

# СОБЛЮДАЙТЕ САМОИЗОЛЯЦИЮ! БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ!

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ ДОМАШНИЙ РЕЖИМ ВВЕДЕН ДО 1 МАЯ 2020 ГОДА ДЛЯ ГОРОЖАН ВСЕХ ВОЗРАСТОВ. ЭТА МЕРА ПОЗВОЛИТ СНИЗИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЕ КОРОНАВИРУСА

## ЮЖНЫЕ ГОРИЗОНТЫ



### ЦИТАТА

**Президент России Владимир Путин:** Наша страна не раз проходила через серьезные испытания, со всем справилась. Победим и эту заразу. Вместе все преодолеем

ГАЗЕТА ЮЖНОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА МОСКВЫ **UGORIZONT.RU** 10 АПРЕЛЯ 2020 ГОДА № 14 (889)

**НОВЫЕ МЕРЫ ПОДДЕРЖКИ** Владимир Путин поручил обеспечить спецвыплаты врачам, которые лечат пациентов с коронавирусом. Медикам также установят повышенные страховые гарантии. Важные для жизнеобеспечения городов предприятия продолжают работу. Семьям с детьми, где родители потеряли работу, окажут дополнительную финансовую поддержку. Предприятия малого и среднего бизнеса получают отсрочку по уплате страховых взносов на шесть месяцев. Паспорта, водительские права и другие удостоверяющие документы автоматически продлят не менее чем на три месяца

## Пишем этюды, не выходя из дома

11

5 апреля 2020 года. Пенсионерка из Южного округа Галина Николаева раньше работала театральным гримером. На домашнем режиме она вспомнила о своем увлечении — масляной живописи и снова взяла в руки кисти. Она желает всем жителям в это непростое время найти для себя домашнее хобби и не унывать



31 марта 2020 года. Москвичка, сотрудница Художественного научно-реставрационного центра имени Грабаря Татьяна Перфилова работает из дома

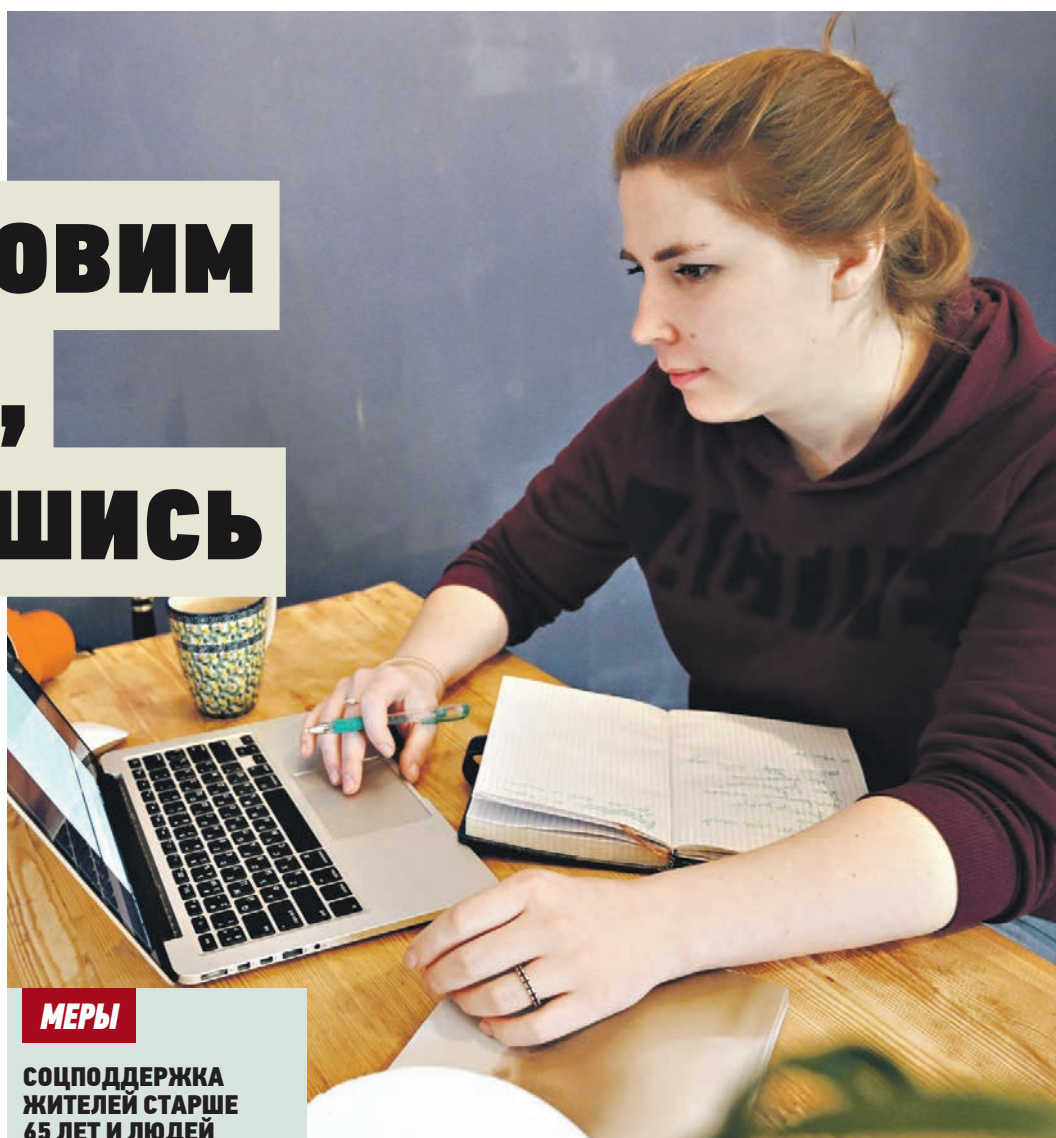
# Остановим вирус, оставшись дома

Чтобы не допустить масштабного распространения коронавирусной инфекции, президент России Владимир Путин принял решение о продлении нерабочих дней до конца апреля. В связи с этим ограничения, введенные ранее в столице, были также продлены до 1 мая. Подробнее о них в своем блоге рассказал мэр Москвы Сергей Собянин.

По словам главы города, всеобщий режим самоизоляции, стартовавший 30 марта, дал хороший результат. Однако власти продлили ограничения, поскольку в столице очень высокие темпы роста заболевших. — Дорогие москвичи, опасность распространения COVID-19 уже не теория. Это реальность, — отметил мэр. — Есть тяжелобольные и умершие от этой болезни. Главный удар приходится по пожилым, но болезнь не щадит людей всех возрастов. Очевидно, что пандемия не закончится быстро. Надо набраться терпения и мужества. Мы будем делать все возможное и невозможное, чтобы побороть беду, чтобы как можно меньше москвичей пострадали от вируса.

## МАТПОМОЩЬ ВЫПЛАТЯТ БЕЗ ЗАДЕРЖЕК

Так, в силу остается обязательство москвичей по соблюдению режима самоизоляции. Особенно это касается жителей старше 65 лет и горожан с хроническими заболеваниями. Вторая часть обещанной матпомощи за соблюдение домашнего режима в размере двух тысяч рублей будет им выплачена сразу после 14 апреля. Ждать этих денег им до мая не придется.



## МЕРЫ

### СОЦПОДДЕРЖКА ЖИТЕЛЕЙ СТАРШЕ 65 ЛЕТ И ЛЮДЕЙ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Для горожан старшего возраста и тех, кто страдает хроническими заболеваниями, власти разработали комплекс мер социальной поддержки. Так, с 1 апреля по 30 июня собственники жилья освобождаются от уплаты взносов на капремонт. Тем, кто проводит самоизоляцию на даче, доставляют уголь и дрова по льготным ценам. Также горожанам оказывают финансовую поддержку (четыре тысячи рублей). Чтобы жители соблюдали режим домашней самоизоляции, социальные работники и волонтеры приносят им продукты, лекарства, помогают с решением бытовых проблем. Телефон горячей линии +7 (495) 870-45-09.

Парки, рестораны, спортивные клубы и прочее по-прежнему будут закрыты. — Срок действия неиспользованных проездных билетов на общественный транспорт будет продлен после 1 мая при условии, что в период самоизоляции по ним было совершено не более шести поездок, — написал мэр. — Также будет продлено действие оплаченных

школьных и студенческих проездных.

### ПРОДОЛЖАЕМ РАБОТАТЬ

При этом часть организаций, важных для жизнеобеспечения города, продолжает работать. К ним относятся медицинские организации, аптеки, магазины оптики, продовольственные магазины и точки по продаже товаров первой необходимости, банки, а также непрерывно действующие организации. Например, службы ЖКХ и транспорт. Разрешение на работу также получили организации, оказывающие услуги на основании лицензии на осуществление меддеятельности. Школы и колледжи будут работать с учащимися в дистанционном режиме с применением систем электронной школы.

### ПОКА БЕЗ ПРОПУСКОВ

В мэрию поступило много звонков в связи с планировавшимся введением пропусков для передвижения по городу. — Опыт первой нерабочей недели показал, что пока такой необходимости нет, — написал Собянин. — Большинство жителей города добросовестно выполняют требование оставаться дома.

По словам мэра, к этому вопросу власти вернутся либо при неблагоприятном развитии эпидемиологической ситуации, либо в случае роста количества нарушений домашнего режима.

## Власти приняли решение о продлении срока всеобщей самоизоляции, так как темпы распространения болезни высоки

К слову, сейчас в стационар госпитализируют не всех заболевших, а только тех, кто переносит болезнь тяжело. Пациенты с легкой формой заболевания проходят лечение на дому под наблюдением врачей. — Абсолютное большинство заболевших строго соблюдают режим изоляции, — написал Собянин. — Но стопроцентной гарантии ответственное поведение дать, к сожалению, невозможно. Поэтому соблюдение режима самоизоляции заболевшими и членами их семей будет особо контролироваться с помощью современных технологий.

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА  
okkuga@vm.ru

## БЛОГ МЭРА

### КОРОНАВИРУС. ПОМОЩЬ ДЛЯ ПОТЕРЯВШИХ РАБОТУ

Друзья мои, москвичи! Принимая жесткие меры, направленные на сдерживание COVID-19, мы ни в коем случае не должны забывать об экономике города. Как бы тяжело ни было, в условиях пандемии нельзя останавливать работу предприятий. Пищевая промышленность, энергетика, оборонка, наука, другие отрасли должны обеспечивать нормальное функционирование города, давать доходы работающим и создавать заделы на будущее. Остановиться легко — запустить процесс заново невероятно трудно. Естественно, в нынешних условиях все технологические процессы должны подчиняться строгим требованиям санитарно-эпидемиологической безопасности. Считаю, что нельзя останавливать строительство метро, дорог, жилья, крупные проекты благоустройства. Стройка дает самый большой мультипликативный эффект — через производство комплектующих и стройматериалов мы сохраняем миллионы рабочих мест в Москве и по всей России.

Пускать под нож бюджетные инвестиции тоже категорически нельзя. Инвестиции — залог уменьшения потерь и быстрого выхода из кризиса.

В то же время очень важна и адресная поддержка москвичей, не по своей вине попавших в сложную ситуацию с доходами. Помочь им считаю важнейшей личной задачей и задачей правительства Москвы. Президент России Владимир Владимирович Путин объявил о том, что федеральное пособие по безработице 12 130 рублей в месяц и надбавки к нему на несовершеннолетних детей будут выплачиваться в упрощенном порядке по заявлению граждан, потерявших работу вне зависимости от прежних доходов. Это очень правильно. Подготовительные работы мы провели и уже с 9 апреля начнем выплаты.

Кроме того, глава государства поручил региональным властям разработать дополнительные меры поддержки своих граждан. В Москве мы уже ввели региональную компенсационную доплату, повышающую размер выплат по безработице до 19 500 рублей в месяц — самый большой в стране.

