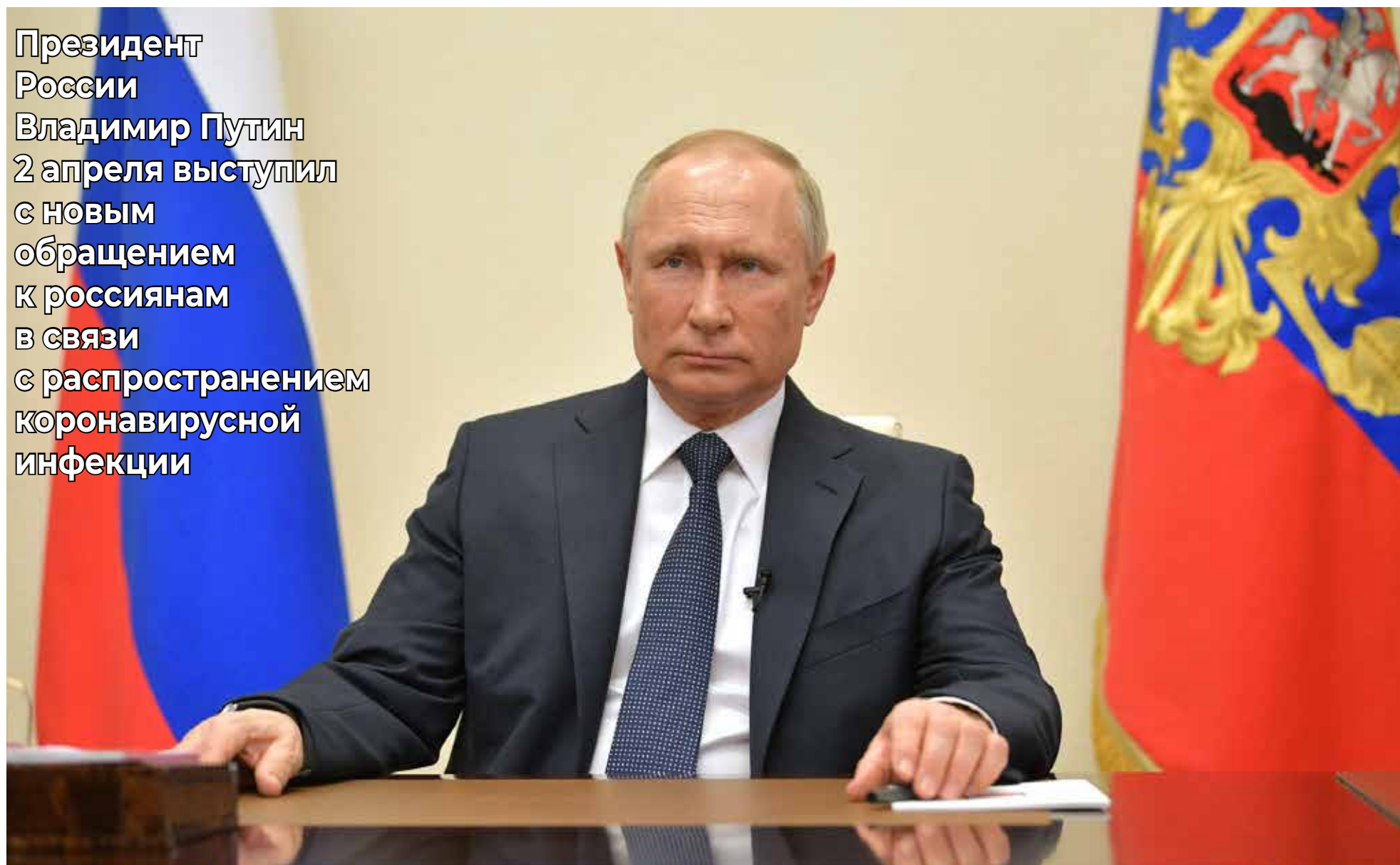




Президент
России
Владимир Путин
2 апреля выступил
с новым
обращением
к россиянам
в связи
с распространением
коронавирусной
инфекции



Президент продлил режим нерабочих дней

Глава государства распорядился продлить нерабочие дни до 30 апреля с сохранением зарплат, но не исключил сокращения этого срока в случае изменения ситуации к лучшему.

Органы власти, аптеки, магазины товаров первой необходимости продолжают работу.

– Сохранение рабочих мест и доходов граждан даже в условиях пандемии – безусловный приоритет властей, – сказал президент.

