

МОЙ ОКРУГ



№ 9 (017) /// Среда, 2 августа 2023 г. ///

/// Мытищи ///



Мёд из Ясной Поляны

История пасечника
Алексея Сергунина /с. 3

«У ПДД нет каникул!»

Новая акция
в ТРЦ «Июнь» /с. 2

Идём на рекорд!

Гигантский пряник
испекут ко Дню города /с. 3

/// МАЯКИ

Мария АНДРЕЕВА: Преподаватель должен уметь учить и любить учиться

Всесторонности этой девушки можно только позавидовать. Два высших образования – экономическое и психологическое. Дополнительное профессиональное – инструктор по физической культуре. А ещё за плечами – музыкальное училище по классу академического вокала и множество соревнований по танцевальному спорту. Сегодня Мария Андреева руководит в Мытищах танцевальной «Эко-студией». Её лозунг – «Воспитываем чемпионов и счастливых людей!». Отдельных слов заслуживает трудолюбие Маши. Какое городское мероприятие последнего времени не возьми, везде она участвовала со своими воспитанниками. Кроме того, состоит в сообществе «Нежный бизнес» и руководит в нём комитетом, отвечающим за культуру и спорт, – немаленькая нагрузка. И в работе с детьми – у неё свой подход. Если коротко – достижение результатов без психологического давления, максимальная защита от травматизма. В общем, безусловно, есть о чём поговорить.

ЛЕГКО НЕ БЫЛО

– Мария, ваша студия носит в названии приставку «Эко», что она означает?

– Экологичное – поддерживающее, грамотное, безопасное – отношение к воспитанникам. Занятия у нас проходят без физического и эмоционального давления на ребёнка. С детьми работает психолог. Стараюсь себя «прокачивать» в этом направлении, обучаю наших преподавателей. Работаем в одном ключе.

– Но вы же и сами в области психологии – дипломированный специалист...

– Да, второе высшее – психологическое. Об этой профессии мечтала со школы. Мама мне даже книгу подарила по общей

психологии. Но вначале поступила в музыкальное училище, затем получила экономическое образование в Ивановском государственном университете. А книга лежала до тех пор, пока не стала учиться в Московском институте психоанализа. К слову, недавно получила ещё одно дополнительное профессиональное образование, стала инструктором по физической культуре.

– Расскажите вашу историю?

– Легко не было. Переехала в Москву, чтобы продолжить заниматься спортивными балльными танцами. Работала тренером в различных танцевально-спортивных клубах. Какое-то время даже отвечала за информационное направление в одной профсоюзной организации – вела сайт и социальные сети.



/ стр. 2

Цветочный салон® «ПРОСТРЕЛ»

**КРАСИВЫЕ БУКЕТЫ И ВОЗДУШНЫЕ ШАРЫ
С БЫСТРОЙ ДОСТАВКОЙ!**

ПО ГОРОДСКИМ ОКРУГАМ ЩЁЛКОВО, ФРЯЗИНО,
ПУШКИНСКИЙ, БАЛАШИХА, КОРОЛЁВ

**ТАКЖЕ У НАС МОЖНО ЗАКАЗАТЬ
СВАДЕБНЫЕ БУКЕТЫ, ФУД-БУКЕТЫ
ИЗ КЛУБНИКИ**

ОФОРМИТЬ ЗАКАЗ МОЖНО НА САЙТЕ KUPIFLOWER.RU
ИЛИ В ВАТСАП – 8 (997) 709-00-79

/// СТРОЧНО В НОМЕР

«У ПДД нет каникул»



Так называлось мероприятие, которое для юных посетителей ТРЦ «Июнь» провёл отдел ГИБДД МУ МВД России «Мытищинское» совместно с сотрудниками 3-го батальона 1-го полка ДПС (северный).

«Дети и родители могли вместе собрать пазлы с дорожными знаками, узнать их название и место применения, а также изготовить светоотражающий элемент», – сообщила исполнительный директор ТРЦ «Июнь» **Ирина Соколова**.

