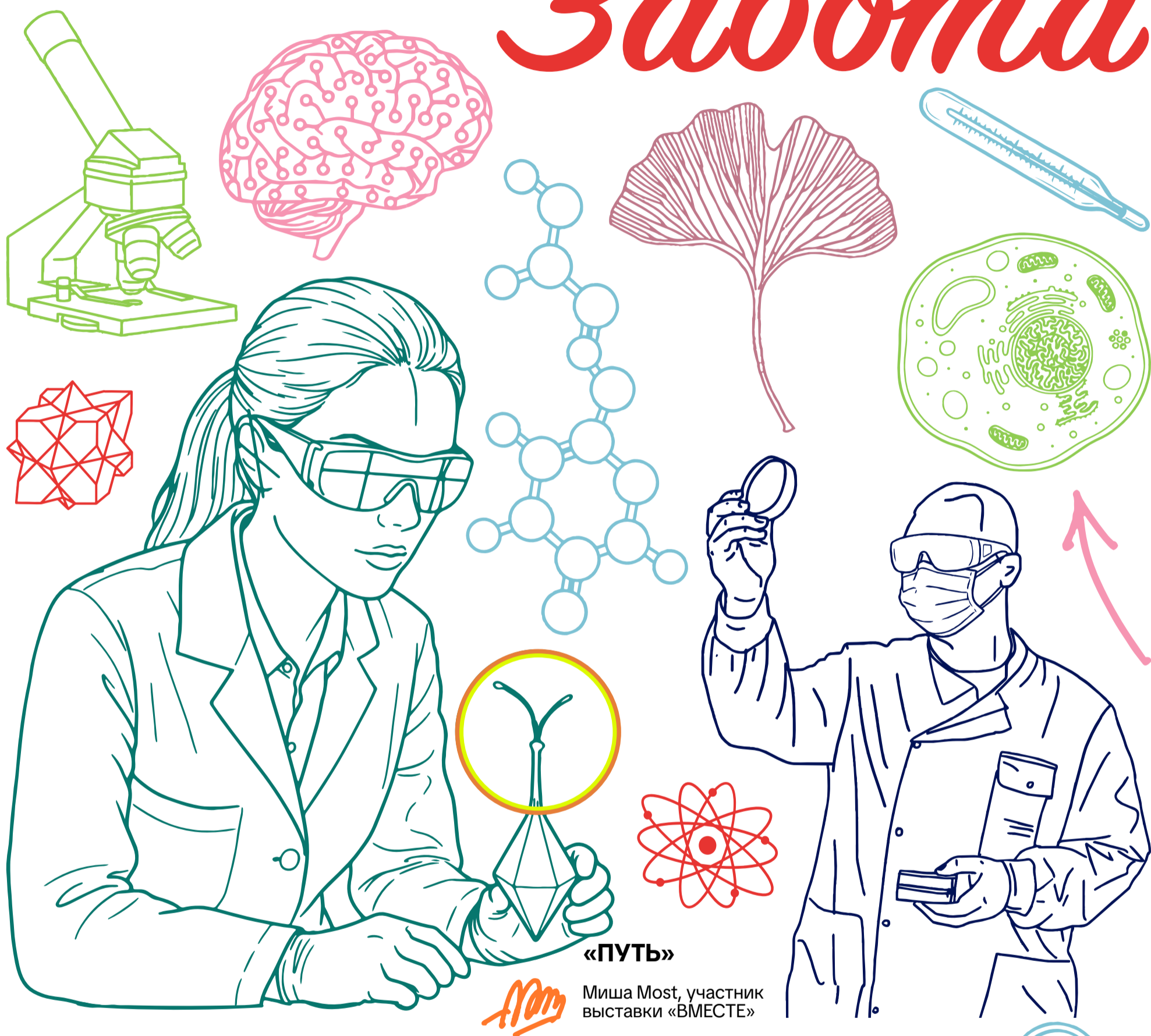


МОСКВА *Забота*



ДЕНЬ МЕДРАБОТНИКА: НЕ ПРОСТО ПРОФЕССИЯ



СТР. 2

МОСКОВСКИЕ МЕДИКИ:
ПРОФЕССИЯ - ЭТО ОБРАЗ ЖИЗНИ

СТР. 2-3

СТОЛИЧНЫЙ ВЫПУСКНОЙ:
СОВРЕМЕННОСТЬ И ЭЛЕГАНТНОСТЬ

СТР. 4

БУДУЩЕЕ РОССИЙСКОГО ДИЗАЙНА НАЧИНАЕТСЯ В КОЛЛЕДЖЕ

СТР. 5

ОТПУСТИТЬ РЕБЕНКА В ЛАГЕРЬ С ПОЗИТИВОМ

СТР. 7

ПЕШКОМ ПО ЛЕТНЕЙ МОСКВЕ

СТР. 8



Следить за главными новостями

МОСКОВСКИЕ МЕДИКИ

профессия, как образ жизни

21 июня мы отмечаем день медработника. Мы смотрим про них сериалы («Интерны», «Клиника», «Доктор Хаус»), восхищаемся силой духа литературных героев Михаила Булгакова – доктора Юрия Живаго, Алексея Турбина, героя «Записок юного врача». А потом... потом мы приходим к ним на прием и видим того, кто смотрит на нас, на историю болезни и, конечно же, сотворит очень нужное чудо.