Путин объявил о необходимости более жестких ограничений в ряде регионов. Президент также поручил установить в регионах особый порядок передвижения лиц и транспортных средств, за исключением межрегиональных перевозок, соответствующий указ приводит пресс-служба Кремля.

Глава государства поблагодарил всех, кто соблюдает рекомендации по профилактике. Он подчеркнул, что пик эпидемии в мире и в России еще не пройден.

Президент назвал крайне важной общую ответственность и взаимоподдержку в ситуации с коронавирусом, это позволяет снизить риски.

По словам Владимира Путина, переломить ситуацию с коронавирусом в Москве пока не удастся. При этом получилось оградить пожилых людей от инфекции, не допустить вспышки в детских учреждениях. Он считает, что власти смогли выиграть время для упреждающих действий против коронавируса.

#БудьтеДома





Губернатор Московской области Андрей Воробьев подписал постановление №171-ПГ от 02.04.2020 об усилении мер по борьбе с коронавирусом

Нововведения со 2 апреля:

- период ограничений продляется до 1 мая;
- выплата для граждан из группы риска, которые дисциплинированно провели период самоизоляции, будет выплачена 14 апреля;
- граждан с COVID-2019 и совместно проживающих с ними обязывают применять технологии электронного мониторинга местоположения гражданина в определенной геолокации;
- расширяется группа лиц, которым за счет бюджета Московской области должны обязательно сделать тест на COVID-2019:
 - контактировавшие с больным COVID-2019,
 - с диагнозом «внебольничная пневмония»,

Усиление мер по борьбе с коронавирусом

– старше 65 лет с симптомами респираторного заболевания,
– медицинские работники, имеющие риски инфицирования COVID-2019 на рабочих местах (еженедельно),
– находящиеся в учреждениях постоянного пребывания (например, кадетские корпуса, дома-интернаты, учреждения ФСИН России).

Функционирующим организациям необходимо определить сотрудников, не подлежащих переводу на дистанционный режим работы; подлежащих переводу на дистанционный режим работы; тех, для кого установлен режим работы выходного дня с сохранением заработной платы.

Днем ранее, 1 апреля, Андрей Воробьев на телеканале «Россия 1» подробно рассказал о мерах, направленных на снижение риска распространения в регионе коронавирусной инфекции COVID-19.

С этой целью реализуется план действий, предусматривающий в том числе оснащение больниц, поликлиник и стационаров современным медицинским оборудованием. Кроме этого, в Московской области откроются шесть инфекционных центров для пациентов с коронавирусом, дополнительно будет создано 1,4 тысячи койко-мест.

– Это отдельно стоящие помещения, изолированные, для того чтобы были

соблюдены все необходимые условия. У нас сейчас три человека в тяжелом состоянии и 11 находятся на искусственной вентиляции легких, – сказал губернатор. – Все, что касается лекарств, инфекционных коек, протокола лечения – все нюансы разрабатываются на федеральном уровне. Эта координация для нас очень важна и полезна. Мы оборудуем инфекционные койки, купили дополнительно аппараты ИВЛ.

Особое внимание уделяется обеспечению безопасности врачей, работающих с инфицированными пациентами. Для медицинского персонала приобретаются средства индивидуальной защиты.

– Четыре маски в день нужно каждому врачу. Мы занимаемся тем, чтобы были и лекарства, и костюмы защиты. Запас таких одноразовых костюмов у нас – на месяц работы, – сказал Воробьев.

В ходе интервью был затронут вопрос о мерах дополнительного контроля за соблюдением режима самоизоляции, которые могут быть введены на территории столичного региона.

– Блокировки Подмоскovie и Москвы не планируется. Мы ведем максимально согласованную политику, область и столица – единое столичное пространство. Здесь никто заборов городить не будет, – сказал Воробьев. – Что касается пропусков – это следующая мера, мы к ней готовимся. У нас никаких бумажных документов не будет, сейчас программисты разрабатывают удобную цифровую платформу. Мы делаем так, чтобы это было удобно, доступно. Большое внимание уделим разъяснению, как зарегистрироваться на этой платформе. В Московской области это будет mosreg.ru.

Губернатор поблагодарил жителей Подмоскovie за соблюдение режима самоизоляции, а также сотрудников полиции за ведение разъяснительной работы: «Очень ответственно большинство граждан относятся к этим мерам. Все больше людей понимают, насколько важно оставаться дома и соблюдать карантин. Полиция делает большую работу, разъясняет, просит всех оставаться дома. Такая мера направлена на то, чтобы снизить скорость распространения коронавируса».

