

МОСКВА *Забота*



**ЧЕМУ УЧАТ
В ШКОЛЕ**

СТР. 2

**КАК ГОВОРИТЬ
О ЖЕНСКОМ ЗДОРОВЬЕ**

СТР. 4

**ГДЕ ИСКАТЬ ИСТОРИЧЕСКУЮ
МОСКВУ**

СТР. 8



СЛЕДИТЬ
ЗА ГЛАВНЫМИ
НОВОСТЯМИ

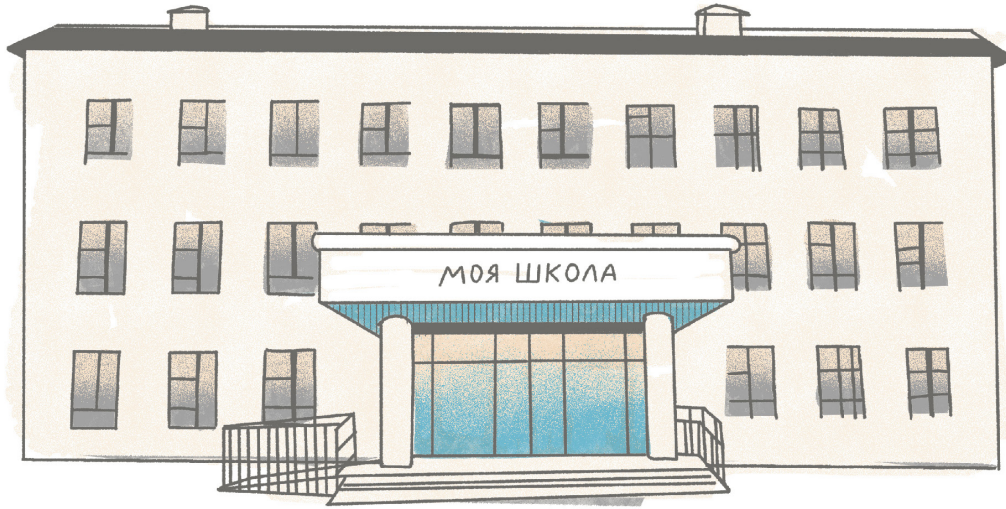
Бесконечный потенциал

В 2026 году пословица «Век живи, век учись» воплощается почти буквально. Продолжительность жизни увеличивается, а непрерывное саморазвитие давно стало нормой. И если с первым всё понятно — технологии заботы о себе улучшаются с каждым годом, — то о тенденции постоянно учиться мы решили узнать больше. Разбираемся, как меняется наше отношение к образованию и почему индивидуальный трек лучше стандарта, на примере Москвы.



МОСКОВСКОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ

МОСКВА
И МОСКВИЧИ



На 9 баллов

Учиться получать знания

Ещё в 1970-е годы появилась концепция lifelong learning, или непрерывного обучения. Её суть предельно проста: развиваться нужно всю жизнь. Правда, сначала к этой идее относились настороженно — в реалистичности вечного улучшения своих навыков усомнились. Сегодня же это первое правило специалистов, которые хотят оставаться востребованными. В образовательной среде такой поворот тоже заметили.



СЕРГЕЙ СОБЯНИН
Мэр Москвы

«Москва системно работает над качеством образования. Перед нами стоит задача, чтобы все школы во всех районах столицы работали на высоком уровне, двигались в сторону профессионального образования. Мы создаём все необходимые условия, чтобы потенциал наших детей раскрылся как можно лучше.

Когда мы начинали эту работу, в столице было 15–20 % школ с медалистами. Сегодня медалистов выпускают больше половины московских школ. Наши школьники регулярно побеждают на олимпиадах, результаты ЕГЭ и ОГЭ улучшаются с каждым годом. В этом году больше половины старшеклассников будут осваивать программы предпрофессиональных классов. Также развиваем образовательные вертикали.

Уверен, что уже через несколько лет столичное образование сделает очередной мощный рывок в своем развитии. А опыт столицы поможет добиваться успехов в обучении детей во всех регионах страны».

Возможностей для учёбы действительно становится всё больше. Безусловно, этому способствуют технологии, которые помогают детям быстрее усваивать информацию и учиться даже на ходу. Так, к примеру, работают тесты и видеоуроки в «Московской электронной школе». Их легко просматривать и выполнять после уроков, закрепляя новый материал. Однако важно и то, как дети относятся к образованию.

Если ещё в начале 2000-х московские школьники учились по унифицированной программе, сегодня им доступен большой спектр направлений. По сути, образовательная траектория найдётся под любой запрос. Речь в первую очередь о развитии предпрофессиональных классов: в столичных школах их шесть. Выбрать можно из абсолютно разных карьер: от инженерии, ИТ и предпринимательства до медиа, медицины и психологии. Причём получают ученики не только теоретические знания — в программу включена практическая работа. И, в отличие от привычных нам лабораторных и докладов, она гораздо более глубокая.