Но по действующему порядку получить эту доплату непросто. Поэтому я дал поручение разработать максимально технологичный и адресный порядок этой доплаты. Очевидно, получить ее должны те, кому она действительно необходима. Необходимо убрать требование двух безуспешных попыток трудоустройства, которые в «обычные» времена предшествуют признанию гражданина безработным. Между подачей заявления на получение доплаты и решением о перечислении средств должно проходить от 3 до 5 дней. Оформление должно осуществляться исключительно в электронном виде. А процедура проверки нуждаемости должна быть максимально необременительной. Хочу еще раз обратиться к бизнесу. Прошу максимально, насколько возможно, обеспечить доходы своих работников, не «сокращать» их. Ваши работники — основа вашего благополучия, вашего бизнеса и вашего будущего. Очень прошу не забывать об этом. Но если случится так, что люди останутся без работы и доходов, мы не бросим их в беду.

ВАШ МЭР,  
СЕРГЕЙ СОБЯНИН



ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

# Больницы готовы принять пациентов

**Власти Москвы приняли решение задействовать максимальное количество больниц для борьбы с коронавирусом. Об этом рассказал мэр Сергей Собянин.**

По словам главы города, к борьбе с распространением инфекции подключились региональные, федеральные и частные клиники. В лучших больницах столицы готовят около 20 тысяч коек для лечения пациентов.

## МЕНЯЕМ ПРОФИЛЬ

Так, на минувшей неделе коронавирусный стационар заработал на базе клиники Первого московского государственного медицинского университета имени И. М. Сеченова. Пока открылись только два отделения. Всего для лечения больных с подозрением на COVID-19 и уже с подтвержденным диагнозом переоборудуют четыре больницы Первого меда.

## Клиники столицы переоборудуют для лечения пациентов с коронавирусом и подозрением на инфекцию

— Все вместе они смогут принять около двух тысяч пациентов, — уточнил мэр во время осмотра больницы. Еще один стационар для лечения уже пожилых паци-



МИХАИЛ КОЛЫБАЕВ

ентов с коронавирусом открылся в госпитале для ветеранов войн № 3. Там размещены 710 коек, из них 30 — в реанимации. — Этот госпиталь, я уверен, спасет жизни многих людей. По этому я хотел бы поблагодарить коллектив, который согласился на эту

сложную работу. Город будет помогать, чтобы госпиталь был обеспечен всем необходимым для оказания этой сложной помощи, — подчеркнул Собянин.

## НОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

Тем временем в поселении Вороновское продолжается строительство больницы, предназначенной также для лечения пациентов с коронавирусом. Она готова уже на 60 процентов. — В принципе уже сегодня можно разворачивать и отделочные работы, и комплектацию, и установку медицинского оборудования, — сказал Сергей Собянин, осмотрев будущее реанимационное отделение.

На участке площадью около 40 гектаров появятся 50 одноэтажных корпусов, где сделают приемное, лечебное, реанимационное

и другие отделения, а также 14 секций общежитий для медперсонала. Всего больница сможет принять 500 пациентов. Но в случае необходимости количество мест увеличат до 656. При этом каждую койку можно трансформировать в реанимационную.

— Сейчас самая главная задача — комплектование больницы медицинскими кадрами и высокотехнологичным оборудованием, спрос на которое сейчас в мире просто огромен, — подчеркнул Сергей Собянин. — По сути, мы в режиме онлайн запрашиваем котировки, покупаем и свозим сюда то оборудование, которое есть в наличии.

6 апреля 2020 года. Мэр Сергей Собянин (в центре) и министр здравоохранения РФ Михаил Мурашко (справа) в стационаре, открывшемся при Первом меде (1). Строящаяся в Новой Москве больница почти готова (2)

В больницу закупят около 100 тысяч разных приборов. Прежде всего 770 аппаратов искусственной вентиляции легких.

## ПОДДЕРЖКА ОНЛАЙН

Параллельно со всеми мерами, вводимыми для предотвращения распространения вируса, власти запустили службу телемедицинской помощи пациентам. В режиме онлайн врачи дистанционно наблюдают за больными, которые лечатся дома.

— Горожане с легкой формой коронавируса сидят на карантине дома, — напомнил мэр. — Но им тоже нужна врачебная поддержка, поэтому с помощью электронных медкарт, телемедицинской специализированной платформы ведется постоянное консультирование таких граждан, записываются данные их состояния, и, если появляются осложнения, вовремя оказывают необходимую медпомощь и госпитализируют. Служба телемедицинской помощи с 1 апреля занимает специально оборудованные помещения в школе № 548 на юге столицы. Сейчас там работают более 200 врачей.

**НАТАЛЬЯ ТРОСТЬЯНСКАЯ**  
okrug@vm.ru

Помощь онкобольным оказывается в прежнем объеме.

## Лечение без пауз

Москвичи, имеющие онкозаболевания, в период режима повышенной готовности продолжают получать медпомощь. Для всех пациентов со злокачественными новообразованиями введен режим изоляции, но, чтобы они могли добраться до медучреждения, их соцкарты по-прежнему работают. Для онкобольных III группы без признаков прогрессирования заболевания сроки контрольных осмотров отложены.

**ИВАН ПЕТРОВ**  
okrug@vm.ru

В столице от коронавируса вылечились 270 человека.

## Выписаны домой

К 8 апреля число пациентов, полностью вылечившихся от коронавирусной инфекции, в столице выросло до 270.

— Чтобы подтвердить отсутствие заболевания, после лечения врачи проводят специальные исследования. У всех выписанных повторные тесты показали отрицательный результат, они полностью здоровы, — рассказала заместитель мэра по вопросам социализации Анастасия Ракова.

**МАРИНА КАЛИНИНА**  
okrug@m.ru

Выездные службы столичных поликлиник усилены.

## Тысячи вызовов

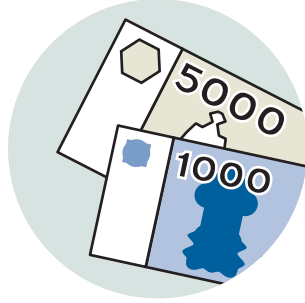
В столице врачи поликлиник ежедневно обслуживают восемь тысяч вызовов на дому. Для этого бригады усилены. Особое внимание медики уделяют пациентам с признаками ОРВИ и гриппа, жителям старшего возраста и людям с хроническими заболеваниями.

**ИВАН ПЕТРОВ**  
okrug@vm.ru

## Штрафы для предприятий и организаций за нарушение режима повышенной готовности



**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ:**  
Штраф от 30 до 50 тысяч рублей. При наличии вреда здоровью или имуществу — штраф от 500 тысяч до миллиона рублей или приостановление деятельности на срок до 90 суток.



**ОРГАНИЗАЦИЯ:**  
Штраф от 100 до 300 тысяч рублей. При наличии вреда здоровью или имуществу — штраф от 500 тысяч до миллиона рублей или приостановление деятельности на срок до 90 суток.

**Нарушители режима самоизоляции в столице будут платить штраф. Соответствующий законопроект на минувшей неделе подписал мэр Москвы Сергей Собянин.**

Так, согласно документу, принятому Московской городской думой, жителям

столицы, которые выйдут на улицу без веской причины (а к ним относятся обращение за неотложной медицинской помощью, поход в ближайший магазин и аптеку, выгул собаки не далее чем на 100 метров от дома, а также вынос мусора), придется заплатить штраф в размере четырех тысяч

**Выход на улицу без веской причины в период обязательной самоизоляции обойдется в четыре тысячи рублей, а при повторном нарушении — в пять тысяч**

## Прогулка обернется штрафом



АГЕНТСТВО ГОРОДСКИХ НОВОСТЕЙ «МОСКВА»

### Что запрещено и кто контролирует



**Запрет на проведение спортивных, публичных и иных массовых мероприятий**

Контроль: Объединение административно-технических инспекций города Москвы



**Запрет на проведение мероприятий с очным присутствием граждан: зрелищных, просветительских, культурных, выставочных, спортивных**

Контроль: Департамент торговли и услуг, префектуры округов, управы районов — в части осуществления торговой деятельности. Объединение административно-технических инспекций города Москвы — на открытом воздухе. Государственная инспекция по контролю за использованием объектов недвижимости — в зданиях



**Запрет на посещение гражданами развлекательных и досуговых заведений, в том числе ночных клубов (дискотек), а также на курение кальяна**

Контроль: Департамент торговли и услуг, префектуры округов, управы районов



**Требования по организации социального дистанцирования работников и посетителей**

Контроль: Департамент торговли и услуг, префектуры округов, управы районов — в части осуществления торговой деятельности. Объединение административно-технических инспекций города Москвы — на открытом воздухе. Государственная инспекция по контролю за использованием объектов недвижимости — в зданиях



**Запрет на работу ресторанов, кафе, столовых, буфетов, баров, предприятий общественного питания (за исключением обслуживания на вынос и доставки заказов)**

Контроль: Департамент торговли и услуг, префектуры округов, управы районов



**Запрет на работу объектов розничной торговли, за исключением продажи продовольствия, товаров первой необходимости, медицинских изделий и оборудования (в том числе оптики), зоотоваров и услуг связи**

Контроль: Департамент торговли и услуг города Москвы

2 апреля 2020 года. Сотрудники Росгвардии проводят профилактические беседы с москвичами по соблюдению режима самоизоляции

руб лей (если на автомобиле, то пять тысяч рублей). За повторное нарушение сумма будет выше — пять тысяч рублей.

### ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ЗДОРОВЬЕ ОКРУЖАЮЩИХ

Необходимость введения таких мер объяснил автор инициативы, депутат Московской городской думы Кирилл Щитов:

— Некоторые граждане восприняли ограничения как некие каникулы, как еще одни майские праздники, как повод пойти погулять, выбраться на шашлыки, собрать компании, тем самым увеличивая, а не уменьшая риск заражения коронавирусом. Подобное поведение сводит на нет добросовестное соблюдение режима самоизоляции большинством жителей Москвы, а также все усилия наших врачей и медперсонала. Мы обязаны законодательно установить административные санкции в отношении тех, кто цинично нарушает режим самоизоляции, подвергает риску жизнь и здоровье окружающих.

Помогать властям обеспечивать порядок будут общественные пункты охраны, они станут патрулировать закрепленную за ними территорию.

— Этот закон, уверен, спасет здоровье и многие человеческие жизни, — прокомментировал принятие документа председатель Мосгордумы Алексей Шапошников. — Усиливая ответственность за нарушение самоизоляции, мы призываем москвичей сплотиться против страшной угрозы, думать не только о себе, но и о своих близких и окружающих.

Положительно новый законопроект оценил и политконсультант, руководитель агентства Bakster Group Дмитрий Гусев.

— Это очень правильные меры. Только я считаю, что санкции очень маленькие, — отметил он. — Знаете, в Российской империи во времена Пушкина за нарушение карантинов вообще, говорят, вешали. И Пушкин, оказавшись запертым в Болдине во время одного из таких карантинных, написал свои лучшие произведения. Тогда за это вешали, и никто не нарушал. Поэтому санкции должны быть достаточно большими, чтобы люди их не нарушали. Потому что заплатить одну или четыре тысячи рублей — никого это не напугает.

### ДЕРЖАТЬ ДИСТАНЦИЮ НАДО И НА РАБОТЕ

Законом вводится административная ответственность для должностных и юридических лиц за неисполнение требований о приостановке проведения мероприятий, а также работы объектов розничной торговли, организаций (предприятий) общественного питания, оказания услуг и т.п.

Кроме того, с минувшей недели строго контролируются работа действующих предприятий. Так, теперь руководители всех городских учреждений должны обеспечивать дезинфекцию всех помещений и социальное дистанцирование не менее 1,5 метра между работниками и посетителями.

— Из рекомендательного это требование становится обязательным, — отметил Сергей Собянин. — Это важно не только для умень-

### КСТАТИ

Ранее Государственная дума приняла, а Совет Федерации одобрил законы об уголовной и административной ответственности за несоблюдение карантина, предусматривающие наказание в виде штрафов до двух миллионов рублей или лишение свободы на срок до семи лет.

### МЕРЫ

Депутаты Московской городской думы также перешли на дистанционный режим работы. Теперь заседания проводятся в режиме видеоконференций. Это поможет всем членам парламента участвовать в работе, поскольку многие из них обязаны находиться сейчас дома из-за санитарных требований.

