же в лояльной форме.



Истри.рф №26

большое интервью

Что Вы имеете в виду?

Я имею в виду, что мы хоть и требовательная публика, но есть локальный патриотизм, который крепнет из года в год. Мы все любим Новую Ригу и Рублёвку, это наш район, он особенный. Для многих это стало малой родиной, поэтому любая критика носит доброжелательный характер и имеет своей целью не разрушение, а поддержку и улучшение.

«Я имею в виду, что мы хоть и требовательная публика, но есть локальный патриотизм, который крепнет из года в год. Мы все любим Новую Ригу и Рублёвку, это наш район, он особенный»

Это дорогого стоит, и я лично положила очень много сил, чтобы здесь у нас сложилось настоящее, крепкое соседство и понимание, что все мы — не чужие. В последнее время всё чаще встречаю людей где-то за пределами Новой Риги и даже за пределами нашей страны — и мы узнаём друг друга как земляки! Мы уже не говорим: «Вы из Москвы?» Или: «Вы из России?» — «Ой, Вы с Новой Риги? А этого знаете? А там были? А туда пойдёте?» Это невероятно! О таком я и мечтать не могла!

Раньше долгое время район был несколько обезличен для меня. При том что я очень давно тут живу, и ещё у бабушки дача была в этих краях, но всё-таки Рублёвка или Звенигород исторически более обжитые, а Рига — это что? Абсолютно новое образование: прорубили дорогу в поле. Но благодаря развитию инфраструктуры сейчас это не просто трасса М9 — это целое сообщество, одна большая соседская улица. И поскольку всё это происходило на моих глазах, часть этого ландшафта я создавала своими руками и лично плела связи между людьми, — могу сказать, что это уникальное явление. Люди устали от больших объёмов информации, от глобализации, и причастность к чему-то более обозримому и осязаемому даёт нереальное чувство комфорта, защищённости — и в конечном счёте, счастья. Это часть глобального тренда, который продвигает тот же Нассим Талеб (автор бестселлера «Чёрный лебедь») — локализм.

У Вас в логотипе — сердце. Откуда этот символ, который совсем недавно появился, но уже

как будто был всегда? Я вижу, даже в поездках по миру жители Новой Риги его всячески пропагандируют.

Скоро флаг на Луне поставим! Шучу. Это тоже случайная история, с которой просто повезло. Все годы существования проекта мне хотелось иметь свой логотип, хотя бы потому, что его спрашивают везде — он нужен для любой совместной акции, на мероприятия, на выступления. Но не рождался — и всё! Художники рисовали, креативные бюро работали, десятки техзаданий написаны.

Хотелось что-то очень простое, понятное, и при этом, чтобы каждый видел свой смысл. Но был вопрос — а что такое Новая Рига и Рублёвка? Москва — это Кремль, собор Василия Блаженного, Третьяковка, Большой театр... Я подумывала про пирамиду — её унесло ураганом; про монастыри Истры и Звенигорода — но всё-таки это местные сакральные символы; про Живописный мост — но это уже Москва. И как-то на очередном мозговом штурме я говорю: здесь ничего нет, кроме дороги. Дорога, которая соединяет и объединяет нас, создаёт общее пространство. И мы сразу хором: бинго! Дороги! Стали рисовать пересечение дорог, буквы Новая Рига переплетали в дорожную сеть — а следом это оказались и соседские узы, и все наши местные связи!

Стало вырисовываться, но чего-то не хватало. А новый дизайнер взял и дорисовал букву М в виде сердца. И мы поняли, что вот оно — любовь! Мы же так любим наш район! К тому же буква М в моих проектах символична — «Мамы Новой Риги», с них всё началось, «Мы на Новой Риге», «Моя Новая Рига», «Мафия Новой Риги», моё имя и код, по которому чаще всего дают партнёрские предложения — МНР. Это и название моего агентства — это все мои проекты. В общем, М встала как родная, а потом я прямо увидела, что это сердце НР, как всемирно известные слоганы — I love NY, I love Paris — и вот наше I love NR. Кстати, первый бренд я запустила как MNR, и в меня прилетело так много помидоров, что, мол, мы русские — и давай русские буквы. А МНР встало идеально, на радость всем.

А потом сами собой понеслись: проект #мнр_россия, #мнр_без_границ... Когда я увидела, как члены нашего сообщества, жители нашего района в разных уголках России и даже мира рисуют этот наш логотип и признание в любви к Новой Риге на песке, на салфетках, на воздушных шарах, на снегу высоко в горах, выкладывают цветами на далёких островах или камушками в глухих лесах, — я поняла, что это нашло отклик в сердцах людей, позволило лишний раз осознать, как нам повезло с местом жительства в плане природы, людей, инфраструктуры. Без ложной скромности скажу, что я очень горжусь тем, что причастна к этому.

Иду вступать в Ваши ряды!

Увлечлась! (Смеётся.) Я часто встречаюсь с иронией — до тех пор, пока люди сами не начинают пользоваться приложением или сайтом.

Стоит первый раз получить скидку, например, как сейчас — 25 процентов на чекап в Ильинской больнице, или 50 процентов на обед в «Русалке» в понедельник, или при поступлении в местную школу или детский сад, — люди начинают относиться к проекту с уважением. Все умеют считать деньги, все ценят хорошее отношение.

Это только для членов Вашего сообщества?

Это для всех местных жителей, для всех, кто может сказать: это Моя Новая Рига/Рублёвка. Неважно, пользуетесь ли вы соцсетями, знакомы ли со мной — я постаралась сделать максимально удобный для всех продукт. Вам нужен только телефон или интернет. И главное — желание лучше узнать свой район.

А как это выглядит технически?

Пользователь заходит на сайт mnrg.life или скачивает приложение «Моя Новая Рига» на телефоне в Google Play/Apple Store и видит, какие есть партнёры и предложения. В программе есть карта района — можно посмотреть, что есть на местности. Есть разбивка по разделам/сферам жизни, есть поиск. Можно не только прочитать описание местного бизнеса и посмотреть фотографии, но и зайти в их соцсети или позвонить из приложения, можно оставить отзыв или почитать другие отзывы. Есть афиша, новости района.

Не забудьте активировать карту и получить номер. Показывая карту/qr-код в заведении, вы сможете оставлять отзывы, а также посмотреть историю своих посещений — как я люблю шутить, операционный журнал своей жизни: темпы такие, что не всегда помнишь, где был и что хорошего было.

В чём Вы сегодня видите ориентиры? Перспективы?

Несмотря на географическую очевидность нашего района, многие достопримечательности и места скрыты от глаз. Я готова бесконечно рассказывать, чертить маршруты, открывать новое. Один из проектов, над которым я сейчас работаю, — это краеведение, если можно так сказать. Стоит отступить шаг в сторону от шоссе — и кругом просто жемчужины! Что-то навеки утрачено, и наш долг — передать память потомкам, ведь многое ещё можно сохранить. Но главное — просто рассказать и показать, привлечь внимание!

К счастью, огромную работу в этой области сейчас ведёт государство, появляются программы, порталы, главное — в органы власти приходят молодые люди с активной жизненной позицией и стремлением сделать что-то значимое. Прекрасные примеры возрождения — усадьба «Архангельское» и музей «Новый Иерусалим», географически полярные точки для района, как будто с двух концов подсвечивающие Новую Ригу и задающие тон прогрессивному и новому. Появляются потрясающие парки — «Раздолье», парк Малевича. Но району остро не хватает общественных пространств и современных обра-

зовательных учреждений, культурных событий. Другое направление работы — это люди! Популяризируя нашу местность, мы становимся привлекательными для лучших людей, что в свою очередь повышает качество реализуемых тут проектов и поднимает местную инфраструктуру на новую высоту. У нас открываются большие масштабные проекты вроде NROV, The Outlet, «РИГАМОЛЛ». Вслед за бытовым потреблением

«У нас открываются большие масштабные проекты вроде NROV, The Outlet, „РИГАМОЛЛ“»

приходит и культурное — появляются кинотеатры, выставочные пространства, малый бизнес начинает смелее инвестировать, создавая рабочие места, под эти места тянутся новые жители. Открывать соседей друг другу, знакомить их — тоже часть моей работы. Точнее, это моя жизнь, которая стала и частью работы.

Опишите свой идеальный день.

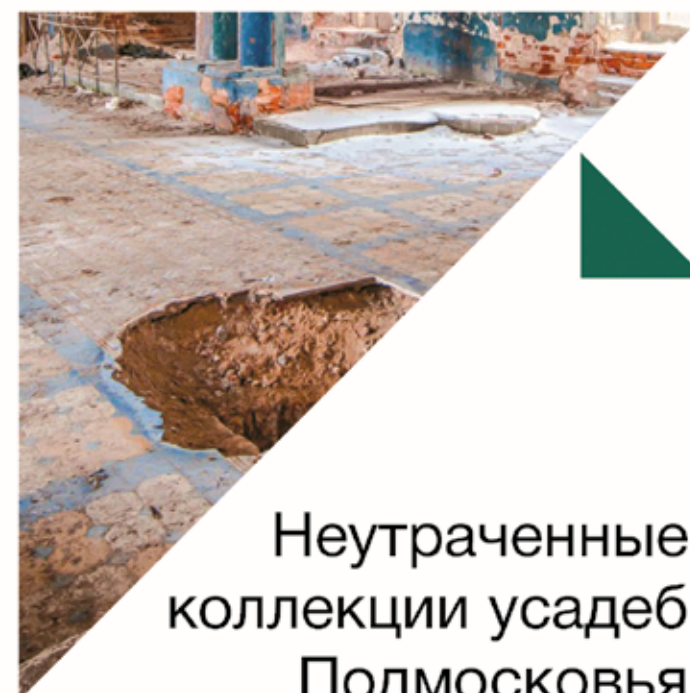
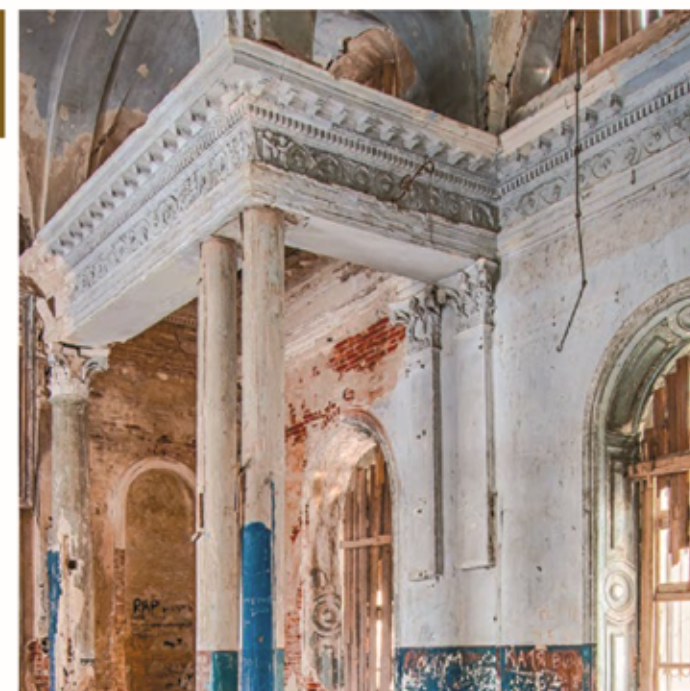
Мой идеальный день — с семьёй, когда можно провести его в общении друг с другом и прогулке на природе. Кстати, в карантин мы безумно полюбили гулять в наших краях, и я даже сделала проект «Прогулки на Новой Риге», чтобы больше людей узнали о самых потаённых уголках нашего района и увидели, как он прекрасен! Я пишу про них под этим хэштегом. В ближайшее время и эти материалы появятся в приложении.