В 2 раза



Ученикам предпрофессиональных классов доступны стажировки в редакциях СМИ и ИТ-компаниях, курсы на производства и в больницы. В итоге к концу обучения ребята знакомятся с будущей профессией, получают портфолио для поступления и убеждаются в будущей карьерной траектории. Да и когда выбор направления осознанный, результаты улучшаются. Это подтверждает в первую очередь статистика.

выше интегральный средний показатель ЕГЭ по Москве, чем в целом по стране.



увеличилось количество 100-балльных результатов.

Всё это — инструменты для развития способностей школьников. Не говоря уже о том, что индивидуальный подход помогает мотивировать учеников и развивать интерес к учёбе.

Система личных рекомендаций

Возможно, персонализация — это главная особенность современной системы образования. И помогают с этим, помимо качественной программы, технологии. Внедрение искусственного интеллекта в сервисы «Московской электронной школы» способствует выстраиванию индивидуальной образовательной программы для каждого ребёнка.

Сейчас ученикам доступны самые разнообразные инструменты на базе ИИ — все они направлены на то, чтобы сделать учёбу увлекательной и эффективной. Среди них — «Цифровой учитель» и «Репетитор AI» от Яндекса для подготовки к ЕГЭ по математике и информатике. С момента запуска им воспользовались более 10 тыс. раз.

Также в МЭШ работает система рекомендаций: в библиотеке математические алгоритмы анализируют данные ученика — его расписание, учебные дисциплины и классы — и подбирают такие тесты и учебные материалы, которые помогут ему закрепить знания и отработать важные темы.

А специально для педагогов разработан ИИ-помощник для подготовки к урокам — его применили почти 39 тыс. раз. Всеми же сервисами на основе искусственного интеллекта суммарно воспользовались более 20 млн раз. В этом учебном году такие системы будут развиваться и дальше. Учителя и руководители получат инструменты для решения базовых задач и более эффективного анализа работы — все они будут интегрированы в уже знакомую преподавателям МЭШ.

Технологии, разработанные в Москве, помогают не только столичным педагогам. Сейчас сервисы «Московской электронной школы» используются в основе региональных образовательных систем в Московской, Тюменской и Калужской областях, Татарстане, Дагестане и Ямало-Ненецком автономном округе. А в этом учебном году к системе присоединятся Башкортостан, Карелия, Вологодская, Мурманская и Тверская области. В результате с учётом Москвы технологии МЭШ охватят школы 12 регионов.



Это не набор кабинетов, а экосистема для реализации индивидуальных образовательных траекторий.

С расчетом на будущее

Особенно важно, что такая система осознанно откачивается от устаревших стандартов. Принятая когда-то траектория перестает работать, а современные ученики могут выбрать академический путь, который подходит им больше всего. Как отмечает заместитель мэра А. В. Ракова: «В столице и поступление в вуз, и путь через среднее профессиональное образование являются равнозначными треками, которые обеспечивают школьникам самые широкие возможности для успешного запуска карьеры».

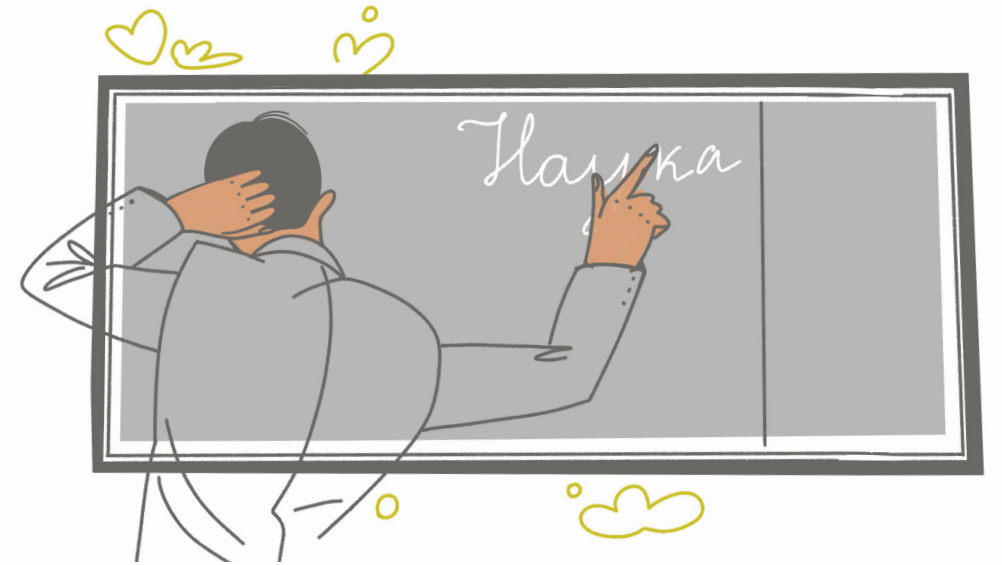
альности в сферах транспорта и медицины.