Горячая линия по коронавирусу в Московской области



8-800-550-50-30

Меры профилактики в Большом Подольске



Глава Городского округа Подольск Николай Пестов проинформировал жителей об эпидемиологической обстановке в Большом Подольске и о том, какие меры принимаются, чтобы держать ситуацию под контролем

– Информировать жителей нашего округа, что по состоянию на 1 апреля в Климовской городской больнице №2 находятся 8 инфицированных и один больной.

Один переболевший житель Городского округа выписан в удовлетворительном состоянии.

Однако за минувшие сутки число лиц, находящихся под врачебным контролем дома, значительно увеличилось: на сегодня это 347 человек, большинство пришло из зарубежных стран, 60 из них – лица, которые были в контакте с инфицированными.

Так что обстановка продолжает оставаться напряженной, и в этой связи я благодарен всем жителям округа, кто строго относится к соблюдению рекомендаций и находится дома.

Списки граждан, прибывших из-за рубежа, незамедлительно передаются в органы внутренних дел для обеспечения контроля соблюдения ими режима нахождения на дому.

Также списки адресов находящихся под медицинским наблюдением граждан передаются в наши управляющие компании – им в помощь заключены дополнительные договоры с клининговыми организациями, чтобы в первоочередном порядке проводить внеплановую генеральную уборку и дезинфекцию подъездов многоквартирных домов именно по этим адресам.

Мы практически выходим на обеспечение минимальной потребности в обеспечении защитными средствами, масками работающих

смен предприятий жизнеобеспечения и правоохранительных органов – за счет того, что производится на наших промплощадках.

Должен сказать, что работы на территории Московской областной детской больницы, которую перепрофилируют в филиал Подольской городской клинической больницы под инфекционное отделение, будут завершены до конца текущей недели. Это позволит развернуть в случае необходимости дополнительно 140 коек и 40 реанимационных мест.

По всем этим направлениям штабом под моим руководством осуществляется необходимый контроль.

Усилены органы правопорядка, практически в два раза увеличено количество патрулей полиции.

Выражаю благодарность всем, кто сегодня трудится, в первую очередь – в учреждениях здравоохранения, кто в сложных условиях добросовестно исполняет свои обязанности в организациях, по согласованию продолжающих свою деятельность.

Всех остальных прошу продолжать соблюдать режим и оставаться дома.



В помощь подольчанам

Горячая линия «Коронавирус» единая по всей стране
Телефон: 8 (800) 2000-112

Единый консультационный центр Роспотребнадзора
Телефон: 8 (800) 555-49-43
Сайт: <https://rospotrebnadzor.ru/>

Министерство труда и социальной защиты РФ
Телефон горячей линии по вопросам выплаты заработной платы, справочная: 8 (495) 870-67-00
Многоканальный телефон: 8 (495) 587-88-89
Сайт: www.rosmintrud.ru

Министерство социального развития Московской области
Горячая линия министерства: 8 (498) 602-84-50
Горячая линия по вопросам оформления денежной выплаты на новорожденного: 8 (499) 673-41-94
www.msr.mosreg.ru

Подольское управление социальной защиты населения
Телефон горячей линии: 8 (4967) 54-17-01
www.podolsk.msr.mosreg.ru

Климовское управление социальной защиты населения
Телефон горячей линии: 8-915-048-12-53
www.klim.msr.mosreg.ru

Подольский центр занятости населения
Телефоны: 8 (4967) 63-68-91, 63-04-13, 63-69-96
www.pczn.ru

МосОблЕИРЦ
Телефоны контактного центра: 8 (496) 245-15-99, 8 (495) 374-51-61 (ежедневно с 08.00 до 22.00)
www.мосobleирц.рф

УМВД России по г.о. Подольск
Телефон дежурной части: 8 (496) 763-02-63
www.мвд.рф

Комитет по ЖКХ администрации г.о. Подольск
Телефоны горячей линии: 8 (496) 755-57-93 (с пн. по пт. с 9.00 до 18.00), 8 (916) 565-96-15 (ежедневно с 9.00 до 18.00)

МФЦ «Мои документы»
Телефон горячей линии: 8 (800) 550-50-30 (с 08.00 до 20.00)
Региональный портал государственных и муниципальных услуг: uslugi.mosreg.ru
Федеральный портал госуслуг: gosuslugi.ru

Оперативный штаб Волонтерского центра в г.о. Подольск
Телефон: 8 (4967) 50-04-93 (с 10.00 до 18.00)
Региональный оператор по вывозу мусора ООО «МСК-НТ»
Телефон: 8 (800) 234-36-70 (многоканальный)
Электронная почта: mo@msk-nt.ru



Инфекционный корпус в Подольске достроят 5 апреля

Подольск – один из семи муниципалитетов Московской области, медучреждения которых будут переоборудованы для госпитализации людей с подозрением на COVID-19.