АРТЁМ ЛЫСКО

Врач-терапевт
Первой Градской
больницы



Какие они, наши московские медики на самом деле? Как относятся к мифам о своей профессии и к пациентам? Врач травматолог-ортопед, кандидат медицинских наук из Первой Градской больницы, Артём Лыско рассказал нам, как живут сейчас столичные медики.

Было ли страшно, когда впервые столкнулись с практической стороной профессии: увидели кровь, повреждения?

Я даже помню, как это было! Я хотел быть хирургом, а еще я с первого же курса активно занимался в вузе спортом: футболом и борьбой. И на тренировке повредил колено и попал в травматологию, посмотрел, как они обрабатывают мою травму, и мне сказали: «Хочешь, приходи завтра к нам в травматологию, посмотришь на операцию». Я пришел и как раз думал, что это – испытание, что, если мне станет плохо от вида крови, это будет конец профессиональной мечты. Это была операция по протезированию тазобедренного сустава, я наблюдал за ней, и мне очень понравилось, так я в итоге ушел в травматологию, как специальность и не собираюсь с нее сворачивать.

Есть такой миф про врачей, что

сами они склонны к нездоровому образу жизни. Как Вы пришли к активным занятиям спортом?

Интерес к спорту заложили еще первые курсы университета. Тогда в нашей стране активно популяризовались единоборства, мы занимались самбо. Я тогда сразу понял, что занятия спортом несовместимы с вредными привычками, причём и приобретать такие привычки совершенно не хотелось: я был в состоянии баланса, так как спорт уравновесил меня. К сожалению, сейчас не всегда получается регулярно ходить в спортзал, а жаль.

Еще одна популярная история о молодых врачах, которые работают сутками и не имеют времени не то, что на хобби, но и на личную жизнь. Правильно ли это утверждение о начале карьерного пути?

Конечно, моя семья видит меня реже, чем хотелось бы, но это – путь, который мы выбрали. Я с самого начала знал, что на мне будет огромная ответственность, и, если я буду работать строго только в приемные часы, пациентам придется ждать меня месяцами.

Бывает, что рабочий день закончился – а коллеги зовут на помощь в операционную, конечно же, мы все выручаем друг друга ради жизни других людей. Но самое главное – это осознанный выбор, и мы, врачи, как и люди других профессий, живем и работаем, с одной стороны, так, чтобы не задевать других, но с другой стороны, в соответствии со своими приоритетами.

У Вас есть друзья вне врачебной специальности, или врачи общаются только с врачами, как в сериалах?

Конечно, я дружу не только с врачами! Но основная часть дружеских отношений все равно строится в студенчестве, а, учитывая, что мы, врачи, 80% времени проводим на работе, наш основной круг общения – профессиональный. Есть даже шутка, что врачей нельзя звать на тусовки: они все равно будут говорить о работе.

Для нас работа – это жизнь, и мы обсуждаем ее, но не могу сказать,

что мы как-то зациклены, что жертвуем личной жизнью, другими интересами. Это – наше призвание, наш путь: мы любим свою профессию и готовы говорить бесконечно на любимые темы. Но вообще, например, у меня есть коллеги, которые увлекаются покорением горных вершин и совмещают это с работой!

В последнее время мы слышим о концепции «исцеляющей среды»: что важно не только давать пациентам правильные медицинские назначения, но и создавать в поликлиниках и стационарах комфортную атмосферу. Как Вы относитесь к этой концепции?



ЖАРА В СТОЛИЦЕ И СЕЗОН ОТПУСКОВ

ПОВОД ВСПОМНИТЬ ВСЁ, ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ О ВЫБОРЕ SPF

Солнцезащитный крем нужно наносить не только на пляже, но и перед тем как соберёшься погулять по городу, посидеть на летних верандах, отправиться на пикник на природе и даже в пасмурную погоду. Без защиты активный ультрафиолет может вызвать рак кожи, пигментацию, преждевременное старение и повреждение кожи, напоминает врач-дерматовенеролог ГКБ №15 Елизавета Башкова.

КАКИЕ БЫВАЮТ SPF-СРЕДСТВА?

Химические: лёгкие и почти не ощущаются после нанесения. Подходят для жирного типа кожи и под макияж.

Я согласен с этой концепцией. Для самого врача важно совершенствоваться не только профессиональные навыки, но и эмоциональный интеллект. Например, в нашей Первой Градской больнице нас направляют на обучение, в том числе, управлению медицинской организацией а заодно и психологическим навыкам. Я знаю, что такое же обучение проходят и коллеги из других больниц. Мы видим, что модернизированные или новые стационары хорошо оборудованы, что там приятно находиться, там приятный коллектив, и человек, только переступив наш порог, понимает: да, мне тут помогут.

ЛЕТО В ГОРОДЕ

спортивное, здоровое, наше!