Московские колледжи сотрудничают с более чем 3,8 тыс. компаний-работодателей, поэтому обучение даёт быстрый старт в профессии и практически гарантированное трудоустройство. Все образовательные программы обновлены под запрос рынка труда и регулярно актуализируются, чтобы соответствовать новым технологиям. К тому же не менее 70 % учебного времени составляет практическая подготовка. Проще говоря, большую часть времени студенты уделяют решению реальных задач, с которыми столкнутся в будущем. Во время учёбы они осваивают до четырёх смежных профессий — и к выпускному становятся высококвалифицированными мультиспециалистами.

1972 диплома

московские школьники завоевали на Всероссийской олимпиаде.

Это на 109 больше, чем годом ранее, и в 7 раз больше, чем в 2010 году.



257 учеников

московских школ стали победителями и призёрами Всероссийской олимпиады.

Образовательное оборудование тоже становится иным — все современные пространства оснащены технологиями нового поколения. Они позволяют работать с любыми учебными задачами естественного и технологического профилей.

Разрабатываются и проекты школ будущего: они сочетают архитектурную уникальность и особый функционал, адаптированный под возрастную психологию детей. В основе организации пространства — идея «города в городе». Проще говоря, школьная зона напоминает маленький мегаполис — со своими улицами, спортивными площадками и местами для отдыха. Помимо того, внутри зданий формируются новые профильные центры: научно-лабораторный, спортивно-оздоровительный, творческо-проектный.

В предпрофессиональных классах ученики заранее готовятся к поступлению: изучают профильные предметы и знакомятся с индустрией, развивают профессиональные навыки и работают на высокий результат ЕГЭ. Качественная образовательная программа позволяет школьникам поступать в самые разные вузы страны на интересующие их направления.

Меняется и среднее профессиональное образование. В столице работают 55 колледжей, подведомственных правительству Москвы. 156 тыс. студентов получают знания и практические навыки в самых разных областях. Наиболее востребованными оказались профессии таких направлений, как креативные индустрии и информационные технологии, промышленность и строительство. Интересуют студентов и специ-

Уже с первого курса студенты оттачивают практические навыки на профессиональном оборудовании: с 2023 года в колледжах идёт обновление материально-технической базы. Это значит, что у студентов есть возможность работать с современными приборами и устройствами, которые встречаются у работодателей Москвы. Переоснащено уже около 1,5 тыс. мастерских и лабораторий для практической подготовки, ещё 600 обновят к концу 2027 года. Кроме того, в Москве построят семь новых современных кампусов колледжей.

Сложно отрицать, что современная образовательная среда — это принципиально новое пространство. Ведь, по сути, изменилась её цель: на первом месте — всестороннее развитие, а не зубрежка.

По новым стандартам



РАЗВИТИЕ

Несмотря на то что врачебные практики и даже сама инфраструктура женской медицины стали другими, от некоторых стереотипов мы так и не избавились. Вместе с акушером-гинеколом и кандидатом медицинских наук Ольгой Ткаченко разбираемся в произошедших трансформациях и развенчиваем самые популярные мифы.



В Москве сформирован новый стандарт медицинской помощи женщинам: сегодня им доступен широкий спектр диагностических возможностей. Так в столице справляются, по сути, с мировой тенденцией: согласно последним исследованиям, пациенткам, некоторые диагнозы ставят на несколько лет позже, чем мужчинам. С качественной инфраструктурой Центров женского здоровья и обновлёнными поликлиниками такой разрыв удастся преодолеть.



АНАСТАСИЯ РАКОВА

Заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития

«Сегодня московская медицина — это система мирового уровня, в которой передовые цифровые технологии уже стали частью повседневной работы врачей. Мы не просто внедряем отдельные решения на основе искусственного интеллекта, а выстраиваем комплексную систему — от разработки технологий и применения их в реальной клинической практике до постоянного контроля эффективности. В Женеве Москва представила свой опыт развития цифрового здравоохранения и применения искусственного интеллекта. Эксперты ООН отметили награду московскую разработку для раннего выявления сердечно-сосудистых рисков с помощью искусственного интеллекта».

Однако специалисты всё ещё сталкиваются с предрассудками. Как отмечает Ольга Ткаченко, женщины до сих пор откладывают посещение врачей: «Распространён стереотип — если ничего не болит

Сегодня в Москве работает 20 Центров женского здоровья, а завершить обновление сети планируют к 2030 году

и не беспокоит, то к гинекологу ходить не нужно. Специалиста необходимо посещать один раз в год. Ведь, например, рак шейки матки, ассоциированный с вирусом папилломы человека, может протекать бессимптомно. Современный подход к лечению дисплазии шейки матки — это вакцинация, ВПЧ-тестирование и взятие мазков на онкоцитологию. Врач ищет дисплазию на стадии, когда можно вылечить и обойтись без ампутации шейки матки / матки». В ЦЖЗ диагностика онкологических заболеваний доступна всем пациенткам, и получить квалифицированную помощь можно в отделениях по всей столице. Особенно важно, что дожидаться появления симптомов действительно не нужно и наблюдаться в ЦЖЗ можно в течение всей жизни.