– В Московской области в кратчайшие сроки будут перепрофилированы и подготовлены к приему пациентов инфекционные центры в семи городах. Строители работают круглосуточно. Набран хороший темп на объектах в Звенигороде и здесь в Подольске, уже выполнен большой объем работ. Также активно ведутся работы в Солнечногорске, Егорьевске, Талдоме и Жуковском, – сказал Владимир Локтев.

Московская областная детская больница была выбрана не случайно – на сегодняшний день она загружена всего лишь на 20% и острой необходимости в ней нет.

– На нас возложены вопросы жизнеобеспечения работников данной стройки и помощи по всем организационным вопросам нетехнического характера, – сказал заместитель главы администрации Городского округа Подольск по строительному комплексу Петр Гапонов. – Глава муниципалитета Николай

Министр строительного комплекса Московской области Владимир Локтев 28 марта провел ход работ по перепрофилированию Московской областной детской больницы в Бородино в инфекционный центр для пациентов с коронавирусом

Пестов дал распоряжение обеспечить всех работников трехразовым горячим питанием и разместить весь штат в санатории «Родина».

Медучреждение будет рассчитано на 180 мест. Персонал составят представители медицинского сообщества Большого Подольска, отметил главный врач Подольской городской клинической больницы Вардан Геворкян:

– В первую очередь мы набираем врачей-инфекционистов. Также кадровый резерв составят реаниматологи и специалисты общего профиля, медсестры, санитары. В течение следующей недели штат будущей инфекционной больницы планируется укомплектовать, – сказал Вардан Самвелович.

Министр строительного комплекса Московской области Владимир Локтев осмотрел помещения будущей инфекционной больницы, где работы выполнены уже на 65%, пообщался с рабочими.

– Одной из основных задач, помимо технического оснащения, является правильное оборудование вентиляции. Она проектируется специально для всех медкорпусов, предназначенных для пациентов с коронавирусом, – отметил Владимир Александрович. – В каждом медучреждении будут оборудованы «чистые» и «грязные» зоны, санпропускники, чтобы исключить возможность заражения медперсонала. В Подольске от графика не отстают, работы ведутся по плану. Уверен, что к концу следующей недели начнется поэтажная передача корпуса медикам для установки оборудования.

Также министр отметил, что после окончания пандемии коронавируса медучреждение продолжит функционировать как инфекционная больница.

Дарья Ключникова
Фото Андрея Сигиды

В БЕСПРЕЦЕДЕННО КОРОТКИЕ СРОКИ

Заместитель главы администрации Городского округа Подольск по строительному комплексу Петр Гапонов рассказал о темпах строительства инфекционного отделения на базе Московской областной детской больницы в Бородино. Он отметил, что в беспрецедентно короткие сроки осуществляется перепрофилирование детской областной больницы в инфекционное отделение.

– Работа началась 16 марта, на сегодняшний момент на объекте работает 320 человек, которые занимаются выполнением работ по прокладке нового вентиляционного оборудования с обустройством 141-й стационарной больничной койки и 41 места в реанимации, – сказал Петр Гапонов. – Для этого устанавливаются два дезинфектора мощностью 5 000 литров каждый, через которые будет подаваться кислород вместе со сжатым воздухом в боксы.

Петр Владимирович отметил, что на каждом из этажей монтируются отдельные вентиляционные шахты, проводится покраска помещений специальной краской, которая позволяет проводить санитарную обработку.

– Инженерно-технические системы готовы. Задача, которая стоит перед Министерством строительного комплекса Московской области и руководством Подольской клинической больницы – завершить строительные работы до 5 апреля. Будет осуществлена поставка и сборка мебели, и произведен запуск инженерных систем. После этого объект будет готов к приему пациентов, – сказал он.



Евгений Соловьев, заместитель главы администрации Городского округа Подольск по вопросам здравоохранения:

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

– Что касается обеспечения медицинским персоналом инфекционного отделения на базе детской областной больницы в Бородино, то стараемся сейчас мобилизовать врачей из других лечебных учреждений. Они уже прошли профессиональную переподготовку по лечению этого заболевания. Это и инфекционисты, и пульмонологи, и анестезиологи-реаниматологи. В больнице будет работать около 150 человек вахтовым методом по 50 человек каждые 14 дней. Там же эта бригада будет проживать, для этого созданы все условия. Индивидуальные комнаты, вентиляция, будет организовано питание.