Закончим на радостной ноте — или есть негатив?

Негатив — это пробки. Очевидно, нужно больше дорог, надо расширять туннель под Серебряным бором, району необходима своя платная трасса. Надеюсь, с появлением метро связь с городом станет проще. Людям нужно прописываться на своих дачах и в загородных имениях и уже понять, что мы тут не временно, мы не зимуем и не приехали на выходные — мы здесь живём. Тогда властям станет очевидно реальное количество постоянно живущих на Новой Риге людей, и я надеюсь, это станет стимулом к строительству современных государственных школ, как это происходит сейчас в Одинцовском районе, дорог и так необходимых объектов здравоохранения. ●

Выставка

23 сентября 2020 –
30 мая 2021



Неутраченные
коллекции усадеб
Подмосковья

реклама

Возвращение в усадьбу

из собрания музея
Новый Иерусалим

Музей Новый Иерусалим

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

Абсолют
Страхование

Информационные партнеры

РАДИОКУЛЬТУРА афиша





истра.рф №26

Осенняя «Высотка»: в ожидании перемен

фоторепортаж

фотографировал
Иван Ерофеев





истра.рф №26



фоторепортаж







источник: ipb №26



фоторепортаж



ресторатор
**Анастасия
Бурдзенидзе:**

«У меня только один конкурент — я сама»

Ещё будучи маленькой девочкой, она мечтала стать банкиром или владелицей ресторанов. История её жизни — яркий пример того, как сбываются самые заветные мечты. Знакомьтесь: **Анастасия**

Бурдзенидзе, директор московских отелей и ресторанов на Новой Риге, мама пятерых детей.

беседовала
**Елизавета
Макеева**

Анастасия, откуда такой нетипичный для маленького ребёнка интерес к профессии банкира и ресторатора?

От родителей, безусловно. Мне повезло в жизни родиться в любящей и прекрасной семье. Знаете, папа смотрел на маму такими глазами, с такой нежностью во взгляде — словами не передать. А она всегда его ждала и готовилась. Мои родители — москвичи, но я родилась в городе Тынды, куда они, будучи молодой парой, уехали строить БАМ. Отец — заслуженный строитель и передовик стройки. Своим трудом и умом он добился в жизни успеха, впоследствии стал банкиром. Мама в свои 24 года была депутатом Государственной Думы и заслуженным кондитером России. Это её команда изобрела знаменитый торт «Прага» и все те советские вкусные эклеры. А мамин брат, мой дядя, был поваром 4-го разряда ресторана «Прага». Понятно, откуда моя привязанность к кулинарии, ресторанам и интерес к финансам.

Я была поздним ребёнком, очень любимым, в которого родители вложили всё, что можно было дать в то время. Брат был старше на одиннадцать лет. А я была к тому же ещё болезнен-

ной девочкой, и со мной родители носились буквально как с писаной торбой. Из моих любимых увлечений — плавание, спортивная гимнастика, танцы, чтение.

Образование Вы получили экономическое?

Мои подростковые годы пришлось на время перестройки, уже тогда была возможность выбора. Я успешно окончила гимназию при Финансовой академии, одной из самых сильных школ в стране. Долго терзалась в выборе профессии, не зная, кем я больше хочу быть — экономистом или актрисой, ведь первой моей школой была школа при ВГИКе, куда меня тоже взяли без экзаменов. Оттуда я ушла, так как в то время профессия актёра казалась самой неперспективной, кино умирало. Я сделала выбор и стала экономистом. Окончила Плехановскую академию по международному праву и коммерческим финансам, а также Академию народного хозяйства, ещё я бакалавр Лондонского университета по экономическому направлению. На втором курсе у меня родилась дочка, экзамены я сдавала уже заочно, потом пошла в магистратуру.





Истра.рф №26

Как начинали своё дело?

До моего первого ресторана у меня было много всего. Я работала в банке отца, одновременно писала кандидатскую и свою книгу. Банки тогда только-только переходили на международный стандарт финансовой отчётности, и этим занимались лишь крупнейшие аудиторские компании, так называемая «Большая четвёрка». Когда я сама этому научилась, то поняла, что могу консультировать людей — тогда, в начале нулевых, это было очень востребовано, мало кто был образован в данной сфере. В то время мне было девятнадцать, и я была с годовалой дочкой на руках.

Я очень хорошо изучила налогообложение и помогала грамотно использовать налоги и вести управленческую отчётность. Это был первый мой бизнес-проект, который приносил очень хорошие деньги.

Потом я открыла строительную дизайнерскую компанию. На фоне других проектов это было не очень прибыльно, но мне такой бизнес очень нравился. Я выучилась на дизайнера и до сих пор пользуюсь этими связями и знаниями, своими руками могу сделать всё. Но бизнес требовал глубокого участия, и финансы занимали слишком много времени, поэтому нужно было выбирать, что важнее. Я оставила финансы.

Хотя до сих пор дизайнерская сфера — моя любовь, все проекты своих ресторанов, гостиниц я делаю полностью сама, от начала до конца. А потом случились рестораны... В 2015 году The River Cafe, а в феврале 2020 года — наш небольшой семейный ресторан Strucchetello.

Как Вы решаетесь на такие серьёзные проекты? Достаточно было решиться на первый ресторан. (Улыбается.) Капитал был накоплен со времён финансового консультирования, ведь я никогда не была любительницей шика, бриллиантов, и сейчас не трачу огромные деньги на одежду, шубы, не покупаю дорогие машины. Мне это просто не нужно, не интересно. Как говорят про меня друзья, я не жадная, а домовитая. Я накапливаю деньги и всё до копейки пускаю в дело. Когда The River Cafe стало приносить большой доход, я его вложила в три гостиницы в Москве.

Два года назад в коттеджном посёлке «Резиденция Бенилюкс» сгорел ваш ресторан The River Cafe. Как это случилось?

Да, до сих пор эта боль отзывается во мне. Причину пожара так и не выяснили. Скорее всего, загорелась проводка. А поскольку здание было морально устаревшим, деревянным, то огонь

быстро распространился. Но удивляет другое — действия пожарных. Если бы всё правильно было организовано, уверена, здание можно было спасти. Только восьмая машина приехала оборудованной специнструментами для резки крыши и тушения пожара. Представьте, загорелось в 13 часов, а нормально тушить начали только к 17-ти. И это несмотря на то, что мы находились на берегу реки — кидай шланг да туши. Более того, они работали даже не в том месте, где загорелось, а совершенно в другом, причём нам полностью отрезали проход, и мы не могли ничем помочь.

А что за неприятная история с пожарными-ма-родёрами?

Для меня это стало большим шоком, чем сам пожар. Были бригады из Истры и Красногорска, и как потом выяснилось, именно красногорские ребята «отличились». Зачем-то взломали железные ящики, которые всё равно бы не сгорели, вытащили из карманов персонала деньги, зарплату сотрудников из сумки моей дочери, украли весь дорогой алкоголь. Нет никаких сомнений, что можно было справиться, но у них были свои планы. К сожалению, наша история не единична. Все наши друзья нам советовали, чтобы мы это так не оставляли и обратились к властям. Но очевидно же, что все всё знают, и тем не менее ситуация повторяется из раза в раз. Мы не стали давать ход нашему разбирательству.

Как Вы пережили случившееся?

Несмотря на жгучую боль утраты, просто отпустила ситуацию, веря, что свыше мне будет дано большее.

большое интервью

«Если бы не дети, у меня, наверное, не было ни любимых ресторанов, ни столько друзей»

В начале этого года в Вашем бизнесе была ещё одна тёмная полоса — закрылся самый большой отель. Отголосок пандемии?

Открывая гостиницы, я, конечно, надеялась, что они будут служить верой и правдой долгие годы. Поэтому было очень обидно, что в январе из-за карантинных мер я потеряла любимый отель. Проревела безостановочно несколько дней. Мне ничего больше не хотелось. Из этого состояния отчаяния меня вытащил муж, который сказал: «Всё, Настя, хватит. Давай двигаться дальше. Я помогу, мы будем вместе». И летом

мы открыли на «Бессарабке» два ресторана. Совместно с партнёрами, конечно, поскольку справиться самим с таким большим комплексом довольно сложно.

Почему сразу два ресторана в одном месте?

Там уже был ресторан, который плохо работал. Поэтому это был хороший вариант — при не таких уж огромных вложениях сделать отличный ресторанный комплекс. Проекты отличаются не только концепцией, но и ценовой категорией. На первом этаже мы открыли «Ялту» — ресторан, в котором собраны все хиты советской и российской кухонь. То, что мы едим каждый день. Здесь же пицца. На втором этаже — дорогой ресторан, премиальный, с осьминогами, морепродуктами и супермясом. Мы вложились в ремонт, посуду, оборудование. На подходе ещё два ресторана, но пока всё же мы взяли паузу — понимаю, что я слишком размахнулась. (Улыбается.) Нужно отработать сначала то, что имеется. Например, у нас возникла проблема с игровой площадкой в детском Центре из-за подрядчиков, которые в пандемию уехали и пока не вернулись. Поэтому сейчас мы доделываем стройку буквально своими руками — я, муж Афанасий, второй учредитель и наш повар: подключаем электрику, кладем ковролин, обустроиваем помещение.

Задумка с детским Центром интересная. Каков его функционал?

Он будет работать как для посетителей ресторана, так и для родителей, которые на время хотят оставить своих детей. Я сама столкнулась с проблемой, что, имея трёх малышек, не всегда есть возможность ненадолго отъехать. Элементарно негде оставить ребёнка на пару часов, при этом не платя по 1500 рублей за вход каждого из них. В нашем Центре будет почасовая оплата, с ребёнком будут играть аниматоры.

Не боитесь рисковать? Есть план действий на случай, если самоизоляция вновь повторится?