При этом все столичные акушерские стационары работают по единым современным стандартам безопасности, и от специалистов не уходит ни одна деталь: «Врач акушер-гинеколог смотрит на связь между щитовидной железой, яичниками, надпочечниками, головным мозгом. Если снимем воспаление, но не уберём стресс, оно вернется через месяц», — подчеркивает Ольга Ткаченко. «Главное отличие — принцип одного окна в комфортных условиях. Женщине больше не нужно бегать по разным клиникам: экспертное УЗИ, анализы, маммография и консультации смежных специалистов доступны в одном месте», — добавляет эксперт.



5 и 6 сентября в столице открылись три новых ЦЖЗ: при больницах имени В. В. Вересаева и имени Ф. И. Иноземцева, а также при Московском многопрофильном клиническом центре «Коммунарка». В них прошли дни открытых дверей — такие мероприятия помогают познакомиться с современной медициной и преодолеть стереотипы, узнавая о работе ЦЖЗ. «Говорить о женском здоровье нужно открыто, доступно и без стыда. Важно называть анатомические процессы своими медицинскими именами и разрушить опасный стереотип о том, что боль — это норма. Наша задача — давать проверенную научную информацию, общаться без осуждения и помогать женщине сохранять комфорт и качество жизни на всех этапах», — заключает Ольга Ткаченко.

Сегодня в Москве работает 20 Центров женского здоровья, а завершить обновление сети планируют к 2030 году.

жет прогрессировать и привести к инсульту. Особенность электрооперации, помимо прочего, — в её скорости: она длится до 40 минут. В полость сердца вводится небольшой катетер с миниатюрными электродами. Они воздействуют на орган за сотые и тысячные доли секунды, после чего клетки, вызывающие нарушения ритма, утрачивают способность производить патологические импульсы.

Технология максимально безопасна, а кроме того — малотравматична, это позволяет выписать пациента домой уже на следующие сутки. При этом вернуться к привычному образу жизни после операции удастся в короткие сроки.

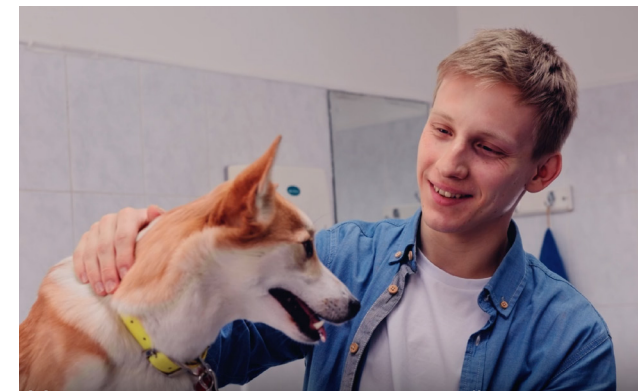
Первые операции уже прошли в московском клиническом научно-исследовательском центре «Болница 52» и стали частью повседневной практики.

Наука привязанности

Жизнь человека становится в разы лучше, когда у него есть питомец: мы делимся с кошками и собаками своими переживаниями, узнаем их характеры и, конечно, заботимся о них. Вместе с экспертом обсудили, как формируются наши отношения с домашними животными, и разобрались, с какими сервисами следить за здоровьем любимца.

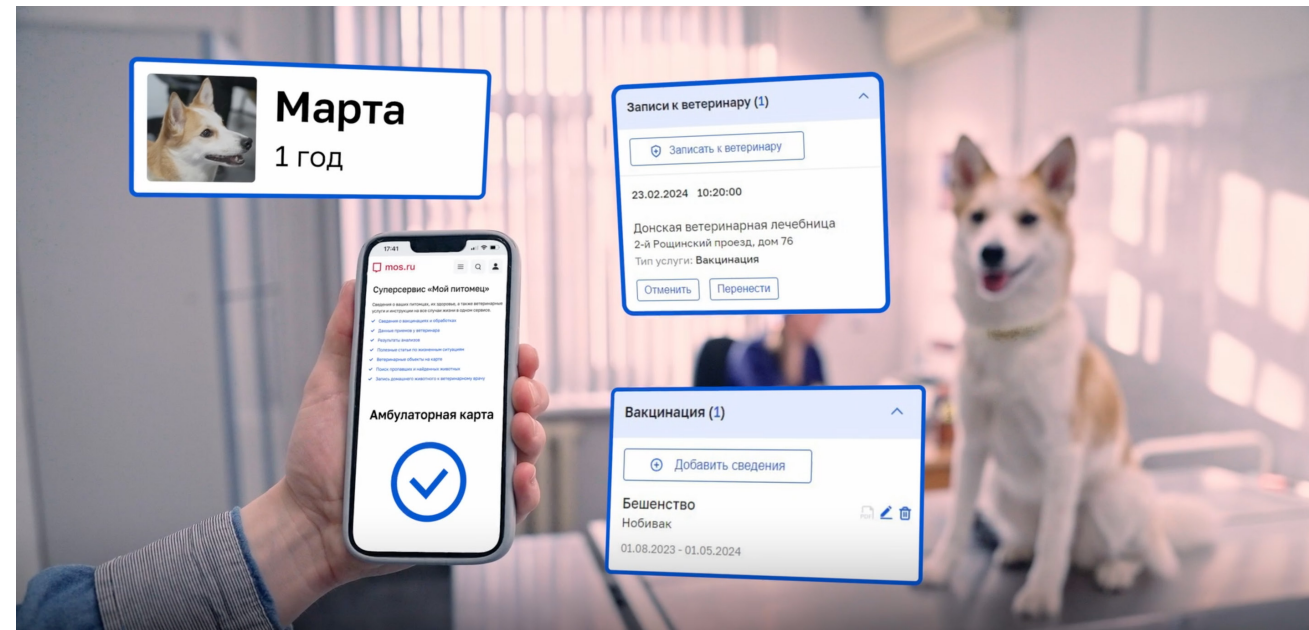
«На самом деле, питомцы — это члены семьи. Они ждут нас дома и с удовольствием проводят с нами время. Человек склонен доверять домашним животным: кто, как не они, сможет помочь в трудную минуту», — подчеркивает ветеринарный врач Софья Груздева. Оказывается, проводя время с любимцами, мы не просто получаем приятные эмоции.

