

ВВЕДЕН ПРОПУСКНОЙ РЕЖИМ! ДЛЯ ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!

С 15 АПРЕЛЯ 2020 ГОДА ДЛЯ ПОЕЗДОК ПО МОСКВЕ И МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ НА ЛИЧНОМ И ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ НУЖЕН СПЕЦИАЛЬНЫЙ ЦИФРОВОЙ ПРОПУСК

ЮЖНЫЕ ГОРИЗОНТЫ



ВАЖНАЯ ТЕМА

Президент России Владимир Путин: Необходимо учитывать все сценарии распространения коронавируса, чтобы оперативно корректировать стратегию и тактику **6**

ГАЗЕТА ЮЖНОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА МОСКВЫ **UGORIZONT.RU** 17 АПРЕЛЯ 2020 ГОДА № 15 (890)



12 апреля 2020 года. Музыкант Артем Горваль из Чертанова Северного спел для соседей песню бременских музыкантов «Луч солнца золотого»

Струнный концерт по заявкам

7

ЗДОРОВЬЕ

Верный диагноз
18 тысяч тестов на коронавирус делают ежедневно столичные медики **4**



НА ЗАРЯДКУ

Встань с дивана!
Самые эффективные упражнения от женской команды по регби **15**



ПОЛЬЗА И ДЕЛО

Уборка по всем правилам
Какие средства на сто процентов убивают вирус **8**



Пропуск для всеобщей безопасности

На минувшей неделе власти столицы ввели дополнительные ограничения, которые помогут предотвратить распространение коронавируса. Основным нововведением стал пропускной режим, он начал действовать в обязательном порядке уже 15 апреля. Подробнее об этом рассказал мэр Сергей Собянин.

Теперь для поездок по Москве и Московской области на личном и общественном транспорте жителям необходимы пропуска. — Ходить пешком пока можно без них, но при этом строго соблюдая установленные правила и ограничения, — уточнил глава города.

Цифровой код можно получить одним из трех способов: на портале mos.ru, по смс или номеру (495) 777-77-77

ТРИ ВИДА ДОКУМЕНТА

Всего существует три категории пропусков. Первая — для поездок на работу. — Выдается до 30 апреля включительно в случаях, если организация продолжает работать и присутствие сотрудника на рабочем месте является абсолютно необходимым, — уточнил мэр столицы. Этот пропуск разрешает не только поездки на работу и обратно, но и служебные разъезды, например доставку товаров курьерами. Второй вид — для поездок в медицинские учреждения. Такой пропуск выдается на один день и разрешает поездку только в конкретное медицинское учреждение. Количество пропусков этой категории никак не ограничивается. И наконец, третий вид — для поездок в личных целях. Сюда входит поездка на транспорте в магазин, на дачу, на вокзал и в другие разрешенные места. — Пропуск этой категории выдается на один день и разрешает поездку до ме-

ста назначения и обратно. Получить его можно будет два раза в неделю, — пояснил Собянин.

При поездках между Москвой и областью будет действовать «роуминг» цифровых пропусков. На портале mos.ru можно оформить один пропуск. При этом жителям Подмосковья нужно оформлять разрешение для поездок в Москву на сайте гос услуг Московской области. А для поездки в столицу из другого региона необходимо запросить московский пропуск.

Оформить цифровой пропуск в столице можно было уже с 13 апреля. За первый день власти выдали 1,8 миллиона пропусков. К слову, в этот же день аналитики Group-IB зафиксировали несколько хакерских атак на портал mos.ru.

ПРИОСТАНОВКА РАБОТ

Мэр Москвы также сообщил, что до 19 апреля с возможным продлением ограничивается или прекращается работа большинства городских организаций. По его словам, продолжат работать только предприятия непрерывного цикла и жизненно важные для функционирования города.

— Разумеется, продолжают работу продовольственные магазины и другая розница, которая открыта сегодня, — подчеркнул Сергей Собянин. Кроме того, временно приостановлено выполнение строительных и ремонтных работ. Исключение составляют только строительство медицинских объектов, а также работы непрерывного цикла в строительстве и обслуживании транспорта. Прекращена и работа каршеринга. По сообщению Департамента транспорта, все операторы каршеринга в первый же день выполнили предписание о приостановке деятельности.

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
okrug@vm.ru

Обязательно сохраните



Распечатать



или сохранить в смартфоне



или записать номер

Тип пропуска

Когда нужно поехать на работу **код цели 1**

Действует до 30 апреля, разрешает поездки на работу и обратно, а также служебные разъезды, например доставку товаров. Количество поездок не ограничено.

Когда нужно к врачу **код цели 2**

Пропуск для поездок в медицинские учреждения действует один день и разрешает поездку в медицинское учреждение, которое указано в заявке. Количество поездок не ограничено при указании наименования медорганизации

Когда есть важные дела **код цели 3**

Пропуск для поездок в личных целях (в магазин за продуктами, на дачу, на вокзал и другие цели, соответствующие режиму повышенной готовности) действует один день и разрешает поездку до места назначения и обратно. Получить этот пропуск можно не более двух раз в неделю.

Как получить



На портале **mos.ru** выберите услугу «Получение цифрового пропуска на передвижение по городу»



Отправьте СМС на номер **7377** (шаблон СМС для пропуска можно найти на mos.ru)



Позвоните по номеру **(495) 777-77-77**. Оператор контакт-центра запросит и заполнит данные для цифрового пропуска



При оформлении пропуска нужно указать

ФИО, данные документа, удостоверяющего личность, номер телефона, e-mail (по желанию), наименование работодателя и его ИНН (для поездок на работу, необязателен для медорганизаций), регистрационный номер для личного или служебного транспорта (для поездок на работу), номер карты «Тройка» или «Стрелка» (при поездке на общественном транспорте, при наличии), адрес отправления и адрес назначения (кроме рабочих поездок)

Причины для отказа

Недостовренные сведения. Несоответствие заявленной цели передвижения режимам, которые предусмотрены указом мэра Москвы.

Цифровой пропуск выдается бесплатно

XXXX XXXX XXXX XXXX

Цифровой код из 16 символов (первые 4 знака означают дату окончания срока действия пропуска, остальные 12 знаков позволяют идентифицировать его владельца и цель поездки) выдается бесплатно для перемещений на автомобильном или общественном транспорте (включая такси, МЦК и МЦД) в Москве и Московской области



Пропуск не нужен



Вы идете пешком в ближайший магазин или аптеку



Выгуливаете домашних животных



Вышли выбросить мусор



Вы соблюдаете режим самоизоляции и не выходите из дома

Пропуск также не нужен детям до 14 лет



При предъявлении служебного удостоверения пропуск не нужен



Медицинским работникам



Военнослужащим



Журналистам



Государственным и муниципальным служащим и лицам, занимающим государственные и муниципальные должности



Судьям, адвокатам, нотариусам и их помощникам



Охранникам

Мошенники придумали новую схему обмана жителей.

Будьте бдительны

С вводом ограничительных мер активизировались мошенники, которые рассылают жителям столицы сообщения о якобы зафиксированных случаях нарушения режима самоизоляции и просят перевести деньги на телефон. В полиции уточняют: данные сообщения не соответствуют действительности. Протоколы о нарушении режима самоизоляции могут составлять исключительно уполномоченные должностные лица на месте.

Наряду с этим распространялись в соцсетях и в СМИ фейковые сообщения о коронавирусе. Следственный комитет уже возбудил ряд уголовных дел на этот счет.

ИВАН ПЕТРОВ
okrug@vm.ru

Нарушителям социальной дистанции грозит штраф.

Держите дистанцию

Столичная полиция ежедневно проводит рейды, чтобы выявить нарушителей социальной дистанции. Чаще всего протоколы составляются на горожан, которые собираются в группы или находятся на улице без веской причины, тем самым нарушая режим самоизоляции (согласно указу мэра, в этот перечень входят обращения в медучреждение, поход в магазин, аптеку, прогулка с собакой и вынос мусора). Только за субботу, 11 апреля, правоохранители составили протоколы в отношении 1,4 тысячи москвичей. Штрафы выписывают и тем, кто нарушает режим карантина. Административная ответственность за несоблюдение дистанции возлагается и на предприятия. Протоколы за отсутствие разметки составили уже на 92 торговые точки. Власти предупредили, что за нарушения магазины могут закрыть.

ИВАН ПЕТРОВ
okrug@vm.ru

Не могу оформить цифровой пропуск, потому что портал не работает, система сбивает. Что делать?

В связи с высокой нагрузкой на сервер возможно увеличение времени ожидания ответа с пропуском. Пожалуйста, подождите и подайте заявку позднее либо воспользуйтесь альтернативными способами: подайте заявку по телефону единой справочной службы правительства Москвы: +7 (495) 777-77-77 или с помощью СМС на короткий номер 7377.

Нужно ли прикладывать фотографию для оформления цифрового пропуска?

Нет, фотография для получения цифрового пропуска не требуется.

Какой адрес указывать при оформлении цифрового пропуска — проживания, регистрации или прописки?

Для оформления цифрового пропуска нужно указать адрес фактического проживания.

У меня нет прописки или регистрации в Москве. Смогу ли я оформить цифровой пропуск и выйти из дома?

Да, для оформления цифрового пропуска укажите адрес фактического проживания.

Я снял квартиру в другом районе или временно переехал к родственникам. Что делать?

При получении цифрового пропуска укажите адрес фактического проживания. Для получения пропуска для поездок на работу указывать адрес не нужно.

В каких случаях потребуется пропуск?

Пропуск потребуется, если вы планируете передвигаться по городу на автомобиле, такси или общественном транспорте.

В каких случаях цифровой пропуск не нужен?

Если вы передвигаетесь пешком и соблюдаете ограничения, установленные указом мэра Москвы № 12-УМ, цифровой пропуск вам не нужен. Например, можно выгулять собаку, вынести мусор, сходить в магазин или аптеку недалеко от дома.

Что представляет собой пропуск?

Цифровой пропуск представляет собой буквенно-цифровой код, первые четыре цифры которого означают дату окончания действия пропуска, остальные 12 символов позволяют идентифицировать владельца. При необходимости сотрудники уполномоченных органов, ответственных за контроль соблюдения правил самоизоляции, могут ввести этот код на служебном устройстве, и система выдаст информацию о дате, на которую выдан пропуск, сведения о его владельце и о цели поездки. Эти данные сотрудники сверяют с данными документа, удостоверяющего личность, который человек указал при оформлении.

Какие виды цифровых пропусков можно получить?

Для Москвы доступно два вида цифровых пропусков: для работников организаций, деятельность которых не приостановлена указом мэра Москвы, и для разового передвижения. Пропуск для разового передвижения можно оформить для посещения медицинской организации или для других личных целей. Правила оформления таких пропусков различаются.

На какой срок выдается цифровой пропуск и как часто его можно получать?

Цифровой пропуск для работников выдается на срок до 30 апреля. Про-



Ответы на главные вопросы

пуск для разового передвижения для посещения медицинской организации выдается на один календарный день. Количество таких пропусков в течение недели неограниченно. Пропуск для разового передвижения для иных личных целей выдается также на один календарный день. Получить его можно не более двух раз в неделю.

На какое расстояние я могу передвигаться с цифровым пропуском?