После первой пандемии я поняла, что блюда из ресторана Strucchetello категорически непригодны для доставки, потому что это итальянская еда, и она съедается сразу после приготовления. Знаете, нынешний год я называю годом благодарности людям. Когда стало очевидно, что всё, мы закрываемся, я написала пост на своих страницах в соцсетях с просьбой помочь — 21 человек моего персонала оставался без зарплаты. И все три месяца вся Новая Рига и друзья безостановочно заказывали у меня пельмени, котлеты, блинчики. Работали все сотрудники — бармены и официанты стали курьерами, горничные и повара безостановочно жарили блины, крутили фарш и лепили вареники, пельмени. Конечно, пришлось немного вложить в оплату аренды, но зарплату персоналу мы покрыли полностью, ни копейки ни разу не задержали.

Практика показала, что не все готовы дома постоянно готовить, потребность в полуфабрикатах есть всегда. А «Бессарабка» — это рынок,

который не закрывался ни на день во время самоизоляции. Поэтому сюда можно прийти и заказать нашу продукцию по хорошей цене. А в нашей «Ялте» ценник очень хороший. Поэтому я верю в доставку.

На Новой Риге — и вдруг доступные цены?

Как бы это странно ни звучало — да. Мы же практически не потратились на внутреннее обустройство. Я провела акцию — на своей странице написала, что к нам можно принести любые вещи советского стиля — посуду, мебель, предметы интерьера. Друзья откликнулись очень активно. В свою очередь, это дало нам возможность предложить качественный продукт по доступной цене. Многие посетители, кстати, удивлены этими ценами. Поэтому здесь есть и оборотная сторона.

Кого-то смущают низкие цены?

Именно. Для меня это стало настоящим открытием — люди Новой Риги пугаются низких цен. Начинают предполагать, что что-то не так. Я-то думала, что как только на Новой Риге появится ресторан, где будет вкусно, уютно и к тому же недорого, то отбоя от посетителей не будет. Но на деле оказалось наоборот — люди побаиваются.

У нас, конечно, всё в порядке, и объясняется это очень просто. Например, моя лучшая подруга, менеджер по продажам в крупнейшей винной компании, дала мне такие же цены на вино, как и для крупных супермаркетов и ресторанов. Это позволило нам выставить доступные цены на вино.

Вот сейчас предстоит проанализировать ситуацию и, скорее всего, перестроиться, ввести дорогие позиции. Но, честно, это будет простая наценка, потому что делается всё из одних и тех же продуктов. У нас на кухне нет такого — это хорошие продукты, а это плохие. У нас открытая кухня, отличные поставщики, мы лично закупаем три раза в неделю свежие овощи, фрукты, зелень. Для меня это как хобби, потому что я очень люблю готовить и выбирать для этого самое лучшее.

Вы давно живёте в Истре? Что Вам здесь нравится?

Я живу под Истрой с 2003 года. Наш район с точки зрения инфраструктуры развит прекрасно. На мой взгляд, не хватает только государственных образовательных учреждений — как школьных, так и дошкольных. Что касается услуг, то настолько локально подобранного разнообразия, как в нашем округе, нет и в Москве. Очень спасают сообщества в соцсетях, где всегда можно спросить совета и оперативно получить рекомендации. Так, например, в группе «Мамы Новой Риги» все друг друга поддерживают, делятся опытом, контактами специалистов, адресами интересных заведений.

Расскажите о Вашей семье.

У нас большая семья — мой муж, его родите-

ли, вся наша родня. Мы очень дружны с моей свекровью. В прошлом она топ-менеджер известных крупнейших нефтегазовых компаний, а сейчас лучшая в мире бабушка, которая помогает во всём. Дети у нас просыпаются рано, в 4:30, и постоянное недосыпание — это уже моё привычное состояние. Спасибо моей свекрови, она часто выручает и даёт мне выспаться. А этим летом она брала к себе в Крым внучку Василису на два месяца, потом мы все туда приехали, отлично отдохнули. Сейчас свекровь уехала к себе, а дети уже соскучились и ждут обратно.

Чем занимается Ваш супруг?

Он бизнесмен. Недавно продал свою телекоммуникационную компанию, и сейчас мы находимся в стадии переговоров по нашему The River Cafe. Если мы будем инвестировать деньги, то это будет совместный проект. Могу с уверенностью сказать, что общий бизнес соединяет ещё больше, чем дети.

Разногласий не бывает?

Конечно, ругаемся иногда. Я очень властная, авторитарная, и ему крайне сложно со мной. Но ещё до брака мы были лучшими друзьями, и сейчас ими остаёмся. Он замечательный супруг, понимающий.

«У меня есть только один конкурент — я сама. И я должна делать каждый раз лучше, чем могу»

Настя, у вас пятеро детей! Как решились на многодетность?

Старшей дочери Полине уже 20 лет, Тимуру 14. Во втором браке с Афанасием у нас восемь лет не было детей, поэтому третий ребёнок очень долгожданный. Сейчас Климу 3 года. Муж очень хотел ещё детей, и у нас родились погодки — наша двухлетняя Василиса и девятимесячный Афанасий-младший. Возможно, что это не предел... Раньше я считала многодетных сумасшедшими, и так оно, собственно, и есть. (Улыбается.) Теперь вот и я в их числе. Потому что — трое погодков, сон четыре часа в сутки, шум, гам, всё бегом. Но это такая энергетика, такая отдача, эмоции! Есть ради кого жить и работать.

Если бы не дети, у меня, наверное, не было ни любимых ресторанов, ни столько друзей.

истра.рф №26

большое интервью

Потому что денег, которые я зарабатывала финансовыми консультациями, мне бы с лихвой хватило на всю жизнь. Дети — невероятный стимул для развития. Да, моя жизнь расписана по минутам — бизнес требует концентрации внимания, и дети, конечно, тоже. Причём каждый из детей требует своё. Они у меня все разные, к тому же эгоисты. Разнообразные занятия, учёба, прогулки, по отдельности и вместе. Часто приходится брать их на работу. Трёхлетний Клим — ребёнок, который, можно сказать, родился в ресторане и живёт там. Фанат кухни, знает все овощи-фрукты, ингредиенты, специи, технику, любит готовить и записывать видео. Мы с ним даже ведём тематический блог.

Что спасает Вас как женщину от усталости?

Если я посплю чуть больше обычного — это для меня уже отличный отдых. (Улыбается.) Правда, порой я ощущаю себя биороботом, поскольку не чувствую физической усталости, пока не свалюсь с ног. Начала заниматься спортом, чтобы привести в форму себя после родов. Но спорт, конечно, не спасает от усталости, а только её добавляет. Выручают здорово встречи с друзьями. А ещё люблю ходить в лес за грибами, когда ты одна и не нужно ни о чём думать.

Какие у Вас мечты?

Говорят, бойся своих «мечт». Это про меня. В последнее время даже не хочу ничего большего. Хочется сосредоточиться на детях, дать им больше времени. Развивать бизнес. Возможно, получится выкупить наше кафе и сделать, как было — или даже лучше.

Вы о многом рассказываете на своих страницах в соцсетях. Почему?

Ну, это далеко не всё, конечно. У меня чересчур насыщенная жизнь, и друзья всегда говорят, чтобы я подробно писала о своих приключениях. Но всего не расскажешь, потому что нет столько свободного времени, да и не все поверят, что это могло произойти на самом деле. А пишу в основном для своих подписчиков, которых практически всех лично знаю. Что важно — поддерживаем друг друга, особенно это ощущается в нынешний сложный 2020 год.

Как у вас рождаются бизнес-идеи?

Идея приходит спонтанно, но я всегда сначала всё просчитываю, прорабатываю, и могу на нулевом этапе понять, что этим заниматься не стоит. Бизнесмены со мной согласятся, что это очень важно. У меня, например, есть неоткрытые салон красоты, клиника, рынок. Но нет несовершенных проектов, в которые были вложены деньги. И, конечно, должна быть фортуна. Если видишь, что не складывается что-то, нужно уметь вовремя уйти, не жалея о затратах. Я называю это «купить опыт», получить новые знания. Это как с ценами на «Бессарабке», о чём я рассказывала выше. Без ложной скромности могу сказать, что всегда была уверена, будто знаю



о ресторанном бизнесе абсолютно всё. Но, как оказалось, не всё. И для меня это новая степень обучения.

Какие черты характера помогают в бизнесе и какие мешают?

Обязательно должна быть уверенность в себе. А ещё я — перфекционист. С одной стороны, это помогает, с другой — мешает. Бывает, например, тяжело сработаться с партнёрами или с коллективом. Но зато это даёт возможность делать максимально хорошо.

У меня есть только один конкурент — я сама. И я должна делать каждый раз лучше, чем могу. ●

Как стать спокойным лыжником и любимцем птиц

Мы продолжаем раздавать **полезные советы** **устами наших**

экспертов. Напоминаем, что вы и сами можете задать каверзный вопрос — контакты редакции есть на первом развороте журнала.

В этом выпуске начинаем готовиться к зиме: присматриваемся к лыжному спорту и разрабатываем план по спасению голодающих птиц. Параллельно ищем внутреннее равновесие в это беспокойное пандемийное время с помощью советов психолога.

беседовала
Екатерина Харитоновна

Готовим сани летом. То есть лыжи. И осенью! Если вы всегда мечтали с ветерком, между ёлок и по сугробам, то эти советы для вас. Как выбрать лыжи, где кататься, во что одеваться — обо всём расскажет наш лыжный эксперт. Евгений Анашкин, директор ГБУ МО «Спортивная школа олимпийского резерва «Истина»

Лыжи задействуют абсолютно все группы мышц. Этот вид спорта хорош для всех любителей активного образа жизни вне зависимости от возраста. Для самостоятельных занятий подойдут непродолжительные прогулки в парковых зонах, в лесополосе. Более прогрессивные занятия можно проводить с индивидуальным тренером, который быстро обучит азам лыжного мастерства.

Все движения на беговых лыжах должны быть естественными, это несложно. Классический ход похож на обыкновенную ходьбу, коньковый ход — на катание на коньках. Для начала стоит выбрать равнинную трассу. Со временем увеличивайте протяжённость маршрута, и затем уже меняйте рельеф на более сложный — с подъёмами и спусками. В г. о. Истра обилие лесов, где лыжники-любители прокатывают лыжню.

Самые популярные места — в г. Истре, п. Глебовском, п. Румянцево. Трасса на базе нашей спортивной школы олимпийского резерва имеет достаточно сложные участки, поэтому предназначена для более опытных спортсменов.



Лыжный инвентарь подбирается согласно стандарту.

- Для лыж:
- Для классического хода: рост + 12 см;
 - Для конькового хода: рост + 0-25 см (в зависимости от уровня подготовки: чем короче, тем проще).
- Для палок (их всегда можно укоротить в специализированных центрах):
- Для классического хода: рост x 0,83;
 - Для конькового хода: рост x 0,90.