Наша реакция, помимо прочего, обусловлена химией: у нас замедляется частота сердечных сокращений, снижается выработка кортизола — гормона стресса — и повышается выработка окситоцина, который отвечает за эмоциональную привязанность. Именно эти процессы заставляют нас привязываться к животным, продолжать заботиться о них и даже изменять собственные привычки. «Мы чувствуем, что мы полезны и приносим радость, доставляем комфорт нашим «близким». Логично, что, к примеру, уборка — это та же самая забота. Пыль,



сухость дома — всё может приводить к заболеваниям дыхательных путей животных. Владелец, который заботится о здоровье своего любимца, будет стараться, чтобы тот жил в хороших условиях», — объясняет Софья Груздева.

В столице к заботе о питомцах подходят с особым вниманием. К примеру, для своего четвероного друга можно сделать профиль на сайте mos.ru с помощью



Для своего четвероного друга можно сделать профиль на сайте mos.ru с помощью суперсервиса «Мой питомец»

суперсервиса «Мой питомец». Там будут собраны все данные: от базовых — породы, возраста и клички — до амбулаторной карты, информации о вакцинациях и результатах исследований в государственных ветклиниках. Это позволяет быстрее записывать питомца к нужному специалисту на очный прием или онлайн-консультацию. К августу 2026 года — за три года работы — суперсервис обработал более 700 тыс. заявок.

Самым популярным стал раздел «Жизненные ситуации»: там собрано более 40 статей-инструкций, которые помогают заботиться о здоровье любимца в самых разных ситуациях. Получить рекомендацию можно и в других случаях: сервис предлагает сцена-

рии, которые позволят подготовиться к путешествию с домашним животным, расскажут, как взять питомца из приюта и что делать, если вы потеряли своего любимца или нашли чужого. Пользователям также доступен раздел «Информационная карта» с адресами площадок для выгула собак, приютов для животных, ветеринарных клиник, центров бесплатной вакцинации и даже зоогостиниц.

Профили появились уже у 244 тыс. собак и 237 тыс. кошек, а в общей сложности москвичи добавили более 577 тыс. записей о своих любимцах. Добавить информацию о домашнем животном можно в вашем личном кабинете на сайте mos.ru — в разделе «Документы и данные» и подразделе «Питомцы».

Каток, фотобудка, шанс

Мы в редакции считаем, что преодолеть чувство одиночества в мегаполисе помогает благотворительность. Поэтому в каждом номере делимся историей одного из подопечных московских фондов, помочь которым может любой горожанин. Сегодня рассказываем о Диане, с которой работал проект «Давай друЖИТЬ!».



Фонд «Давай друЖИТЬ!» помог осуществить желание Дианы

«Как бы странно ни звучало, мое основное хобби — учёба», — Диана готовится стать переводчиком и почти всё свободное время уделяет изучению иностранных языков, чтению книг по социологии, политологии и праву. Выкроить свободное время в таком плотном графике непросто даже на мечту. Рассказы-

вая о ней, Диана признается, что помог случай: «Когда ребята из моей группы по медиации занимались публикацией своих желаний на специальном годовом сайте, я решила воспользоваться шансом и написала, что хочу посетить «ВКонтакте».

Осуществить это желание помог городской фонд «Давай друЖИТЬ!». Он существует в Москве почти шесть лет и реализует программу, которая исполняет желания воспитанников столичных центров для детей-сирот, ребят с особенностями развития и подростков из семей, находящихся в сложной жизненной ситуации. Команда проекта обрабатывает заявки

ении: мне не терпелось вживую посмотреть, что происходит внутри», — Диане удалось увидеть, как проходит рабочий день сотрудников, поговорить с ними и получить ответы на самые важные вопросы.