Поддержку мероприятию оказала Автошкола имени Давыдова, организовавшая настоящий праздник для детей – с воздушными шарами, сахарной ватой и большим белым медведем.

Фото – соцсети ТРЦ «Июнь» ВКонтакте

Инвестиции и рабочие места



Комплекс по производству багажников для легковых автомобилей построят в Мытищах. Размер инвестиций составит 22 млн рублей. Работы проведёт ООО «Багажник РУ».

В ходе первой очереди возведут цех металлообработки комплектующих изделий. До 2024 года также появятся административная и логистическая части, а еще склад. «Строительство нового комплекса создаст 230 новых рабочих мест», – сообщили в пресс-службе Минжилполитики региона.

Фото – mosreg.ru

Самый удобный в смартфоне

Независимые эксперты Markswebb назвали «Альфа-Онлайн» лучшим мобильным банком страны.

«Это самый удобный банк в браузере смартфона для ежедневных задач. По мнению экспертов, у «Альфа-Банка» лучшее управление инвестиционными продуктами на рынке, самые удобные переводы от другого лица на рынке, а также сканер номера телефона. Только пользователи «Альфа-Банка» могут ознакомиться с информацией по комиссиям за платежи и переводы до ввода реквизитов и увидеть фото нарушения при оплате штрафа», – сообщает пресс-служба кредитно-финансовой организации.

Второе и третье места в экспертном рейтинге заняли, соответственно, ВТБ и «Тинькофф Банк».

Мария АНДРЕЕВА: Преподаватель должен уметь учить и любить учиться



«Эко-студия Марии Андреевой» в соцсетях

Продолжение. Начало – стр. 1

А потом – коронавирус. На «удалёнке» стало больше свободного времени. Как-то рассказала подруге Тане о том, что мечтаю открыть свою танцевальную студию. Но не такую, где детям приходится тяжело и эмоционально, и физически на пути достижения результатов. Сама занималась художественной гимнастикой, знаю, насколько жёстким может быть спорт. Таня и спрашивает: «А что, собственно, тебе мешает?». Так всё и началось.

– **Что такое бизнес для вас?**

– На мой взгляд – стопроцентная вовлечённость в своё дело. Постоянная «прокачка» себя. Умение выбирать из окружающей информации ту, которая тебе действительно нужна. Анализировать её, работать с ней, чтобы получалось что-то своё. Ну и, конечно, важна экономическая составляющая.

НАХОДИТЬСЯ В ТРЕНДЕ

– **Какие направления «Эко-студия» предлагает для детей и взрослых?**

– Мейнстрим – спортивные балльные танцы. Я во время тренировок делаю акцент больше на европейской программе, а наш второй тренер – на латиноамериканской. Хотя мы оба можем преподавать и то, и другое, дополняя друг друга.

Второе направление – это беби-дэнс, развивающие танцы для малышей от двух с половиной лет. Сюда же может присоединиться группа «Мама и малыш» – это развивающие танцы для малышей от полутора лет, они занимаются вместе с мамами. Есть сопутствующие занятия для детей и взрослых – стрейчинг, растяжка.

Кстати, для взрослых у нас имеется зажигательная латина-соло, и ещё из новых направлений, где сейчас как раз идёт набор, – энергичная бачата, которую можно танцевать как соло, так и в паре. Ставим танцы свадебные и для подружек невесты. Также ищем преподавателя на современные танцы, чтобы дети учились разным стилям. А ещё запускаем эко-функциональный тренинг, включающий в себя упражнения силовые и кардио.

– **Помимо танцев у вас есть и курс актёрского мастерства...**

– Да, для детей от шести лет. Ведёт его Алексей Тимошин, артист театра и кино, диктор, ведущий, работал на «Первом Мытищинском», задействован в Московском областном театре кукол. В планах – набрать подобную группу для взрослых.