Передвигаться можно на любое расстояние. Для получения пропуска для разового передвижения москвичам надо указать адрес отправления и адрес назначения. Для получения пропуска на работу указывать какие-либо адреса не требуется.

Если какие-нибудь из данных не заполнены при подаче заявления, что произойдет?

Если какие-либо обязательные данные электронного заявления на mos.ru не заполнены, подача заявления будет невозможна.

Проверка паспортных данных занимает некоторое время, а цифровой пропуск мне нужен срочно. Что делать?

Цифровой пропуск выдается онлайн и не требует ожидания завершения межведомственных проверок.

Могут ли отказать в выдаче цифрового пропуска? На каком основании?

Вам не выдадут пропуск, если в запросе указаны неполные или недостоверные данные. Проверьте корректность данных и подайте запрос повторно.

Я не знаю ИНН работодателя. Могу его не указывать?

Нет, эти поля являются обязательными. Уточните ИНН у работодателя.

Мне каждый день надо ездить на работу. Каждый день оформлять цифровой пропуск?

Нет, пропуск для передвижения на работу выдается на срок до 30 апреля.

Я работодатель. Могу ли я оформить цифровые пропуска на всех своих сотрудников?

12 апреля 2020 года. Для перемещения на транспорте нужен цифровой пропуск. Он действителен при предъявлении паспорта

Задержание без пропуска влечет за собой предупреждение или наложение штрафа от 1 до 30 тысяч рублей

Работники должны оформлять цифровые пропуска самостоятельно. Вы можете помочь своим сотрудникам, если дадите им всю информацию о компании, необходимую для получения цифрового пропуска.

Как быть курьерам и таксистам, работа которых связана с передвижением по всему городу?

Сотрудники, чья работа связана с передвижениями, могут оформить цифровой пропуск для передвижения на работу. Для этого надо заполнить те же поля, что и для обычного пропуска на работу.

Можно ли передвигаться по городу на такси?

Можно, если у вас есть цифровой пропуск для передвижения по соответствующему маршруту. Служба такси проверит ваш пропуск при заказе автомобиля.

Я езжу на велосипеде или мопеде. Мне нужен пропуск?

Да, для передвижения по городу на велосипеде или мопеде необходимо получить пропуск.

Мне нужно поехать в другой регион. Что делать?

Чтобы поехать в другой регион, надо оформить пропуск для разового передвижения с иной целью. Обязательно уточните, какие правила передвижения действуют на территории региона, который вы собираетесь посетить.

Я приезжаю в Москву из другого региона. Надо ли мне получать пропуск?

Да, для передвижения по Москве вам необходимо получить пропуск.

Мне нужно надолго уехать в командировку или отпуск. Что делать?

Вынужденная длительная поездка является основанием для того, чтобы покинуть место проживания. Для этого надо оформить пропуск для разового передвижения с иной целью.

Мне нужны продукты. Как действовать?

Вы можете выйти из дома за продуктами и другими товарами, реализация которых не ограничена указом мэра Москвы. Старайтесь выбирать ближайши к дому магазины. Если вы идете в магазин пешком, получать пропуск не нужно. Если вы планируете поехать в магазин на машине или

общественном транспорте, оформите пропуск, выбрав тип «Разовое передвижение в иных целях».

Мне нужно отвезти продукты пожилым родственникам. Что делать?

Если вы идете к родственникам пешком, получать пропуск не нужно. Если вы планируете поехать к ним на машине или общественном транспорте, оформите пропуск, выбрав тип «Разовое передвижение в иных целях».

На детей нужно оформлять цифровой пропуск?

Пропуск на ребенка до 14 лет оформлять не нужно. Если ребенок старше, ему понадобится цифровой пропуск.

Могу ли я оформить из своего личного кабинета пропуск на родственника?

Нет, каждый оформляет пропуск из своего личного кабинета.

Кто может проверять наличие цифрового пропуска?

Цифровой пропуск необходимо предъявлять представителям органов, осуществляющих контроль соблюдения правил самоизоляции. Также проверить пропуск может служба такси при заказе автомобиля.

Я получил цифровой пропуск. Что нужно сделать, чтобы выйти с ним из дома?

Сохраните, запишите или распечатайте данные пропуска, чтобы предъявить представителям органов, осуществляющих контроль режима самоизоляции. Предъявить цифровой пропуск можно любым удобным способом — как на мобильном устройстве, так и на бумажном носителе. При себе также необходимо иметь указанный в запросе документ, удостоверяющий личность.

Как сотрудник проверит сведения моего цифрового пропуска?

Сотрудник вводит данные вашего цифрового пропуска на служебном устройстве, и система выдает ему информацию о дате и цели поездки, а также сведения о владельце пропуска. Эти данные он сверяет с данными документа, удостоверяющего личность.

Что будет, если я выйду из дома без цифрового пропуска?

Если вы передвигаетесь пешком и соблюдаете ограничения, установленные указом мэра Москвы № 12-УМ, цифровой пропуск вам не понадобится. Если вы передвигаетесь на работу или едете в транспорте в личных целях, вам понадобится пропуск. Задержание в пути без цифрового пропуска влечет предупреждение или наложение штрафа в размере от одной до 30 тысяч рублей. То же деяние, повлекшее причинение вреда здоровью человека или имуществу, либо повторное совершение правонарушения влечет наложение штрафа в размере от 15 до 50 тысяч рублей. Нарушение режима самоизоляции с использованием транспортного средства влечет наложение штрафа в размере пяти тысяч рублей. Машина может быть задержана сотрудниками ГИБДД и перемещена на спецстоянку.

Получение цифрового пропуска платное или бесплатное?

Цифровой пропуск выдается бесплатно. Если вам предлагают купить пропуск за деньги — это мошенники. Сообщайте, пожалуйста, о таких фактах в правоохранительные органы.

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА
okrug@ym.ru



1

11 апреля 2020 года. Мэр Москвы Сергей Собянин (в центре) во время посещения лаборатории в Склифе пообщался с руководителем отдела лабораторной диагностики Михаилом Годковым (слева) и директором института Сергеем Петриковым (справа). Больница в Вороновском готова на 98 процентов (2)

КСТАТИ

В связи с резким распространением коронавируса в Москве власти приняли решение увеличить число коек для приема пациентов с инфекцией: к запланированным 20 тысячам мест добавится еще 10 тысяч коек. Заместитель мэра по вопросам соцразвития Анастасия Ракова отметила, что резкий рост количества зараженных оказывает серьезное давление на систему здравоохранения: больницы и службы скорой помощи работают на пределе.

Врачи работают круглосуточно

Москва продолжает увеличивать число медучреждений, направленных на борьбу с коронавирусом. Так, на днях стационар для приема пациентов с инфекцией открылся на базе Городской больницы № 31. Его посетил мэр Москвы Сергей Собянин.

В корпусах медучреждения расположили 630 коек. — Каждый день в Москве мы открываем одну или несколько клиник для борьбы с COVID-19, — сказал Собянин. — 31-я клиника — одна из лучших в Москве, здесь есть все компетенции для работы с инфарктниками, инсультниками, с онкологией, другими заболеваниями — практически весь спектр медицинской помощи. Это очень важно, потому что очень многие из тех людей, которые поступают с диагнозом COVID-19, имеют целый букет хронических заболеваний, и им нужно оказывать не только инфекционную помощь, но и иметь целый ряд других компетенций, чтобы лечить эти заболевания.

СОЗДАНИЕ COVID-ЦЕНТРОВ

Наряду с перепрофилированием больниц власти Мо-

сквы занимаются перепрофилированием поликлиник. Так, с недавнего времени учреждения, где есть кабинеты компьютерной томографии, начали диагностировать больных на коронавирус. Сергей Собянин назвал этот процесс созданием COVID-центров. Пациент, у которого есть признаки ОРВИ и воспаления легких, сможет обратиться в такой COVID-центр самостоятельно. Там ему сделают компьютерную томографию и другие исследования, которые позволяют диагностировать пневмонию. Далее — врачи определяют лечение.

БОЛЬНИЦА ПОЧТИ ДОСТРОЕНА

Строительство новой инфекционной больницы в поселении Вороновское завер-

Каждый день столица открывает новый стационар для приема пациентов с коронавирусом

шается. Она готова на 98 процентов. На минувшей неделе специалисты уже начали там установку медицинского оборудования, в первую очередь аппаратов искусственной вентиляции



2

легких. Медицинский персонал также проходит обучение для приема пациентов с коронавирусной инфекцией. Планируется, что там будут работать около тысячи специалистов, в том числе 250 врачей, 500 специали-

стов среднего медицинского персонала и порядка 250 человек младшего медицинского персонала. Изначально больница была рассчитана на 500 мест, однако ее вместимость реши-

ли увеличить — до 900 коек. Для этих целей задействованы резервные помещения. Большое внимание при строительстве уделили и вопросам санитарно-эпидемиологической безопасности. Ближайшие жилые дома находятся от нее в 250 метрах — это в 2,5 раза больше требуемой санзоны. Вокруг больницы создан периметр безопасности. Работает система обеззараживания стоков. Она предотвратит выброс зараженного воздуха во внешнюю среду. В Новой Москве также работает в полной мере лаборатория в Коммунарке. Сейчас она принимает наибольшее

число пациентов с вирусом. На днях компания технополиса «Москва» передала в учреждение 1,5 тысячи комплектов двух видов дыхательных контуров.

ТЫСЯЧИ ТЕСТОВ

Столица наращивает мощность лабораторных исследований на коронавирусную инфекцию. Сейчас ежедневно проводится около 18 тысяч тестов. Об этом мэр Москвы Сергей Собянин сообщил во время посещения лаборатории Научно-исследовательского института скорой помощи имени Склифосовского.

Глава города отметил, что главная цель сейчас — сокра-

тить время анализа до 24 часов. Ведь чем раньше будет поставлен диагноз, тем больше шансов у пациента на скорое выздоровление, а у столицы — на меньшее распространение инфекции. — Мы дальше разворачиваем систему, делаем анализы более быстро, гибко и точно, — сказал Сергей Собянин. — На базе Института имени Склифосовского развернута достаточно мощная лаборатория, которая тоже будет модернизироваться и дополняться новым оборудованием, чтобы вдвое-втрое увеличить их мощность.

Все данные пациентов хранятся в Единой медицинской информационно-аналитической системе — в нее результаты лабораторных исследований поступают моментально.

Важно, что до начала эпидемии коронавируса подобные исследования в столице могли делать только две федеральные лаборатории — Противочумный центр Роспотребнадзора и Федеральный центр гигиены и эпидемиологии. В настоящий момент в помощь к ним добавились еще девять городских лабораторий — каждые сутки они проводят около десяти тысяч исследований на коронавирус. А с 6 апреля тесты на инфекцию в Москве можно сдать на дому — их принимают специалисты Центра молекулярной диагностики.

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА
okruga@vm.ru

Выплаты без задержек



НА ЗАМЕТКУ

МОЛОЧНЫЕ КУХНИ РАБОТАЮТ ДОЛЬШЕ

Теперь пункты открыты с 06:30 до 15:00, с обеденным перерывом с 12:30 до 13:00. Это сделано для безопасности жителей — чтобы сократить возможное появление очереди. Москвичам рекомендовано посещать молочные кухни в алфавитном порядке по начальной букве фамилии. Так, например, если фамилия начинается на «А», получить продукты во многих пунктах можно с 06:30 до 08:30. Распределение часов различается в зависимости от конкретного пункта. Как работает ваша молочная кухня, можно узнать, позвонив по номеру (495) 602-00-06.