«Я бы сама и не догадалась, что в этом здании когда-то был целый каток. Мы сделали много фото в фотобудке, а вид из окон был завораживающим. Ещё было приятно обнаружить книги на английском в одном из кабинетов». Любовь к языкам и переводу появилась у Дианы не сразу. Она признаётся, что долгое время английским не увлекалась, и здесь тоже сработал случай — в школе девочке предложили написать рассказ. «В тот момент у меня появилось желание написать что-то особенное, проявить себя. Тогда я начала писать рассказы на английском языке — конечно, там было много лексических и грамматических ошибок, но, если я могу видеть их сейчас, значит, уровень однозначно стал выше». Ещё Диана владеет японским и немного корейским — делится, что очень хочет дочитать их, как только свободного времени будет больше.

Исполнить мечту ребенка или стать наставником можно, откликнувшись на анкету на сайте проекта «Москва — добрый город».

МНЕНИЕ

Открытый город

Продолжаем изучать Москву и ее культуру в сентябре. Мы подготовили афишу мероприятий, которые даже знатокам помогут взглянуть на столицу иначе.

РАЗВЛЕЧЕНИЕ



Музей Москвы

Для тех, кто с началом учебного года хочет получать больше новых знаний, открыт Музей Москвы. Серия лекций по истории столицы пройдет с 9 сентября по 9 декабря. Вместе с экспертами гости посетят самые разные уголки Москвы. Маршрут начнется в Крылатском и завершится в Ясенево. Расписание и билеты доступны на сайте bilet.mos.ru в разделе «Встречи».

9.09
-
9.12



Московская музейная неделя

Культуру столицы изучаем с Московской музейной неделей — с 14 по 20 сентября. Познакомиться удастся с разными историческими эпохами и веками в искусстве, ведь для посетителей открыты почти 100 площадок. Среди них, к примеру, Мультимедиа Арт Музей, Галерея Ильи Глазунова и Музей космонавтики. Подробнее о расписании и графике работы музеев — на bilet.mos.ru.

14.09
-
20.09



Павильон «Умный город»

С технологичной Москвой знакомимся в павильоне «Умный город» на ВДНХ. Эта выставка — масштабный гид по инфраструктуре столицы. В тематических зонах можно узнать обо всём — от интеллектуального транспорта до цифровой медицины. Экспозиция интерактивная, так что некоторые технологии удастся «попробовать». Можно протестировать кабину беспилотного трамвая или отыскать источник кибератаки. Записаться на бесплатную экскурсию — на сайте smartcity.mos.ru.

Постоянная
выставка

Тайны подземелья

Московское метро славится своей архитектурой — не зря некоторые станции включают в туристические маршруты, а миллионы жителей столицы ежедневно заглядывают на мозаики, фрески и витражи в подземке. Мы решили собрать короткий маршрут по самым необычным произведениям искусства, которые можно увидеть в метрополитене.



Немного схитрим и начнём наш путь на «Маяковской»: всё-таки её первой украсили мозаиками. Спроектирована она, в отличие от других станций, по особому для того периода проекту. Своды «Маяковской» опираются на колонны, которые делают её на несколько ячеек, в каждой из них красуется сюжет А.А. Дейнеки. Общая тема мозаик на станции — «Сутки советского неба»: проходя по «Маяковской», мы видим, как оно меняется, в том числе и под влиянием человека. Архитектура потолка напоминает античный

Пантеон, а изображённые истории рассказывают, как люди покоряли пространство над собой.

Дальше отправимся на «Комсомольскую», которая долгое время считалась самой высокой и широкой станцией московского метрополитена. Мозаики здесь появились в 1941 году, и их ключевым мотивом стала история. Сюжеты изображают полководцев и политических лидеров разных эпох: в этом смысле «Комсомольская» — показательный пример. Во время Великой Отечественной войны история стала опорой

для советской идеологии, а визуальное искусство должно было в первую очередь поддерживать моральный дух людей.

От реализма движемся к абстракции — её изучаем в вестибюле «Проспекта Мира». В 1960-е на станции появилась мозаика «Матери мира»: художники вдохновлялись композицией «Троицы» Андрея Рублёва, а сами фигуры создавали согласно разным направлениям авангарда.

Современные мозаики рассматриваем на станции «Нагатинский затон», пространство которой напоминает экспозицию в музее. Стены украшают панно, размер которых превышает 6 метров в длину и 2 — в высоту. Их особенность не только в размере, но и в том, из чего они выполнены: в каждой мозаике спрятаны необычные материалы-пасхалки. К примеру, можно найти ракушки, советские монеты, узоры из плитки и даже переработанное стекло. За поиском таких «секретов» предлагаем провести хотя бы один выходной день.



Ренессанс читального зала

МНЕНИЕ

Высокие стеллажи, светлые пространства для работы и зоны отдыха — библиотеки сегодня стали многофункциональными пространствами. Разбираемся, как они преобразились в центры притяжения молодежи и что сейчас доступно посетителям, вместе с «Мосразвитием».