«ЛЕТО – ЭТО МАЛЕНЬКАЯ ЖИЗНЬ», – ПОВТОРЯЕМ МЫ КАЖДЫЙ ГОД. И ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, ЛЕТОМ ХОЧЕТСЯ РАДОВАТЬСЯ КАЖДОМУ ДНЮ, КАЖДОЙ МИНУТЕ, А В МОСКВЕ ЭТО ДЕЛАТЬ ЕЩЕ И ПРОСТО, КАК НИКОГДА.

Хочется посмотреть спектакль под открытым небом? Добро пожаловать на фестиваль «Театральный бульвар» (наша редакция особенно советует посетить спектакли площадки «Дилижанс»-передвижного уличного театра в разных районах города).

Хочется проверить себя и обрести новых друзей в мире спорта? Выбери марафон и дистанцию, только не забывай махать болельщикам: ведь на городских спортивных фестивалях каждый участник – звезда! А еще есть прогулки по тропам здоровья в парках, интересные лекции в открытых лекториях и многое-многое другое!

«Зачем это все нужно? Нет времени на развлечения, отдыхать будем, когда на пенсию выйдем», – бурчит мне мой собственный внутренний голос, и я открываю активности «Московского долголетия»: просто помечтать о том, что вот через несколько десятков лет, наконец, и на курсы бариста пойду, и на кораблике на экскурсию съезжу, и, наверно, даже на альпака-ферму, а потом пойду в школу моделей «Королевская

осанка» и выйду на подиум...

Если я продолжу ежедневно вращать ещё несколько десятилетий, то какой я подойду к своему долголетию? Раздраженной и нервной? Заботу о собственном душевном здоровье тоже нельзя откладывать на потом, так что, пожалуй, надо глянуть афишу «Театрального бульвара»!

Забота о собственном здоровье не может быть просто каким-то одним действием или даже набором действий. Это – создание вокруг себя здоровой среды, которая будет включать, и регулярный спорт, и получение позитивных эмоций, и наличие хобби и, конечно, гармонию в отношениях с родными и близкими.



Недавно в 62 больнице в Сколково прошла выставка современного искусства «ВМЕСТЕ», чтобы сама атмосфера помогла человеку сосредоточиться не на собственных страданиях, а на пути к выздоровлению.

То же самое касается модернизации школ: это не просто покраска стен, а создание образовательной среды, где лабораторные работы – это эксперимент юных ученых, актовый зал – пространство для творчества.

Москва становится комплексным пространством заботы о каждом москвиче, чтобы уход за собой, поддержание физического и душевного здоровья происходил как можно проще.

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ СТАТЬ ДОНОРОМ

КТО МОЖЕТ СТАТЬ ДОНОРОМ?

Донором может стать практически любой здоровый человек старше 18 лет, гражданин РФ или иностранец, проживающий в нашей стране не менее года по ВНЖ, при этом донор должен весить не менее 50 кг.

КАК СДЕЛАТЬ ПЕРВЫЙ ШАГ?

Приходите без записи в Центр крови им О.К. Гаврилова или в ближайшее отделение переливания крови.

Полный список адресов городских пунктов можно найти на официальном портале donor.mos.ru. При себе надо иметь паспорт.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ?

За 72 часа исключите прием

лекарственных средств с аспирином и анальгетиками в составе, за 48 часов не употребляйте алкоголь и энергетические напитки, за 24 часа воздержитесь от жирной, острой и копченой пищи, молочных продуктов и яиц. Накануне не ешьте жирную, соленую, острую и сладкую пищу.

ЕСТЬ ЛИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ?

Да, есть постоянные (абсолютные) противопоказания: инфекционные заболевания: ВИЧ, гепатиты В и С, онкологические заболевания, другие тяжелые хронические заболевания: бронхиальная астма, гипертоническая болезнь, язвенная болезнь желудка. Есть противопоказания временные (отвод может длиться до года, это уточняет врач). Окончательное решение о допуске

к донации принимает врач-трансфузиолог после осмотра и изучения вашей электронной карты ЕМИАС.

КАК ГОРОД ПОДДЕРЖИВАЕТ ДОНОРОВ?

Сдача крови может быть безвозмездной, и с получением мер социальной поддержки в виде денежной выплаты. Каждому донору полагается 2 оплачиваемых выходных дня по месту работы и/или учебы.

Безвозмездные донации учитываются при представлении к награждению нагрудным знаком «Почетный донор Москвы». Оно дает право на ряд льгот.

Для всех безвозмездных доноров полагается бесплатное питание или денежная компенсация на питание в размере 1736 рублей.

СЕРГЕЙ СОБЯНИН

Мэр Москвы

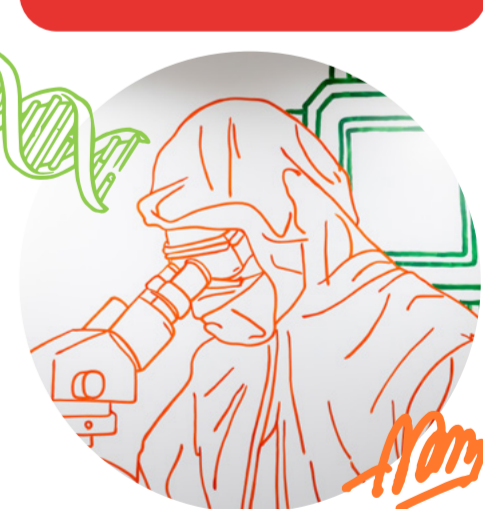


В Москве почти на 40% выросло число высокотехнологичных, в том числе робот-ассистированных, операций по профилю «Хирургия». Они менее травматичны, снижают риск осложнений и сокращают сроки восстановления пациентов.