Столичные власти продолжают вводить дополнительные меры поддержки граждан в это непростое время. На этой неделе стало известно, что повышаются детские пособия, больничный лист по беременности и родам можно будет оформить дистанционно, а повышенный размер пособия по безработице будет выплачиваться в рекордно короткий срок и без лишних проволочек.

Президент России Владимир Путин предложил выплачивать ежемесячные пособия на детей в возрасте от 3 до 7 лет для малообеспеченных семей. В столице эти выплаты уже действуют. Но теперь — в соответствии с решением президента — их существенно увеличат. Так, размер пособия на ребенка от 3 до 7 лет составит 7613 рублей. Родители будут получать эти выплаты каждый месяц, а перерасчет проведут с января 2020 года.

Важно, что повышение пособий вводится как постоянная мера, и даже после окончания пандемии эти суммы сохраняются. Мэр Сергей Собянин также подписал указ, что в период действия режима повышенной готовности москвичи,

потерявшие работу, смогут оформить пособие на ребенка без учета доходов прошлых лет и нынешних выплат по безработице. По оценкам экспертов, повышение пособия поможет поддержать в это непростое время порядка 90 тысяч московских семей.

ОСОБЫЙ ПОРЯДОК ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ

Из-за распространения коронавируса меняется порядок оказания медпомощи беременным. Будущим мамам особенно необходимо соблюдать режим самоизоляции, поэтому посещение женских консультаций временно ограничивается.

ВАЖНО

Дополнительную информацию о медицинской помощи беременным можно уточнить по единому справочному телефону (499) 251-83-00.

Приходить на прием можно лишь в следующих случаях: для постановки на учет; для проведения скрининговых ультразвуковых исследований; для введения антирезусного иммуноглобулина.

Город поддержит потерявших работу в этот сложный период

Все волнующие будущую маму вопросы она может обсудить с врачом по телефону. Женщинам также рекомендовано еженедельно предоставлять участковому врачу женской консультации дневник артериального давления и водного баланса.

УВЕЛИЧЕННОЕ ПОСОБИЕ

По поручению президента выплату москвичам федерального пособия по безработице, а также региональной компенсационной доплаты будут производить по ускоренному и максимальному упрощенному порядку.

Для жителей столицы облегчили процедуру подачи заявления на пособие по безработице. Выплаты производятся ускоренно

Так, теперь никаких справок о доходах с последнего места работы приносить не нужно. Двух безуспешных собеседований с потенциальными работодателями тоже не требуется. Те, кто потерял недавно работу, должны подать заявку на сайте szn.mos.ru или на портале госуслуг. Заполнить электронную форму

и прикрепить сканы паспорта и трудовой книжки с записью об увольнении. Если у вас есть несовершеннолетние дети, это также надо указать. Специалисты Центра занятости проверят документы и назначат выплату в срок от 2 до 4 дней. Максимальный размер пособия по безработице с московской доплатой составит 19 500 рублей в месяц. Программа выплат будет действовать до 30 сентября.

ЕКАТЕРИНА ГРИШИНА
okruga@vm.ru

Подробнее о дополнительных мерах поддержки — с. 12

Власти столицы посоветовали гражданам быть бдительными и рассказали, как не попасться на уловки мошенников.

Как отличить волонтера от мошенника

Есть несколько признаков, по которым вы сможете безошибочно отличить настоящего волонтера от мошенника. Важно помнить, что волонтер:

- придет только после того, как вы оставите заявку о помощи по телефону горячей линии (495) 870-45-09, либо после обращения на горячую линию акции #Мывместе (800) 200-34-11. О своем визите он предупредит вас заранее; в начале общения сообщит номер вашей заявки.
- имеет при себе специальный бейдж и паспорт гражданина Российской Федерации;
- обеспечен необходимыми средствами защиты (одноразовая медицинская маска, перчатки, антисептики)
- не заходит в квартиру/дом.

Также, чтобы подтвердить личность волонтера, можно позвонить по телефону штаба (495) 633-63-83. Для того чтобы подтвердить личность волонтера акции #Мывместе, можно позвонить по телефону (999) 898-16-18.

ИВАН ПЕТРОВ
okruga@vm.ru

Телемедицина помогает в борьбе с коронавирусом. Специалисты ведут прием круглосуточно, обратиться к ним можно по видеосвязи.

За здоровьем пациентов следят онлайн

Более тысячи москвичей с коронавирусной инфекцией, у которых заболевание протекает в легкой форме, лечатся дома. Следить за их состоянием помогают специалисты центра телемедицины Департамента здравоохранения Москвы. С момента создания, 23 марта, врачи центра провели уже более 12 тысяч консультаций.

— Звонки идут почти непрерывно, максимальное время ожидания на линии — около пяти минут, — рассказал Андрей Тяжелый, главный внештатный специалист столичного Депздрава и главврач поликлиники № 121. — Для нас важно, чтобы пациенты, находящиеся дома, чувствовали себя спокойно, чувствовали контакт с врачом. Врачи просят пациента измерить температуру, визуально, через экран, оценивают его состояние, задают вопросы о самочувствии. Если вдруг состояние пациента ухудшается, врачи незамедлительно принимают меры и помогают с госпитализацией.

ЕЛЕНА СМЕРНОВА
okruga@vm.ru

В столице начало действовать ограничение на посещение кладбищ. Сейчас там можно находиться только для участия в похоронах.

Посещать кладбища временно нельзя

Свое решение о закрытии кладбищ для посещения Сергей Собянин объяснил необходимостью не допустить распространения коронавируса.

— На Пасху и Радоницу москвичи стараются навестить могилы родных и близких. К сожалению, нынешней весной сделать это будет невозможно, — отметил мэр. — Риск заражения коронавирусом очень велик. Я сам в прошлом году похоронил маму и планировал поехать к ней на могилу. И у большинства москвичей на кладбищах лежит кто-то из самых родных и близких. Прошу вас, дорогие мои, правильно понять мое решение.

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА
okruga@vm.ru

В столице наблюдается положительная динамика: растет число выздоровевших от коронавируса пациентов. Сейчас их более 1200.

Выздоровевшие могут стать донорами плазмы

Заместитель мэра по вопросам социального развития Анастасия Ракова отметила, что практически ежедневно количество тех, чей повторный тест показал отрицательный результат, достигает ста.

— Те пациенты, которым необходимо оставаться под наблюдением после выписки, получили соответствующие рекомендации, — уточнила она.

Важно, что вылечившиеся от коронавируса пациенты могут стать донорами плазмы. Первые переливания крови уже произвели в Институте скорой помощи имени Н. В. Склифосовского и городской больнице № 52.

— Мы постоянно следим за разработками коллег в других странах, аналогичные исследования успешно проходят в Китае, Германии и США, — сказала Ракова. — Надеемся, что новый метод поможет нам эффективнее бороться с пандемией коронавируса. На сегодняшний день в Москве уже 11 выздоровевших от COVID-19 стали донорами плазмы крови. Переливания получили семь пациентов, которые сейчас проходят лечение в городских клиниках.

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА
okrug@vm.ru

Наряду с ростом числа вылечившихся в Москве увеличивается количество заболевших коронавирусной инфекцией.

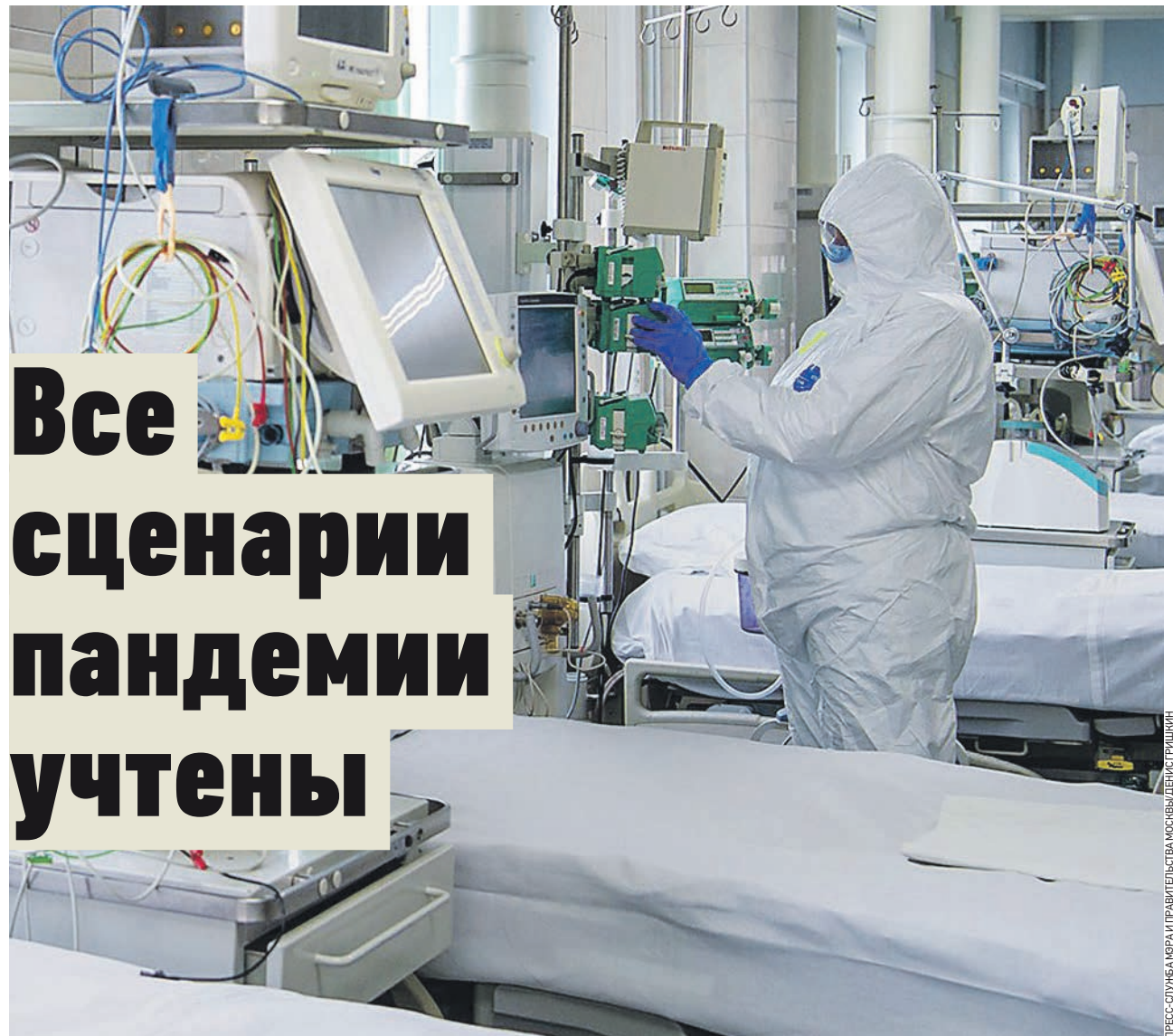
Ситуация остается напряженной

В оперативном штабе по коронавирусу предупредили, что, несмотря на включение в работу все большего числа медучреждений, в ближайшие две-три недели в перепрофилированных госпиталях возможен дефицит коек. В связи с этим Департаментом здравоохранения был принят ряд решений, направленных на мобилизацию всей системы московского здравоохранения. Так, в ближайшие дни еще 24 городских стационара будут перепрофилированы для лечения пациентов с подозрением на COVID-19.