Для комфортного передвижения также понадобится мазь держания: синего цвета — для холодной погоды; красного цвета — для тёплой погоды; фиолетового цвета — для умеренной погоды. Вместо мази можно использовать камусы из 100% мохера — специальные подкладки на скользящую поверхность лыжи. Также перед началом сезона рекомендуется нанести структуру на поверхность лыжи на штайншлифте. Это можно сделать в нашем центре.

Об экипировке. В любом сетевом спортивном магазине вы найдёте термобельё, перчатки, шапку. Не стоит надевать одежду из джинсовой ткани. Нужны дышащие и тёплые материалы. Не забудьте захватить сменную одежду, чтобы переодеться после прогулки и отправиться домой сухим.



иллюстрировала Катя Вакуленко

«Птичку жалко!» Особенно зимой. Особенно — лесную. Спасаем братьев наших крылатых от голодной холодной гибели вкусняшками! Но тут важно не навредить. Чем и как потчевать пташек, расскажет ветеринар.



Евгения Бокова, ветеринарный врач, специалист по болезням птиц

Мы снова ощутили холодящее дыхание «короны» на своей щеке. Однако, как объясняют медики и власть имущие, бояться не надо, если будем носить масочки, а ещё лучше — сидеть по домам. А чтобы «по домам» было исключительно в мире и согласии с домочадцами, внимательно слушаем психолога!



Татьяна Михайлова, психолог

Самоизоляцию из-за пандемии можно сравнить с жизнью экипажа космического корабля в открытом космосе. Нам приходится существовать в ограниченном пространстве. Ситуация в мире постоянно меняется, распространённая реакция на происходящее — тревога. Но есть несколько рекомендаций, которые помогут справиться с паническими настроениями и страхами.

При стрессе, травмах, конфликтах, кризисных ситуациях очень важно не забывать правильно дышать. Сделайте глубокий медленный вдох и медленный выдох. При вдохе и выдохе задержите дыхание на счёт 4-6. Почувствуйте, как расширяются рёбра при естественном дыхании, как воздух наполняет лёгкие и живот, как тело становится более расслабленным, а дыхание спокойным. Для дыхательных упражнений можно использовать мобильное приложение для медитации.

У нас лесных птичек довольно много — зерноядных и насекомоядных. Все они нуждаются зимой и ранней весной в подкормке. Раньше популярным продуктом было сало, но в нём для пернатых мало полезного — сплошной жир, а солёное сало и вовсе опасно. Гречка, рис, пшеница — куда предпочтительнее, к тому же эти недорогие крупы всегда можно купить в супермаркете. Миксуйте разные крупы. Если семечки, то только не жареные. В зоомагазинах есть специализированные корма для зерноядных и насекомоядных птиц. В нашу тёплую зиму не все водоплавающие птицы улетают на юг. Их тоже правильнее подкармливать не хлебом, а купить в зоомагазине пакетики с гаммарусом и дафнией (пресноводные рачки — прим. ред.). Во всяком случае, в голодный период любая подкормка спасительна. Зимой процент смертности молодняка в первый год жизни достигает в городе 50%.



В Москве и Подмосковье много парков, где устанавливают кормушки, но, к сожалению, потом редко о них вспоминают. А регулярно насыпать туда зёрнышки — важно. Отправляясь на прогулку, захватите с собой пакетик с кормом. Лучше наполнять маленькие кормушки с маленьким входом, куда не залетят крупные городские птицы — голуби, вороны, которые отгоняют лесных птичек. Кстати, если обнаружите зимой травмированную птицу, отнесите её в ветеринарную клинику.

Во избежание стрессов лучше не смотрите телевизор. Читайте только проверенные новостные сайты не чаще 1-2 раза в день.

Общение необходимо. Устраивайте онлайн-встречи с друзьями, созвонитесь по видеосвязи или играйте в онлайн-игры, дайте такую же возможность ребёнку.

Проводите время вместе с детьми: посмотрите вместе интересный фильм, полистайте семейный фотоальбом, послушайте музыку или подкаст, почитайте вслух, приготовьте блюдо, которое никогда не готовили. Любые новые впечатления полезны для всех. Музеи, театры и другие учреждения культуры сейчас проводят онлайн-трансляции своих мероприятий. Воспользуйтесь этим.

Не забывайте двигаться даже в замкнутом пространстве: делайте зарядку или занимайтесь йогой. Хорошо питаться и выделяйте достаточно времени на сон. Старайтесь сохранить себя в ресурсном состоянии, особенно если у вас есть дети. Спокойный взрослый — спокойный ребёнок. ●



Kingfloyd — особенный кофе

В 2020 високосном ковидном году говорить о бизнес-начинаниях стало не совсем комильфо. Тем не менее наш неторопливый разговор мы ведём с предпринимателем и знатоком кофе Юрием Курловичем в помещении недавно открывшейся в ТЦ «Покровский» кофейной лавки **Kingfloyd Coffee Roastery**.

беседовал
Сергей Малородов



сорт моего кофе. Так что Kingfloyd — это и небольшая фабрика, и кофейня, и магазин редких сортов кофе, и клуб ценителей этого напитка.

Как Вам пришла идея создания столь необычного формата?

В какой-то момент меня перестал устраивать кофе из магазинов. Ведь часто, открывая вакуумную упаковку даже с дорогим кофе, мы испытываем разочарование: горьковато-жжёный запах — это совсем не тот аромат, которого ожидаешь. Вкус нередко тоже оставляет желать лучшего. А если повезло со вкусом, то вы обнаруживаете, что это «не ваш» кофе. Ведь мир кофе — как мир музыки. Здесь множество нюансов и оттенков. Есть кофе как джаз, есть кофе — симфония, а есть кофе — тяжёлый рок.

Что делает Ваш кофе особенным?

Свежая авторская обжарка. Это самый главный этап в формировании характера кофе, его вкуса и аромата. От профиля обжарки зависит наилучший для этого сорта способ приготовления: в турке, эспрессо-машине, гейзерной, ручной кофеварке или во френч-прессе. Существуют различные технологические карты обжарки. Но настоящий мастер определяет готовность не только по показаниям датчиков, но и визуально, и даже на слух — почти как настройщик музыкальных инструментов. Максимальный срок хранения хорошего кофе — один месяц, от силы два. Уже только поэтому мой кофе нельзя сравнивать с тем, что продаётся в магазинах или в обычных кофейных лавках, где срок хранения доходит до 1,5 лет. Поверьте, спустя два месяца после обжарки из зёрен можно сварить что угодно, но это будет уже не кофе.

Стильный и уютный интерьер напоминает маленькие магазинчики старой доброй Европы, в которые заходят не столько за покупками, сколько по-соседски, не спеша, поговорить «за жизнь»... Витающий в воздухе тонкий и ненавязчивый запах кофе, коллекция джезов, кофе-машины, френч-пресс (и даже вьетнамский ФИНИ!), пакеты из крафт-бумаги и мешки почти не оставляют сомнения в том, что ты попал в кофейную лавку. Но тихая приглушённая музыка, полка с виниловыми пластинками, массивный металлический агрегат, загадочно поблёскивающий в глубине интерьера, и само название заведения заставляют усомниться, что лавка — походящее слово.

Юрий, что здесь происходит?

Здесь рождается особенный кофе. Я привожу в Kingfloyd зёрна категории Specialty Coffee и сам обжариваю их в ростере — установке для обжарки кофе. Именно сочетание свежей авторской обжарки и специальных сортов зёрен и делает кофе особенным и уникальным. Здесь же можно смолоть, приготовить и попробовать любой

Попробовать особенный кофе в Kingfloyd Coffee Roastery можно ежедневно с 9:00 до 21:00

адрес:
ТЦ «Покровский»
МО, Истринский район, д. Покровское,
ул. Центральная, 27/1



на правах рекламы

Второе слагаемое особенного кофе — особенные зёрна. Я привожу в Kingfloyd около двух десятков сортов Specialty Coffee. Из Эфиопии, Перу, Бразилии, Колумбии, Вьетнама... Отбираю кофе, учитывая как собственные вкусовые предпочтения, так и предпочтения посетителей. Я неплохо знаю своих постоянных покупателей, поэтому уже при дегустации и отборе сортов понимаю, кому из них понравится тот или иной вкус. Все предлагаемые в Kingfloyd зёрна имеют рейтинг международной Specialty Coffee Association SCA не ниже 80. Для справки: в обычных магазинах и кофейнях продаётся кофе, который никак не ранжируется.

Сорт, обжарка, помол, способ приготовления — это ведь сотни, если не тысячи сочетаний, вариаций и оттенков, влияющих на вкус. Как среди них выбрать свой?

Экспериментировать. Все мы разные, а мир кофе многогранный и неизученный. Да, здесь есть сложившиеся правила, которым следует большинство. Но истинные ценители в поиске своего оттенка вкуса или аромата зачастую далеко отходят от устоявшихся рекомендаций. А стать ценителем просто — достаточно попробовать в Kingfloyd чашку особенного кофе. ●

СВОИ НА РИГЕ
СКИДКИ И АКЦИИ ДЛЯ СОСЕДЕЙ
%

Более **120** акций*
по **ОДНОЙ** карте



Отсканируйте QR-код с мобильного устройства



Заполните короткую анкету



Добавьте карту в Apple Wallet или Google Pay



Показывайте карту и получайте скидки

Полный список скидок и привилегий по карте «Свои на Риге» – на сайте www.svoinarige.ru

	Ресторан Strucctello Скидка 20% по воскресеньям и 10% во все другие дни. ТЦ «Юнимолл», Новорижское шоссе, 7-й километр, стр. 1 www.strucctello.com 8 (985) 443-91-53		МВК «Новый Иерусалим» Скидка 15% на концерты и спектакли г. Истра, Ново-Иерусалимская набережная, д. 1 www.njerusalem.ru 8 (498) 314-02-36
	EDACITY.RU - доставка фермерского мяса по Москве и области Скидка 10% на всю продукцию www.edacity.ru 8 (495) 127-71-49		Детский сад «Подсолнух» Скидка 35% на вступительный взнос Истринский район, дер. Исаково, д. 111 www.detskij-sad.ru 8 (495) 796-20-90
	Ресторан «Ялта» Скидка 10% на всё меню Гастромаркет Бессарабка: Павловская Слобода, ул. Ленина, 76/6 www.edanarige.ru 8 (909) 980-60-10		Аптечная сеть «Далиан» Скидка 5% Аптеки в Красногорске, Нахабино, Павловской Слободе, д. Покровское и других населённых пунктах. www.далиан.рф 8 (495) 137-77-77
	Футбольная Академия им. И.М. Гецко Занятия для детей от 3 до 16 лет. Футбольная форма в подарок при наличии карты «Свои на Риге» у родителя. Занятия в Истре, Павловской Слободе, Дедовске, пос. Глебовском, дер. Покровское, Красногорске. 8 (985) 266-88-33 @akademiagetso		Центр красоты и здоровья на Дворянской Скидка 10% на первое посещение г. Звенигород, ул. Пролетарская д. 23, к. 1 @salonzven 8 (916) 664-85-85
	Константин Новиков - профессиональное коучинговое сопровождение Скидка 50% на формат «Супер-день» www.konstantinnovikov.ru 8 (985) 866-88-88		DENTABUS - мобильная стоматологическая клиника Скидка 10% - для одного пациента, 20% - для двух пациентов, 30% - для трёх пациентов за один выезд. www.dentabus.com 8 (495) 933-86-86

реклама

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

Больше предложений – на сайте www.svoinarige.ru

* по данным на 10.10.2020

«Бессарабка»: вкусно и безопасно

Центр торговой жизни на Новой Риге «Бессарабка», что в Павловской Слободе, уже хорошо известен взыскательному покупателю своим роскошным фермерским базаром, настоящей жемчужиной комплекса. Гурманы знают, что здесь всегда можно купить натуральную продукцию: молоко, мясо, птицу, колбасы, свежайший хлеб, сыры из различных уголков мира, лучшие вина, прекрасные десерты.