Более 60 студий для детей и подростков работают в библиотеках Мосразвития

Первое правило клуба

Зумеры устали от цифрового шума, поэтому они ищут пространства, где можно было бы совместить учёбу, творчество, общение и досуг. Библиотека становится способом выйти в реальный мир: в 2026 году это ещё и про социализацию. Молодые люди объединяются благодаря клубам по интересам и паблик-токам, а зоны коворкинга помогают собрать людей разных поколений.

Например, в библиотеке им. Н. А. Некрасова активнее всего молодая аудитория. Почти половину посетителей составляют горожане в возрасте от 18 до 24, а около 20 % — от 25 до 34. Удаётся даже выделить несколько трендов — к примеру, топ самых популярных клубов. В наш шорт-лист вошли следующие направления: ораторское мастерство, настольные игры, разговорный английский и интуитивное

вязание. Хобби найдётся на любой вкус. Летом сюда приходят школьники: специально для них запустили проект «Комната 502» — свободное пространство для подростков. В будние дни здесь можно позаниматься самостоятельно или в компании, а также посетить мастер-классы, лаборатории и семинары.

А вот в библиотеку им. М. А. Светлова приходят за игрой и творчеством. Часто ребята выбирают квесты — это интересно и заодно прокачивает эрудицию. А на занятиях в арт-мастерской «Юный художник»



В библиотеке им. М. А. Светлова в арт-мастерской «Юный художник» изучают историю искусства и развивают креативность

На уровне аромата

Участники программы «Московское долголетие» создадут фирменный аромат проекта.



Сделать это смогут студенты нового направления «Лаборатория аромата». Они попробуют ответить на вопрос, какими нотами можно охарактеризовать современную столицу, выберут основные аккорды композиции и протестируют разные версии, чтобы прийти к общей формуле аромата.

Куратором программы станет парфюмерный стилист и продюсер парфюмерного проекта La Niche Наталия Черкасова. Под её руководством участники изучат устройство композиций ароматов, больше узнают о группах нот и принципах их сочетания и научатся создавать свои парфюмерные композиции. В отдельном блоке расскажут о связи ароматов с памятью, ассоциациями, эмоциями и настроением.

«Парфюмерия часто воспринимается как закрытое искусство, доступное лишь профессионалам. Однако

«Лаборатория аромата» построена на убеждении, что самый ценный ресурс для создания настоящего произведения — это не просто техническое знание рецептур, а живой человеческий опыт. Участники нашей лаборатории — это люди, чья жизнь уже наполнена тысячами историй, связанных с запахами: от аромата первой любви и запаха родного дома до профессиональных нюансов работы на парфюмерных производствах. Мы не учим просто смешивать ингредиенты, мы помогаем перевести свои воспоминания, эмоции и представления о современной Москве на язык ароматов», — рассказала Наталия Черкасова.

Присоединиться к проекту «Московское долголетие» можно онлайн на портале mos.ru, на сайте after55.moscow или очно — в Центрах московского долголетия или офисах «Мои документы».

Как строилась Москва?

У Москвы богатая история. Она горела дотла, теряла статус столицы, отстраивалась с нуля и всё равно осталась важным историческим центром России. Каждая эпоха оставила свой след в облике города, ведь архитектура хранит память не хуже учебников истории. Попробуем восстановить хронологию — от деревянной крепости на холме до небоскрёбов.

1147 год — Кремль

Да, это самая истоптанная туристами точка на карте, но всё-таки не зря любой список московских достопримечательностей открывается ею.

История столицы началась с приглашения в гости. Суздальский князь Юрий Долгорукий вёл долгую усобицу и позвал союзника, князя Святослава Ольговича, отметить военный успех: «Приди ко мне, брате, в Москов». Эту строчку Ипатьевской летописи и считают точкой отсчёта в истории города.

Через девять лет на Боровицком холме поставили первые деревянные укрепления, закладывая основание для Кремля. Дальше крепость перестраивали трижды: из дуба — при Иване Калите, белого камня — при Дмитрии Донском, красного кирпича — при Иване III. Последнюю версию в конце XV века кладут приглашённые итальянцы. Ею Москва и славится до сих пор.



Иллюстратор: Анна Богданова

1532 год — Церковь Вознесения в Коломенском

Загородная резиденция князей, которая сейчас стала отличным вариантом для семейной прогулки. А когда-то здесь построили здание, подобного которому на Руси раньше не бывало.

По одной из версий, церковь возвели в честь рождения наследника, будущего Ивана Грозного. Кстати, это первый каменный шатровый храм в стране. Сейчас он в Списке наследия ЮНЕСКО.

В том же веке Москва обросла укреплениями — Китай-город, Белый город, Земляной вал. Однако со временем стены разобрали, а на их месте проложили улицы: Белый город стал Бульварным кольцом, а Земляной вал — Садовым.

1775 год — Царицыно

Дворец, который строили 20 лет, а достроили только через 200. В 1775 году Екатерина II заказала Василию Баженову загородную резиденцию под Москвой. В 1785 году императрица приехала смотреть готовое и осталась недовольна. Баженова уволили, а работу передали его ученику Матвею Казакову.