— Данная мера является временной на период стабилизации эпидемиологической ситуации в столице, — пояснили в оперативном штабе.

При этом экстренная медицинская помощь будет оказываться в 12 стационарах. В Южном округе «тяжелых» пациентов будут принимать больницы имени Буянова и имени Юдина.

ИВАН ПЕТРОВ
okrug@vm.ru



Все сценарии пандемии учтены

13 апреля 2020 года. Работник нового стационара для лечения пациентов с коронавирусом в ГКБ № 31 настраивает оборудование

Необходимо учитывать все возможные сценарии распространения коронавируса, сказал президент России Владимир Путин на совещании по санитарно-эпидемиологической обстановке в стране.

— Для того чтобы и дальше действовать на упреждение, нам нужен объективный прогноз. Я прошу правительство вести и постоянно обновлять такой прогноз, исходя из реально складывающейся обстановки, — отметил Владимир Путин и поручил уделить

Зарегистрировано десять тест-систем для определения вируса, задействованы 254 лаборатории

особое внимание территориям с повышенным риском: Москве, области, городам-миллионникам.

На совещании мэр столицы Сергей Собянин отчитался президенту о ситуации в Москве и рассказал о принимаемых мерах.

— В Москве динамика роста заболеваемости 13 процентов, что ниже, чем по стране, но абсолютные

цифры тоже большие. Это 1300 человек дополнительно заболевших, — сказал Сергей Собянин.

На рост числа выявляемых больных в свою очередь повлияло эффективное тестирование. В целом сейчас в России зарегистрировано 10 тест-систем, исследования проводят в 254 лабораториях (из них 18 частных). По словам Владимира Пути-

на, необходимо задействовать кадровый потенциал всех медицинских учреждений, а также профильных вузов и училищ. Эти специалисты получат все установленные доплаты за особые условия работы.

Во время совещания президент также поручил проработать формирование единого резерва средств индивидуальной защиты для медицинских работников, а также оборудования и препаратов для лечения коронавируса.

ЕЛЕНА СМЕРНОВА
okrug@vm.ru

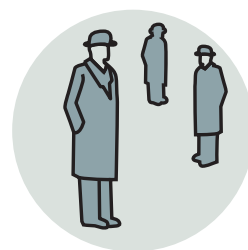
7 правил профилактики коронавирусной инфекции. Их должен соблюдать каждый



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.

В самоизоляции из-за пандемии коронавируса сегодня находится весь мир. Чтобы не скучать в четырех стенах, артисты и музыканты дают онлайн-концерты в социальных сетях.

Так, по интернету уже разлетелся видеоролик, где итальянский вокалист с балкона своего дома исполнил для соседей легендарный хит Селин Дион из культового фильма «Титаник» — My Heart Will Go On.

Впрочем, и москвичи тоже, как говорится, не лыком шиты. Многие горожане с введением режима самоизоляции открыли в себе

тягу к творчеству и начали активно делиться с друзьями своими достижениями. Так мы, возможно, впервые в жизни заметили таланты близких, о которых раньше даже не догадывались: акробатические трюки коллег по работе, картины босса и стихи бывших

одноклассников радуют нас в лентах социальных сетей. А столичный музыкант Артем Горваль для того, чтобы заставить людей немного отвлечься от экранов компьютеров и размяться, дал соседям концерт прямо с балкона одного из многоквартирных домов в районе Чертаново Северное.

— Музыкой я занимаюсь давно, — признается молодой человек. — Играю на бас-гитаре и озвучиваю различные рекламные ролики. На самоизоляции мне тоже скучать не приходится, сей-

Житель района Чертаново Северное Артем Горваль устроил на балконе своего дома целое музыкальное выступление

час учусь и параллельно репетирую новый материал, до которого раньше руки не доходили. И во время одной из своих репетиций я вдруг подумал, что надо выйти на балкон, растормошить соседей и вообще проверить, как они там поживают в самоизоляции. Не разучились

ли еще удивляться и радоваться?

Сказано — сделано: Артем оделся, открыл балконную дверь и сыграл пару песен: балладу американского музыканта Эда Ширана Castle on the Hill и серенату «Луч солнца золотого» из мультфильма «Бременские музыканты».

— И как соседи — обрадовались? — интересуюсь я.

— Во всяком случае, удивились, — улыбается в ответ Артем. — Я заметил, как в доме напротив зашевелились молодые ребята: они достали фотоаппараты, телефоны и начали меня снимать. Но нашлись и критики: так, одна бабушка из соседнего подъезда мое балконное выступление не оценила, даже пригрозила полицию вызвать. Но в целом опыт интересный, повторю его попозже, когда люди совсем друг по другу соскучатся.

К слову, недавно российские артисты запустили в сети целый челлендж #концертнабалконе. К нему уже присоединились музыканты со всей страны, которые уверены, что эта оптимистичная музыкальная эстафета поднимет людям настроение, помогая тем самым в борьбе с коронавирусом. Ведь, как известно, позитивный настрой — важная составляющая сильного иммунитета.

ВИКТОРИЯ ФИЛАТОВА
okrug@vm.ru

В столице провели третью масштабную дезинфекцию.

Обработка улиц

Специальными средствами для дезинфекции обработали дороги, тротуары и дворовые территории. В работах задействовали 4,5 тысячи единиц поливомоечной техники. Заместитель мэра по вопросам ЖКХ и благоустройства Петр Бирюков сообщил, что коммунальщики будут проводить подобные работы по дезинфекции общественных пространств на регулярной основе до тех пор, пока в городе будет сохраняться угроза распространения коронавирусной инфекции.

— Все необходимые ресурсы для этого имеются, — подчеркнул он.

МАРИЯ ФИЛЬКИНА
okrug@vm.ru

Парковку для врачей сделали в столице бесплатной.

Парковка для врачей

Пользоваться парковкой бесплатно смогут все медицинские сотрудники, работающие с пациентами с коронавирусом. Списки врачей уже переданы в Департамент транспорта, так что дополнительная медикам ничего делать не нужно. Власти столицы отметили, что понимают, какая нагрузка сейчас приходится на медперсонал, и надеются, что эта мера поддержки поможет хоть как-то облегчить им работу.

АНАСТАСИЯ ФЕДОСЕЕВА
okrug@vm.ru



12 апреля 2020 года. Музыкант Артем Горваль решил поднять своим соседям на самоизоляции настроение и устроил для них концерт с балкона дома в Чертаново Северном. Молодой человек исполнил для них песню из «Бременских музыкантов»

Концерт для соседей

КСТАТИ

Ассоциация классных руководителей образовательных организаций Москвы выступила с предложением оказывать родителям детей психологическую поддержку. Для них проводят отдельные классные часы в формате консультаций по видеосвязи, в которых участвуют школьные психологи.

С 14 апреля вестибюли 20 станций столичного метро временно закрыли из-за низкой нагрузки. Войти в подземку и выйти в город можно будет через ближайшие к станциям соседние вестибюли.

Вестибюли 20 станций закрыли

В Южном округе ограничения коснутся только станции МЦК «Площадь Гагарина» и станции метро «Алма-Атинская». Там будут закрыты выходы № 2 и 1 соответственно. Посмотреть полный список можно на сайте mos.ru.

— Движение поездов в метро продолжается по графику рабочего дня, несмотря на более чем 80 процентов снижение пассажирского потока — это помогает пассажирам соблюдать социальную дистанцию, — отметили в пресс-

службе метрополитена. — В список попали только те станции, на которых в разы уменьшилось количество пассажиров и у которых есть не менее двух вестибюлей.

ИГОРЬ ФЕДОРОВ
okrug@vm.ru

Реклама

Недвижимость

94 м² от 10,9 млн ₽

Завидные цены на видовые квартиры

Домашний — МИКРОРАЙОН — МЕТРО «МАРИНО» — ПСН

280 03 00

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

Авто, запчасти

- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-69-81
- Квар. переезд. Т. 8 (926) 979-99-15
- 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

Искусство и коллекционирование

- Куплю книги, журналы, фотографии до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33
- Купим книги. Т. 8 (495) 721-41-46
- Антиквар, книги. Т. 8 (495) 585-40-56

Юридические услуги

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

Товары и услуги

- Ремонт стиральных машин. Бесплатная диагностика. Т. 8 (499) 964-69-64

Уберем квартиру, не пустим вирус

В этом году мы празднуем Светлую Пасху в условиях самоизоляции. Поэтому весеннюю уборку к празднику проводим по всем правилам периода пандемии — важна не только чистота, но и безопасность!

Частота уборки дома сейчас зависит от того, вынужден ли кто-то из жильцов квартиры выходить в город. Чем чаще приходится ездить на работу, посещать магазин или аптеку — тем чаще нужна дезинфекция квартиры. К простым и эффективным мерам предосторожности — мытью рук — привыкли уже, наверное, все; мы не трогаем лицо и стараемся оставаться дома. Есть и дополнительный метод снизить вероятность заражения — регулярная уборка по всем правилам. Канун Пасхи — самое время провести ее! На что стоит обратить внимание при генеральных и ежедневных уборках, нам рассказала терапевт одной из столичных клиник Юлия Зверева:

— Если у нас есть возможность уменьшить вероятность заражения даже на полпроцента, мы должны ее использовать. Вирус не прилетит к вам самостоятельно: у него нет ножек, ручек или крылышек. Он распространяется вместе с достаточно крупными каплями при чихании и кашле. Поэтому при уборке дома дезинфицирующими средствами стоит обработать все, на что могли попасть выделения от потенциально зараженных людей, с которыми вы могли встретиться на улице. Официально Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует два варианта состава для жидких дезинфицирующих средств.

— Их можно сделать самостоятельно, состоят они из спирта, перекиси, глицерина и воды в определенных пропорциях, — поясняет Юлия Зверева. — Все вещества надо смешать, хорошо встряхнуть и перелить в емкость (любой чистый распылитель), который герметично закрывается. Ни в коем случае нельзя смешивать эти средства с бытовой химией!

Первый рецепт санитайзера от ВОЗ: этанол (96%), перекись водорода (3%), глицерин (98%), стерильная дистиллированная или кипяченая холодная вода; второй — изопропиловый спирт (99,8%), перекись водорода (3%), глицерин (98%), вода. Содержание в жидкости спирта должно быть не менее 60–70 процентов, то есть для смешивания средства мы берем 7 частей спирта и по 1 части остальных средств. Напомним: водка не подходит для дезинфекции, в ней малень-

кий процент этанола — 40 процентов, тогда как необходимо не менее 60. Эксперт напоминает: чтобы снизить вероятность принести домой с улицы вирус, уменьшайте контакты: платите карточкой, за дверные ручки в общественных местах, ручки тележек в магазинах беритесь

МНЕНИЕ

Надо ли мыть упаковку продуктов из магазина? Опасность она может нести только теоретически, Всемирная организация здравоохранения считает, что риск передачи вируса низок. По возвращении из магазина достаточно вымыть руки. Если вы все же решили перестраховаться, достаточно хорошо промывать упаковку, овощи и фрукты теплой водой, максимум — с мыльным раствором. Нельзя мыть веществами, содержащими гипохлорит натрия или хлорну, это опасно для здоровья!