Роботизированные операции уже не редкость, а ежедневная практика городских больниц. Робот-ассистированные системы помогают хирургу работать с высокой точностью в сложных труднодоступных зонах.

Эндоскопические и лапароскопические вмешательства проводятся через небольшие проколы. Современные методики позволяют удалить поражённые ткани, максимально сохраняя функции органов. Например, при тяжёлом хроническом панкреатите при необходимости выполняется панкреатодуоденальная резекция. Это сложная операция по удалению части поджелудочной железы с последующим восстановлением системы пищеварения.

Подобные операции требуют высокой точности, слаженной работы команды и серьёзной подготовки. С новыми технологиями они стали безопаснее для пациента.



В ЧЕСТЬ ДНЯ МЕДРАБОТНИКА ДЛЯ ОБЛОЖКИ ИСПОЛЬЗОВАНА ЧАСТЬ ПАННО «ПУТЬ» ХУДОЖНИКА МИШИ МОСТА ДЛЯ ВЫСТАВКИ «ВМЕСТЕ» В 62 ГОРОДСКОЙ БОЛЬНИЦЕ В СКОЛКОВО. ХУДОЖНИК СОЗДАЛ ПАННО, КОТОРОЕ ОБЪЕДИНЯЕТ ОБРАЗЫ УЧЕНЫХ И ВРАЧЕЙ В ЕДИННЫЙ ОБРАЗ С СИМВОЛАМИ НАУКИ И КОСМОСА – АТОМАМИ, АНДРОИДАМИ, ПЛАНЕТАМИ, ДНК.

ЧТО НАДЕТЬ НА ВЫПУСКНОЙ?

ВЫПУСКНЫЕ ВЕЧЕРА В САМОМ РАЗГАРЕ. СВОИ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ИДЕАЛЬНОГО ОБРАЗА ДАЛИ СТУДЕНТЫ СТОЛИЧНЫХ КОЛЛЕДЖЕЙ, КОТОРЫЙ УЧАТСЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ «ТЕХНОЛОГИИ ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ», «ХУДОЖНИК ПО КОСТЮМУ», «ДИЗАЙН». ОНИ ЕЖЕДНЕВНО РАБОТАЮТ НАД МАКИЯЖЕМ И ПРИЧЕСКАМИ НА ПРАКТИКЕ И СТАЖИРУЮТСЯ В ЛУЧШИХ МОСКОВСКИХ САЛОНАХ, ПОЭТОМУ ЗНАЮТ, КАКИЕ ОБРАЗЫ ДЕРЖАТСЯ ВЕСЬ ВЕЧЕР И ВЫГЛЯДЯТ СВЕЖО НА ФОТО.

ПОДЛИПАЛИНА АННА

студентка первого курса колледжа сферы услуг №10 по специальности «Технологии индустрии красоты»



Образ для выпускного выполнен в стиле современной элегантности с акцентом на естественную красоту и выразительность.

Прическа — мягкие объемные локоны с легкой текстурой и естественным движением волос. Укладка подчеркивает густоту и длину волос, создавая нежный и одновременно эффектный образ. Легкая небрежность волн добавляет образу воздушности и романтичности, что идеально подходит для выпускного вечера.

Макияж выполнен в актуальной трендовой технике с акцентом на глаза. Выразительные стрелки, сияющие элементы и декоративные стразы создают стильный вечерний эффект, сохраняя гармонию и утонченность. Губы оформлены в нюдово-шоколадных оттенках с гляцевым финишем, что делает образ более глубоким и современным.

В целом образ сочетает в себе нежность, уверенность и индивидуальность, подчеркивая естественную красоту выпускницы и создавая запоминающийся вечерний стиль.

ВИКТОРИЯ МАТЮШОВА

студентка четвертого курса технологического колледжа №12 по специальности «Художник по костюму»

Современная мода — это про вариативность. Один образ должен работать сразу в нескольких форматах: официальная часть, фотосессия, вечеринка.

В коллекции «Таинственный сад»

студентка заложила эту идею через съёмные элементы.

Ключевая особенность коллекции — мобильные декоративные детали. Цветочные элементы можно перемещать: с манжет — на корсет, с шеи — на рукав или декольте.



графические элементы, блеск. Это делает образ более современным.

Главное правило выпускного образа — не пытаться быть «как все». Сейчас ценится индивидуальность, смелость и умение играть с образом. Даже простое платье можно сделать вау за счет деталей.