Фермерский базар «Бессарабка»

адрес:
МО, с. Павловская Слобода,
ул. Ленина, 76/6,

телефон:
+7 (916) 996-80-80

e-mail: bessarabca@bk.ru

Однако сегодня потребителя заботит не только ассортимент продуктов, но и их качество и безопасность. На «Бессарабке» вы можете об этом не волноваться — здесь контроль за продуктами поставлен на самый высокий уровень!

«Бессарабка» с первого дня не на словах, а на деле заботится о своих клиентах. Вот почему ещё при открытии центра был заключён договор с государственной ветслужбой и организована лаборатория ветеринарно-санитарной экспертизы, оснащённая всем необходимым оборудованием,

проходящим обязательную плановую проверку, и химреактивами. Благодаря этому продукция, поступающая в реализацию, проходит жёсткий входной контроль — от проверки соответствия сопроводительным документам в автоматизированной информационной системе «Меркурий» до проведения лабораторных исследований для обеспечения биологической и пищевой безопасности.

В фермерской продукции, помимо проведения основных органолептических и радиологических исследований, контролируются и специальные

показатели для каждого её вида. Так, например, в продуктах растительного происхождения идёт контроль за содержанием нитратов и соли, показателями кислотности в солёно-квашеных изделиях. Молочная продукция проходит контроль на уровень кислотности и другие показатели, исключающие её фальсификацию. Мясо, поступающее в тушах, проходит полную ветсанэкспертизу для исключения инфекционных и паразитарных заболеваний. Если хотя бы один органолептический показатель вызывает сомнение, то проводятся физико-химические исследования. Живая и охлаждённая рыба также проходит подобные исследования, при вскрытии исключаются паразитарные заболевания.

Продукция, не прошедшая входной контроль по качеству и безопасности, бракуется и отправляется на утилизацию на спецпредприятии.

Мы всегда открыты для общения с нашими покупателями и готовы дать любую информацию о продукции, представленной на нашем фермерском рынке! Если у клиента «Бессарабки» возникают вопросы, он может обратиться к специалистам государственной лаборатории ветеринарно-санитарной экспертизы, которая работает у нас в ежедневном режиме.

Добро пожаловать! Мы отвечаем за то, что продаём! ●



«Кинари» — сеть спа-салонов тайского и балийского массажа

Один из филиалов сети

расположился на территории ТЦ «Бессарабка» в селе Павловская Слобода. Аутентичный интерьер, продуманный до мелочей, погрузит вас в атмосферу тайского гостеприимства и роскоши.



КИНАРИ СПА

адрес:
с. Павловская Слобода,
ТЦ «Бессарабка»

телефон:
+7 (495) 707-38-38

www.kinari.ru



на правах рекламы

сажем в лучших тайских традициях, вам не обязательно покидать страну. Можете забыть об утомительных перелётах, о языковых барьерах и акклиматизации — позвольте себе отдых здесь и сейчас!

Чарующие звуки медитативных мелодий, дурманящие ароматы экзотических эфирных масел, мерцание свечей, аутентичные мастера, неповторимые ритуалы красоты и здоровья помогут вам перенестись подальше от городской суеты, рабочих будней, пасмурной погоды и вечных проблем в райский уголок, где всё создано для вас и творится ради вас.

Здесь делают акцент на единении с природой. И касается это не только медитативных настроев, но и натуральной косметики, произведённой в Таиланде.

В этом дивном месте можно провести время с пользой и удовольствием для себя, а также побаловать свою вторую половину. И даже если среди готовых предложений для двоих вы не нашли что-то подходящее, в «Кинари» вам помогут составить индивидуальную программу для неповторимого отдыха.

Доверьте свой отдых профессионалам и ощутите на себе прикосновение Таиланда! ●

Комнаты, убранство которых мгновенно настраивает на волну расслабления, оформлены в тёплых природных тонах. Дерево и золотые элементы, словно лучи солнца, проникшие через пальмовые ветви и играющие на стенах бунгало.

В «Кинари» вы получите высокий сервис, премиальный уровень обслуживания, широкий спектр процедур. Омолаживающие спа-процедуры, коррекционные программы, обёртывание натуральными водорослями, скрабирование, расслабляющий массаж и многое другое.

Это место, где можно зарядиться энергией, расслабиться, восстановить внутреннее равновесие, повысить иммунитет. Мастера используют древние тайские и балинезийские массажные

техники. Все специалисты прошли обучение в ведущих школах Таиланда и Бали. В «Кинари» вы получаете экзотические спа-услуги по мировым стандартам качества, с европейским уровнем комфорта и юго-восточным антуражем.

В салоне представлена роскошная аквазона. Для тех, кто предпочитает парные с высокой влажностью и невысокой температурой, оборудован хаммам. Приверженцы сухого прогревания могут выбрать сауну. Также можно воспользоваться кедровой купелью для принятия контрастных ванн.

«Кинари» — это уголок блаженства, идеальное место для релаксации. Чтобы насладиться настоящим мас-

Эмоциональный кризис после пандемии: выход есть!

Вторая волна или остаточные фобии? Самоизоляция или социализация? #оставайтесьдома или #живуспортом? Разбираемся вместе с компетентными специалистами — психологом Олегом Макаровым и тренером клуба **FITNESS ONE Истра Центр** Евгенией Бурцевой.

беседовал
Алексей Хамин

Вопросы к психологу

Олег, Вы — кандидат психологических наук и постоянный клиент клуба FITNESS ONE Истра Центр. Много ли людей обращаются к Вам с проблемой эмоционального кризиса после карантина?

Да, немало. Пандемия и вынужденный простой разрушил бизнес многих людей. Кто-то перенёс болезнь, случились передряги в семье, неизбежные при том, что люди на недели и даже месяцы оказались «законсервированы» в бетонных клетках квартир со своими близкими, сами с собой. А значит, и со своими психологическими эмоциональными «особенностями». Кто-то склонен к тревожности, фобиям, неуживчивости. Другой вспыльчив, злопамятен. Лично я не раз слышал во время карантина горячечные споры и ссоры, звуковые волны которых летели из соседских окон. Да и не я один! Надо признать, что далеко не у всех после пережитого имеется в «сухом остатке» мотивация жить как ни в чём не бывало, запросто, как раньше, ходить в театры и музеи, заниматься фитнесом.

И что делать?

Для начала осознать, что стресс от угрозы здоровью — это коварный враг. Наша глубинная психика воспринимает его кем-то вроде хищника, затаившегося в кустах. И мозг привычно откликается на такое «соседство» двумя типами реакции: «борись» или «затаись». И знаете, притаиться — это худшая реакция на стресс для нас, совре-

менных людей. Задержаться в таком состоянии на неделю, месяц — это уже не выход, не решение, а болезненная адаптация. Всё равно нужно вставать и совершать некие телодвижения, наполненные позитивом!

Легко говорить...

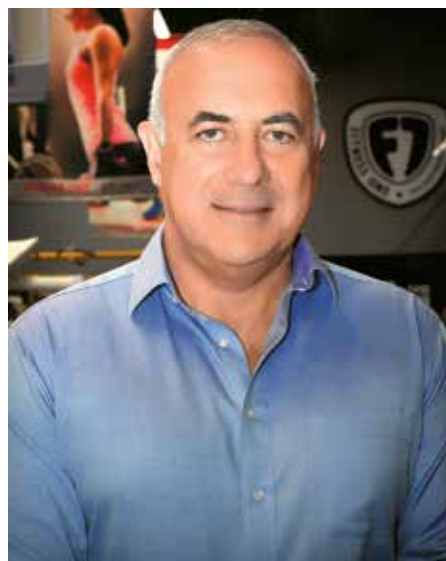
Давайте вспомним про два гормона стресса: кортизол и окситоцин. Вторые многие считают гормоном объятий, этаким простодушным милашкой. И с этого места, как говорится, подробнее. Дадим читателям немного новой психологической информации.

Общеизвестно, что проводником в стресс является кортизол. Но у дверей с табличкой «выход» стоит окситоцин! В целом оба эти гормона, кортизол и окситоцин, приводят к противоположным типам поведения. Под кортизолом человек опускает плечи, втягивает в них голову, отстраняется, садится в угол и смотрит в стену с безысходностью. Тогда как стрессовое выделение окситоцина толкает личность «в люди» — попросить помощи, поддержки, покровительства, или даже просто «а поговорить?» Для нас, граждан, брошенных пандемией заниматься «сёрфингом» на её волнах, гормональная мораль здесь такова: если вы в стрессе, ловите всплеск окситоцина, а не кортизола. Идите в людное место, не оставайтесь в одиночестве. Общайтесь, получайте явную и подсознательную поддержку, просто разговаривайте. Поверьте, это работает! Нас от стресса

лучше всего исцеляют два лекарства: общение и движение. Вместе они мотивируют организм производить эндорфины, чтобы с их помощью вытеснить стресс. И, конечно, как любитель фитнеса я должен заверить, что безопасное общение и движение в достатке имеется в залах клуба FITNESS ONE Истра Центр.

Этот так. Но не в этом ли кроется опасность? В тренажёрном зале нас окружают незнакомые люди. Само понятие социальной дистанции как-то отходит на второй план. Если меня это пугает, что делать?