через салфетку, после этого выбрасывайте ее, кнопки лифта, выключатели в общественных местах нажимайте также через салфетку или, если ее нет, тыльной стороной руки.

— Используйте одноразовые перчатки, если их нет — можно пройтись по улице в обычных, а потом снять и выстирать их, — говорит Зверева. — Для привлекательности используйте рукопожатий — достаточно

Окна и балконы

Обычно мы моем окна и балконы как раз в это время. Но в этом году лучше мыть только внутренние поверхности. И дело вовсе не в вирусах: в этом апреле при неустойчивой прохладной погоде и сильном ветре велик риск подхватить обычную простуду или не связанные с вирусом бронхит или пневмонию. А это сейчас вовсе ни к чему!

Все кнопки

Как можно чаще мойте выключатели всех видов в комнатах

Ванная и туалет

Протирайте ручки смесителей, кнопку сливного бачка в туалете: к ним мы прикасаемся довольно часто

Меняем полотенца как можно чаще

Часто (не менее двух раз в неделю, а лучше каждый день) меняйте полотенца в ванной и на кухне, выделите каждому члену семьи персональное полотенце

Поиграем по-чистому

Домашние гаджеты (компьютеры, ноутбуки, игровые приставки) — настоящие пылесборники. Протирайте их, уделяя особое внимание клавиатурам и кнопкам

Лучше раздельно

Желательно спать в разных кроватках. Если вы часто выходите на улицу, не стоит подвергать риску здоровье близких

НА ЗАМЕТКУ

Обязательно наносите на кожу рук увлажняющих крем после использования антисептика. Не используйте чистый спирт для обеззараживания рук, это пересушит кожу и приведет к появлению трещин, а они — ворота для любой инфекции.

ВАЖНО

Салфетки для рук и медицинские маски, использованные более двух часов, надо не просто выбросить, а утилизировать, чтобы скопившиеся на них вирусы и бактерии не попали на других людей. Маску аккуратно, не трогая внешнюю сторону, снимите, салфетку скомкайте, положите в полиэтиленовый пакет и плотно завяжите его. Постарайтесь выбрасывать пакет в бак или мусоропровод через 2–3 дня, чтобы вирус гарантированно погиб.

СПРАВКА

СКОЛЬКО ЖИВЕТ КОРОНАВИРУС

Хотя научные подтвержденные данные о сроках выживания коронавируса во внешней среде пока нет, ориентировочные сроки исследования называют уне могут:

- до трех суток на пластмассе и нержавеющей стали
- около суток на картоне
- до четырех часов на меди
- вирус погибает на внешних поверхностях при +33 градусах Цельсия за 16 часов, при +56 — за 10 минут
- средства обработки для рук с активными веществами (спирты, гипохлорит натрия и др.) уничтожают вирус за 30 секунд
- под ультрафиолетовой лампой вирус гибнет в зависимости от ее мощности через 2–15 минут
- заморозка не уничтожает вирус — в морозильнике он может сохраняться очень долго, при минус 80 градусов — до нескольких лет.

сделать кивок, улыбнуться или поднять вверх ладонь и помахать ею. Эксперт считает: несколько простых правил для тех, кто вернулся с улицы в дом, помогут снизить частоту и тщательность дезинфицирующих уборок.

— Выходя в магазин, закройте одежду все тело: длинный рукав, головной убор, если у вас длинные волосы — соберите их в прическу, — предлагает Юлия Зверева. — Не носите украшения или очищайте их каждый раз, когда приходите домой. Не забывайте промывать или опрыскивать санитайзером и потом насухо вытирать ключи, брелки, очки.

Стирать одежду, в которой вы ходили в общественном месте, рекомендуется при максимальной температуре, но не менее 60 градусов. Полотенца и постельное белье из хлопковых тканей стирайте в режиме кипячения. Постирать верхнюю одежду не так просто, но ее достаточно хранить в от-

дельном шкафу или там, где вы не прикасаетесь к ней. Легкие куртки и плащи стоит стирать как можно чаще, не реже раза в неделю. Кстати, рюкзаки и сумки контактируют с внешней средой так же, как и верхняя одежда. Протирайте их дезинфицирующим раствором или стирайте. Ну а самый «грязный» предмет, напоминает Юлия Зверева, — это наш мобильный телефон. Протирайте его дезинфицирующими салфетками как можно чаще!

Текстиль

Меняйте и стирайте постельное белье не реже раза в неделю, а лучше дважды

Прихожая

Зеркала и шкафы в прихожей — те поверхности, на которых скапливаются бактерии и вирусы, принесенные вами с улицы. Их надо обрабатывать в первую очередь, желательно — каждый раз при возвращении домой. Для этого подойдут и обычные бытовые моющие средства, не обязательно проводить дезинфекцию. Не забывайте отдельно протирать ручки шкафов, в которые вы убираете одежду. При генеральной уборке стоит почистить и светильники

Ручки и замки

Тщательно мойте самые «опасные» места — дверные ручки, вертушки замков, дверные цепочки

Пылесос отдохнет

В прихожей лучше не пылесосить, а проводить влажную уборку: в этой части квартиры наиболее велик риск скопления вирусов, принесенных с улицы, а пылесос может разнести их по всем помещениям

Чем чаще вам приходится выходить из дома, тем чаще и тщательнее надо проводить уборку квартиры!

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



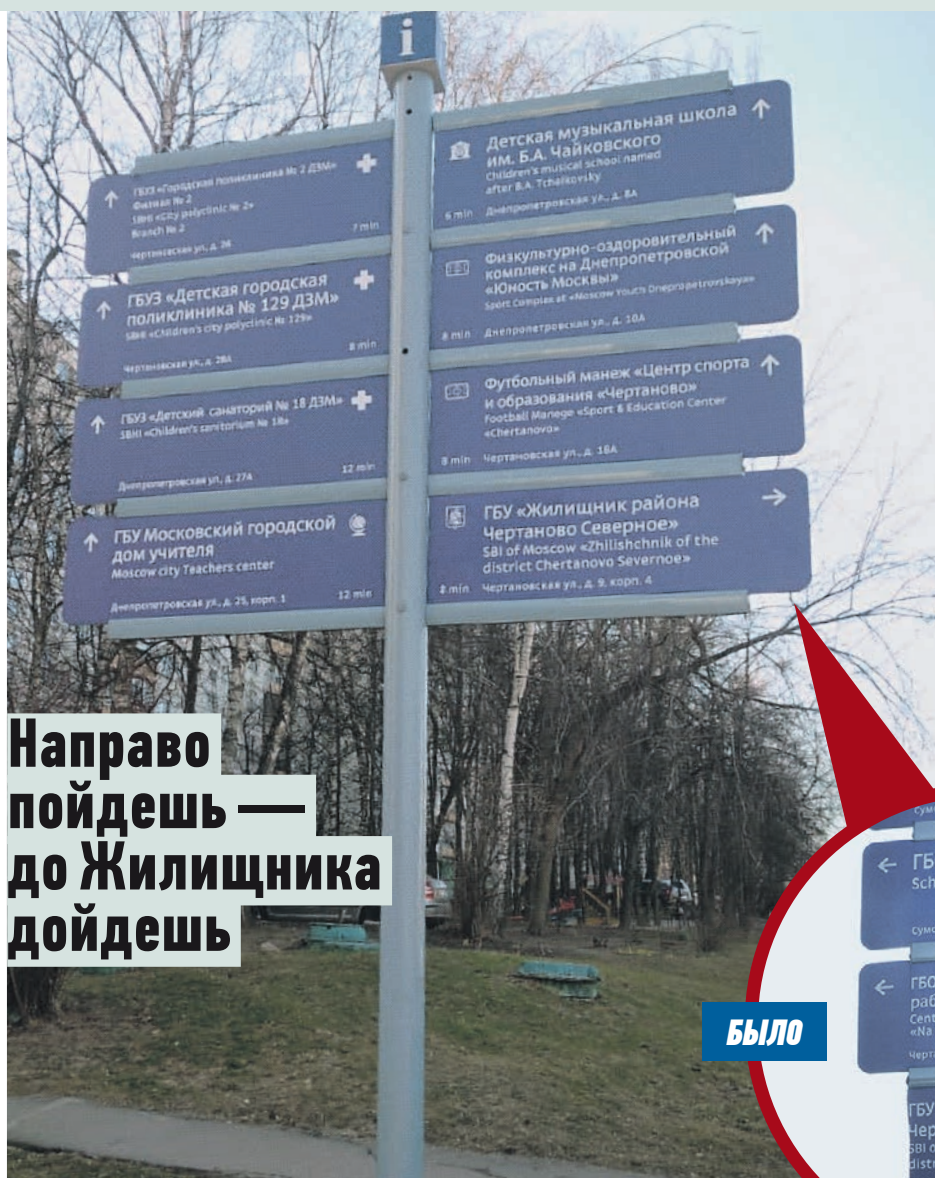
Решение есть. Звоните нам

(499) 557-04-24, доб. 244 | ug@vm.ru

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 газеты «Южные горизонты» обратился житель района Чертаново Центральное Николай Горлов. Он пожаловался на то, что у дома № 7, корпус № 1, по Днепропетровской улице сломан информационный указатель, и его не восстанавливают. Корреспондент «ЮГ» выехал на место.



Направо пойдешь — до Жилищника дойдешь

БЫЛО



Два года назад в столице начали обновлять информационные таблички. По всему городу появилась навигация в едином сине-белом стиле. На указателях — вся информация о важных объектах в районе. Например, о поликлиниках, школах и органах власти. — Такая навигация очень меняет облик города: указатели аккуратные, но-

вые, — рассказывает Николай Горлов. — Плюс очень удобные. Раньше не разберешься, что где, а тут все понятно, по стрелочкам расписано. Но недавно у нас на улице между домами № 5 и № 7 сломался один информационный щит, на котором были написаны данные с адресом «Жилищника» района. А ведь это важная организация, куда многие жители идут с разными вопросами. Выезд на место подтверждает слова жителя. Действительно, на тротуаре

стоит столб, на котором установлены восемь указателей с информацией о месторасположении организаций. Но одна табличка сломана. Чтобы узнать, кто занимается обслуживанием таких указателей, обращаюсь к специалисту. — Когда такие таблички только появилась по городу, их обслуживание передали ГБУ «Московский аналитический центр в сфере городского хозяйства», — объясняет юрист Василий Крячко. — А недавно эти

10 апреля 2020 года. После обращения жителей информационную табличку на Днепропетровской улице починили

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ВЛАДИМИР МИХЕЕВ
глава управы района Чертаново Центральное



Наши специалисты отремонтировали информационный щит у дома

№ 7, корпус № 1, по улице Днепропетровской. Мы всегда стараемся оперативно реагировать на обращения жителей и выполнять все работы сразу. К сожалению, тут все зависело не только от нас: мы долго ждали поставки материала.