шения скорости распространения инфекции, но и для самих предприятий, для здоровья их работников. Спасибо руководителям предприятий, большинство очень ответственно и с полным пониманием относятся к этой задаче.

Мэр также определил органы исполнительной власти города Москвы, уполномоченные составлять протоколы и налагать штрафы на индивидуальных предпринимателей и юридических лиц.

— Полномочия им даются достаточно серьезные, и важно, чтобы они применялись адекватно, не создавали избыточное давление на бизнес и граждан. И вместе с тем обеспечивали соблюдение требований по предотвращению распространения коронавирусной инфекции, — подчеркнул Сергей Собянин. — Как только опасность серьезно уменьшится или исчезнет совсем, эти временные меры будут немедленно упразднены.

**ИВАН ПЕТРОВ**  
okrug@vm.ru

### ЦИФРА

# 160

протоколов за нарушение режима самоизоляции (по данным на 6.04.2020) составили в Москве сотрудники полиции. Статья — неповиновение законному распоряжению должностного лица.

Москва технически готова к запуску умной системы контроля за соблюдением режима домашней самоизоляции.

## Система контроля готова к внедрению

Столичные власти приняли решение пока не внедрять систему контроля за соблюдением москвичами режима самоизоляции, однако в случае ухудшения эпидемиологической ситуации или роста числа нарушителей ее запустят достаточно быстро. Об этом сообщили в Департаменте информационных технологий.

— Жители по-прежнему смогут поехать на работу, сходить в магазин, аптеку или медицинское учреждение, в том числе при необходимости — в другом районе. Контроль необходим для того, чтобы выявить именно случаи грубого нарушения режима самоизоляции, когда человек без необходимости выходит из дома и подвергает риску заражения коронавирусом не только себя и своих близких, но и других горожан, — рассказал руководитель ведомства Эдуард Лысенко.

Работать система контроля будет следующим образом: при необходимости выйти из дома жителю нужно будет получить специализированный код через личный кабинет на портале mos.ru. Он будет представлять собой комбинацию букв и цифр. Код можно сохранить на телефон, получить на электронную почту или распечатать. Жители, у которых нет возможности пользоваться ресурсами mos.ru, смогут получить его с помощью телефона. Важно, что передвигаться по-прежнему можно будет как пешком, так и на общественном транспорте или личном автомобиле — достаточно лишь уведомить город о своих планах и иметь при себе полученный код. А чтобы выгулять питомца рядом с домом или вынести мусор, уведомлений не потребуется.

**АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА**  
okrug@vm.ru

16 пациентов, нарушивших режим карантина, переведены в столичные обсерваторы. Ранее они проходили лечение на дому.

## Нужно строго соблюдать карантин

Пациентам с легким протеканием коронавирусной инфекции разрешено проходить лечение дома. Однако им предписано строго соблюдать режим карантина и не выходить из дома. Такие же обязательства накладываются на родственников, проживающих с больными в одной квартире. На днях в столице семь человек, нарушивших карантин, перевели в обсерваторы. Ранее такие же меры были применены еще к девяти горожанам. Среди них как пациенты с подтвержденным диагнозом, так и те, кто близко контактировал с заболевшими.

— Абсолютное большинство заболевших коронавирусом, которым разрешено лечиться дома, добросовестно соблюдают режим изоляции. Однако, к сожалению, в Москве уже зафиксированы случаи нарушения карантина. Такие пациенты переведены на лечение в обсерваторы без права вернуться к домашнему режиму, — рассказала заместитель мэра по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

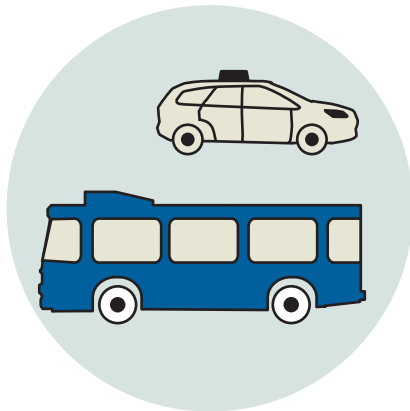
Для нарушителей режима карантина предусмотрены различные меры наказания. Помимо перевода на лечение в стационары, они должны будут заплатить штрафы. Анастасия Владимировна также добавила, что в столице за каждым больным, находящимся на дому, осуществляют наблюдение сотрудники районной поликлиники. Они посещают пациента, берут у него необходимые анализы, контролируют динамику течения заболевания. Кроме того, с ним на связи круглосуточно находятся врачи, работающие в центре телемедицины. При этом у горожан с легкой формой болезни есть возможность настоять на госпитализации. Им в этом отказано не будет.

**ИВАН ПЕТРОВ**  
okrug@vm.ru



**Запрет на посещение образовательных организаций (в том числе в сфере физкультуры и спорта, культуры и искусства) за исключением созданных дежурных групп**

Контроль: Департамент образования и науки города Москвы. Государственная инспекция по контролю за использованием объектов недвижимости — в отношении организаций в сфере физкультуры и спорта, а также культуры и искусства



**Несоблюдение работодателями режима повышенной готовности в сфере транспортных услуг: неизмерение температуры тела, в том числе водителям такси, допуск лиц с повышенной температурой, непроведение дезинфекции**

Контроль: Московская административная дорожная инспекция



**Запрет на работу салонов красоты, косметических, массажных, спа-салонов, соляриев, бань и саун и иных объектов за исключением лицензируемых медицинских услуг**

Контроль: Государственная инспекция по контролю за использованием объектов недвижимости города Москвы

**Режим всеобщей домашней самоизоляции продлен в столице до 1 мая. Какие поездки можно совершать в этот период и какая поддержка будет оказываться горожанам, рассказали в оперативном штабе по коронавирусу, ответив на главные вопросы москвичей.**

#### Для чего можно выходить из квартиры?

Покидать квартиру москвичи могут для поездок на работу, обращения за экстренной медицинской помощью, похода в ближайший магазин или аптеку. Разрешено гулять с домашними животными на расстоянии не более 100 метров от дома и выносить мусор на контейнерную площадку.

#### Будут ли вводить пропуска?

Мэр Москвы уточнил, что вводить пропуска для передвижения по городу пока не будут.

#### А куда можно ходить?

Пешком вы можете дойти только до ближайшего магазина или аптеки. До соседнего гипермаркета можно доехать на своей машине или такси.

#### Как соблюдать социальную дистанцию?

Нельзя подходить друг к другу на расстоянии менее полутора метров. Для этого в магазинах, аптеках и общественном транспорте наносится специальная разметка.

#### Какие организации еще будут работать?

Непрерывно действующие организации (например, службы ЖКХ), предприятия, выполняющие неотложные ремонтные и погрузо-разгрузочные работы, и компании, которые помогают бороться с коронавирусом.

#### Куда можно ездить на своей машине или такси?

В случае серьезной необходимости можно поехать в другой район. При этом вас может остановить сотрудник правоохранительных органов и уточнить цель поездки. С собой должен быть паспорт или другой документ, удостоверяющий личность.

#### Как поддержат пенсионеров?

Пенсионеры получают матпомощь в размере четырех тысяч рублей. Две тысячи рублей уже выплачены авансом, еще две тысячи рублей начислят 14 апреля при условии добросовестного соблюдения режима самоизоляции.

#### Будет ли дополнительная помощь для пожилых и заболевших?

Жителям старше 65 лет, а также тем, у кого есть хронические заболевания, на дом доставят лекарства и медицинские изделия. Соцработники и волонтеры сходят за продуктами, а также смогут принести лекарства или помочь в решении других бытовых проблем. Заявки принимают по телефону +7 (495) 870-45-09. Жителям, заболевшим коронавирусом, назначенные им противовирусные препараты, также доставят на дом бесплатно.

#### Что делать, если ребенок учится в школе?

До 1 мая в Москве временно приостановлены все занятия в школах. Не отстать от школьной программы ученикам помогут «Московская электронная школа», «Московский образовательный телеканал», «Российская электронная школа» и другие образовательные веб-ресурсы. Кроме того, по решению родителей при необходимости для учеников начальных классов могут быть организованы дежурные группы численностью не более 12 человек.

# 20 главных вопросов



АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛКОК

#### А льготы для детей предусмотрены?

Каждый ребенок из семьи, льготы которой подтверждены в органах соцзащиты, может получить в школе бесплатный продуктовый набор. Их выдают с 28 марта. Набор рассчитан на 12 учебных дней.

#### Как посетить врача?

Медицинские учреждения сейчас ориентированы на оказание экстренной помощи. При симптомах заболеваний и состояниях, требующих осмотра врача, лучше всего вызвать его на дом.

#### Как вызвать на дом врача, скорую или неотложную помощь?

Вызывая врача, нужно сообщить о недавней поездке в страну с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией, если она была, о контактах с людьми, прибывшими оттуда, или о контакте с больным коронавирусом. На месте врач проведет осмотр, составит программу лечения и при необходимости назначит взятие анализа на коронавирус.

#### А как быть «сложным» пациентам?

Особое внимание — пациентам с хроническими заболеваниями, признаками ОРВИ и гриппа, а также горожанам старшего поколения. Хирургическая, онкологическая помощь, химиотерапия, лучевая терапия, гемодиализ и ряд других видов медицинской помощи по-прежнему обеспечиваются.

#### 4 апреля 2020 года.

На входе станции «Домодедовская» столичного метро появились вывески, напоминающие о важности соблюдения домашнего режима

#### А если у меня заболела собака?

В государственных ветклиниках также оказывают только неотложную помощь, поэтому перед посещением необходимо проконсультироваться по телефону с ветеринарным специалистом. Причем работают клиники по предварительной записи. Оформить ее можно через портал mos.ru в подразделе «Окружающая среда и животные» или с помощью приложения «Госуслуги Москвы». Для консультации по ветеринарным вопросам и вызова врача на дом вы можете позвонить по телефону неотложной ветеринарной помощи +7 (495) 612-04-25.

#### Как лечиться дома?

У значительной части пациентов с коронавирусом нет тяжелых симптомов заболевания, поэтому они могут пройти лечение на дому. Для этого разработан особый регламент. Пациент подписывает информированное согласие, обязуясь не нарушать режим самоизоляции и соблюдать предписания врачей. Все

люди, проживающие с заболевшим, получают постановления главного санитарного врача Москвы. Они обязаны соблюдать режим самоизоляции в течение 14 дней.

#### Что делать, если я живу в одной квартире с заболевшим коронавирусом?

Заболевшему и проживающим с ним людям необходимо соблюдать санитарные нормы. Так, больной должен находиться в отдельной комнате. Если это невозможно, то родственники должны соблюдать расстояние не менее 1 м от больного. Помещения должны часто проветриваться. Для ухода за больным необходимо выбрать человека без хронических заболеваний. Нужно мыть руки после любого контакта с больным или с окружающими его предметами.

#### А как врач будет постоянно со мной на связи?

Врачи наблюдают за больными, которые лечатся дома, с помощью телемедицинских технологий. Используя аудио- и видеосвязь, квалифицированные медики круглосуточно консультируют и оценивают состояние здоровья. Каждый пациент получает чек-лист самоконтроля, который потом обсуждает с врачом. В случае резкого ухудшения состояния пациенту необходимо вызвать скорую. Противовирусные препараты при необходимости будут доставлять на дом бесплатно.

#### Я остался без работы. Что делать?

Москвичам, которых признают безработными во время действия ограничительных мер и в течение 30 дней после их отмены, назначат компенсацию в размере 19 500 рублей в месяц. На нее также могут претендовать те, кто проходит профобучение. Оформить выплату по безработице можно онлайн. Документы нести nowhere не нужно. Чтобы встать на учет, нужно к заявке приложить сканы документов: паспорта, трудовой книжки, документа об образовании и справки о среднем заработке за последние три месяца по последнему месту работы.

#### Что будет с проездными на транспорт?

Для горожан продлят срок действия всех неиспользованных проездных билетов после 1 мая. Это сделают только при условии, что в период самоизоляции по проездным совершили не более 6 поездок. Также продлят действие оплаченных школьных и студенческих проездных.