Обучение в апреле

Министр образования Московской области Ирина Каклюгина рассказала, как в Подмосковье будет организовано обучение во время режима самоизоляции в апреле

С 6 апреля по 1 мая школьники будут обучаться дистанционно.

Студенты вузов и колледжей также продолжают обучение дистанционно. Вузы – на своей платформе, колледжи – на платформе «Цифровой колледж Подмосковья».



Детские сады будут закрыты. Но для детей работников жизнеобеспечивающих отраслей и непрерывно действующих организаций, обозначенных в указе президента России, в детских садах и начальной школе продолжают работу дежурные группы.

Зарплата всем сотрудникам государственных и муниципальных образовательных учреждений на этот период будет сохранена.

Продуктовые наборы для школьников

Подольских школьников, которые получают льготное питание в образовательных учреждениях, продолжают обеспечивать питанием в виде сухих пайков во время дистанционного обучения

По постановлению губернатора Подмосковья Андрея Воробьева с 30 марта в Городском округе Подольск проходит выдача школьникам из нуждающихся семей продуктовых наборов. Это компенсация за школьное питание, которое ученики не получают на дистанционном обучении.

В состав всех наборов входят крупы, макароны, молоко, соки, яблоки, печенье и сахар.

На сегодняшний день бесплатным питанием в подольских школах обеспечены более 10 тысяч учеников из 51 школы. Соответственно, такое же количество продуктовых наборов было подготовлено для раздачи родителям. Сформированы два вида наборов: для детей, которые получают одноразовое питание, и для тех, которые получают двухразовое.

В начале недели в Большом Подольске наборы получили все нуждающиеся. В связи с продлением режима самоизоляции до 1 мая в ближайшее время будут сформированы новые продуктовые наборы.

Если у родителей возникают какие-то вопросы, они могут обратиться в свое учебное заведение. Телефоны есть на сайтах всех школ.

Также можно обратиться в комитет по образованию администрации Городского округа Подольск: по электронной почте podolskobr@bk.ru, через сайт www.podolskobr.edumsko.ru или по телефону: 8 (496) 763-74-44.



Весенний призыв – 2020

1 апреля в России начался весенний призыв в армию, который завершится 15 июля. Из Городского округа Подольск на службу отправится около 300 молодых ребят. Большинство из них будет служить в Западном военном округе (куда входит и Московская область)

На срочную службу молодые люди набираются два раза в год – в осенний и весенний призывы.

В этом году кампания проходит на фоне пандемии нового коронавируса COVID-19, которая уже внесла некоторые коррективы в ее ход: отправка новобранцев в войска для службы начнется лишь не раньше 20 мая, а в призывных комиссиях действуют повышенные меры безопасности.

– Сейчас главная задача – не допустить возникновения и распространения коронавирусной инфекции среди призывников и военнослужащих, – сообщил военный комиссар Подольска Владимир Коротких.

Чтобы обезопасить новобранцев, призывные и сборные пункты обеспечили бесконтактными термометрами, бактерицидными облучателями, тест-системами, медицинскими масками, дезинфицирующими



средствами. Когда призывники приедут на место службы, их ждет обязательный двухнедельный карантин. Они будут жить в отдельных казармах под наблюдением медиков и к службе приступят, если все будет в порядке.

– Также предусмотрены особые меры по раннему выявлению и изоляции заболевших коронавирусом военнослужащих

в пути следования к месту прохождения службы, – подчеркнул Коротких.

Указ о весеннем призыве на службу в российскую армию президент РФ Владимир Путин подписал 30 марта.

По всем вопросам призыва звоните по телефону горячей линии военного комиссариата Городского округа Подольск: 8 (4967) 69-96-93.

Безработные получают компенсацию

Безработные жители Подольска смогут получить региональную доплату до 15 тысяч рублей с 1 апреля по 30 сентября 2020 года, для этого нужно обратиться в центр занятости населения



Для признания безработным необходимо обратиться в центр занятости населения по месту жительства (постоянной регистрации). Жители Подольска должны предварительно записаться на прием по телефонам центра занятости: 8 (496) 763-04-13, 8 (496) 763-68-91, 8 (496) 763-04-12.

В назначенную дату приема нужно иметь при себе полный комплект оригиналов

документов – паспорт, трудовую книжку, диплом/ аттестат/ документы об обучении, справку о среднем месячном заработке за последние три месяца (по форме службы занятости) по последнему месту работы.