Новый архитектор полностью разобрал построенный корпус и возвел дворец. Однако денег не хватило — в стране шла война, — поэтому Екатерина велела упростить проект. После смерти императрицы строительство остановили совсем, а достроили дворец только в 2007 году.



В 2026 году Москва продолжает расти, но философия мегаполиса стала иной

1825 год — Большой театр

После пожара 1812 года Москву восстанавливали по единому плану: работала специальная Комиссия для строения Москвы, а за облик центра отвечал Осип Бове. Театр он строил по чужому проекту, но переделывал его под себя: развернул Аполлона с колесницей лицом к зрителям и заодно придумал площадь перед зданием, нынешнюю Театральную.

Театр открылся в январе 1825 года. Однако в 1853-м здание сгорело, остались только стены и колонны. Через три года его отстроили почти с нуля.

1953 год — Главное здание МГУ

40 тысяч строителей, 32 этажа и общежитие на вершине.

Главное здание на Воробьёвых горах возводили с 1949 по 1953 год и открыли к 1 сентября. Вместе с ним построили корпуса физического и химического факультетов и спортивный комплекс с манежем. Высота здания вместе со шпилем — 240 метров, почти 40 лет это было самое высокое здание Европы.

1967 год — Останкинская телебашня

540 метров и мировой рекорд, который продержался до 1975 года.

Инженер Николай Никитин придумал конструкцию, которая держится не на глубоком фундаменте, а на бетонном основании, стянутом стальными тросами. Башню строили к пятидесятилетию революции, и она сразу стала главной достопримечательностью города.

2017 год — Никольская улица

Казалось бы, странно включать в раздел о современной столице одну из старейших улиц Москвы. Однако сегодня Никольская знаменита не только архитектурой и историей: в 2017 году улицу украсили 92 километра гирлянд, и это сделало её одним из самых популярных прогулочных маршрутов — от Красной площади до Лубянки.

К слову, в 2018 году, когда столица принимала футбольных болельщиков со всего мира, туристы разбирали инсталляцию на сувениры. Предположительно, сегодня светодиодные лампочки с Никольской можно найти на разных континентах. К счастью, москвичам наслаждаться прогулками это не мешает — все элементы гирлянд своевременно заменили.

2026 год — столица вне правил

Город меняется быстро. В столице открываются суперколледжи с футуристичными корпусами и новые школы. Со старыми зданиями немного сложнее, и тут показательна история Боткинской больницы. Здание обновляли в режиме реставрации: специалисты усилили конструкции, восстановили детали фасада и вернули исторический облик окнам и дверям.

Сама инфраструктура столицы преобразуется. Концепция 15-минутного города делает жизнь комфортнее, а развитие культурных пространств и парков превращает искусство и природу в часть рутины горожан. В 2026 году Москва продолжает расти, но философия мегаполиса стала иной. Столица — это не каменные джунгли, а город, в котором каждый может писать свою историю.

За красной линией Москвы

В Москве сохранилось больше сотни палат — каменных домов конца XV — начала XVIII века. В столице такие здания встречаются чаще, чем в любом другом российском городе. Кстати, почти все они спрятаны: например, дом в Кривоколенном переулке до 1980-х считали обычным классическим особняком, пока реставраторы не выяснили, что перед ними трёхэтажные палаты XVII века. Вот четыре пункта, которые помогут не пройти мимо архитектурных памятников.

Сверьтесь с красной линией. Во второй половине XVIII века новые здания вдоль главных улиц почти всегда ставили по общей линии застройки — она и называется красной. Если дом «отступил» в парадный двор, в большинстве случаев это значит, что внутри более древние палаты.

Заходите в арки. Палаты обычно стоят в глубине участка, за «спинами» доходных домов. С тротуара их не видно, так что сворачивайте в проезды.

Не верьте фасаду. Палаты не сносили: перепланировку усадьбы совмещали с переделкой палат в классический дворец, и с этого начались массовые

перестройки древних зданий. Нарядный фасад может скрывать стены XVII века.

Приглядитесь к штукатурке. Резной рельеф наличников в Новое время намеренно стёсывали, а стены штукатурили, но со временем кирпичный узор всё равно проступает. Палаты на Бауманской нашли именно так.

МОСКВА. ЗАБОТА

Газета зарегистрирована как информационное издание. Распространяется бесплатно. № 16 (19), 2026

Учредитель и издатель: ГАУ «Медиацентр». Главный редактор: Худин Никита Андреевич. Адреса редакции и издателя: 107076, г. Москва, 1-й Зборовский пер., д. 3; По вопросам сотрудничества и рекламы: Zabota@mc-ksr.mos.ru

Зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Центральному федеральному округу, регистрационный номер и дата принятия решения о регистрации: серия ПИ № ТУ50-03143 от 24.07.2025.

Использование публикаций допускается только с письменного согласия правообладателя.

Отпечатано в филиале ОАО «ПФОП «Волоколамская типография», 143600, г. Волоколамск, ул. Парковая, д. 9. Дата выхода в свет: 4.09.2026. Тираж: 230 000. Заказ № 0610-26. Для читателей 12 лет и старше.