#### А если долго не отвечает телефон горячей линии?

В Москве работает Единая справочная служба +7 (495) 777-77-77. Однако для решения вопросов, связанных с коронавирусом — оформлением больничных, получения социальной помощи — необходимо звонить на горячую линию по телефону +7 (495) 870-45-09. В последние дни фиксировалось огромное количество звонков на горячую линию, в связи с чем она работала с перебоями.

#### А как тренироваться и заниматься спортом?

Бассейны, тренажерные залы, стадионы и другие спортивные объекты сейчас закрыты. Позаниматься на тренажерах и сделать зарядку на площадке рядом с домом также нельзя, ведь коронавирус может сохраняться на поверхностях. Не растерять спортивную форму помогут домашние тренировки.

Подготовила  
**АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА**  
okrug@vm.ru  
по материалам оперштаба по коронавирусу

**В оперштабе по коронавирусу рассказали, какие поездки можно совершать горожанам до 1 мая**

**В режиме самоизоляции горожанам из группы риска по коронавирусной инфекции — пожилым и с хроническими заболеваниями — лучше не выходить из дома — ни в магазин, ни в аптеку.**

Город позаботился, чтобы в такой ситуации люди ни в чем не нуждались и получали своевременную помощь: по телефону горячей линии +7 (495) 870-45-09 можно не только задать интересующие вопросы и подать запрос на выплату, но и заказать лекарства или продукты и даже попросить погулять с собакой. Всем этим занимаются соцработники и волонтеры. ...Первый инструктаж в волонтерском штабе акции #МыВместе начинается в 10:45. На входе всем измеряют температуру. На стульях, расставленных в полу-



ПЕЛЛЯГИЯ ЗАБИТИНА

# Волонтер принесет лекарства и продукты

27 марта 2020 года. Соцработник Василий Карпенко приехал на вызов и по домофону уточняет детали заказа

тора метрах друг от друга, сидят два десятка волонтеров, все в масках — важно соблюдать меры безопасности и по возможности снизить риск заражения. За полчаса ведущий расскажет общую информацию, ответит на вопросы и выдаст экипировку: маску из расчета одна штука на два часа, перчатки и бутылочку антисептика, бейдж, билет для проезда на транспорте. Располагается штаб на базе центра «Мосволонтер». Его директор Дмитрий Покровский рассказывает: — Нам пришлось очень быстро переориентироваться, чтобы присоединиться к акции #МыВместе, благо ре-

сурсы нам позволяли это сделать. К нам уже обратились порядка семи тысяч человек, которые решили стать волонтерами. Конечно, чем больше будет рук, тем быстрее мы сможем оказывать помощь. Главное для волонтера — здоровье и желание помочь.

—Я работаю первый день, — рассказывает пришедший на инструктаж Владимир Мышев. — Присоединиться решил потому, что понял: отдохнуть, посмотреть сериалы я могу и в другое время, а сейчас надо попробовать помочь тем, кому сложнее, чем мне.

За день таких инструктажей пойдет три. После объяснений и получения экипировки — распределение заявок. Можно взять одну, можно несколько, главное — выполнить все, на что подписался. Чаще добровольцы ездят парами: так удобнее и руки обрабатывать санитайзером, и сумки тяжелые нести, и в случае непредвиденной ситуации среагировать. С заявителем несколько раз связываются, уточняя детали заказа, адрес, а если в магазине нет нужного продукта — то его замену. Пакеты с покупками передают через порог, в квартиру заходить запрещено по инструкции. Полу-

чателей просят отнестись с пониманием: поблагодарить помощника можно только устно — и нельзя пожать руку, обняться или принять угощение. Организацией волонтеров занимаются и в центре «Моя карьера»: на его базе создана единая точка организации волонтерской помощи. На призыв откликнулись более 800 человек — добровольцы и выпускники школы социального волонтерства центра «Моя карьера». Их готовят не только привозить продукты и лекарства, но и оказывать психологическую поддержку.

**АЛЕКСАНДРА ИВЛЕВА**  
okrug@vm.ru

## ТРЕБОВАНИЯ

Волонтеры постоянно контактируют с людьми, находящимися на самоизоляции и карантине, поэтому для них предусмотрены особые правила поведения. Среди них: не заходить в квартиру, не принимать благодарности, всегда носить маску и перчатки. Кроме того, волонтеры должны соблюдать общие правила: чаще мыть руки, не трогать грязными руками лицо и избегать контактов.

## СПРАВКА

В столице действуют два добровольческих объединения — московский региональный штаб акции #МыВместе (мывместе.мосволонтер.рф) и социальные волонтеры центра «Моя карьера». Связаться с ними можно по телефонам: (800) 200-34-11 (ресурсный центр «Мосволонтер») и (495) 633-63-83 (кол-центр по вопросам коронавирусной инфекции).

## ПОМОЩЬ

Единая горячая линия **(800) 200-112**  
Горячая линия по Москве **(495) 870-45-09**  
Телефон для вызова скорой помощи **103**

## 7 правил профилактики коронавирусной инфекции. Их должен соблюдать каждый



**1** Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия, а также контакты с посторонними людьми. Тщательно мойте руки с мылом и водой после возвращения с улицы.



**2** Всегда прикрывайте нос и рот, когда кашляете или чихаете. Носите для этого с собой одноразовые салфетки. Поскольку коронавирусная инфекция передается в том числе воздушно-капельным путем, делать это очень важно.



**3** Воздержитесь от посещения общественных мест: магазинов, транспорта в час пик. По возможности соблюдайте дистанцию не менее 1,5 метра при общении с коллегами, друзьями, родными и близкими.



**4** Использование одноразовой медицинской маски снижает риск заболевания вирусной инфекцией. Для больных ОРВИ ношение маски обязательно, маску несколько раз в день нужно менять.



**5** Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь — любые ручки, входную и межкомнатные двери, рабочие столы, компьютерную мышь, любимую чашку и так далее.



**6** Только врач может поставить диагноз. Если заболели, не ходите в поликлинику, вызовите врача на дом. Единый телефон скорой помощи — 103. Заказать доставку на дом больничного листа можно по телефону (495) 870-45-09.



**7** Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками — обычно мы неосознанно совершаем такие прикосновения в среднем 15 раз в час. Регулярно мойте лицо, по возможности тщательно с мылом.

# Самоизоляция на шести сотках: дел хватит всем!

Если вы самоизолировались на даче, то расслаиваться дома вам некогда. Пришел апрель — времени на огород не жалея, гласит пословица. Какие работы в огороде надо успеть сделать в этом месяце, рассказывает садовод, биолог Дмитрий Хоботов.

— Первым делом надо прибрать участок: стрести сухую траву, листья, опавшие ветви, убрать мусор. Основные работы в апреле — подготовка и обработка почвы, ее подкормка и подготовка рассады и растений. Большую часть работ можно про-

хорошо прогреться и поддох нет, но учтите: в этом году зима была теплой, а значит, и прогреется все быстро. Заранее распланируйте на участке, где у вас появятся новые клумбы или грядки, а где вы планируете посадить новые растения. Займитесь компостным ящиком: если его еще нет, соорудите его или закажите готовый, если есть — отремонтируйте и обработайте дезинфицирующим средством от грибка.

## Плодовые и декоративные деревья и кустарники

Постепенно снимите укрытия с елей и пихт. Прорыхлите грунт вокруг растений. Осмотрите их, обрежьте сухие ветви, поврежденные места обработайте антигрибковыми препаратами. Подкормите сад.

Еще не поздно провести формирующую обрезку ветвей плодовых деревьев и кустарников

## Картофель

Отберите хорошие клубни, перенесите в светлое теплое помещение. Определите место под посадку картофеля, прорыхлите и обработайте почву.

## Цветник

Разметьте новые клумбы, обработайте почву. Оформите клумбы, подберите декоративные элементы. Готовьте рассаду цветов — закалывайте их, рыхлите. Продолжайте посевы цветов на рассаду: однолетние астры и георгины, бальзамин, вербена, налендулу и другие. Уберите зимние укрытия с многолетников: роз, ирисов, лилий. Если есть угроза ночных заморозков — открывайте их на день, «проветривайте». Самое время заняться клубневыми и луковичными: поделить георгины и пионы, поставить в теплое место, чтобы начали прорастать.

## Грядки

Осмотрите землю, выделенную под них, разметьте новые грядки. Обработайте грунт от болезней и вредителей специальными средствами, внесите удобрения. Заготовьте ветряки и пугала. Если почва уже оттаяла, ее надо прорыхлить. Землянику освободите от мульчи и подкормите.

## Заранее планируйте

Новые клумбы или грядки, где сажать новые растения. Займитесь компостным ящиком: отремонтируйте или постройте новый. Апрель определит, как будет выглядеть ваш участок летом, так что не теряйте времени!

## Рассада

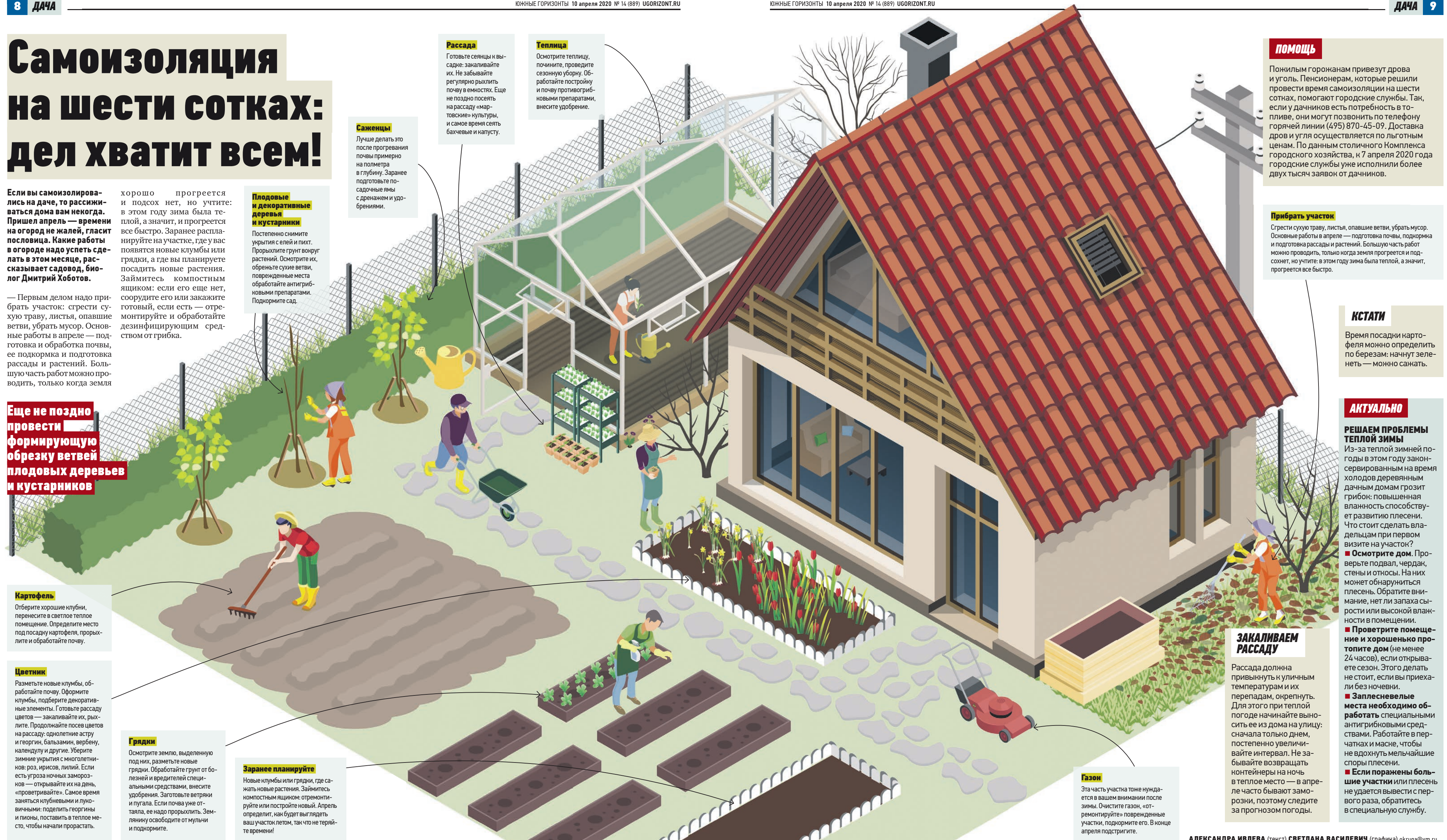
Готовьте сеянцы и высадке: закалывайте их. Не забывайте регулярно рыхлить почву в емкостях. Еще не поздно посеять на рассаду «мартовские» культуры, и самое время сеять бахчевые и капусту.