ДАРЬЯ ПОЛЯКОВА

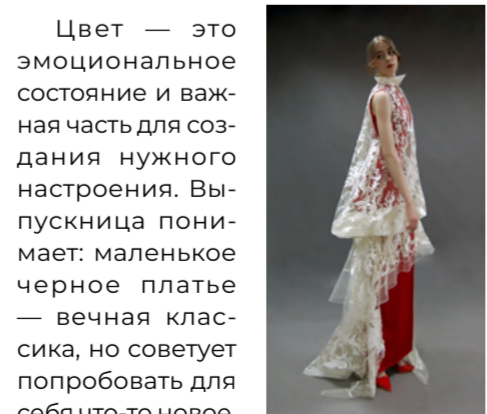
студентка четвертого курса колледжа декоративно-прикладного искусства имени Карла Фаберже по специальности «Дизайн (по отраслям): дизайн в легкой промышленности (костюма)»

Перед выпускным многие теряются: хочется быть особенной, но страшно выглядеть странно или банально. Дарья предлагает не готовые формулы, а направления для вдохновения.



Сейчас модно, когда украшения — это не просто «сережки под платье», а часть самой ткани. Вышивка, стразы, встроенные в корсет, создают эффект «второй кожи».

Лайфхак по стилизации: если платье очень богато декорировано, как на эскизах Дарьи, выбирайте более лаконичную прическу. Гладкий хвост или эффект «влажных волос» позволят декору сиять, не перегружая образ.



Цвет — это эмоциональное состояние и важная часть для создания нужного настроения. Выпускница понимает: маленькое черное платье — вечная классика, но советует попробовать для себя что-то новое.

Обязательно померяйте хотя бы базовые цвета — розовый и голубой. Для многих блондинок и брюнеток

МОСКОВСКИЙ ВЫПУСКНОЙ 2026: ЧТО, ГДЕ, КОГДА

Главная молодежная вечеринка столицы в этом году развернется на ВДНХ 26 июня и продлится с вечера до 6 утра.

Пространство лучшей выставки страны на эти часы станет закрытой территорией, куда не пустят посторонних. Ожидается около 40 тысяч гостей.

Гостей традиционно будут ждать выступления современных российских артистов, чьи имена станут сюрпризом для выпускников.



это вау-выбор, так как очень освежает внешность.

Это как раз случай студентки: она шила под одно из мероприятий нежно-розовый брючный костюм свободного кроя и дополнила образ асимметричным топом молочного цвета с акцентными бантами на воротничке-стойке и груди.

Если не хочется выделяться цветом, удивите материалом. Бархатный пиджак или костюм из матового атласа выглядят на порядок интереснее обычного полиэстера. Также присмотритесь к интересным принтам.

ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ ОТ ДАРЬИ

Самый модный прием для хорошего выпускного — это комфорт. Если вы будете постоянно поправлять сползающую лямку или мучиться от неудобной шпильки, это принесет расстройство. Чтобы не отказываться от шпилек полностью, можно взять с собой удобные туфли-лодочки или кроссовки: официальную часть — на шпильках, потом переобуться.

ЛЕТО – С «КУТУЗОВЫМ» И «РОКОССОВСКИМ»!

ЛЕТО – ЭТО ВРЕМЯ ДЕТСКИХ ЛАГЕРЕЙ. ОДНО ИЗ ИНТЕРЕСНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ЛЕТНЕГО ОТДЫХА У САМИХ ДЕТЕЙ – ЭТО СПОРТИВНО-ПАТРИОТИЧЕСКИЕ ПАЛОТОЧНЫЕ ЛАГЕРЯ.



В прошлом году таких лагеря, расположенных недалеко от Москвы, было три — «Жуков», «Рокоссовский» и «Василевский».

В этом году в столице запустят 10 подобных лагерей. По традиции, свои названия они также получают в честь именитых российских военачальников.

ОЛЕГ ЛУКИН

руководитель проекта



По последним подсчетам, за летние каникулы 2026 года спортивно-патриотические лагеря посетит 13 тысяч юных москвичей — в три раза больше в сравнении с прошлым годом.

В Одинцовском городском округе начнет работать «Кутузов», в Алабино расположится «Конев», в Звенигороде будут обустроены «Чуйков» и «Ушаков», а на территории Московского высшего общевойскового командного училища разместятся «Суворов», «Баграцион» и «Нахимов».

Лагеря действительно палаточные, но мы обеспечиваем комфортные условия. Жилые палатки вмещают 12 человек, ребята спят на комфортных кроватях с ортопедическими матрасами. В лагерях создана инфраструктура и для учебы, и для до-

Подать заявку родители могут через платформу «Московская электронная школа». Нужно найти сервис «Кружки» электронного дневника или зайти в мобильное приложение «Дневник «МЭШ».



ЧЕМОДАН, ОТЪЕЗД И... МАМИНО СЕРДЦЕ: РАЗГОВОР С ПСИХОЛОГОМ О ДЕТСКИХ ЛАГЕРЯХ

Решение отправить ребёнка в лагерь требует подготовки и от родителей, и от самого ребёнка. О том, как подготовиться к первой поездке, рассказывает педагог-психолог Инна Солнцева.

Большинство специалистов считают оптимальным возрастом для первой поездки 8–9 лет. Однако важны не только годы, но и индивидуальные особенности ребёнка: его самостоятельность, общительность.