Газон восстановят летом

Несколько лет назад у нас рядом с домом (ул. Мусы Джалиля, 16) проложили трубы, и с тех пор газон не привели в порядок. Когда у нас проведут полноценное озеленение?

Александр Петухов, район Ябликово

ОТВЕТ Специалисты проведут восстановление газона (а именно подсыпят плодородный грунт с посевом семян травы) у вашего дома летом этого года.

Константин Князев, глава управы района Ябликово

Безопасный переход будет

Пожалуйста, сориентируйте, когда закончится строительство перехода через железнодорожные пути от Варшавского до Загородного шоссе. Его очень не хватает.

Александр Трищенко, район Донской

ОТВЕТ Пешеходный переход через Павелецкую железную дорогу планируется ввести в эксплуатацию до конца 2020 года.

Дмитрий Соколов, глава управы района Донской

Все для удобства детей

Ворота, ведущие к детскому саду школы № 1527, проходят через наш двор (ул. Затонная, 8, корп. 1). Это не главный вход, главный вход закрыт. Машины въезжают к нам, курсируют тут с утра до вечера. Администрация детского сада на наши жалобы не реагирует и открыть главный вход отказывается.

Людмила Родина, район Нагатинский Затон

ОТВЕТ В вашем дворе интенсивное движение машин, потому что его многие используют для объезда в связи с перекрытием части дорог в месте строительства метро. Указанные вами ворота детсада используются для проезда специальной техники. В этом садике организована инклюзивная образовательная среда, его посещают дети-инвалиды, в том числе колясочники. Проходы к зданию организованы с учетом удобства для таких ребят.

Ирина Джигоева, глава управы района Нагатинский Затон

Ступеньки отремонтировали

На входе в наш подъезд ступеньки в ужасном состоянии. Постоянно спотыкаемся и падаем. Не оборудованы перила. Старикам вообще сложно подняться: приходится ждать, пока кто-то появится, чтобы подали руку. Наш адрес: Елецкая, 9, корп. 2, подъезд 8.

Нина Сапожкова, район Орехово-Борисово Южное

ОТВЕТ Ступеньки отремонтировали, перила установили.

Валентина Козельская, глава управы района Орехово-Борисово Южное

ЦИФРА

18

обращений от жителей округа поступило на горячую линию газеты с 10 апреля. Вопросы и жалобы мы принимаем по телефону и на электронную почту.

АНДРЕЙ ОБЪЕДКОВ
okruga@vm.ru

Маше Айкашевой (после замужества Горбуновой) исполнилось 18 лет, когда она с отличием окончила снайперскую школу. На советско-финскую войну не успела. На Великую Отечественную мобилизовалась после третьего заявления в райвоенкомат, как только вышел указ И. В. Сталина о призыве на фронт девушек с образованием не ниже среднего.

«Я снайпер, — писала Айкашева, — мое место на фронте, не в тылу».

— Я в цель попадала за 800 метров, даже в 40-градусные морозы. Щеки и нос подморожены, — рассказывает Мария Александровна, касаясь лица.

Показывает мне черно-белый снимок в большом семейном альбоме. Встрою — молодые люди с винтовками, две девушки скромно выглядывают из-за их спин. — Мы с подружкой Аней, единственные ученицы среди 25 парней были. Хотели родину защищать, — объясняет пенсионерка.

И все же в 1941-м ее направили в удмуртскую школу обучать ребятишек. Айкашева закончила педагогический техникум. Только в 1942-м ее вместе с другими добровольцами повезли оборонять столицу. Формировалась 2-я дивизия ВНОС

(воздушного наблюдения, оповещения и связи).

— В первые годы войны столицу часто бомбили. С 1941-го по середину 1942-го года к центру, Красной площади, в обход наших истребителей, зениток и аэростатов смогли прорваться 388 вражеских самолетов, — делится информацией Мария Александровна. — Нас выставили в кольцо наблюдения за воздушным пространством Москвы. До августа 1943 года налеты продолжались постоянно. В течение месяца мы учились на слух и по внешним признакам определять немецкие самолеты. И сегодня, если бы услышала гул «Хенкеля», узнала бы его...

Землянка с установленным в ней телефонным аппаратом, в 50 метрах небольшой навес, на многие километры вокруг ни строений, ни людей. Так выглядели наблюдательные посты ВНОС в Подмоскovie. Пост Маши Айкашевой располагался в районе поселка Михнево, на юге. Дежурили с биноклем и винтовкой, сменяясь каждые два часа, четыре девушки.

— Два часа на посту, два часа на телефоне, два часа готовили еду. Перловку на первое и на второе, с тех пор даже слышать о ней не могу, — признается ветеран. — На сон выделялось тоже два часа.

Первые месяцы наблюдений давались девушкам совсем непросто.

ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА



27 марта 2020 года. Ветеран Мария Горбунова у себя дома перебирает архив (1). 1947 год. После войны Мария Айкашева работала заведующей библиотекой. На фото она с коллегой (2). Книжка красноармейца Айкашевой (3)

— Не забуду, как падал горящий бомбардировщик, подбитый нашими истребителями, с оглушительным ревом прямо над землянкой прошел. Мне показалось, что и я сгорю. Тогда первые седые волосы у меня появились, — рассказывает Мария Александровна.

Неудивительно, что из соседнего полка как-то пытались сбежать две сослуживицы Айкашевой, не выдержали постоянного психологического напряжения.

— С танкистами хотели уехать на фронт, поймали их, судили как дезертиров. Я на показательном суде была. Обычные девочки, в штрафбат попали, — вздыхает ветеран.

Ее военная карьера закончилась неожиданно. Получив высокую оценку за грамотное

исполнение заданий и первую свою награду — медаль «За боевые заслуги», — Мария Айкашева стала... артисткой. В красноармейской книжечке ее можно прочитать: младший сержант — певица ансамбля Центрального фронта ПВО. — Моя подруга — напарница Катя Шемахина — даже на боевом посту постоянно что-то напевала, я ей иногда вторила. И когда с января 1944 года во всех воин-

98-летняя Мария Горбунова вспоминает, как рвалась на войну и хотела родину защищать. Ее призвали на фронт в 1942-м

ских частях Подмоскovie стали создаваться бригады самодеятельности, наш певческий талант заметили, — вспоминает ветеран. Боевой дух военнослужащих требовал культурной подпитки. Искусство помогало выздоровлению раненых в госпиталях. Капитан 2-й дивизии ВНОС Яна Эдмундовича Гафта назначили ответственным за создание агитбригады. Он объехал все посты, нашел музыкантов, певцов, танцоров, даже рассказчиков анекдотов про Гитлера.

— Мы выступали в госпиталях и на передовой. Переезжали только по

ночам, в сплошной темноте, чтобы фашисты не обнаружили. Однажды чуть ли не столкнулись со своим же поездом, — вспоминает Мария Александровна. — Принимали нас везде с радостью. Помню, как зажигательно танцевала одна девочка цыганские танцы. Среди прочих выделялась скрипачка Танечка. Она потом журналистикой увлеклась, заметку о нашей самодеятельности к 40-летию Победы написала.

Мария Александровна показывает журнальную вырезку. С пожелтевшей страницы смотрят девушки в гимнастерках, рядом с ними баянисты. В 1945-м лучшие артисты агитбригады уже перешли в ансамбль Центрального фронта ПВО, в Чернышевские казармы. Шемахина и Айкашева оказались в тех рядах.

— Мы с Катей пели русские народные песни. Аккомпанировали нам Николай Крылов и Анатолий Шалаев, настоящие знаменитости. Они после войны даже сопровождали в концертах по всему СССР народную артистку Людмилу Зыкину. Моя Катя тоже продолжила после войны выступать в профессиональном ансамбле, сформированном при радиокомитете, — рассказывает ветеран.

А Маша Айкашева, оставшись в Москве, в первые годы была вынуждена браться за любую предложенную работу — в библиотеке, на авиационном заводе. Показала она себя и на трудовом фронте, поднялась до уровня кадрового специалиста Министерства станкостроительной промышленности. На пенсию окончательно ушла только в середине 1990-х.

— Нет, мы в Берлине не бывали. Рейхстага приступом не брали. Но каждый на своем посту брал боевую высоту, — декламирует Мария Александровна. Еще несколько лет назад эти стихи, сочиненные совместно с бывшими боевыми подругами, звучали ежегодно на их памятных ветеранских встречах. Увы, от 2-й дивизии ВНОС уже почти никого не осталось в живых...

— Но унывать не в моих правилах. Школу жизни суровую прошла и продолжаю чувствовать себя солдатом, как и прежде, — признается 98-летняя Мария Александровна, уже вдова, мать троих детей, бабушка четырех внуков и трижды прабабушка.

НАТАЛЬЯ НАУМЕНКО
okrugam@vm.ru

Гул немецкого самолета распознала бы и сегодня



ПАВЕЛ БОГДАНОВ

Меры поддержки

По мере развития ситуации с распространением коронавирусной инфекции Москва вводит дополнительные меры для поддержки жителей, попавших в трудную ситуацию. Подробности в своем блоге представил мэр Сергей Собянин (на фото).



— Ограничения, действующие в связи с пандемией коронавируса, стали серьезным ударом по привычному

образу жизни практически каждого москвича, — подчеркнул мэр. — Потеря работы, снижение доходов, необходимость самоизоляции

в четырех стенах, срыв сделок из-за прекращения выдачи необходимых документов — далеко не полный перечень проблем и неудобств, которые

сегодня испытывают многие жители города.

Сергей Собянин отметил, что основные меры социаль-

ной поддержки жителей столицы призваны хотя бы отчасти компенсировать возникшие потери, с которыми они столкнулись.

— Список — не исчерпывающий и не окончательный. По мере развития ситуации будем вводить дополнительные меры поддержки, чтобы помочь москвичам, попавшим в трудную ситуацию, — пояснил мэр.

«ЮГ» приводит полный перечень дополнительных мер поддержки.