## Теплица

Осмотрите теплицу, почините, проведите сезонную уборку. Обработайте постройку и почву противогрибковыми препаратами, внесите удобрения.

## Саженцы

Лучше делать это после прогревания почвы примерно на полметра в глубину. Заранее подготовьте посадочные ямы с дренажем и удобрениями.



## ПОМОЩЬ

Пожилым горожанам привезут дрова и уголь. Пенсионерам, которые решили провести время самоизоляции на шести сотках, помогают городские службы. Так, если у дачников есть потребность в топливе, они могут позвонить по телефону горячей линии (495) 870-45-09. Доставка дров и угля осуществляется по льготным ценам. По данным столичного Комплекса городского хозяйства, к 7 апреля 2020 года городские службы уже исполнили более двух тысяч заявок от дачников.

## Прибрать участок

Стрести сухую траву, листья, опавшие ветви, убрать мусор. Основные работы в апреле — подготовка почвы, подкормка и подготовка рассады и растений. Большую часть работ можно проводить, только когда земля прогреется и подсохнет, но учтите: в этом году зима была теплой, а значит, прогреется все быстро.

## КСТАТИ

Время посадки картофеля можно определить по березам: начнут зеленеть — можно сажать.

## АКТУАЛЬНО

### РЕШАЕМ ПРОБЛЕМЫ ТЕПЛОЙ ЗИМЫ

Из-за теплой зимней погоды в этом году законсервированным на время холодов деревянным дачным домам грозит грибок: повышенная влажность способствует развитию плесени. Что стоит сделать владельцам при первом визите на участок?

■ **Осмотрите дом.** Проверьте подвал, чердак, стены и откосы. На них может обнаружиться плесень. Обратите внимание, нет ли запаха сырости или высокой влажности в помещении.

■ **Проветрите помещение и хорошо пропотите дом** (не менее 24 часов), если открываете сезон. Этого делать не стоит, если вы приехали без ночевки.

■ **Заплесневелые места необходимо обработать** специальными антигрибковыми средствами. Работайте в перчатках и маске, чтобы не вдохнуть мельчайшие споры плесени.

■ **Если поражены большие участки** или плесень не удается вывести с первого раза, обратитесь в специальную службу.

## ЗАКАЛИВАЕМ РАССАДУ

Рассада должна привыкнуть к уличным температурам и их перепадам, окрепнуть. Для этого при теплой погоде начинайте выносить ее из дома на улицу: сначала только днем, постепенно увеличьте интервал. Не забывайте возвращать контейнеры на ночь в теплое место — в апреле часто бывают заморозки, поэтому следите за прогнозом погоды.

## Газон

Эта часть участка тоже нуждается в вашем внимании после зимы. Очистите газон, «отремонтируйте» поврежденные участки, подкормите его. В конце апреля подстригите.



Вы писали — мы помогли.  
Недочеты после капитального ремонта устранены.  
Мусор вывозят вовремя.  
Фонари снова светят



# Решение есть. Звоните нам

**(499) 557-04-24, доб. 244 | [ug@vm.ru](mailto:ug@vm.ru)**

Присылайте жалобы и вопросы на наш электронный адрес или звоните на горячую линию. Если у вас есть фотографии нарушений, обязательно присылайте их. Звонки принимаются с понедельника по пятницу

## МЕРЫ ПРИНЯТЫ

В редакцию поступает все больше звонков с вопросами о том, как в округе осуществляется дезинфекция подъездов. Чтобы подробнее рассказать читателям о процессе, корреспондент «ЮГ» отправилась на работы вместе со специалистами «Жилищника» района Орехово-Борисово Южное.

## Дезинфекцию проводят каждый день



ПАВЕЛ ВОЛКОВ

### ВАЖНО

В столице прошла масштабная дезинфекция. Сотрудники служб ЖКХ обработали более 25 тысяч дворовых территорий, 110 тысяч подъездов и 114 тысяч лифтов в жилых домах. Дезинфицировали и дороги. Всего в работах были задействованы 66 тысяч специалистов. Они обработали все объекты дезинфицирующими средствами, рекомендованными Роспотребнадзором, которые можно безопасно применять для поверхностей в школах и детских садах.

1 апреля 2020 года. Сотрудник «Жилищника» района Орехово-Борисово Южное Надежда Ключникова проводит дезинфекцию в подъезде



Раннее утро. Встречаемся со специалистами «Жилищника» у дома № 48 на Воронежской улице. Они одеты в специальные костюмы, которые полностью закрывают тело и голову. Дополнительная защита — очки, респираторы, перчатки, резиновые сапоги. Каждый из сотрудников держит в руках небольшой пульверизатор. Сего помощью и проводится дезинфекция. Замдиректора «Жилищника» по эксплуатации Андрей Левкин контролирует работу. — К сожалению, не все жители могут постоянно нахо-

диться дома: некоторым надо ездить на работу, у кого-то закончились продукты, — говорит он. — Поэтому наша задача сейчас — обеспечить безопасность внутри мест общего пользования. Для дезинфекции специалисты используют хлорсодержащее средство, рекомендованное Роспотребнадзором. Его разводят с водой для получения нужного химического состава. Сначала средство распыляют из пульверизатора, затем все поверхности протирают одноразовыми тряпками. Специалисты «Жилищника» входят в подъезд. Дезинфекцию начинают со входа: обрабатывают ручки и сами двери, кнопки домофонов.

Внутри тщательно протирают перила, почтовые ящики. Особое внимание уделяют обработке лифтов. Это закрытое помещение, где много деталей, с которыми контактируют люди. Поэтому риск распространения инфекций через кнопки высокий. Завершают уборку мытьем полов и проветриванием. — Помимо того что мы ежедневно обрабатываем

713 подъездов нашего района, мы дезинфицируем и городские территории, — уточняет Андрей Левкин. — Это придомовые зоны, детские и спортивные площадки, места с мусорными контейнерами, пешеходные дорожки. Дороги вдоль домов также ежедневно обрабатывают водой с дезинфицирующим средством. Обрабатываются и места накопления отходов — баки, ограждения. Перед выходом в рейс дезинфицируется каждый мусоровоз. Кроме того, в городе проводятся внеочередные мероприятия по дератизации — борьбе с грызунами, и дезинсекции — с насекомыми.

**АННА ЦВЕТКОВА**  
[okrug@vm.ru](mailto:okrug@vm.ru)

### КСТАТИ

Для обработки 173 домов и придомовых территорий в районе Орехово-Борисово Южное задействовано более 200 работников.

## Почтовые ящики заменили

Уже на протяжении трех лет у нас в доме проводится капитальный ремонт. Дом довольно старый, почтовые ящики стоят со дня постройки. Менять их, видимо, никто не собирается: просто залили краской, причем весьма некачественно, замуравив при этом замочные скважины. Что за беспредел? Наш адрес: ул. Дорожная, 24, корп. 1.

**Виктор Самсонов, район Чертаново Южное**

**ОТВЕТ** Старые почтовые ящики в вашем подъезде заменили на новые.

**Николай Щербаков, глава управы района Чертаново Южное**

## Расширение тротуара не предусмотрено

У станции метро «Шаболовская» есть небольшая дорожка, по которой все ходят, чтобы срезать путь, но она очень узкая. Я считаю, что ее необходимо расширить.

**Надежда Шишайкина, район Донской**

**ОТВЕТ** Тротуар обустроен в соответствии с паспортом по всем нормативам.

**Дмитрий Соколов, глава управы района Донской**

## Дверь подъезда работает исправно

Недавно у нас (Борисовский пр-д, 1, корп. 3, подъезд 6) поменяли входную дверь. Она меньше, чем проем, и непонятно вообще, из чего сделана. Запирающего устройства нет. Помогите решить проблему!

**Надежда Авдеева, район Орехово-Борисово Северное**

**ОТВЕТ** Специалисты установили автоматическое запирающее устройство (домофон) и провели монтаж перегородок. Сейчас с дверью все в порядке.

**Евгений Силкин, глава управы района Орехово-Борисово Северное**

## Двор ждет благоустройство

У нас большой 12-подъездный дом и всего две скамейки. Скажите, можно ли установить больше лавочек, желательно у каждого подъезда? Скоро самоизоляция закончится, и все будут выходить на улицу подышать свежим воздухом, а присесть даже негде. Наш адрес: ул. Академика Янгеля, 14, корп. 9.

**Елена Гусева, район Чертаново Южное**

**ОТВЕТ** Ваш двор включен в титульный лист на благоустройство в этом году. В рамках работ запланирована в том числе установка у каждого подъезда скамеек и урн. К слову, помимо этого, в вашем дворе до конца года специалисты обустроят детскую и спортивную площадки с синтетическим покрытием. На спортплощадке поставят уличные тренажеры.

**Николай Щербаков, глава управы района Чертаново Южное**

### ЦИФРА

# 11

обращений от жителей округа поступило на горячую линию газеты с 3 апреля. Вопросы и жалобы мы принимаем по телефону и на электронную почту.

Наши корреспонденты продолжают вместе с другими москвичами соблюдать режим самоизоляции. Поэтому они делают репортажи прямо из дома, онлайн. А жители округа им рассказывают, как проводят время в условиях самоизоляции.



## Скучать не время

**СОФИЯ КЛИМЕНКОВА**

кондитер  
Я дома не унываю, мне просто некогда. Наконец появилось время заняться делами, которые раньше откладывались из-за постоянной работы: например, разобрать шкаф. А еще сейчас у нас всех есть отличная возможность пообщаться с друзьями и родными, хоть и по телефону. Кстати, я вот недавно через соцсети увидела интересный челлендж, который придумал мой друг Дима Андрийчук. Нужно было приготовить какое-нибудь блюдо со смешным смайликом. А я очень люблю печь! Собственно, поэтому и испекла кексы с улыбочками. Получилось здорово и очень вкусно.



СОФИЯ КЛИМЕНКОВА



СЕРГЕЙ КУЗНЕЦОВ

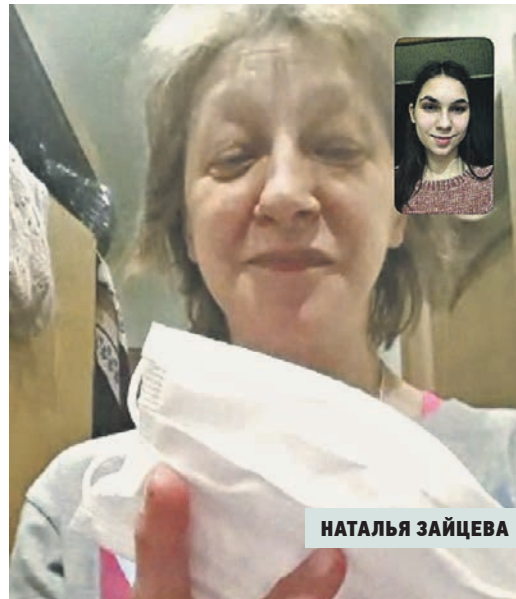
**Жители округа используют выходные дни с пользой: пекут кексы, шьют маски**

**СЕРГЕЙ КУЗНЕЦОВ**

студент  
Я пытаюсь проводить время с пользой. Дело в том, что раньше я учился в музыкальной школе по классу гитары. У нас был предмет «сольфеджио», многое я знал, но поверхностно. Сейчас же решил углубиться и изучить теорию написания любимых песен. Признаться, я уже каждую мелодию, что слышу, в голове разбираю. Сижу с инструментом и изучаю различные шаблоны, по которым пишут, например, гитарное соло. Это очень интересно. Ну а что касается учебы, времени отдыхать у нас нет, мы по-прежнему учимся, но дистанционно.