Справку могут не предъявлять лица, прекратившие индивидуальную предпринимательскую деятельность в 2020 году. Граждане, уволенные за нарушение трудовой дисциплины или

другие виновные действия, не имеют права на получение региональной компенсации.

Граждане, имеющие регистрацию по месту пребывания в Московской области, безработными не признаются. Также безработными не признаются пенсионеры (в том числе военные), граждане, зарегистрировавшие ИП, КФХ, студенты и учащиеся очного образования, учредители ООО.

Социальные пенсии проиндексированы

Индексация касается почти 4 млн граждан, из которых 3,2 млн получают социальное обеспечение

Одновременно с этим повышены пенсии по государственному пенсионному обеспечению военных, проходивших службу по призыву, пенсии участников Великой Отечественной войны, граждан, пострадавших в результате радиационных или техногенных катастроф, награжденных знаком «Жителю блокадного Ленинграда» и другие.

Как уточнили в Управлении пенсионного фонда по Городскому округу Подольск, социальная пенсия – это регулярная госвыплата, которая назначается по старости, если у человека нет подтвержденного трудового стажа или его не хватает для трудовой пенсии.

После индексации средний размер соцпенсии составит 9,85 тыс. рублей. Средний размер соцпенсии детям с инвалидностью вырастет до 14,5 тыс. рублей, соцпенсии инвалидам с детства первой группы – до 14,6 тыс. рублей.

На фоне режима общей самоизоляции из-за коронавируса, гражданам, которые получают пенсии и пособия в отделениях «Почты России», в апреле почтальоны принесут пенсии и пособия всем получателям на дом. Речь идет о тех 8% пенсионеров, которые получают выплаты на почте. Но в апреле им доставят выплаты домой в установленный день.

– В период неблагоприятной эпидемиологической обстановки «Почта России» делает все, чтобы россияне могли оставаться дома. Для жителей Московской области почтальоны доставят пенсии и пособия на дом в установленный день выплаты, начиная со 2 апреля, – сообщили в пресс-службе «Почты России».

По телефону контактного центра 8-800-100-00-00 жители регионов могут также оставить заявку на доставку товаров первой необходимости из ассортимента отделений почтовой связи и оплату коммунальных услуг у почтальонов, при наличии мобильного почтово-кассового терминала.

Контроль за соблюдением режима самоизоляции

На 50% увеличено количество патрульных нарядов УМВД России по Городскому округу Подольск для работы с гражданами, нарушившими режим самоизоляции

– Практически весь личный состав нашего управления вовлечен сегодня в работу с населением по предотвращению распространения коронавирусной инфекции на территории округа, – рассказал 1 апреля, начальник Управления МВД России по Городскому округу Подольск **Артур Озеров**.

Он отметил, что на 50% увеличено количество патрульных нарядов. Сегодня утром на службу заступили 100 сотрудников, их первоочередная задача – проводить разъяснительную работу с теми гражданами, которые оказались вне дома, о необходимости самоизоляции в период режима повышенной готовности.

– Отдельно работаем с жителями старше 65 лет, стараемся провести анкетирование: по какой причине они вышли на улицу, ведь, возможно, им необходима помощь в решении бытовых вопросов. Эти



данные мы передаем в службы социальной поддержки. Кроме того, в круглосуточном режиме в УМВД поступают списки граждан, прибывающих из-за рубежа. Мы берем каждого на контроль и проверяем их нахождение на

самоизоляции, – сказал Артур Озеров.

Мособлдума на внеочередном заседании 3 апреля рассмотрела законопроект о введении штрафов за нарушение режима самоизоляции в Подмосковье.

Голосуй за хорошие дороги

На портале «Добродел» стартовал сбор предложений по ремонту муниципальных и региональных дорог в 2021 году. Всего на голосование выставлено более 51,5 тысячи дорог. Сбор предложений пройдет до 31 мая

Чтобы принять участие в голосовании, нужно быть зарегистрированным на сайте

Госуслуг. Для того чтобы предложить участок, надо указать соответствующую точку на

карте. Также можно прикрепить фотографию и опубликовать комментарий. По итогам участки, которые наберут больше всего голосов, включат во второй этап.

Каждый год в программе ремонта примерно четверть участков составляют те, за которые проголосовали жители. В этом году по обращениям граждан в порядок приведут более 360 участков.

Участие в формировании программы ремонта дорог жители принимают с 2017 года. С этого времени в порядок по их просьбам привели свыше 1300 участков, 1,8 тысячи километров.