Как психолог я постоянно обращаю внимание на такие вещи. И должен отметить, что в FITNESS ONE Истра Центр нормы и рекомендации по социальной дистанции не забывают. Тогда как страхи формируются во многом из-за «страшилок» СМИ. Угроза прошла, а тревожность подспудно осталась, и человек продолжает «сидеть в бункере». Вокруг нас, в обычной жизни, тысячи вирусов.



психолог
Олег Макаров



тренер клуба
FITNESS ONE Истра Центр
Евгения Бурцева

Но о них не рассказывали каждый день по телевизору, позволяя нам спокойно жить, общаться, ходить на фитнес и вечеринки...

Теперь ответ на Ваш вопрос: что делать? Нужно найти в себе силы сказать: «Я не такой уж уязвимый, мой иммунитет силён, и я могу бороться!» С этим девизом надо пойти в социум. И ваше движение навстречу другим людям доставит в мозг позитивные сигналы: «Мы бодрый и здоровый, мы в деле, жизнь продолжается!»

Вопрос от нашего читателя: «Я смотрю новости, слушаю интервью с теми, кто переболел или даже потерял близких. Иногда мне кажется, что нас обманывают, и пандемия только начинается. Это не так?»

Массовые медиа хорошо усвоили одно давнее открытие психологии: лучше всего продаются как раз плохие новости. Вообще, наш мозг издревле отзывается на три вида стимулов: опасность, добыча пропитания и продолжение рода. И опасность — на первом месте. Поскольку если вы её упустите из виду, питаться и размножаться будет кто-то другой, но не вы! Так что на первых ролях в новостных медиа всегда угрозы и «страшилки». А мы, вольно или невольно, всегда тянемся к ним.

После самоизоляции снова нужно общаться с окружающими, а некоторые люди, как может показаться, почти растеряли социальные навыки. Вернётся ли всё в привычную колею — или придётся заново проходить «ликбез» социальных коммуникаций?

Да, я тоже замечаю где-то в магазинах, общественных местах немало настороженных взглядов, недовольных гримас. «Язык тела», невольные жесты также посылают сигналы вроде «не подходи, иди себе мимо, не дыши в мою сторону!»

Но без общения мы увядаем и деградируем. Так что нужно сознательно побуждать себя к социальным контактам. И любой фитнес-клуб, например, наш FITNESS ONE Истра Центр — очень удобное место для такого взаимодействия, для восстановления навыков безопасной и позитивной коммуникации. Занятия с тренером, групповые программы, общение с соседом по тренажёру — всё это в залах клуба поможет и набрать физическую форму, и восстановить «тонус» социальных контактов, которые, кстати, отлично поддерживают иммунитет.

Однажды научившись плавать или ездить на велосипеде, мы уже не способны напрочь разучиться. Нужно лишь вспомнить, как это здорово — спокойно пожать чью-то руку, побегать на дорожках рядом с кем-то, помочь, подсказать, подбодрить, услышать комплимент в свой адрес и не покуситься на ответный. В одиночку мы, как из-

вестно, не воины. Поэтому, как и раньше, должны встречаться на фитнесе, чтобы победить страхи, тревоги, инертность. А значит, оставаться сильными, здоровыми и позитивными.

Вопросы к тренеру

Евгения, Вы тренер тренажёрного зала и групповых программ. Как после карантина сделать первый шаг и вернуться к тренировкам?

Пандемия и карантин оказали большое влияние на всех нас. Помимо проблем и стресса, они напомнили нам о необходимости внимательнее относиться к своему здоровью. Но не стоит сразу ставить перед собой глобальные задачи, ведь после карантина наш ресурс ограничен. Не нужно сейчас задумываться о больших целях, но необходимо выходить из тени и двигаться вперёд маленькими шагами. Смогли прийти до клуба? Записались на тренировку? Это уже шаг вперёд! Похвалите себя!

А что делать тем, кто за время карантина набрал 4–6–10 кг?

Сначала надо отстроиться со своим тренером правильное питание. Не нужно задумываться: «Как на меня посмотрят в клубе или как я буду выглядеть в клубе?» Лишний вес сам себя не скинет. Это можете сделать только Вы. Разумеется, при помощи FITNESS ONE Истра Центр. Здесь Вы получите поддержку в лице тренера и единомышленников.

Есть ли рекомендации по занятию спортом после карантина?

Если человек занимается у нас для достижения больших целей в спорте, его нужно хотя бы временно переориентировать на физкультуру. Сначала нужно стабилизировать состояние, и только потом медленно, постепенно возвращаться к своим привычным нагрузкам. И не нужно стесняться слова «физкультура». Культура движения и правильно построенная динамика дают нам стабилизацию тела, правильное функционирование мышц и внутренних органов.

Какую мотивацию для себя может придумать человек, чтобы снова начать ходить в зал?

Прежде всего необходимо ответить себе на вопрос: «Для чего я здесь?» Мотивация должна быть очень конкретной! Не стоит забывать, что в зал мы приходим не только за красивой фигурой, а прежде всего за иммунитетом, за здоровьем.

Приходите к нам за здоровьем! ●



FITNESS ONE Истра Центр

адрес:
МО, г. Истра, площадь Революции, д. 6

телефон:
+7 (495) 120-26-80

www.fitness-one.ru

Рецепты прекрасного утра

пробовала
Екатерина Харитоновна

Завтракать или не завтракать — оставим этот спор диетологам. Но, познакомившись с героями нового выпуска рубрики «Кудрявые рецепты», вам точно не захочется отказываться от утреннего приёма пищи!

Соблазнительные тосты и круассаны, полезные каши и гранолы, замысловатые яичницы с акцентами кухонь мира, выпечка, сырники, джемы... А, может, море станет темой вашего сегодняшнего завтрака? Рыба с драниками, рыба с блинами и даже рыба в каше — такое точно нужно попробовать. Ну и, конечно, кофе! Много вкусного и разного кофе, приготовленного сотней способов, для пробуждения вашей бодрости. Вообще, с утра важно улыбаться, твердят психологи. Теперь это сделать проще. Ведь приветливые официанты зарядят хорошим настроением, а уютные интерьеры подарят душевное спокойствие.

Вот такое начало дня: прямо хочется завести будильник на час пораньше.

Мы такое ни за что не пропустим! А вы?



КАФЕ-КОНДИТЕРСКАЯ «КРУАССАН»

Кафе-кондитерская «Круассан» в сердце Истры — это классические и современные десерты, европейская выпечка, разнообразные завтраки.

Кофе с круассаном — неизменный хит и залог хорошего настроения в круговерти будней. В «Круассане» всё же хочется задержаться подольше и сполна вкушать то, что французы называют «L'art de vivre», то есть «искусство жить». Интерьер располагает — светлый просторный зал с уютными столиками и обилием

зелени. Добавьте сюда манящие запахи свежего хлеба — и вот рука уже сама тянется к меню. А там — пирожные, торты, тарты, слоёная выпечка и несравненные завтраки с 7:30 утра до 17:00 в любой день, кроме воскресенья (с 8:30 утра до 16:00). Одних только яичниц и омлетов — восемь разновидностей: от классической яичницы-глазуньи с беконом, томатами и тостами (230 р.) до яйца Бенедикт со шпинатом и сёмгой (390 р.). Три

вида каши (130 р.): овсянка на молоке, пшённая с тыквой или рисовая с апельсиновым конфитюром. Увенчает завтрак сытный круассан с начинкой — овощи и моцарелла, сёмга и сливочный сыр, запечённая говядина или тунец. А домой непременно прихватите хрустящий багет (90 р.).

г. Истра, ул. Ададько, д. 7 к. 3
+7 (985) 149-59-15

Instagram: cafe.croissant



МОРЕМАНИЯ

«Моремания» — заведение для России уникальное, ведь здесь под одной крышей работают и рыбный магазин, и уютное кафе. В ассортименте — большое разнообразие свежей рыбы и морепродуктов. А меню разработано одним из лучших рыбных шеф-поваров Москвы. Рыбные супы, роллы, карпаччо, сашими, тар-тар и многое другое — причём по очень привлекательным ценам!

Завтрак — важнейший момент, который задаёт настрой на весь день.

Драники с сёмгой, чиабатта с авокадо и лососем, омлет с крабом и пармезаном или с подкопчённой сёмгой, блины с лососем или сладкими топингами. Не забыли и про каши: у нас вы можете насладиться пшёнкой кашей с диким перуанским угрём или овсяной кашей с тунцом и пармезаном. Любой из этих завтраков стоит 300 рублей.

Кофе или чай — в подарок.

Начинайте утро правильно — с «Мореманией»!

ТЦ «Бессарабка», с. Павловская Слобода, ул. Ленина, д. 76/2

Приложение для доставки: Моремания Next

Горячая линия: +7 (495) 150-05-51



РЕСТОРАН «ПТИЧКА ГУРМЭ ЭКСПРЕСС»

Пожалуй, самые вкусные ранние завтраки подают в «Птичке» на «Бессарабке». «Ранняя птичка», завтрак «Бенедикт», домашние сырники и каши — за ними едут даже из отдалённых поселков!

Новая команда вдохнула новую жизнь в меню и дополнила его изысканными новинками — «Английский завтрак», бейгл с лососем и авокадо, брускетта с гуакамолем и мясом краба, вафли из цуккини с копчёной сметаной и лососем, венская вафля со сметанным

соусом, с лососем и яйцом пашот... Множество сладких вафель и разнообразных десертов, а для маленьких птичек всегда в наличии сладкая вата! Для удобства гостей подача завтраков осуществляется с 8 до 16 часов. Добро пожаловать!

Работает бесплатная доставка: +7 (917) 546-36-14

«Птичка Гурмэ Экспресс» — идеальное начало дня!

ТЦ «Бессарабка», с. Павловская Слобода, ул. Ленина, д. 76/3

Instagram: ptichkagurme

Спокойствие! Только спокойствие!

Когда проезжающий автомобиль облил из лужи, кассир без маски смачно чихнул на продукты, а в электричке музыканты в пятый раз горланят «Офицеры, офицеры, ваше сердце под прицелом», только и приходят на ум слова (те, которые цензурные): «Люди, ну вы чего?» Мы порой в своём глазу бревна, конечно, не замечаем, но сейчас не про это. Попросили наших читателей без лишнего кокетства и стеснения рассказать: что вас раздражает в людях? **Осень — время от души посердиться!** Читайте, мотайте на ус... и не бесите.

истра.рф

instagram: @istrarf_journal
facebook: @JOURNALIstraRF



Лиля Дунаева,
телеведущая

Не понимаю людей, которые вечно ноют и всем недовольны: «Фуууу! Дождь осенью, сугробы зимой, жара летом!», «ненавижу свою работу», «всё плохо», «жизнь несправедлива» и т.д. Постоянные претензии к миру, злоба и скупость на улыбки случайным прохожим. Этакое «бичфэйс» — когда презрение, надменность и недовольство в одном флаконе. Заходишь такая в лифт, например, там люди. Ты им: «Доброе! Бодрое!» — и улыбаешься. Тут два варианта развития событий: искренняя улыбка в ответ и взаимное приветствие — или же молчание с недовольной гримасой. Упс, ситуация...