**НАТАЛЬЯ ЗАЙЦЕВА**

домохозяйка  
В моей жизни с наступлением режима самоизоляции мало что изменилось. Разве что теперь вся семья дома и готовить нужно в несколько раз больше! А еще недавно я поняла, что многие жалуются на нехватку медицинских масок. Поскольку я всегда шила одежду себе и своим родным, то подумала: почему бы не шить самой маски? Купила рулон специального материала, села за машинку и настроила целую кучу — все равно заняться особо нечем. Так что теперь вся моя семья снабжена и в безопасности!



НАТАЛЬЯ ЗАЙЦЕВА

**ГАЛИНА НИКОЛАЕВА**

пенсионерка  
В былые времена я была художником-гримером, очень любила творчество и в художественную школу ходила к моей подруге Юле Воронковой. Потом как-то уже руки не доходили, начала здоровьём усиленно заниматься, времени на живопись не хватало. Теперь, когда у меня есть возможность посвятить себе свои силы и время, решила снова начать писать. Руки-то помнят! Дорогие бабушки и дедушки, не скучайте дома, займитесь тем, что когда-то любили и чем когда-то в молодости занимались. Это точно прибавит вам сил и поднимет настроение. Ну а с родными увидимся сразу же, как все это закончится!



ГАЛИНА НИКОЛАЕВА

ДИАНА ВОРОНКОВА (текст и фото), okrug@vm.ru

Проект #Москвастобой продолжает пополняться.

## Программа расширена

К онлайн-проекту #Москвастобой, включающего в себя музейные, культурные и образовательные платформы, подключился театр «Балет Москва». Не выходя из дома, горожане смогут посмотреть неоклассические и современные постановки, а также авторские работы российских и зарубежных хореографов. Ранее к проекту присоединились другие музеи, например, «Коломенское».

**АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА**  
okrug@vm.ru

Более половины заболевших вирусом — младше 45 лет.

## Возраст не важен

В столице зафиксировано уже свыше пяти тысяч заболевших коронавирусной инфекцией. По статистическим данным, половина из новых заболевших — горожане младше 45 лет. Многие молодые жители уверены, что болезнь их не коснется, однако специалисты предупреждают: вирусу возраст не важен. Он поражает как людей старшего поколения, так и молодежь. Поэтому беречь себя нужно каждому.

**ИВАН ПЕТРОВ**  
okrug@vm.ru

Город дополнительно закупил продукты для бездомных.

## Продукты закупили

В пункте оказания помощи в Центре социализации им. Глинки начали дополнительную раздачу еды бездомным. Ранее там работали НКО, и, чтобы не уменьшить количество помощи в связи со сложившейся ситуацией, город увеличил объемы закупок продуктов.

**ИВАН ПЕТРОВ**  
okrug@vm.ru

Накануне 75-летия Великой Победы мы продолжаем рассказывать о героях Великой Отечественной войны, чьими именами названы улицы Южного округа. Очередной адрес — улица Маршала Захарова.

# Человек высокой штабной культуры

Прежде чем войска поднимутся в атаку, на карте должны быть нарисованы стрелы, указывающие направление наступления. От подготовки офицеров штаба зависит, будет ли разбит противник и сколько наших солдат останется в живых. Все учесть в условиях резко меняющейся обстановки — это редкий талант. Им обладал Матвей Васильевич Захаров.

Маршал СССР Иван Конев после войны писал о нем в мемуарах так: «Захаров проявил себя как один из самых опытных начальников штабов. Лично мне с ним довелось совместно работать на Калининском, Степном и 2-м Украинском фронтах. Это человек неукротимой энергии и высокой штабной культуры».

## ПОВОРОТ КАРЬЕРЫ

На Великой Отечественной войне Захаров не поднимал бойцов в атаку личным примером. Но юность у будущего разработчика крупнейших стратегических операций была боевая. Девятнадцатилетний красногвардеец Матвей Захаров штурмовал в Петрограде Зимний дворец, в 1918-м добровольцем ушел на Гражданскую войну. Командовал батареей при обороне Царицына, воевал с белогвардейцами. Был контужен, но не покинул поле боя. Поворот в военной карьере произошел после окончания Высшей московской школы штабной службы РККА. Умный, деятельный, скрупулезно оценивающий все детали, из которых складывается успех на полях сражений, офицер пришелся кстати в армейских штабах...



1

## СПРАВКА

Улица в Южном округе столицы была названа в честь маршала Захарова 12 января 1984 года. Проходит по территории района Орехово-Борисово Северное. Являясь продолжением Борисовского проезда, идет от Каширского шоссе до Шипиловской улицы.

14 сентября 1944 года. Начальник штаба фронта генерал-полковник Матвей Захаров (слева) и командующий 2-м Украинским фронтом Иван Конев изучают карту боевых действий (2). 1 мая 1945 года. Советские войска на марше по дороге Брно — Прага (1)



2

## ОСОБОЕ МУЖЕСТВО

За день до начала Великой Отечественной войны Захаров совершил поступок, за который мог быть расстрелян. Сталин всеми силами пытался избежать агрессии фашистской Германии. Военачальникам в приграничных округах было приказано не провоцировать немцев подготов-

**За день до войны будущий маршал Захаров совершил поступок, за который мог быть расстрелян**

кой к войне. Большинство генералов так и действовали: у нас исторически собиравшегося в командировке больше, чем врага. А тогда, после репрессий 1937–1938 годов, тем более...

Матвей Захаров проявил исключительное личное мужество. В отсутствие находившегося в командировке командующего войсками округа начштаба отдал приказ поднять армейские

соединения по боевой тревоге и вывести их из пунктов постоянной дислокации, а частям прикрытия занять районы на границе. Авиация округа была срочно перебазирована на оперативные аэродромы. В 4:00 22 июня 1941 года фашистская авиация отбомбилась по пустым стоянкам самолетов и покинутым казармам. Действия Захарова позволили войскам избежать больших потерь, дали возможность держать рубеж госграницы почти месяц. Более того, 23 июня красноармейцы переправились через Дунай и захватили плацдарм на территории германского сателлита — Румынии.

## ГЕРОЙСКИЕ ЗВЕЗДЫ

Генерал Захаров был начальником штаба 9-й армии, начальником штаба главкома Северо-Западного направления, штабов Калининского, Резервного, Степного и 2-го Украинского фронтов. Один из опытных штабных командиров РККА. Он разработал более двух десятков успешных фронтовых наступательных операций. О продуманности и тщательности работы Захарова свидетельствует анекдотичный случай, произошедший после Яско-Кишиневской операции. Пленные немецкие офицеры приняли составленную под его руководством карту обороны войск вермахта

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ

**ВЛАДИМИР АФАНАСЬЕВ**  
кандидат исторических наук, полковник в отставке



В 1960–1963-м и 1964–1971-м выдающийся маршал Матвей Захаров воз-

главлял Генштаб и был первым замминистра обороны СССР. Классическими среди разработанных им в Великую Отечественную войну стратегических операций считаются Белгородско-Харьковская, Корсунь-Шевченковская, Яско-Кишиневская и Будапештская. После войны под его руководством проходило становление Ракетных войск.

за копию своей собственной и никак не могли поверить, что русские смогли предусмотреть все «овраги на бумаге».

8 сентября 1945 года генералу армии Матвею Захарову было присвоено звание Героя СССР. Второй медали «Золотая звезда» он, уже ставший Маршалом СССР, был удостоен в 1971 году. Как значится в наградном листе, «за мужество и отвагу, проявленные в боях по защите Советского государства, и заслуги в строительстве и укреплении Вооруженных сил СССР».

**АЛЕКСАНДР ХОХЛОВ**  
okruqa@vm.ru



ПРОЕКТ  
ПРАВИТЕЛЬСТВА  
МОСКВЫ

# ГОРОДСКАЯ ПРОГРАММА СТРАХОВАНИЯ ЖИЛЬЯ

Кол-во	Тариф	Нач. по тарифу	Льгота	Начислено	Вид платежа	Зачислено	Перерасчет	Начислено
4,5 кв.м	40,48	182,16	91,08	91,08	Зачислено			
7 кв.м	29,57	206,99	103,50	103,49	Зачислено			
3 кв.м	198,19	495,48	247,74	247,74	Зачислено			
19 кв.м	2389,72	1979,69	608,28	1371,41	Зачислено		60,00	
7 кв.м	30,49	1637,31	503,09	1134,22	Зачислено			245,00
7 кв.м	30,49	1637,31	503,09	1134,22	Зачислено			

Итого с учетом страхования 4 059,78

**Добровольное страхование**



ПОЖАРА

ЗАЛИВА

ВЗРЫВА

СТИХИИ

## ОПЛАТИТЕ СТРАХОВКУ ВМЕСТЕ С КОММУНАЛЬНЫМИ ПЛАТЕЖАМИ



### КАКОВЫ ПЛЮСЫ ГОРОДСКОЙ ПРОГРАММЫ СТРАХОВАНИЯ?

- Выгодно – доступно каждой семье, тариф 1,96 руб. за м<sup>2</sup>
- Удобно – оплата вместе с коммунальными платежами
- Надежно – программа поддерживается Правительством Москвы



### КАКИЕ СЛУЧАИ ПРИЗНАЮТСЯ СТРАХОВЫМИ?

Повреждение/уничтожение застрахованного жилого помещения в результате:

- пожара (воздействие пламени, дыма, высокой температуры при пожаре), в том числе возникшего вне застрахованного жилого помещения, проведения правомерных действий по его ликвидации
- взрыва по любой причине (исключая террористический акт), произошедшего в том числе вне застрахованного жилого помещения
- аварий систем отопления, водопровода, канализации, а также внутренних водостоков (включая места сопряжения водоприемных воронок с кровлей), в том числе происшедших вне застрахованного жилого помещения, а также правомерных действий по его ликвидации
- сильного ветра (свыше 20 м/сек), ураган, смерч, шквал и сопровождающие эти явления атмосферные осадки



### КАК РАССЧИТЫВАЕТСЯ СТРАХОВАЯ СУММА?

Ежемесячный страховой взнос — **1,96 руб. за 1 м<sup>2</sup>**  
Максимальная сумма возмещения — **44 000 руб. за 1 м<sup>2</sup>**

#### ПРИМЕР

51 м<sup>2</sup> \* 1,96 руб. = **99,96 руб.**  
страховка в месяц  
99,96 руб. \* 12 месяцев = **1 199,96 руб.**  
страховка в год  
44 000 руб. \* 51 м<sup>2</sup> = **2 244 000 руб.**  
**сумма максимальной страховой выплаты**

\*Расчет стоимости произведен на основании стоимостных параметров, применяемых в системе страхования жилых помещений в городе Москве в 2020 году, установленных в соответствии с постановлением Правительства Москвы от 1.10.2002 №821-ПП (в редакции от 01.12.2017).



### КАКОЙ АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЯ СТРАХОВАТЕЛЯ ПРИ НАСТУПЛЕНИИ СТРАХОВОГО СЛУЧАЯ?

Как получить возмещение:

- При наступлении страхового случая немедленно заявить в аварийные службы и МЧС
- В течение 3 рабочих дней сообщить о происшествии в страховую компанию по вашему округу
- Представитель страховой компании придет к вам на осмотр помещения и оценит ущерб

## КАК УДАЛЕННО ОПЛАТИТЬ СТРАХОВОЙ ВЗНОС ПО ГОРОДСКОЙ ПРОГРАММЕ СТРАХОВАНИЯ ЖИЛЬЯ:

- 1 Если Вы оплачиваете страхование ежемесячно совместно с оплатой ЕПД, для удаленной оплаты воспользуйтесь сервисом на сайте [mos.ru](http://mos.ru) (необходима регистрация) в разделе «Получить и оплатить единый платежный документ (ЕПД)».
- 2 Если при оплате ЕПД Вы используете банковскую услугу «АВТОПЛАТЁЖ» убедитесь, что дали поручение Банку перечислять денежные средства со страхованием и сумма оплаты соответствует сумме ЕПД «Итого со страхованием».
- 3 Оплатить годовой взнос онлайн на сайте ООО СК «ВТБ Страхование» [vtbins.ru](http://vtbins.ru)

## ОСТАВАЯСЬ ДОМА, ПОЗАБОТЬСЯ О ЕГО ЗАЩИТЕ

С 01.01.2018 по 31.12.2020 систему страхования в жилищной сфере города Москвы в ЮВАО и ЮАО реализует ООО СК «ВТБ Страхование»

Москва, 2-й Южнопортовый пр-д, д. 27А, стр. 1, тел.: +7 (495) 644 44 40

ООО СК «ВТБ Страхование», Лицензия ЦБ РФ СИ №3398 от 29.07.2019 г.; ОГРН 1027700462514

**ВТБ** СТРАХОВАНИЕ

# Работаем по особому графику

Режим самоизоляции, связанный с необходимостью остановить распространение коронавирусной инфекции, повлиял на работу социальных учреждений и общественного транспорта. О самых важных изменениях рассказали на портале mos.ru.