– **В соцсетях вы пишете о требованиях, предъявляемых преподавателю, «истинному тренеру». Поделитесь ими с нашими читателями?**

– В первую очередь преподаватель должен любить своё дело, гореть им, уметь учить, а ещё – любить учиться и повышать свою квалификацию, развиваться, находиться, что называется, в тренде. Не менее важно быть терпеливым в работе с детьми и терпимым к детским шалостям. И, конечно, общаться с родителями, оставаться открытым.

– **Актуальный вопрос – о летней танцевально-спортивной смене, которая у вас стартует в августе. Что**



За плечами – множество соревнований по танцевальному спорту

ждёт юных мытищинцев, которые к вам придут?

– Наш летний лагерь будет работать с 14 по 18 августа. Начало занятий – 10 часов.

Расскажу, как строится день. Первым делом проводим собрание, где обсуждаем с детьми, чем будем заниматься. Проговариваем правила безопасности, потому что часто выходим на улицу. Дальше – зарядка, общая физическая подготовка и, чаще всего, танцы. Во второй половине дня организуем творческие занятия.

Бизнес – это стопроцентная вовлечённость в своё дело

В конце смены отправимся на пикник в Пироговский лесопарк. Будем снимать ролик про танцы. Планируем добавить немного театрального компонента, актёрского мастерства, чтобы получилась пластичная, хореографическая мини-сказка.

А В ДЕКАБРЕ – ДЕТСКИЙ БАЛ!

– **Вы входите в сообщество «Нежный бизнес», возглавляете комитет культуры и спорта, если не ошибаюсь. Слышал отзывы, что он является одним из самых активных в местном отделении. Какие самые яркие мероприятия назовёте?**

– Их такое количество, что все просто перечислить трудно. Зимой у нас было крупное мероприятие «НеФорум». Мы с девочками ставили танец – самбу. Выступали на майской акции «Бьюти день» в ТРЦ «Июнь» и на праздновании Дня семьи, любви и верности.

Много мероприятий у нас проходит в городских парках. Например, «Нежный бизнес» принимал участие в акции «Город профессий». Вместе с **Анной Антоновой** и **Ириной Земляк** отвечали за станцию «Фитнес-клуб». Проводили спортивные мастер-классы, викторину.

– **Что в планах?**

– Очень хочу организовать в декабре большое танцевальное мероприятие под

эгидой «Нежного бизнеса» – детский благотворительный бал, который объединит близлежащие города.

– **Наш традиционный вопрос для всех собеседников: представьте, что вы можете провести реформу для поддержки предпринимательства у нас в стране, но только одну. Что бы вы хотели изменить?**

– Самый большой вопрос у социального предпринимательства – площадка, место организации деятельности. У нас спортивные балльные танцы, и нам нужны большие пространства, хотя бы 140-150 квадратов. Такое помещение непросто найти. Ещё сложнее вытянуть аренду и дополнительные сборы. Поэтому, если бы у меня была возможность провести такую реформу, я бы уделила внимание более гибкой системе арендных льгот. Например, в первый год с момента регистрации ИП арендная плата на 100 процентов поддерживается государством, на второй год – на 75 процентов, на третий год – на 50 процентов. И даются такие льготы законодательно, «по умолчанию», без бумажных проволочек, без необходимости бороться за гранты и субсидии.

БЕЙОНСЕ И ЭЛЛА ФИЦДЖЕРАЛЬД

– **Как быть активной и всё успевать, составляете планы на день?**

– Обязательно планирую, чаще накануне вечером. Дни, когда есть возможность вообще ничего не делать, у меня бывают очень-очень-очень редко. Восстанавливаю, когда возвращаюсь в профессиональный спорт. Даже на отдыхе стараюсь каждый день делать какие-нибудь практики, упражнения. Люблю литературу. Но сейчас читаю в основном книги по бизнесу, маркетингу, психологии. В данный момент штудирую, например, «Семь навыков высокоэффективных людей» Стивена Кови.