КАКИМ ДЕТЯМ ЛАГЕРЬ ОСОБЕННО ПОЛЕЗЕН

«Домашние командиры» и единственные дети. Дома ребёнок привык быть в центре внимания, а в лагерь становится частью коллектива. Здесь приходится договариваться, учитывать интересы других и делить общее пространство. Для единственных детей это ещё и возможность получить опыт общения, похожий на отношения с братьями и сёстрами.

Тревожные дети. Лагерь помогает детям, которые сильно привязаны к родителям. В безопасной среде они убеждаются, что могут справиться самостоятельно. Такой опыт укрепляет уверенность в себе и формирует установку: «Я могу».

Дети с «синдромом отличника». В лагере школьные оценки отходят на второй план. Здесь ценятся творче-

ство, чувство юмора, доброжелательность и умение общаться. Это помогает ребёнку раскрыть новые стороны своей личности.

ЕСЛИ К ПОЕЗДКЕ НЕ ГОТОВ РОДИТЕЛЬ

Нередко тревожнее оказывается не ребёнок, а родитель. Чтобы снизить беспокойство, важно заранее подготовиться:

1. Соберите максимум информации о лагере.
2. Подготовьте ребёнка;
3. Наладьте связь;
4. Соберите «набор спокойствия»: подготовьте удобные вещи и всё необходимое; оставьте ребёнку контакты близких;
5. Фокусируйтесь на позитиве;
6. Доверяйте профессионалам.

Детские лагеря посетил и Мэр Москвы Сергей Собянин.



Задать вопросы о развитии и воспитании можно по телефону 8-800-250-71-91.

ОТ БОЛЬНИЦЫ

к арт-пространству

В РАМКАХ КОНЦЕПЦИИ ИСЦЕЛЯЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ТЕРРИТОРИИ РЯДА СТОЛИЧНЫХ БОЛЬНИЦ И ПОЛИКЛИНИК ПОЯВИЛИСЬ НОВЫЕ ЦВЕТОЧНЫЕ КОМПОЗИЦИИ, АРТ-ОБЪЕКТЫ И ЗОНЫ ОТДЫХА, СОЗДАННЫЕ ПРИ УЧАСТИИ СТУДЕНТОВ СТОЛИЧНЫХ КОЛЛЕДЖЕЙ.



Экспозиция «Кони» расширена колосьями пшеницы и гигантскими яблоками, больница №1 им. Н.И. Пирогова



Ретроавтомобиль «Победа» украсили цветочными композициями, машину восстановили и оклеили яркой пленкой. Филиал №1 поликлиники №5, Большая Бронная улица



Сад ландышей. Филиал поликлиники №5, Большая Бронная

Семейство жирафов и бабочки. Филатовская больница

АНАСТАСИЯ РАКОВА

Заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития



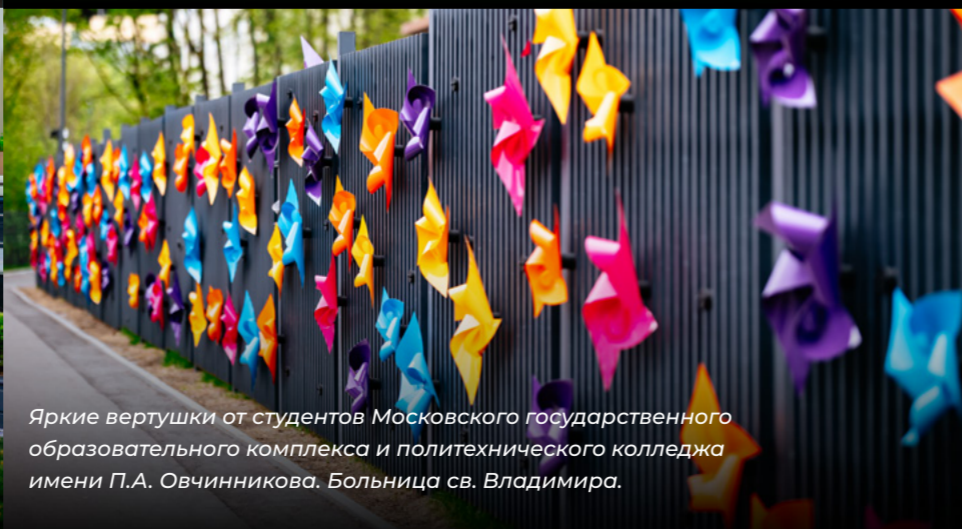
«Сегодня медицина — это не только профессионализм врачей и современные технологии, но и сама атмосфера пространства, в которой человек проходит диагностику или лечение.

Среда, организованная определенным образом, снижает тревогу, помогает пациенту чувствовать себя увереннее и настроиться на позитивный лад. В рамках концепции исцеляющей среды на территориях столичных больниц и поликлиник появились новые цветочные композиции, арт-объекты и зоны отдыха, созданные в том числе студентами девяти столичных колледжей.

Ребята оформляли фасады зданий и прилегающие зоны, работали с растениями, металлом, тканью. Эстетичные декоративные инсталляции студенты создавали под руководством опытных наставников. Для них это реальная практика, а для москвичей — дополнительный повод заглянуть в медучреждение и заодно — внести вклад в свое здоровье.