Несмотря на введение самоизоляции, все необходимые для жизни города сферы продолжают работать. Те функции, которые можно было перевести в онлайн-режим, доступны дистанционно: достаточно подать заявку через портал mos.ru или gosuslugi.ru.

Минимальны изменения в расписании транспорта. Кстати, срок действия проездных будет продлен. Также не изменились графики



25 марта 2020 года. Москвичка Дарья Соколова покупает в аптеке средства для антисептической обработки рук и медицинские маски, чтобы снизить риск заражения новой коронавирусной инфекцией

ВИКТОРИЯ БАРАБАНОВА

## Все виды услуг, которые можно было перевести в онлайн-формат, предоставляются дистанционно

работы поликлиник и аптек, подведомственных Департаменту здравоохранения Москвы (ДЗМ). В поликлиниках сделали отдель-

ный вход для заболевших. Посещать медучреждения стоит только при крайней необходимости, лучше вызывать врача на дом.

Городские сервисы перешли на дистанционную работу: максимум услуг оказывают в режиме онлайн. Так, для регистрации отдельных ак-

тов гражданского состояния продолжают работу дежурные офисы «Мои документы», при этом благодаря уже налаженной на высочайшем уровне электронной системе многие другие услуги можно получить онлайн. В особом режиме работают и учреждения соцзащиты: по заявке на горячую линию +7 (495) 870-45-09 льготникам купят продукты или лекарства, погуляют с собакой, проведут консультации. На дистанционный режим перешли и цен-

тры соцпомощи семье и детям, городские клубные пространства «Мой социальный центр», центр занятости «Моя карьера» — в них проводятся онлайн-консультации и тре-нинги. Центр занятости населения «Моя работа» также действует удаленно: можно подать заявление о поиске работы, дистанционно зарегистрироваться в статусе безработного и т.д. А вот загсы продолжают проводить запланированные ранее церемонии бракосоче-

тания, но без гостей, в неторжественной обстановке. Свою запись можно перенести, отправив заявление по электронной почте: zags-shtab@mos.ru. Все остальные услуги загс оказывает по записи по телефону горячей линии +7 (495) 777-77-77 (попросить соединить с отделом ЗАГС для записи на прием). По предварительной записи работают и городские ветеринарные службы.

**АЛЕКСАНДРА ИВЛЕВА**  
okrug@vm.ru

## ПАМЯТКА

### ИЗМЕНЕНИЯ В РАСПИСАНИИ

- По всем вопросам обращайтесь на горячую линию 7 (495) 870-45-09
- Метро, МЦК: обычный режим
- Наземный транспорт: популярные маршруты в обычном режиме, остальные — в приближенном к обычному
- Поликлиники (подведомственные ДЗМ): обычный режим
- Аптеки (подведомственные ДЗМ): обычный режим
- Центры госуслуг «Мои документы»: онлайн на сайте mos.ru, отдельные услуги по записи оказывает дежурный центр округа (в ЮАО — ул. Мусы Джалиля, 21)
- ЦСО, ТЦСО: по особому графику, только выездные услуги
- Центр занятости населения «Моя работа»: дистанционно
- Загсы: только неторжественные церемонии, все вопросы — по предварительной записи или онлайн
- Ветклиники: по предварительной записи, работает горячая линия неотложной ветпомощи +7 (495) 612-04-25
- Вопросы миграции: по записи через портал госуслуг или по телефону справочной службы +7 (495) 777-77-77
- Главархив: работа временно приостановлена, подать заявку можно онлайн на mos.ru

## Оповещение

**Пенсионный фонд продлевает выплаты гражданам в соответствии с поручением президента.**

Это в первую очередь касается пенсий и ежемесячных выплат из материнского капитала. Так, получателям пенсии по потере кормильца, которым исполнилось 18 лет, в ближайшие месяцы не нужно будет обращаться в Пенсионный фонд, чтобы подтвердить факт обучения и таким образом продлить выплаты. Вплоть до 1 июля прохождение обучения будет подразумеваться по умолчанию. Аналогичный порядок применяется и при выплате пенсии по доверенности. В таких случаях закон предписывает пенсионеру раз в год засвидетельствовать получение выплат путем личной явки в клиентскую службу Пенсионного фонда или доставочную организацию, например в банк. До июля факт получения пенсии будет подразумеваться по умолчанию.

## Реклама

### Недвижимость

94 м<sup>2</sup> от 10,9 млн Р

Завидные цены на видовые квартиры

**Домашний** МЕТРО «МАРЬИНО» ПСН № 280 03 00

\*Группа ПСН, застройщик АО СЗ «Мосстройнаб». Проектная декларация на сайте: домашний.рф

■ Помогут продать. Т. 8 (495) 779-17-57

### Авто, запчасти, транспортные услуги

- А/Газель на дачу. Т. 8 (499) 394-30-60
- Ваз, ремонт. Т. 8 (916) 450-27-17
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-78-52

### Товары и услуги

- Запчасти для бытовой техники. Широкий выбор. Т. 8 (495) 229-39-40
- Радиодетали б/у. Т. 8 (903) 125-40-10

### Финансовые услуги

**ПРИНИМАЕМ** Сети СберБ

от 7,8

Денежные средства принимаются сроком от 3 мес. до двух лет в сумме от 50 000 руб. до 5 000 000 руб.

СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ

\*Предложение действительно для членов КПК «СИТИСБ» от 18 лет. Единовременный вступительный взнос 100 руб. При досрочном расторжении проценты выплачиваются по ставке 1%. Дополнительную информацию узнавайте на сайте www.citysber.ru или по тел. 8 (800) 2000-164. Денежные средства принимаются на основе договора передачи личных сбережений

✓ **Особые выгодные условия для ПЕНСИОНЕРОВ**

✓ **Наши клиенты оплачивают все виды коммунальных услуг БЕЗ КОМИССИЙ\***

**8 499 343-3000**

\*Предложение действительно для членов КПК «СИТИСБ» от 18 лет. Единовременный вступительный взнос 100 руб. При досрочном расторжении проценты выплачиваются по ставке 1%. Дополнительную информацию узнавайте на сайте www.citysber.ru или по тел. 8 (800) 2000-164. Денежные средства принимаются на основе договора передачи личных сбережений

**СБЕРЕЖЕНИЯ**

до 10,8% ГОДОВЫХ

**8 800 2000-164**  
(звонок по РФ бесплатный)

Мы действуем на основании Федерального закона № 190. Надзорным органом является Центральный Банк Российской Федерации. КПК «СИТИСБ», ИНН 772326674, ОГРН 5157746209825. Член Ассоциации СРО КПК «Центральное Кредитное Объединение» №158 от 21.09.2018 г. НКО «МОВС», лиц. № 4349 от 07.02.2018 г.

■ «Нахимовский пр-т» Симферопольский бул., 4;

■ «Домодедовская» Борисовский пр., 40а;

■ «Отрадное» ул. Декабристов, 20, корп. 1

■ «Сходненская» ул. Героев Панфиловцев, 2

**citysber.ru**

Мы действуем на основании Федерального закона № 190. Надзорным органом является Центральный Банк Российской Федерации. КПК «СИТИСБ», ИНН 772326674, ОГРН 5157746209825. Член Ассоциации СРО КПК «Центральное Кредитное Объединение» №158 от 21.09.2018 г. НКО «МОВС», лиц. № 4349 от 07.02.2018 г.

### Медицинские услуги

**МРТ+КТ**

ЕЖЕДНЕВНО с 08:00 до 21:00

без очереди в день обращения

**8 (495) 783-02-05**  
**8 (985) 256-02-03**

Бирюлево, Загорьевский пр. 1

**www.mrt-birulevo.ru**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

### Юридические услуги

■ **Московская социальная** юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. поможем вернуть или расслужбят квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. 8 (499) 409-85-01

### Коллекционирование

■ Куплю книги, журналы, фотографии до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33

- Купим книги. Т. 8 (495) 721-41-46
- Антивар, книги. Т. 8 (495) 585-40-56
- Куплю ткани СССР. Т. 8 (910) 416-28-40

### Знакомства

■ **Познакомлюсь с мужчиной** русским, трудолюбивым, для серьезных отношений. Возраст от 57 до 70 лет. Звонить с 9:00-21:00. Т.: 8 (925) 466-41-26, 8 (977) 255-00-76

## Размещение рекламы

**(499) 557 0404**  
доб. 132, 158

**Космонавт-испытатель Олег Артемьев как никто знает, каково это — находиться в изоляции. И он уверен, что сегодняшнее «заточение» может стать для каждого важным жизненным уроком.**

**Олег Германович, что самое сложное в режиме изоляции от внешнего мира?**

Самое сложное — это отсутствие работы. Тогда и тоскливо, и время тянется медленно. Чтобы этого не было, нужно планировать себе занятия. Чего проще посидеть полчаса, подумать и набросать план на неделю. Чтобы не

**Нынешняя ситуация очень много скажет каждому о людях, которые его окружают. О соседях, друзьях, коллегах**

терять тонуса, можно поставить себе задачу — сделать за неделю, например, тысячу отжиманий или подтягиваний, приседаний. Привлечь к занятиям всю семью, устроить соревнования.

**А сколько времени вы в общей сложности провели в изоляции в космосе?**

На Международной космической станции (МКС) за два полета я провел год. Плюс я участвовал в программе «Марс-500» — находился в изоляции два раза по две недели и еще 105 суток (3,5 месяца).

**Космонавт**

**Олег Артемьев: Это сложное испытание сделает нас добрее**

**Бывало у вас такое, чтобы в космосе нечего было делать? Приходилось планы составлять?**

Планы для космонавтов составляет Земля. Это так называемый таск-лист дополнительных работ, которые можно сделать, если выполнены основные задания и космонавт готов потратить личное время на пользу государства. Любой нормальный космонавт обычно берет на себя дополнительную работу. И время на МКС летит тогда очень быстро. Да, в изоляции нужно много работать, но при этом соблюдать режим труда и отдыха, обязательно высыпаться.

**Чтобы быть постоянно подзаряженным. Существуют тренировки для космонавтов, которые помогают привыкнуть к изоляции?**

Есть занятия по психологии малых групп, работа в сурдокамере. Есть у нас такой эксперимент, когда космонавта закрывают в камере, куда не проникает звук извне. Нет ни телефонов, ни интернета — никакой связи. И там нужно просидеть целую неделю, причем трое суток подряд не дают спать. Это так называемый режим непрерывной деятельности. Очень сложный тест, не все его проходят.

**Как вы считаете, в изоляции у человека обостряются особенности его характера?**

## ДОСЬЕ

Олег Артемьев — член отряда Центра подготовки космонавтов имени Ю. А. Гагарина, 118-й космонавт СССР/России. Совершил три выхода в открытый космос. До поступления в отряд космонавтов работал инженером-испытателем в Ракетно-космической корпорации «Энергия». Герой России. Депутат Мосгордумы VII созыва.

Конечно. Они сразу становятся видны другим. А тем более если ситуация внештатная, любой человек проявляется. Я думаю, что нынешний режим самоизоляции очень много скажет о людях, которые нас окружают. О друзьях, соседях, коллегах. Кому можно доверять в экстремальной ситуации, а кого лучше сторониться. А еще сегодняшняя

ситуация словно предупреждение о том, что мы должны ценить свое время. До карантина кто-то бывал недоволен всякими мелочами — мусор вовремя не вывезли, например, а по сути еще месяц назад мы были счастливыми людьми. Из любой нештатной ситуации нужно делать выводы.