ЕЛЕНА СМЕРНОВА
okruqa@vm.ru

Выплата/услуга	Размер выплаты/вид услуги	Срок действия выплаты	Получатели
МАТЕРИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА БЕЗРАБОТНЫХ ГРАЖДАН И СЕМЕЙ С ДЕТЬМИ			
Дополнительная выплата семьям, имеющим право на материнский капитал на ребенка до трех лет включительно	5000 рублей в месяц на каждого ребенка (выплачивается Пенсионным фондом России)	Апрель — июнь 2020 года	Женщины, имеющие детей до трех лет, независимо от дохода семьи
Повышение пособия на детей в возрасте от трех до семи лет в малообеспеченных семьях	7613 рублей в месяц на каждого ребенка	С 1 января 2020 года	Малообеспеченные семьи, имеющие среднедушевой доход менее одного прожиточного минимума, семьи безработных
Повышение пособия по безработице с региональной доплатой	Максимальный размер — 19 500 рублей в месяц, в том числе 12 130 рублей за счет федерального бюджета и 7370 рублей за счет бюджета Москвы	Апрель — сентябрь 2020 года	Граждане, потерявшие работу и зарегистрированные в качестве безработных
Надбавка безработному гражданину на несовершеннолетнего ребенка	3000 рублей в месяц на каждого ребенка	Апрель — сентябрь 2020 года	Безработные, имеющие детей
Оказание адресной социальной помощи семьям с детьми	Выдача электронных сертификатов на детские товары, продовольственные товары, товары длительного пользования	С 26 марта 2020 года	Малообеспеченные семьи с детьми
Продовольственная помощь	Выдача продуктовых наборов взамен питания в школах	Апрель 2020 года	Школьники, имеющие право на бесплатное питание
Увеличение пособий по временной нетрудоспособности	Размер пособия по временной нетрудоспособности не может быть ниже минимального размера оплаты труда	Апрель — декабрь 2020 года	Работающие граждане, обязанные соблюдать режим самоизоляции, и другие
ПОДДЕРЖКА ГРАЖДАН, НАХОДЯЩИХСЯ В РЕЖИМЕ САМОИЗОЛЯЦИИ, ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И ДРУГИХ УСЛУГ НА ДОМУ И В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ			
Дистанционное обучение	Дистанционное обучение по программам общего и среднего профессионального образования		Учащиеся общеобразовательных школ и колледжей
Разовая адресная социальная помощь пожилым хронически больным гражданам, соблюдающим режим самоизоляции	4000 рублей	Март — апрель 2020 года	Москвичи старше 65 лет и граждане, страдающие хроническими заболеваниями
Дистанционная выписка и доставка на дом больничных листов		С 4 марта 2020 года	Работающие москвичи/студенты, обязанные соблюдать режим самоизоляции
Дополнительная адресная поддержка граждан, находящихся в режиме самоизоляции	1) покупка и доставка продуктов питания на дом; 2) покупка и доставка товаров первой необходимости на дом; 3) покупка и доставка на дом лекарственных препаратов и медицинских изделий; 4) выгул домашних животных; 5) покупка и доставка корма для домашних животных; 6) устройство домашних животных при госпитализации владельца.	С 26 марта 2020 года	Москвичи старше 65 лет и граждане, страдающие хроническими заболеваниями

Выплата/услуга	Размер выплаты/вид услуги	Срок действия выплаты	Получатели
Обеспечение техническими средствами реабилитации	Доставка на дом технических средств реабилитации и абсорбирующего белья	С 26 марта 2020 года	Инвалиды
Оказание реабилитационных услуг на дому		С 26 марта 2020 года	Лежачие инвалиды
Предоставление услуг сурдопереводчика	Информирование о мерах поддержки и решениях органов государственной власти в условиях режима повышенной готовности	С 26 марта 2020 года	Инвалиды по слуху
Помощь гражданам, выехавшим на дачу	Доставка дров и угля	С 26 марта 2020 года	Пожилые и хронически больные граждане, находящиеся в режиме самоизоляции
Оказание психологической помощи, дистанционное консультирование	1) психологическая помощь в круглосуточном режиме; 2) дистанционное консультирование на сайте Московской службы психологической помощи, в социальных сетях и чате Don't panic; 3) проведение вебинаров для пожилых людей в целях психологической адаптации к условиям самоизоляции	С 26 марта 2020 года	Жители города, находящиеся в режиме самоизоляции
Проект «Московское долголетие»	Занятия в дистанционном формате через личные кабинеты поставщиков услуг и открытые занятия в социальных сетях	С марта 2020 года	Пенсионеры — участники программы «Московское долголетие»
Культурные и общественные мероприятия	Спектакли, концерты, иные общедоступные культурные и досуговые мероприятия в дистанционном формате	С марта 2020 года	Жители города

КОМПЕНСАЦИОННЫЕ МЕРЫ

Временная отмена взносов на капитальный ремонт		Апрель — июнь 2020 года	Собственники жилых помещений
Временная отмена штрафных санкций за несвоевременную оплату жилищно-коммунальных услуг, неприменение мер принудительного взыскания задолженности		На период действия режима повышенной готовности	Москвичи старше 65 лет и граждане, страдающие хроническими заболеваниями
Продление срока совершения действий, необходимых для предоставления государственных услуг		30 дней со дня прекращения режима повышенной готовности, но не менее чем до 30 июня 2020 года	Граждане, которые не смогли предоставить документы, необходимые для получения государственной услуги из-за ограничений, введенных в рамках режима повышенной готовности
Продление срока действия документов	Продление срока действия паспортов, водительских прав и иных документов, срок действия которых истекает	Минимум на три месяца	Граждане, срок действия документов которых истекает в период действия режима повышенной готовности
Продление сроков действия оплаченных проездных билетов ГУП «Московский метрополитен» и ГУП «Мосгортранс»		После 1 мая 2020 года на срок, равный сроку действия таких билетов в период с 30 марта по 1 мая 2020 года, при условии, что в этот период по ним было совершено не более 6 поездок	Пассажиры общественного транспорта
Продление сроков действия оплаченных проездных билетов ГУП «Московский метрополитен» и ГУП «Мосгортранс» для обучающихся и студентов		На месяц или более со дня окончания действия режима повышенной готовности	Учащиеся и студенты

КСТАТИ

Правительство страны по распоряжению президента Владимира Путина подготовило нормативные акты для поддержки бизнеса. Теперь отсрочку по уплате страховых взносов в социальные фонды могут получить не только , но и малый и средний бизнес. Также для этих предпринимателей (из наиболее пострадавших отраслей) будут перенесены сроки уплаты налогов и сборов за ближайшие шесть месяцев. Малый и средний бизнес сможет платить равными частями в течение года после завершения отсрочки.

Перенести работу, учебу и развлечения на дом не просто. Но сегодня, в условиях, связанных с возможностью распространения коронавируса, эти меры крайне необходимы. За советом, как сделать так, чтобы всем членам семьи было бы комфортно в такой непривычной ситуации, «Южные горизонты» обратились к жительнице района Бирюлево Восточное — многодетной маме Елене Гусаровой.

Ей, как говорится, не привыкать. Когда в семье семеро детей, без дисциплины не обойтись. У каждого ведь свое жизненное расписание, нужды и потребности. Старшие сыновья Елены и Ивана Гусаровых — уже совсем взрослые ребята: Михаилу 23 года, Никите — 21. А их младшему брату Пете всего два года. Трое ребят — школьники: Данила учится в 10-м классе, Сте-

29 марта 2020 года. Семья Гусаровых (слева направо): Данила, Степан, Маша, Лиза, мама Елена с Петром на руках, папа Иван, Никита и старший сын Гусаровых Михаил (в центре)

пан — в 5-м, а Маша — во 2-м. Шестилетняя Лиза посещает подготовительную группу детсада. Вот такая разновозрастная команда. — Семья — как механизм, в ней все должно работать четко, — говорит Елена. — А задача мамы — нести спокойствие и быть, если хотите, менеджером, чтобы всех организовать и за всем уследить.

Контакт со школой № 902 «Диалог» у Гусаровых давно налажен: все семеро детей — бывшие, нынешние или будущие ученики этого учебного заведения.

— Было время, когда мы с мужем входили сразу в пять родительских комитетов, — вспоминает Елена. — Для нас очень важно, чтобы дети хорошо учились, ведь от этого зависит их будущее.

Примечательно, что именно администрация школы была инициатором награждать Гусаровых орденом «Родительская слава», который был им вручен в прошлом году именно за активную родительскую позицию. Когда у пап и мам других учеников возникают те или иные проблемы, свя-

занные с воспитанием подрастающего поколения, они совершенно точно знают: Елена всегда поможет, даст разумный совет. Вот и сейчас не всем удается дома усадить чадо за уроки.

— Да, многие жалуются на эту проблему, — говорит многодетная мама. — Дети не думают, что раз в школу не ходим, значит, каникулы. А нужно учиться. Мы с ребятами договариваемся так: чем быстрее будут сделаны все задания, тем скорее можно будет играть, отдыхать. Конечно, здесь очень важен авторитет родителей. Мои меня слушаются, в нашей семье родительское слово — закон.

Как сказала, так и делаем. И никакой паники в связи с вынужденным дистанционным обучением у нас нет. Много, естественно, и от учебного учреждения зависит. Школа «Диалог» одной из первых начала внедрять информационные технологии. Опыт работы с электронными журналами и дневниками давно отра-

ботан и у учителей, и у родителей. Это большой плюс. Да, были некоторые проблемы с тем, чтобы отрегулировать удаленный доступ детей: у каждого ведь свой пароль, свои задания. У других родителей, знаю, поначалу тоже были некоторые технические проблемы с интернетом, система зависала из-за перегрузки. Но здесь очень грамотно педагоги себя повели. Всех успокоили, что никто не будет предъявлять детям претензии за не сданные в срок задания. Так что с этой точки зрения в нашей школе все налажено, дети учатся в рабочем режиме. Все при деле.

В большой семье все делать сообща веселее — и домашнее задание выполнять, и спектакль смотреть

Бездельничать у Гусаровых никто не привык. Папа Иван успешно занимается бизнесом. Работает и Елена. Она — фотограф, специализируется на студийных и семейных съемках. И, казалось бы, когда успевает? Оказывается, тоже особого секрета нет — ей же вся большая семья помогает! У старших ребят есть свои обязанности по дому, а все проблемы здесь принято решать сообща.

Михаил работает финансовым аналитиком в одной из столичных компаний, учится в магистратуре. Но если мама и папа заняты, он ходит вместо них на родительские собрания. Причем с удовольствием.

— Приятно, когда ребята хвалят учителя, у которых я когда-то учился, — говорит он.

Никита до службы в армии закончил колледж гостинично-туристического бизнеса и сейчас работает по специальности. По стопам

старшего брата планирует пойти и 16-летний Данила. Экономика и финансы — сфера его интересов.

— Еще Данила играет в волейбол за школьную команду, — рассказывает Елена. — Степан у нас тоже со спортом на «ты». Охотно играет в шашки и шахматы, но предпочтению отдает футболу.

А Мария — лучшая в классе ученица. И в школе у нее, помимо основных уроков, очень много дел. Девочка — участница хора, еще она занимается в фольклорной студии и посещает кружок косооплетения.

— Создание причесок ее очень увлекло, — рассказывает Елена. — В нашей школе вообще отличная система дополнительного образования.

Данила, например, сейчас учится вождению. Да, на базе школы. И все занятия бесплатны! Мы ни в коем случае не принуждаем детей чем-то заниматься. Они выбирают сами и только то, что им действительно интересно. Меня часто спрашивают, надо ли отдавать детей сразу в несколько секций. Всегда говорю: только если это ребенку в радость, а не в тяг. Перегружать нельзя ни в коем случае! У детей должно быть свободное время.

Конечно, сейчас кружки, секции и студии временно пришлось отменить.

Но Гусаровы не унывают. Дома всегда есть чем заняться!

— Мы с Лизой не перестаем выполнять ее подготовительные занятия к школе, — говорит многодетная мама. — А уроки с ребятами, знаете, сейчас даже быстрее получается делать. Удастся нам организовать и развлекательную программу на дому. Недавно в режиме онлайн посмотрели спектакль «Старик Хоттабыч».

По словам Елены, время, потраченное на детей, — самое счастливое. И о том, что сейчас пришлось отдать в пользование одному из ребят свой рабочий компьютер, она совершенно не переживает. Разве это главное?