Любимые разноцветные мишки дополнены новой летней композицией. Новый комплекс больницы св. Владимира



Яркие вертушки от студентов Московского государственного образовательного комплекса и политехнического колледжа имени П.А. Овчинникова. Больница св. Владимира.

К НОВЫМ ВПЕЧАТЛЕНИЯМ – «ЦВЕТОЧНОЙ ФЛОТИЛИИ»

Фото: vm.ru

С НАСТУПЛЕНИЕМ ЛЕТА НА ВОЛНАХ МОСКВЫ-РЕКИ ПОЯВИЛАСЬ НАСТОЯЩАЯ ЦВЕТОЧНАЯ ЭСКАДРА, А ЕЕ ПАССАЖИРЫ – ЭТО УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ «ПУТЕШЕСТВИЙ ПО ЖИЗНИ С «МОСКОВСКИМ ДОЛГОЛЕТИЕМ»!»

Речные трамвайчики «Цветочная флотилия» оформлены каждый в стиле определенного цветка, они пришли на смену всепогодным яхтам ледового класса флотилии «Рэдиссон Ройал».

ЗАПИСАТЬСЯ МОЖНО ЧЕРЕЗ MOS.RU

- 1 речные маршруты
- 2 автобусные экскурсии
- 3 пешие прогулки



ДО СВИДАНИЯ, ШКОЛА, здравствуй, колледж!



ЭКЗАМЕНЫ ПОЗАДИ, И ВОТ УЖЕ РЕБЯТА ГОВОРЯТ «СПАСИБО» УЧИТЕЛЯМ И ВЫХОДЯТ НА СВОЮ ПЕРВУЮ ВЗРОСЛУЮ РАЗВИЛКУ: КУДА ПОЙТИ ПОЛУЧАТЬ ОБРАЗОВАНИЕ?

В Москве все больше школьников выбирают колледжи, и неспроста: сейчас колледжи – это не просто учебное заведение, где можно получить профессию, а место, где начинают сбываться мечты о будущем!

КОЛЛЕДЖИ МОСКВЫ РАБОТАЮТ В 10 КЛЮЧЕВЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ:

- 1 промышленность
- 2 информационные технологии
- 3 транспорт
- 4 строительство
- 5 гостеприимство
- 6 креативные индустрии
- 7 здравоохранение
- 8 образование и социальная сфера
- 9 финансы и торговля
- 10 безопасность и право

Колледжи Москвы – это среда, в которой молодые профессионалы делают первые шаги к своим мечтам, какими бы смелыми они не были.

Наша сегодняшняя гостья – Елена Дружинина, студентка третьего курса Технологического колледжа №21 по профессии «Художник по костюму».

Елена с детства в творчестве: рисование, музыкальная школа, постоянный поиск себя через искусство. Поэтому выбор профессии был очевиден – она поступила в Технологический колледж №21 на направление «Художник по костюму», чтобы не просто учиться, а понять индустрию изнутри и говорить с миром через одежду.

Уже с первых курсов девушка начала создавать собственные коллекции. Одна из самых значимых – «Возрождение легенды». Это серия спортивных костюмов с отпечатанными звездами советского спорта. В результате коллекция вышла в финал «Студенческой весны» и была представлена легендарному хоккеисту Владиславу Третьяку.

Сегодня Елена уже работает в профессии и проходит практику в бренде «Веретено» под руководством дизайнера, члена Союза дизайнеров Л.М. Мезенцевой. Она участвует в создании коллекций, занимается кроем, пошивом и доработкой изделий.

Ещё один важный этап – участие в международном проекте. Елена вошла в команду, которая создавала коллекцию совместно с брендом «Фарди», представленную на Неделе моды в Китае.

ШАГ 1: ВЫБИРАЕМ НАПРАВЛЕНИЕ

Узнаем о каждом направлении на портале «Школа.Москва» в разделе «Атлас профессий» или на сайте «Колледжи Москвы».

Находим подходящую специальность и колледж, знакомимся с требованиями к поступающим.

ШАГ 2: СДАЁМ ОГЭ

Московские девятиклассники в этом году будут сдавать лишь два обязательных государственных экзамена (ОГЭ) — по русскому языку и математике.

ШАГ 3: ПОДАЁМ ДОКУМЕНТЫ

Приемная кампания в колледжи начнется 26 июня.

ШАГ 4: ВСТУПИТЕЛЬНЫЕ

Подать документы можно полностью в электронном формате одновременно на пять специальностей в одном колледже или выбрать по одной образовательной программе в пяти столичных колледжах соответственно.

При этом указывается приоритет для каждого заявления (от 1 до 5), где 1 – самая желаемая специальность и колледж.

Шаг 4: Вступительные

Проходим дополнительные внутренние испытания в колледже, они могут быть устными или письменными, например, для творческих специальностей или для будущих медиков.



ЛЕТНЯЯ ПРОГУЛКА ПО МОСКВЕ: наш маршрут!