**Бывало у вас такое, что в изоляции вам было невыносимо?** Однажды у меня случилась травма ноги, я почти год на костылях ходил и много времени провел в больницах. Можно сказать, та же изоляция. Тяжело было. Но любая изоляция делает человека добрее. Он начинает ценить жизнь. Когда я попал в такие условия, первые два-три дня малодушничал, думал: все, жизнь закончилась. А потом взял себя в руки и самоорганизовался. Так же надо действовать и сейчас.

Беседовала

**ОКСАНА КРУЧЕНКО**  
o.kruchenko@vm.ru



Космонавт-испытатель Олег Артемьев провел в изоляции от внешнего мира почти полтора года

Психолог Марина Астафьева советует нашим читателям, как провести время в самоизоляции с пользой.

## Пришейте пуговицы и посмотрите комедию

1. Не забывайте, что вынужденная изоляция, вызванная внешними причинами и идущая вразрез с планами людей, сопряжена с нервными расстройствами. Когда человек живет в привычном ритме, ставит определенные цели, строит планы — и вдруг что-то идет не так, он переходит в состояние повышенного раздражения. А так как психика не может находиться в таком состоянии постоянно, срабатывает механизм защиты, человеку нужна разрядка. В такие моменты люди начинают искать объекты, с которыми можно поделиться плохим настроением и раздражением, и этими людьми, так как больше никого рядом нет, становятся самые близкие, оказавшиеся в такой же напряженной ситуации и не менее раздраженные. Помните об этом и не выпускайте пар бездумно.

2. Внушите себе и своим близким, что нынешний «режим заточения» — это временная мера. И оцените то, что у вас появилась возможность наконец-то сделать те дела в доме, до которых не доходили руки. А таких дел, как правило, много.

3. Разберите старые вещи (причем сделайте это не спеша) — с ними всегда связаны некие воспоминания, эпизоды из прошлой жизни. Ненужные отложите — их можно будет отдать малоимущим, детские вещи — пристроить знакомым, имеющим детей подходящего возраста. Сделайте небольшой ремонт (например, подклейте обои, отремонтируйте капающий кран, подкрутите дверки в детской стенке). Наконец-то пришейте пуговицу и вешалку к детской куртке.

4. Можно использовать время самоизоляции, чтобы сбросить пару килограммов перед отпуском: продумайте меню рациона для всей семьи и поддерживайте друг друга в желании стать стройнее. Или, наоборот, устройте кулинарную неделю — каждый день готовьте любимое блюдо одного из членов семьи.

5. Достаньте из закромов настольные игры: лото, шашки, шахматы — наконец-то их время пришло. Почитайте по ролям, спойте в караоке. Подтяните математику с сыном.

6. Женщинам будет полезно заняться собой. Делайте маски для лица, принимайте ароматические ванны.

7. Откажитесь от постоянного просмотра информационных передач. Это достаточно делать утром и вечером. А вот просмотр хорошей доброй комедии для всей семьи — то, что нужно!

**Возраст - ваше преимущество**

**ГУПСОЦГАРАНТИЯ**  
**8 (495) 626-21-22**

ПРОГРАММА ПОМОЩИ ПО ДОГОВОРУ:

- для пенсионеров
- для инвалидов
- для участников ВОВ
- одновременно до **3 000 000** рублей
- ежемесячно до **50 000** рублей

**Помощь по хозяйству и сиделка бесплатно.**



**Вы можете получить больше!**

**ЗВОНИТЕ!**

ООО «Гупсоцгарантия». ОГРН 1157746411866. РЕКЛАМА

**РЕПЛИКА**

Несмотря на холодные ночи, серые пушистики на иве покрылись золотой пылью. Это всегда удивительно — мгновенные весенние перемены, когда грань между зимой и весной стирается в одну ночь. Такое вот чудо.



**ОЛЬГА КУЗЬМИНА**  
olga.kuzmina@vm.ru

**Время, чтобы просто подумать о вечном**

Эта странная весна, которая десять раз, никак не меньше, начиналась зимой, но так в итоге и не началась в положенный срок, неожиданно обернулась переоценкой многих вещей. Мы так долго жили в иллюзии, что правим миром, способны указывать, куда течет река, и можем управлять грозой... А оказалось, что он — сильнее. И умнее, очевидно. Поскольку без напряжений для себя показал, как ничтожны на самом деле придуманные нами ценности и как на самом деле прекрасны земля и небо, вода и вот эта золотая пыльца — нежный символ весны, которая придет все равно, вне зависимости от курса доллара и евро. Такое ощущение, что нас просто остановили, встряхнули, пробуждая от спячки, и заставили оглядеться вокруг, по-новому оценивая те возможности, которые давал и готов давать нам мир. Ведь если честно, то до этой пыльцы, про которую хочется написать сказку, обычно никому нет никакого дела, а сейчас, глядя на нее из окна, ты невольно ощущаешь, как сердце вдруг сжимается, принимая стучать иначе. Остановка без требования, по необходимости. Неожиданная, в каком-то неположенном месте, накануне весны, на пороге этого чуда. Но стоп — никто никуда не поедет, не стоит и роптать, ведь пока горит красный. Остается лишь смотреть за окном на золотые монетки мать-и-мачехи, выпавшие из кармана заглянувшей где-то весны, и учиться понимать, что мы нужны этому миру меньше, чем он — нам, видеть, как он красив, и саму жизнь ощущать как бесценное чудо.

**РЕЦЕПТ**



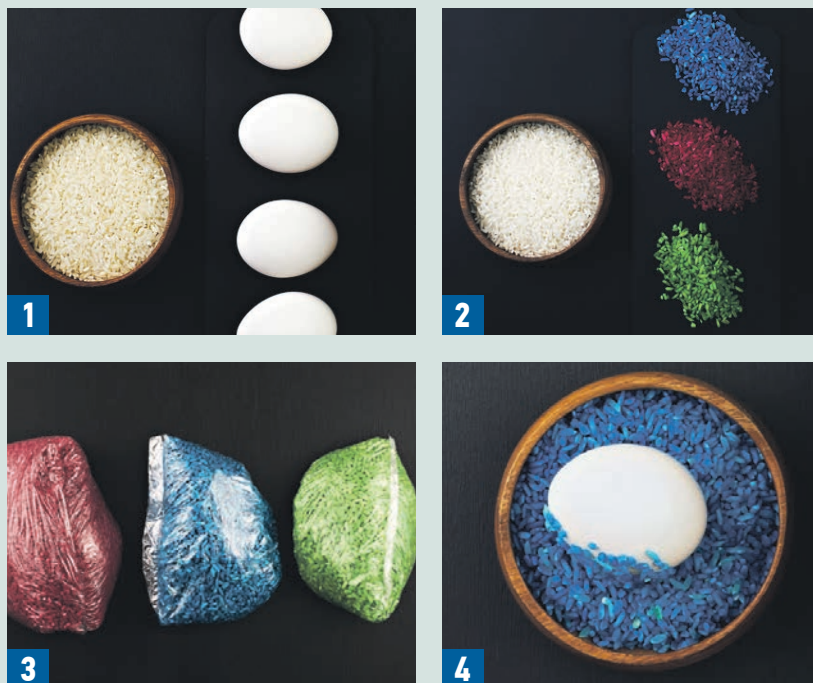
ВАЛЕНТИН ЗВЕГИНЦЕВ

**МРАМОРНЫЕ ЯЙЦА**

- Яйца 10 шт. ■ Рис 400 г ■ Сода
- Уксус 5–6 ст. л. ■ Вода

Совсем скоро Пасха, так что самое время красить яйца для домашнего праздничного стола. Луковая шелуха уже порядком поднадоела, так что будем красить рисом (1). Они в итоге должны получиться мраморными. Особенность этого способа в том, что красить яйца мы будем уже готовые, то есть сваренные. Яйца хорошо промойте с содой и поставьте вариться. Пищевой краситель, если он у вас порошковый, разведите столовой ложкой уксуса и кипятка. Уксус необходим, чтобы цвет был более ярким и сочным. Можно приготовить несколько видов краски (2). Теперь возьмите пакет, насыпьте в него немного риса и добавьте краситель. Тщательно перемешайте. Рис должен получиться яркого насыщенного оттенка (3). Теперь вынимаем яйца из кипятка, чуть остужаем и обваливаем в цветном рисе (4). После чего их необходимо положить в пакет и добавить еще немного риса, чтобы он полностью покрывал яйца. Плотно заверните пакетики и оставьте так минут на 15–20, чтобы краска хорошо пристала к скорлупе. Вот и готово. Приятного аппетита.

Для вас готовил  
**ВАЛЕНТИН ЗВЕГИНЦЕВ**  
okrug@vm.ru



**Сканворд**

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** Эгар, Елок, Блесна, Быково, Липков, Лявас, Бритва, Мнение, Ганка, Лесок, Натиск, Номер, Л'Лт, Веер, Ресторан, Ермолова, Аркан, Вата, Калип, Тар, Слив, Теофибия. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** Парк, Бекинсейл, Кней, Запах, Кашалот, Тула, Рентитроп, Квас, Нрав, Квас, Рентитроп, Квас, Нрав, Квас, Рентитроп, Тула, Кашалот, Запах, Бекинсейл, Кней, Блесна, Быково, Липков, Лявас, Бритва, Мнение, Ганка, Лесок, Натиск, Номер, Л'Лт, Веер, Ресторан, Ермолова, Аркан, Вата, Калип, Тар, Слив, Теофибия.

ПРИМАНКА для ЛОВЛИ РЫБЫ	СМОТРИТЕ ФОТО	БОНУС ПЛЯЖНИКОВ								МОСКОВСКИЙ АЭРОПОРТ	«СКОРО-СПЕЛОЕ ЧАДО»	АКТЕР ... ШТЕ-ФАНКО	ЧЕЛОВЕК С ЛОЖКОЙ				
					ОСНОВА АРОМАТА	КТО ПО ПРЕДМЕТУ ПОДТЯГИВАЕТ?								МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ	МУРЛЫЧИТ		
ЧЕМ НА ЩЕТИНУ ПОРЧУ НАВОДЯТ?		ГРУЗОВИК для МАЛОГО БИЗНЕСА								КИТАЙСКИЙ ЛИДЕР ... ЦЗЭДУН	ХЛЕБ «КАВКАЗСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОСТИ»						
					ЛУЧШИЙ НЫРЯЛЬЩИК СРЕДИ КИТОВ	ГОРОД С ПРЯНИЧНЫМ МУЗЕЕМ								МЕТАЛЛ В ПРИПОЕ	АМЕРИКАНСКИЙ ЕНОТ		
МУЛЬТЯШНЫЙ СЕРИАЛ «ЮЖНЫЙ ...»		ЛИПУЧКА для АППЛИКАЦИИ								АЛЬТЕРНАТИВНОЕ	В ЧЕМ ПОБЕЖДАЕТ БЫСТРЕЙШИЙ?						
					ПРЕСИНГ АТАКУЮЩЕЙ КОМАНДЫ					ГАЗИРОВКА в ЖБАНЕ	СЕРИЙНЫЙ			ГЕНИАЛЬНЫЙ ФРАНЦУЗ ... ДЕКАРТ	КУПЛЕННЫЙ СЛУГА	ЯДОВИТАЯ ЗМЕЯ	
	ОСНОВА ДЮНЫ	ВЕЛИКАЯ РУССКАЯ АКТРИСА			КОЖИСТАЯ ЧЕРЕПАХА			ГУМБАЙ из СУМО				СВОЙСТВО ДУШИ	ВАГОН с ОФИЦИАНТАМИ				
	ЦИАНИСТЫЙ								ПЕТЛЯ, ЧТОБЫ ЛОШАДЬ УСМИРЯТЬ					ЧЕМ УТЕПЛЯЮТ ВОЕННЫЕ УШАНКИ?			
					САМАЯ ЖАРКАЯ ПУСТЫНЯ в ИНДИИ			СПУСК ВОДЫ				«СТРАХ БОЖИЙ»					