– **Вы учились академическому вокалу, а что бы включили в репертуар своего концерта?**

– Академическое пение было раньше, сейчас я перешла на джаз, блюз. Ходила в Москве на джемы в джаз-блюз барах. Спела бы «Stand by Me», «A Tisket a Tasket» из репертуара Эллы Фицджеральд. Может быть, что-то из Бейонсе. Нравятся песни из репертуара Эрика Клэптона, Билла Уизерса... Я меломан, слушаю всё.

– **Мария, вы невероятно многогранная, но, возможно, есть что-то, что хотелось бы ещё освоить?**

– Мне очень многое нравится, только где найти время? Люблю кататься на роликах. В Иванове даже в секции занималась. У меня есть квады – это ролики на четырёх колёсиках, для фигурного катания. Хотела бы потанцевать контемпорари, современный сценический танец, который включает в себя различные направления и техники. Но, опять же, как все это совместить, с учётом того, что я возвращаюсь в профессиональный спорт с ежедневными тренировками как минимум по три-четыре часа? Плюс работа, продвижение и общественная деятельность, в которую я включилась. А ещё спортивная хореография, которой также увлеклась.

Беседовал Денис МАКЕЕВ

/// ДЕЛАЕМ САМИ



Все пчёлы – дикие

ИЗ МОСКВЫ – В ДЕРЕВНЮ

Многие люди моего поколения, как и я, в детстве ездили в деревню к бабушке с бабушкой.

Пчёлки в деревне – это и сладкий, полезный продукт, и главные опылители садов.

Так что первый опыт пчеловодства были уже в семь-восемь лет от роду. Дедушка брал меня с собой на осмотр ульев и разрешал окуривать пчёл дымом. В это время он доставал рамки с мёдом, осматривал состояние семей, делал отводки.

Как любой ребёнок, я впитывал окружающий мир и получал много радости и удовольствия от этих занятий.

Годы идут, старики покидают этот мир, пасека без присмотра гибнет, пчёлки разлетаются. К этому времени у меня сложилась достаточно комфортная жизнь – москвич с высшим образованием, должность в конторе с хорошим окладом. Правда, работа в офисе нравилась всё меньше и меньше.

Так восемь лет назад я вернулся в деревню.

Руки сами начали действовать – восстановил ульи, запустил пчёл. Сейчас на пасеке от тридцати до сорока пчелиных семей.

ЯГОДЫ И СПЕЦИИ

На протяжении весенне-летнего сезона занимаюсь не только пчёлами, но и садом-огородом.

Ухаживаю за деревьями и кустарниками, они взамен благодарят вкусными и полезными плодами.

К примеру, ягоды – клубника садовая и луговая, земляника садовая и лесная, смородина красная и чёрная, малина, ежеви-



И Руки сами начали действовать – восстановил ульи, запустил пчёл...

ка... Они бережно выращены без пестицидов и гербицидов, лучшее удобрение – это перегной, навоз, зола. С вредителями тоже боремся по старинке мылом и табачной пылью.

По мере того, как ягоды созревают, я их собираю и заготавливаю. Часть уходит в семью, а излишки отправляются в дегидратор, сушатся, перемальваются и замешиваются в мёд. Мы сохраняем полезные свойства ягоды и приумножаем их в сочетании с мёдом.

Также в мёд мы добавляем специи. Все пряности я перемальваю и просеиваю сам, чтобы получить свежий помол, а не лежалый продукт. Польза специй для ор-



И Мёд наш родом из Ясной Поляны Кромского района Орловской области

Выбраться из каменных джунглей поближе к природе хотят многие. Однако не каждый готов променять успешную карьеру и комфорт мегаполиса на фермерство в маленькой деревушке. Алексей Сергунин – основатель бренда «Пчеловек» и хранитель семейных традиций, восемь лет назад уехал в дом своего деда, чтобы возродить пасеку и заниматься любимым делом. Его рассказ предлагаем вашему вниманию.