КОНЕЧНО, ЛЕТОМ ХОЧЕТСЯ ПОГУЛЯТЬ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ. НО ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ БУЛЬВАРНОЕ КОЛЬЦО ПРОЙДЕНО МНОГО РАЗ, А ХОЧЕТСЯ ПОЛУЧИТЬ НОВЫЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ?

ТАТЬЯНА САЛУЦКАЯ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЭКСКУРСОВОД, АВТОР ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛА «САЛЮТ, МОСКВА!» ПРЕДЛАГАЕТ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ МАРШРУТ ПО ХАМОВНИКАМ: ОТ ДЕРЕВЯННОЙ ИЗБЫ ДО АВАНГАРДА!



Маршрут
Яндекс.Карты



- 1) ANGHI / Shutterstock.com / Fotodom
- 2) Asetta / Shutterstock.com / Fotodom
- 3) Kapustin Igor / Shutterstock.com / Fotodom
- 4) UmaSumak / Shutterstock.com / Fotodom
- 6) E. O. / Shutterstock.com / Fotodom
- 7) Ekaterina Bykova / Shutterstock.com / Fotodom
- 8) Dusya Kan / Shutterstock.com / Fotodom
- 12) Alena Zharava / Shutterstock.com / Fotodom

1 БЦ «Красная Роза»

ул. Льва Толстого, 16
Сейчас штаб-квартира Яндекса – на месте бывшей шелкоткацкой фабрики, в советские времена известной как «Красная Роза».

2 Усадьба Льва Толстого

ул. Льва Толстого, 21
Музей с аутентичными интерьерами, семейными реликвиями и волшебным садом.

3 Парк «Усадьба Трубецких»

ул. Усачёва, 1
Зимний сад, плодовые рощи, цветники, пруд и мини-зоопарк с пони и лошадьми, детские площадки.

4 Детская больница им. купца Хлудова

ул. Б.Пироговская, 19 с1
Идем дальше по Трубецкой улице к зданию с богатой историей – от архитектуры до легенд о его создании.

5 Императорские винные склады

ул. Б.Пироговская, 27 с2
Классический пример промышленной архитектуры начала XX века с арочными окнами и псевдоокнами в виде бутылок.

6 Погодинская изба

ул. Погодинская, 12А
Одна из старейших деревянных построек Москвы (почти 170 лет!) со светёлкой второго этажа и изысканной резьбой.

7 Клуб завода каучук

улица Плющиха, 64/бс1
Памятник советского авангарда, построенный знаменитым К. Мельниковым.

8 Дом Палибина

улица Бурденко, 23
Дом Палибина (построен в 1818 году) с фасадом, ставшим образцом для послепожарной застройки.

9 Доходный дом Петрова

Земледельческий пер., 12
Украшенный барельефами рыцарей и средневековой геральдикой. А самое интересное находится внутри.

10 Пряничный домик купца Титова

Ружейный пер., 2А
В конце переулочка вы увидите доходный дом в русском стиле – настоящий «пряничный домик».

11 Дом «Трудкоопстрой»

6-й Ростовский переулок, 4а
Уникальное здание, где конструктивизм сочетается с немецко-голландскими элементами. Один из первых коммунальных домов Москвы!

12 Смотровая площадка на Ростовской набережной

ул. Погодинская, 12А
Финальная точка – место, откуда открывается вид на реку и разные эпохи столицы.

«ДАВАЙ ДРУЖИТЬ» С БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИЕЙ!

Недавно ребята, мечтающие стать врачами, посетили Боткинскую больницу. Они увидели современные операционные и хирургического робота, попробовали симуляционное оборудование и приняли участие в мастер-классе по оказанию первой помощи.

16-летняя Николь Гильберт сейчас учится в медицинском колледже № 7. Девушка давно мечтала увидеть работу отличных медиков в современной больнице. После экскурсии Николь, которая раньше хотела стать стоматологом, всерьез задумалась о карьере неонатолога или анестезиолога-реаниматолога.

Еще один участник экскурсии, 13-летний Кирилл Корякин, тоже хочет стать врачом. Он уже прошел подготовительные курсы при медицинском колледже. Кирилл мечтал познакомиться с работой врачей и пообщаться со специалистами.

А 17-летний Ярослав Петриков, который сейчас заканчивает медицинский предпрофильный класс и готовится поступать в медвуз, давно хотел увидеть изнутри, как сегодня проходят будни московских хирургов и как они проводят операции.

«Мастер-класс очень понравился. Нам все рассказали и показали. Такие экскурсии очень вдохновляют, появляются еще больше желания в будущем стать врачом», — поделился впечатлениями Ярослав.



Помогите нам стать лучше для вас!

Отсканируйте QR-код и ответьте на несколько вопросов о том, что вы думаете о газете «Москва.Забота»

Zabota@mc-ksr.mos.ru

МОСКВА. ЗАБОТА

Газета зарегистрирована как информационное издание. Распространяется бесплатно. № 11 (14), 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 «ПФП «Волоколамская типография», 143600, г. Волоколамск, ул. Парковая, д. 9. Дата выхода в свет: 07.05.2026. Тираж: 230 000. Заказ № 0610-26. Для читателей 12 лет и старше.