София Третьякова,
поэт

Думаю, у людей есть базовый комплект триггеров раздражения. И три кита — медлительность, выпендрёженность и отсутствие эмпатии. Я в себе стараюсь выработать блокатор раздражения, поскольку оно — эмоция энергозатратная и при этом не приносящая после себя ни желания творчества, ни ощущения очищения. Но всё-таки стабильно раздражаюсь от способности других людей обижаться на невиновных. Я вполне могу воспламениться, даже если обида была произведена не в сторону невиновной меня, а в сторону невиновного кого угодно. Наверное, корень этого — способность людей делать окончательные и бесповоротные выводы. Вот что меня раздражает. Железность человеческого мнения.



Евгений Мельников,
журналист

Раздражает, когда люди едят за моей спиной, говорят «участвовал на проекте» и «приехал с Рязани», критикуют разноцветные носки и заявляют, что не будут ставить ёлку на Новый год. И мужской парфюм — его нужно запретить!



Дмитрий Селиванов,
режиссёр и руководитель
театра «Подмостки»
Костровского Дома
культуры

В людях многое может раздражать. И я могу в людях вызвать раздражение по многим поводам. Но самое раздражительное, наверное, это то, что человек не понимает, что он может раздражать. А порой, когда кто-то пытается не раздражать, в этот момент раздражает особенно!

И так бывает. Пришёл в магазин, очередь в кассу. Но стоящий перед тобой гражданин вперёд не двигается: как будто застыл на месте! Зато гражданин за тобой прямо мечтает прижаться поплотнее. Вот как здесь соблюсти дистанцию! Правда, скорее всего, так же думает и тот, кто стоит впереди, и тот, кто позади тебя...



Ирина Жердева,
многодетная мама

Я считаю, испытывать раздражение к окружающим — неправильно. Но некоторые поступки вполне справедливо вызывают «праведный гнев». Например, когда человек долго и упорно идёт к своей цели трудом и организованностью, а его готовы «подсидеть» и «оклеветать» более ленивые сограждане, добивающиеся своего интригами. Такая ситуация не может не возмущать, особенно в наше время: информации, курсов, мастер-классов — море. Можно повышать свою квалификацию постоянно, даже если нет на это денег. Как говорится, надо быть Золушкой, но в современном мире актуальней качества её мачехи.

Ещё меня очень возмущает лицемерие чиновников. Особенно оно процветает в нашем городском округе. Я не либерал, не желаю революций, не противник Путина и не сторонник Навального, но подход отдельных чиновников «вы для нас» меня тоже раздражает не на шутку. Ситуаций могу привести много, так как не раз занималась решением тех или иных общественных вопросов. Я понимаю, что без такого явления не обойтись при любом строе, но чиновникам удаётся меня неприятно удивлять вновь и вновь чем-то новеньким!



Евгений Алексеев,
руководитель

Меня ничего в людях не раздражает, на самом деле. Независимо от времени года.



Наталья Лунькова,
преподаватель

Угнетает глупость. Обычно она идёт рука об руку с наглостью и невежеством, нежеланием самосовершенствования. Жить «на авось», делать что-то по принципу «И так сойдёт!» — это не по мне. Хочешь сделать жизнь лучше? Начни с себя, не сиди без дела. Мы очень любим критиковать других за неправильные вещи, забывая про свои недостатки. И всё из-за глупости, неумения видеть дальше собственного носа.



Елена Чупрова, временно
безработная из-за корона-
вируса

Раздражают тупизна и брехливость. А ещё молодняк. Потому что я старею, а у них всё впереди!



Влад Чернейкин,
предприниматель

Наглость, элементарная невоспитанность и проявление эгоизма. Ещё раздражают вечно всем недовольные, злые и унылые люди. ●

Истринский драматический театр, репертуар на ноябрь

адрес:
МО, г. Истра, ул. Ленина,
д. 114

касса работает
ежедневно
с 10:00 до 20:00

справки и заказ
билетов по телефону:
8 (498) 314-66-24

www.teatr-istra.ru



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

0+ **ЛЕОПОЛЬД, ВЫХОДИ!**
Музыкальная сказка для детей и взрослых

Приятный во всех отношениях, очаровательный кот Леопольд решил отпраздновать свой День рождения. Каждый по-своему, поздравить именинника торопится Пёс и его непоседливые соседи — маленькие мышата Серый и Белый. Разыскивая сильноедействующее волшебное лекарство «Озверин», коварные грызуны ежеминутно строят разнообразные козни своему добродушному соседу. Каких подарков ждать имениннику и как Леопольд прочит коварных хитрецов, вы узнаете в нашем спектакле. Яркая и красочная история с весёлыми песенками в очередной раз докажет юным зрителям, что «Добрым жить на белом свете веселей!»



13 ноября (пт)
в 20.00
14 ноября (сб)
в 19.00
продолжительность
спектакля — 2 часа 50 минут,
с антрактом

16+ **НА ВСЯКОГО МУДРЕЦА
ДОВОЛЬНО ПРОСТОТЫ**

История Егора Дмитриевича Глумова — молодого, обедневшего дворянина, наделённого многими достоинствами, но понимающего, что сделать карьеру честным путём ему не удастся. Глумов решается на интригу...
Стильный и современный, остроумный спектакль доставит удовольствие любителям классики и культурного отдыха.



15 ноября (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля 1 час 10 минут,
с антрактом

0+ **ДЮЙМОВОЧКА**
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».



20 ноября (пт)
в 20.00
21 ноября (сб)
в 19.00
продолжительность
спектакля — 2 часа 15 минут,
с антрактом

16+ **ПОРТРЕТ ДОРИАНА ГРЕЯ**
Мистическая и вполне философская история Оскара Уайльда о портрете Дориана Грея

Любовь и предательство, искушения и сомнения, красота и душевное уродство, извечная борьба добра и зла — все эти вечные понятия отражены в сюжете спектакля.



22 ноября (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля — 1 час,
без антракта

0+ **ВОЛШЕБНЫЙ КОРАБЛЬ**
Музыкальная сказка в русском стиле

В некотором царстве, в некотором государстве жил-был вдовый царь. И была у него дочь — красавица царевна. Задумал царь, чтоб долги не отдавать, выдать царевну замуж за богатого, да злого воеводу. Дочь свою под замок запер, на улицу не выпускает и замуж выйти заставляет. Но влюблённый в царевну мастер на все руки Иван придумал построить волшебный корабль и улететь на нём со своей невестой. Пошёл добрый и трудолюбивый Иванушка по болотам топким да лесам нехоженым искать дерево особое для постройки волшебного корабля. Торопиться надо Иванушке, а тут Водяной пугает, а там и Баба Яга навстречу... Ох, не успеть никак ...

Ну, а что дальше было, расскажет музыкальный, добрый, полный юмора спектакль по мотивам русских народных сказок «Волшебный корабль». Спектакль про то, что все-все мечтают, чтобы у них в жизни чудо случилось! Чтобы счастье к ним пришло, да там и осталось!



27 ноября (пт)
в 20.00
28 ноября (сб)
в 19.00
продолжительность
спектакля — 1 час,
без антракта

18+ **МЕДЕЯ. СОН**
Премьера спектакля по мотивам трагедии Еврипида

Режиссёр-постановщик — Андрей Соколов
В спектакле заняты артисты: Анна Орлова, Игорь Сергеев, Виктория Триус.



29 ноября (вс)
в 12.00
продолжительность
спектакля — 1 час,
без антракта

6+ **ВСЕ МАЛЬЧИШКИ —
ДУРАКИ**
Невероятная история

Дорогие папы и мамы, семиюродные бабушки и двоюродные дедушки, дяди и тёти! 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 своих детей. ●

МВК «Новый Иерусалим».

Афиша на октябрь-декабрь



25 октября (вс)
в 18.00
продолжительность
спектакля 2 часа 20 минут,
с антрактом

18+ ОБЕД ДЛЯ ГРЕШНИКОВ

Спектакль

Постановка по произведению Эдварда Тейлора — это прекрасная комедия положений, которая сможет рассмешить даже самых серьёзных. У молодого директора лондонского офиса транснациональной компании проблема: на переговоры приезжает его американский босс, придерживающийся весьма строгих моральных принципов. Всех своих подчинённых, не живущих в законном браке, он увольняет без промедления.

Возлюбленная нашего героя, давно ожидавшая предложения руки и сердца, наотрез отказывается изображать супругу и со скандалом уходит. Кто-то должен сыграть роль жены, но даже у верной секретарши возникают непреодолимые препятствия, соглашается только домработница, которая чуть ли не в 2 раза старше по возрасту. Босс и его жена приходят в гости, и ничто не предвещает «провала», но внезапно возвращаются и раскаявшаяся подруга, и секретарь, решившие всё-таки прийти на помощь...

В ролях: народная артистка России Татьяна Кравченко, народный артист России Александр Пашутин, заслуженные артисты России: Сергей Рубеко, Дмитрий Мазуров, Александр Носик, заслуженная артистка России Светлана Лаккай, Александра Прокофьева/Елена Саар, Мария Кононова.



7 ноября (сб)
в 18.00

18+ НЕЗАМУЖНЯЯ ЖЕНЩИНА

Спектакль

Это искромётная пьеса драматурга Льва Корсунского для театра, в которой рассказана история из жизни современных женщин.

«Незамужняя женщина» — забавная история о двух женщинах — дочери и матери, живущих в одной квартире. Каждая из них мечтает о личном счастье — принце на белом коне.

К живущей с мамой 40-летней незамужней Ирине сватается её начальник Феликс — «маменькин сынок». Сватается он вяленько: третий год ходит в дом, но на предложение руки и сердца даже не намекает. Ирина особых чувств к Феликсу не питает, но, понимая, что замуж выходить и рожать ребёнка давно пора, имитирует заинтересованность и любовь.

В этот вялотекущий роман решает вмешаться мать Ирины, Надежда Андреевна. Энергичная мама решает отбить у «женишка» желание ходить к дочери отчаянным поступком — приводит в однокомнатную квартиру, площадь которой уже оценил живущий с мамой Феликс, «мужчину» — забулдыжку из гастронома, представляя его своим женихом.

В ролях: Раиса Рязанова (народная артистка России, лауреат Гос. премии СССР), Анатолий Кощеев (актёр Государственного театра «Русский дом»), Дмитрий Журавлёв (актёр Государственного Академического театра им. Моссавета), Марина Яковлева (заслуженная артистка России).