ганизма очень велика – это и укрепление иммунитета, борьба с паразитами, помощь при заболеваниях дыхательной системы, очистка крови, укрепление сердечной мышцы, и многое другое. При взаимодействии мёда и пряностей эффект оздоровления увеличивается многократно.

О ВКУСАХ – НАТУРАЛЬНЫХ И ИСКУССТВЕННЫХ

Первая идея по созданию замесов пришла к моей половинке, Надежде – это были корица, имбирь и масала. Мы приехали на дизайн-маркет в Москву и познакомились с крем-мёдом и мёдом-суфле. Попробовали – продукт был с ярко выраженным усиленным вкусом. Когда питаешься со своей грядки, легко понять, что вкус искусственный. Когда живёшь в городе и кушаешь продукты из магазина, полагаю, не замечаешь эти добавки, так как они везде. Для меня они очень сильно бьют по вкусовым рецепторам и оставляют противное послевкусие, но идея сделать свои натуральные замесы появилась именно тогда.

ОТКУДА МЁД?

Рождение новых вкусов происходит в процессе жизни.

Какие специи я люблю и их много у меня на кухне – вот первые идеи. Какие ягоды у нас в огороде – вот ещё идеи.

В прошлом году собираем клубнику, а в грядке растёт мята перечная. Так и появился медовый замес – клубника и мята.

Осенью убирал кусты малины, мята и там растёт – надо пробовать сочетание малины и мяты, которое всем очень нравится.

На ярмарках покупатель часто спрашивают про мёд от диких пчёл. Дело в том, что я домашних пчёл никогда не видел. Все пчёлки – дикие. Домашнее животное получает от человека крышу над головой и еду, а пчёлки улетают и прекрасно селятся в дуплах, еду скорее человек забирает у них.

Ну а самый частый вопрос – откуда мёд? Так сложилось, что населённый пункт с названием Ясная Поляна есть не только в Тульской области. К примеру, только в Орловской области знаю таких три, а сколько их по России – понятия не имею. Так что, мёд наш родом из Ясной Поляны Кромского района Орловской области.

Лично познакомиться с Алексеем, задать ему вопросы и, конечно, попробовать и купить мёд с его пасеки можно будет на дизайн-маркете «Ежевика», который проходит в Центральном городском парке культуры и отдыха.

Записала Лидия НИКОГОСЯН

/// ИДЁМ НА РЕКОРД!

В Мытищах могут сделать пряник-рекордсмен

Его планируют презентовать ко Дню города



И Кондитер Максим Топорищев

Житель городского округа, кондитер Максим Топорищев намеревается приготовить пряник, который войдёт в «Книгу рекордов России». Он будет называться «Путевой дворец Тайнинский» и выглядеть так же как и этот архитектурный исторический объект.

«Планирую его сделать такого размера: длина – 311 сантиметров, высота – 128 сантиметров. Вес составит 109 килограммов. Для установления рекорда, возможно, округлим в большую сторону.

Пряник презентуем 2 сентября во время празднования 400-летия Мытищ. Для регистрации рекорда будут проводиться замеры, фото- и видеофиксация. Пряник полностью съедобный, бескаркасный. Состав: козульное (пряничное) тесто, глазурь, карамель», – поделился автор идеи.

Максим не в первый раз ставит перед собой АМБИЦИОЗНЫЕ ЦЕЛИ



И Макет путевого дворца

В настоящее время Максим ищет спонсоров. Уже нашлись желающие предоставить муку, сахар, яйца, сливочное масло и альбумин. Кроме того, готовится 3D макет будущего пряника.

«Это уникальная работа, которая покажет историю города, такого в Мытищах не было! Спросите меня: не страшно? Нет, не страшно! Глаза боятся – руки делают, а движение – это жизнь! Только с этими мыслями – вперёд!» – написал Максим в соцсетях.

Кристина СЕРГЕЕВА