МосОблЕИРЦ принимает клиентов дистанционно

Для связи с МосОблЕИРЦ клиенты могут использовать соцсети и телефон. Доступные онлайн-сервисы МосОблЕИРЦ позволят жителям управлять счетами по оплате жилищно-коммунальных услуг из дома

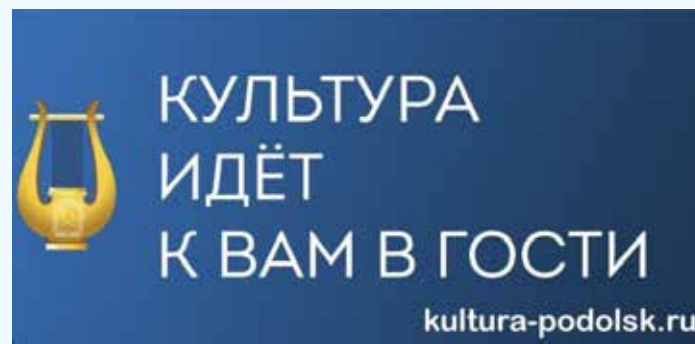
Дистанционные каналы связи: единый личный кабинет, где можно передать показания приборов учета, без комиссии оплатить ЖКУ, управлять несколькими лицевыми счетами. Зайти в личный кабинет можно с сайта МосОблЕИРЦ или через мобильное приложение «Мой Мосэнергосбыт»;

аккаунты МосОблЕИРЦ в социальных сетях Facebook, «ВКонтакте» и Instagram.

Дистанционно можно передать показания приборов учета, без комиссии произвести оплату, отправить копии документов, подать заявления и получить жилищные документы и, что не менее важно, через личный

кабинет абонент имеет возможность управлять несколькими счетами сразу.

Также узнать всю необходимую информацию можно по телефонам контактного центра: 8-496-245-15-99, 8-495-374-51-61, которые принимают звонки каждый день с 08.00 до 22.00.



Так называется специальный онлайн-проект, который комитет по культуре и туризму администрации Городского округа Подольск запустил на своем сайте www.kultura-podolsk.ru. Его цель – не дать подольчанам соскучиться по концертам, спектаклям и фестивалям во время самоизоляции и провести свободное время с пользой

Жители Большого Подольска смогут увидеть видеoverсии концертов, спектаклей, мастер-классов, библиотечных и музейных проектов, подготовленных учреждениями культуры и ведущими творческими коллективами округа. Вниманию зрителей предлагаются яркие творческие проекты КДЦ «Южный», ДК имени 1 Мая, ДК «Металлург», Центра традиционной культуры южного Подмосковья «Истоки», ДК «Октябрь», Подольского драматического театра, ДК ЗиО, ДК имени Лепсе, ДК имени Карла Маркса, сельских Домов культуры «Федюково», «Надежда», «Романцево», «Быково», Культурно-просветительского центра «Дубровицы», Центра детского театрального творчества «Синяя птица», Централизованной библиотечной системы и других учреждений.

Сегодня на сайте комитета по культуре и туризму администрации размещено уже более 60 материалов. Их число будет расти.

Проект трудоустройства

Для поиска работы во время кризиса Wildberries запустил сайт <http://всемработавб.рф>. На интернет-ресурсе онлайн-ритейлер опубликовал свои вакансии и предлагает другим компаниям также разместить здесь свои предложения о новых рабочих местах

С предложениями о временном трудоустройстве своего персонала в Wildberries уже обратились сети FinnFlare, «СТОК-МАНН», Concept Group, «Кораблик», «Твое», Zenden, сеть ресторанов «Теремок», сеть пекарен «Буше» и сеть семейных парков Замания, а также агентство «АНКОР».

С 23 по 31 марта в Wildberries было трудоустроено свыше 1 200 человек по всей России.

Соискателям предлагаются как постоянные, так и временные вакансии. Вакансии Wildberries открыты в пунктах выдачи заказов, курьерской службе, распределительных центрах, контакт-центре, службе подбора персонала и центральном офисе.

В марте 2020 года за результативную работу по наполнению муниципального бюджета ООО «Вайлдберриз» было отмечено благодарностью главы Городского округа Подольск.

Информация для работодателей

В целях исполнения Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации о внесении изменений в приказ Минтруда России от 24 марта 2020 г. №152 «О проведении оперативного мониторинга высвобождения и неполной занятости работников, а также численности безработных граждан, зарегистрированных в органах службы занятости», в личном кабинете работодателя ИАС ОБВ «Работа в России» был реализован функционал сбора информации об увольнении работников, введении режимов неполной занятости работников организаций, а также временной удаленной работы в субъектах РФ в связи с введением ограничительных мероприятий.