15 ноября (вс)
в 18.00
продолжительность
2 часа 30 минут,
с антрактом

16+ МУЗЫКА, ИСЦЕЛЯЮЩАЯ ДУШУ

Концерт

В музее «Новый Иерусалим» вновь выступит прославленный Хор Московского Данилова монастыря.

В первом отделении прозвучат традиционные произведения духовной музыки и духовные стихи. Во втором отделении собраны популярные мелодии, марши, вальсы и казачьи песни в оригинальном переложении регента и художественного руководителя хора — Георгия Сафонова.



5 декабря (сб)
в 18.00

18+ АККОМПАНИАТОР

Спектакль

Когда мы слышим слово «антреприза», тут же срывает стереотип — значит, комедия, и не всегда всплывает в сознании слово «Театр» с большой буквы — тот Театр, который разбудит в нас давно спящие чувства, подарит радость жизни.

Именно в такой Театр мы приглашаем Вас на спектакль по пьесе Александра Галина «Аккомпаниатор». Лучшие русские актёры расскажут трогательную, пронзительную в своей современности, историю любви.

Бедный молодой музыкант в поисках средств к существованию находит необычный, но результативный способ заработка. Он ухаживает за пожилыми людьми, а те, видя искреннее участие и заботу, стараются отблагодарить его и делают это с той щедростью, которая присуща истинно одиноким людям, обретшим близкого человека. Кто он, этот аккомпаниатор, — вымогатель, мошенник? Или такой же одинокий человек, увидевший в своих подопечных давно забытую родительскую ласку?

Спектакль в двух действиях.



19 декабря (сб)
в 18.00

16+ БРАЧНЫЙ КАПКАН

Спектакль

Дерзкая режиссёрская интерпретация превращает классическую пьесу Мольера «Сганарель, или Брак поневоле» в настоящую комедию дель арте. Незадачливый стареющий ловелас Сганарель готов жениться на молодой красотке, но мучается сомнениями и подозрениями. И, похоже, небеспочвенными! Для девушки это брак по расчёту, она влюблена в молодого доктора. Сганарель догадывается об этом, он пытается получить совет у разных авторитетов в области брака и человеческих отношений: философов, гадалок и медика. Сганарель принимает решение отказаться от брака, но родные невесты вынуждают его жениться.

Музыка, танцы, превращения и перевоплощения, каскады шуток и одна страшная семейная тайна...

Двухчасовой спектакль в стихах с одним антрактом.

В спектакле заняты: Наталия Колодяжная, Илья Бледный, Филипп Бледный, Анжелика Каширина и Дмитрий Мухамедеев.

адрес:

МО, г. Истра, ул. Ново-Иерусалимская набережная, д. 1

телефоны:

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

www.njerusalem.ru

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

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН ПРОДУКТОВ «ФРИКАДЕЛЬКИН»



Каждая мама мечтает накормить своего ребёнка не только вкусной, но и здоровой едой.

Мясная продукция «Фрикаделькин» изготавливается по оригинальной рецептуре, из отборного мяса высшего качества, без добавления глютена, без соли, без улучшителей вкуса — только мясо и специи.

Молочная продукция «Фрикаделькин» — из козьего и коровьего молока, без заменителей молочного жира, с превосходными органолептическими свойствами. Она разработана совместно с НИИ молочной промышленности и произведена в сертифицированном цехе.

Сладости «Фрикаделькин» — невероятно вкусные печенья и пряники со 100% натуральным составом, без пальмового масла.

телефон: +7 (495) 225-50-03

www.фрикаделькин.рф

Для владельцев карты «Моя Новая Рига» скидка 7% (при заказе на сайте укажите промокод MNR7)

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

КЛИНИКА КОСМЕТОЛОГИИ LASERSKIN



Основной целью Клиники Косметологии LaserSkin является забота о клиентах. Именно поэтому мы постарались совместить привычные услуги профессиональных косметических салонов и медицинских центров с высочайшим качеством сервиса и сделать их максимально доступными!

адрес: МО, г. Истра, ул. Ленина, д. 75, стр. 3
телефон: +7 (985) 999-01-04

Для владельцев карты «Моя Новая Рига» скидка 7%

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР POKROVSKY



Дорогие читатели, мы рады поделиться с вами новостями нашего торгового центра!

В сентябре на втором этаже состоялось открытие ателье STYLE. Полный спектр услуг, уютная примерочная и профессиональная техника. К вашим услугам: пошив одежды по эскизу или выкройке, перешив изделий, все виды ремонта, работа с натуральным мехом и кожей, работа с трикотажем, установка кнопок и многое другое!

В начале октября на втором этаже также открыл свои двери магазин «МЕГУМИ» — товары из Японии и Кореи. Это настоящий рай для женщин — и не только: в «МЕГУМИ» есть и отдел мужских товаров. Огромный выбор уходовой и декоративной косметики наивысшего качества, уже ставшего всемирно известным; бытовая химия, детские товары, разнообразные товары для дома и хозяйства, изделия новейших технологий для здоровья — например, блокатор вирусов, пластырь для выведения шлаков и токсинов, а также приятные сувениры, массажёры и многое другое!

Спортивный комплекс «Территория спорта «Покровское» продолжает набор желающих в спортивные секции. Открытие комплекса планируется в октябре.
телефон: +7 (495) 137-74-60

www.ts-pokrovskoe.ru

В этом году ТЦ POKROVSKY ещё не раз вас удивит — к открытию готовятся несколько уникальных для района арендаторов! Следите за новостями!

Также наши двери всегда открыты для новых партнёров. В деловом центре мы располагаем современными офисными помещениями различной площади. Будем рады сотрудничеству!

Всегда ваш — ТЦ POKROVSKY!

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

www.pokrovskytk.ru

MEDICAL SPA CLUB «ЛАБОРАТОРИЯ РЕЗУЛЬТАТА»



«Лаборатория Результата» — это уютный medical spa club рядом с вами. Индивидуальный подход к самым насущным проблемам современного человека: коррекции возрастных изменений, формированию контуров тела и уменьшению веса. Мы гарантируем быстрый, пролонгированный результат, который достигается сочетанием инновационных процедур аппаратных, эстетических и инъекционных методов современной косметологии. Наши методики безопасны, эффективны и не требуют восстановительного периода.

Программы в «Лаборатории Результата» подходят как женщинам, так и мужчинам.

адрес: г. о. Красногорск, с. Дмитровское, ул. Садовая, д. 1 Б
телефон: +7 (495) 920-09-14

www.лабораториярезультата.рф

САДОВЫЙ ЦЕНТР



Оптовый садовый центр «Мега Сад» — это более 12 га крупномерных деревьев и кустарников из лучших питомников России.

В нашем центре представлен широкий ассортимент лиственных и хвойных деревьев, кустарников и плодовых культур. Команда профессионалов всегда поможет Вам подобрать растения и сделать правильный выбор.

адрес: г. о. Красногорск, п. Ильинское-Усово, ул. Новый Посёлок
телефон: +7 (495) 120-43-43

www.mega-sad.ru

Владельцам карты «Моя Новая Рига» скидка 30% (не распространяется на действующие акции)

МАГАЗИН КОФЕ KINGFLOYD COFFEE ROASTERY

Магазин свежесобранного кофе высочайшего класса Specialty. Приглашаем на дегустацию к нам в coffeeshop, где Вы сможете насладиться незабываемым вкусом и ароматом этого великолепного напитка, а также приобрести кофе для дома, офиса или бизнеса.

адрес: г. о. Истра, д. Покровское, ул. Центральная, д. 27/1 (ТЦ «Покровский»)
телефон: +7 (977) 935-75-05

www.mycoffey.ru

Для владельцев карт «Моя Новая Рига» — кофейный подарок при покупке зерна

РЕСТОРАН BASIL



Basil — это новый ресторан в селе Ильинское с кавказской и европейской кухней. Обязательно попробуйте блюда на мангале: нежнейший шашлык, сочные стейки, люля-кебаб, свежайшая рыба и, конечно, овощи и грибы!

адрес: г. о. Красногорск, с. Ильинское, ул. Ленина, д. 28
телефон: +7 (495) 252-77-32

www.basilcafe.ru

Для владельцев карты «Моя Новая Рига» скидка 15%

МАГАЗИН ОДЕЖДЫ MISHANYA BRAND

Mishanya Brand

Новый магазин дизайнерской одежды MISHANYA BRAND

В ассортименте представлены:

- Спортивные костюмы
- Джинсовая линия с великолепной посадкой
- Рубашки из хлопка
- Классические костюмы

Российский бренд одежды
Пополнение ассортимента каждые 10 дней

Часы работы: 10.00-21.00

адрес: г. о. Истра, д. Покровское, ТК «Павлово подворье», 2 этаж
instagram: @brandmishanya

Для владельцев карт «Моя Новая Рига» скидка 10% (до конца октября)

ПИТОМНИК РАСТЕНИЙ RYABININA . STORE



Питомник растений Ryabinina. Store на Новой Риге — современная ландшафтная компания. Мы предлагаем как комплексное решение для Вашего сада, так и отдельные экспозиционные компоненты.

Четверть века на рынке. Богатый ассортимент плодовых, хвойных и лиственных. Великолепные декоративные кустарники и деревья. Квалифицированная помощь при посадке. Отличная приживаемость растений.

адрес: г. о. Истра, д. Давыдовское, стр. 3
телефон: +7 (968) 335-39-39

www.ryabinina.store

Владельцам карты «Моя Новая Рига» скидка 5% на плодовые деревья и кустарники



ВСЕГДА СВЕЖИЙ ХЛЕБ!

КАЖДОЕ УТРО

ПРЯМО ИЗ ПЕЧИ!

МЫ ДОСТАВЛЯЕМ

АРОМАТНЫЙ СВЕЖИЙ ХЛЕБ

НА ПОЛКИ МАГАЗИНОВ ИСТРИНСКОГО РАЙПО

Приглашаем на работу сотрудников:

директора магазина
(в продовольственный магазин
с возможностью обучения)

грузчика

уборщицу

тракториста

администратора в аптечную сеть

фармацевта

в связи
с открытием пекарни
также требуются (с возможностью
проживания):

повар

пекарь

формовщик теста

укладчик-упаковщик

Мы гарантируем:

- официальное трудоустройство, полный соцпакет
- конкурентоспособную заработную плату
- оплачиваемые отпуска и больничные
- карьерный рост
- возможность работать рядом с домом
- корпоративные выезды по итогам работы
- предоставление льготных путевок детям в летние лагеря

телефон для справок
8 (49831) 4-67-06

raypo_istra@mail.ru
www.rpo-istra.ru

МН

МОЯ
НОВАЯ
РИГА

**Лучшие предложения
от местного бизнеса**



реклама

Скачивайте приложение
Заходите на сайт mnr.life