Тем временем Петр активно включился в общую беседу и болтает без умолку. В семье его называют «улыбашка». А он и правда не перестает раздаривать свою добродушную, открытую улыбку. Еще бы! Братья, сестры дома. Вместе им всегда хорошо.

НАТАЛИЯ ПОКРОВСКАЯ
okruqa@vm.ru



И вместе им хорошо

Гранд российской музыки — так некогда отзывался об Александре Градском (на фото) поэт Евгений Евтушенко. Эта формулировка Евтушенко и стала названием книги о музыканте. Книга примечательна тем, что у нее много авторов, понятное дело, главный из них — Градский.

За кого-то пишут ближние и дальние, за иных — официальные (либо самоназначенные) биографы, но это биография всего лишь. Градский же сам написал свою судьбу: из его публичных высказываний, даже брошенных вскользь (едких, метких, ироничных, высокомерных, чего греха таить), можно составить не один том. Если же увлечь конфидендента беседой, а Град-

Музыкант

Александр Градский: Человек естественно стареет. И это весело

ский благодарный собеседник, то иероглиф судьбы, музыканта, поэта, философа, да просто жадного до жизни человека — проступает рельефно и афористично, так, что не согрешь. Судьба Александра Борисовича Градского, безусловно, мифологична, отчасти он сам невольный автор этой мифологии, а возможно, и нарочитый. Но с гениями не спорят, потому парафраза от самого маэстро Градского.

О КОЛЛЕГАХ И НЕ ТОЛЬКО

...Сейчас сочиняется колоссальное количество историй про то, что Виктор Цой зарабатывал на концертах сумасшедшие деньги.



У Виктора было два или три великих концерта и еще несколько классных «айзенштейнских» (Юрий Айзеншпис, концертный директор группы «Кино». — «ЮГ»). Удивительных. И по приему публики, и по драйву, и по заработку. И вот человек на взлете вдруг уходит из жизни. Кто знает, каким он был бы сейчас. Играл бы на корпоративах, почему нет? Ты делаешь свою музыку, ты делаешь свое искусство вне зависимости от того, где находишься... Горячие поклонники Виктора пишут на стенах «Цой жив» потому, что им нужен живой герой. Мертвый герой удобен начальству, чем выше поднимать мертвого героя, тем менее значимы в глазах общества живые сегодняшние герои. Живого героя всегда можно упрекнуть величию мертвого героя. «Вот, дескать, Высоцкий — это супер! А ты кто такой?» Поклонникам Виктора как раз нужен живой Цой, поющий, общающийся... Поэтому есть противоречие дикое. Из Вити лепят какую-то бронзовую хренотень в то время, как нет памятника Мусоргскому, например. ...Всенародная любовь необъяснимая меня не устраивает. Когда всенародно любят какого-то исполнителя, я не понимаю, откуда берется такая любовь, если человек не поет уже 20 лет. Но всенародная любовь есть — стопроцентно. У меня нет такой любви, по крайней мере я ее не ощущаю. Последнее время наблюдаю нечто вроде благодарности за то, что я существую. Это выражается в каких-то странных словах, которые говорят мне совершенно посторонние люди, например: «Здоровья

...Еще о нем. Как-то на юбилейном концерте Александры Пахмутовой в финале все вышли на сцену и пели «Надежду». Муслим уже много лет не выступал, но к Пахмутовой приехал и спел фантастично. Во время финального выступления нам с Муслимом не досталось микрофонов. Запелал Иосиф Кобзон, остальные — кто пел, кто имитировал. Мне имитировать было лень, и вот в припеве я как «дал» на октаву выше. Вижу, Магометович чуть не на пол падает от смеха. Мы ближе подошли друг к другу, и вдвоем, без микрофонов так «врезали», что Давыдович оглянулся, мол: «Вы что тут творите!» Но мы до самого конца «дотворили».

О МУЗЫКЕ И МИФОЛОГИИ СУДЬБЫ

...У всех людей когда-то кончается набор идей. Были гениальные открытия в жанре эстрадной песни у Марка Фрадкина. Это 25 или 30 великих произведений. Может быть 40, 50 гениальных произведений умоей замечательной старшей коллеги Александры Николаевны Пахмутовой. Когда-то это происходит со всеми — ты не знаешь, что дальше писать. Уже столько придумано, столько найдено интересного, что каждая следующая находка для тебя — это очень трудная работа.

...В музыке все, как и в жизни — есть недомыслики, недопродюсеры, недокомпозиторы. Они все живут в мире недомифологии. И так они находятся в связи, в результате — продукт, который доступен людям. Другого продукта нет. Ты можешь посмотреть хоть тысячу «Голубых

Совершенно посторонние люди желают мне здоровья. Про себя думаю: был молодым — не желали

вам». Про себя думаю: «Раньше никто не желал здоровья, как состарился — стали желать»... Естественным образом человек стареет — это весело. Только теперь я стал понимать Муслима Магомаева, однажды мы с ним об этом говорили. Я был начинающий, а он — ярчайшая звезда всесоюзного масштаба, мы случайно оказались в совместной гримерке. Муслим сказал: «Ох, как я устал, эти постоянные приставания, не могу никуда выйти», — я проникся тем, как он это сказал, и запомнил надолго.

огоньков» подряд, там будут одни и те же артисты. Проблема в одном — они уже старые все. Как и я. Более того, интересно другое. Я-то еще пою. А они даже не поют. Посему я и говорю, что «Градский Холл» — альтернатива. Здесь молодые люди. Они обалденно поют, по-настоящему и всегда живьем.

ЮРИЙ КРЫЛОВ
okruga@vm.ru

При подготовке публикации использованы материалы книги Евгения Ю. Додолева «Александр Градский. Гранд российской музыки»

Тренируемся с «Сиренами»

Во время самоизоляции многие москвичи начали набирать вес. Оно и понятно: меньше двигаемся, а как только заканчиваем текущие дела — бежим к холодильнику, чтобы порадовать себя чем-нибудь вкусненьким. Девушки же из команды по американскому футболу «Московские сирены», наоборот, уверены: самоизоляция — лучшее время, чтобы привести себя в форму.

ВИКТОРИЯ ДЗАГОЕВА
игрок защиты
Я очень люблю энергозатратные упражнения. Мое самое любимое — берпи. Ставим ноги на ширине плеч. Далее прыжком принимаем позицию «упор присев» — сгибаем ноги в коленях, упираемся прямыми руками в пол перед собой и переносим на них часть веса. Затем так же прыжком принимаем позицию «упор лежа» — руки в том же положении, ногами отталкиваемся от пола, выпрямляем их и приземляемся на пальцы ног. В этом положении делаем одно отжимание, далее «упор присев», и из этого положения выпрыгиваем вверх, выпрямляя ноги. Достигнув верхней точки, делаем один хлопок в ладоши над головой. И далее все заново. Это упражнение частенько используется тренерами в командах по регби как дисциплинарная мера.

Девушки из команды по американскому футболу уверены, что нельзя расслабляться даже дома

сим на них часть веса. Затем так же прыжком принимаем позицию «упор лежа» — руки в том же положении, ногами отталкиваемся от пола, выпрямляем их и приземляемся на пальцы ног. В этом положении делаем одно отжимание, далее «упор присев», и из этого положения выпрыгиваем вверх, выпрямляя ноги. Достигнув верхней точки, делаем один хлопок в ладоши над головой. И далее все заново. Это упражнение частенько используется тренерами в командах по регби как дисциплинарная мера.



ДИНАРА НАЗИПОВА



ВИКТОРИЯ ДЗАГОЕВА

ДИНАРА НАЗИПОВА
игрок нападения
Главное в тренировках, конечно, их регулярность: надо заниматься по несколько раз в неделю, не меньше. Завершать тренировки лучше растяжкой. Еще можно попробовать упражнения на баланс. Я их очень люблю. Занимаюсь с фитболом, но делать их можно и без специального оборудования. Попробуйте, стоя на правой ноге, прижать левую ногу за колено к груди. Затем наклонитесь и коснитесь правой рукой пола. Повторите упражнение по 15 раз на каждую ногу. Сделайте два-три подхода.

АННА БУТЕНИНА
капитан команды
Пока наши тренировки отменены, мы всей командой занимаемся дома: иногда самостоятельно, а иногда по видеосвязи. Так тренировки получаются веселее. Сначала проводим небольшую разминку, чтобы разогреть мышцы. А дальше — каждый делает упражнения, которые ему нравятся. Очень важно, чтобы во время занятия вам было комфортно, ведь на одни и те же группы мышц есть множество разных упражнений, нужно просто найти свое. Я, например, очень люблю планку, выпады и ягодичный мост. В конце занятия мы всегда проводим растяжку, чтобы потом мышцы меньше болели. Тренируйтесь вместе с «Сиренами», оставайтесь дома и берегите себя!



АННА БУТЕНИНА

РАИСА САРГСЯН
okrug@vn.ru

Когда сидишь дома, рука так и тянется открыть холодильник. Диетолог Марият Мухина рассказывает, как питаться на самоизоляции.

Не забудьте включить иммунитет

Правильное питание в период пандемии — это ограниченное питание. Сахар и быстрорастворимые каши вредны. Уже доказано, что существует биохимия иммунитета, а его поддерживают белок и углеводы, содержащиеся в овощах и фруктах. Если вы переборщили с сахаром, то в результате в своем организме можете получить армию грибков и массу бактериальной флоры. Ничего хорошего, правда? Если, например, съесть две вафли и выпить стакан сладкого чая, то это «выключит» иммунитет на пять часов. Это доказано.

Что касается столь полезного белка, то нельзя питаться только курицей или говядиной. Это неважный выбор! Мясо, птица, рыба, субпродукты, морепродукты — эти типы белковых продуктов следует чередовать. Кстати, не надо есть кожу птицы, потому что там могут быть антибиотики и другие вещества, которые ослабляют иммунитет. Следите за тем, чтобы организм сейчас получал много пребиотиков, которые содержатся в квашеной капусте и кисломолочных продуктах. Они повышают иммунитет, не дают перегрузить поджелудочную железу и противостоят накоплению гнилостной микрофлоры и грибков. Чистому организму, в случае чего, будет легче бороться с вирусом.

Приветствуются растительные иммуномодуляторы, например эхинацея. Чеснок и лук, имбирь и лимоны — серосодержащие, они тоже отлично действуют на человека. Костные бульоны тоже повышают иммунитет. Любителям картофеля посоветую есть синий картофель, с антоцианами, который очень полезен для организма. Помните, что правильное питание — 50 процентов успеха в противостоянии вирусу.

Очень важно следить за микроциркуляцией и микролимфоциркуляцией крови, поэтому, сидя дома, не забывайте про активность в течение дня. Я советую как минимум несколько раз в день лежать с высоко поднятыми ногами и делать приседания столько раз, сколько позволяет физическая подготовка.

На ужин выбирайте овощи и фрукты. Ложитесь спать с закатом солнца. И постарайтесь не набрать вес за период самоизоляции, потому что опыт показал, что от COVID-19 чаще и серьезнее всего страдают люди с лишними килограммами. Будьте здоровы и берегите себя!

Подготовила
ОКСАНА КРУЧЕНКО
okrug@vm.ru

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