Вам необходимо в случае кризиса подавать сведения об изменении численности, а также неполной занятости работников в связи с распространением коронавирусной инфекции через общероссийский портал «Работа в России» <https://trudvsem.ru/auth/login/manager?to=/auth/manager/vacancy/new>.

Подать сведения об изменении численности персонала могут только работодатели, авторизованные через Госуслуги (ЕСИА). Телефон горячей линии ЕСИА: 8(800)100-70-10.

Дисциплина и ответс сдержат распростра

В условиях режима самоизоляции, введенного из-за коронавируса (COVID-19), в силах каждого человека сделать все возможное, чтобы максимально снизить распространение заболевания и спасти жизни людей, наиболее подверженных воздействию вирусной инфекции. О COVID-19, защите от него и гражданской ответственности состоялся разговор в эфире Радио Подольска с врачом-эпидемиологом Подольского территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Московской области Людмилой Воробьевой, в котором активное участие приняли жители городского округа Подольск

КОРОНАВИРУС ОПАСЕН ДЛЯ ВСЕХ

Людмила Брониславовна повторила еще раз, что основные пути передачи нового вируса от человека к человеку – воздушно-капельный и контактно-бытовой, а также ответила на частый вопрос, который по-прежнему волнует жителей: для кого наиболее опасна встреча с COVID-19 и почему?

– Мы должны обязательно выполнять мероприятия по ограничению своего возможного контакта с носителем коронавируса – именно для этого объявлен режим самоизоляции, – сказала Людмила Воробьева. – В первую очередь, касается людей старше 60 лет и людей любого возраста с хроническими заболеваниями. Лечение от коронавируса пока нет, хотя есть рекомендации для медиков по использованию некоторых

препаратов. Но нет гарантии, что они помогут. Поэтому наша цель – не заразиться, не инфицироваться. А значит, соблюдать правила личной гигиены, которые знает каждый. Каждый должен осознать, что находится под потенциальной угрозой, и каждый должен принимать меры личной профилактики. При малейших признаках респираторной инфекции, даже при невысокой температуре, не занимайтесь самолечением, не выходите из дома, вызывайте врача! Только врач может назначить лечение.

ЧИСТОТА И ГИГИЕНА РУК – НА ПЕРВОМ МЕСТЕ

В качестве одной из важных профилактических мер в борьбе с распространением коронавирусной инфекции необходимо большое внимание уделять гигиене

рук и чистоте окружающих предметов и помещений.

– Влажную уборку следует проводить не реже 1 раза в день с применением дезинфицирующих средств. Рекомендуются хлорсодержащие или кислородсодержащие препараты, – уточняет врач-эпидемиолог. – Как разводить, написано в инструкциях. Протираются все поверхности в доме, особое внимание санузлам,

дверям, дверным ручкам, кухням. Если убрали вечером, ушли на работу (для тех, кто работает), и в квартире никого нет, то уборка делается один раз в день. Если остались дома, сходили в аптеку, магазин, а еще дома дети – то два-три раза в день нужно протирать с дезинфицирующим средством поверхности.

Большую озабоченность проявляют жители из-за отсутствия масок в аптеках. Людмила Брониславовна отметила, что медицинская маска – это средство защиты барьерного типа. Маска эффективна в сочетании с другими методами профилактики (избегание контактов, частое мытье рук, дезинфекция предметов), и потребность в ее использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях.

Прежде всего маски предназначены для тех, кто уже заболел,



Бесплатное тестирование на коронавирус осуществляется только по назначению врача для граждан, имеющих симптомы ОРВИ или находящихся в группе риска

кроме того, ее должны носить люди, оказывающие медицинскую помощь заболевшим и осуществляющие уход за ними. Здоровые люди могут использовать маску при посещении публичных мест, общественного транспорта. Через два-три часа постоянного использования маску надо менять.

ПРЕДСТАВЬТЕ, ЧТО НА ВАШИХ РУКАХ КРАСНАЯ КРАСКА

Людмила Воробьева также рассказала об алгоритме соблюдения гигиенических мер теми, кто ездит на работу, ходит в магазины, пользуется транспортом:

Клинические симптомы COVID-19:

повышение температуры (>90%);
сухой кашель, реже с небольшим количеством мокроты (80%);
одышка, боль в мышцах, низкая работоспособность,
высокая утомляемость (44%);
чувство заложенности в грудной клетке (>20%).



ГОВОРИМ

■ Светлана Брикман, заведующая отделом экскурсионно-массовой работы и школьно-музейной педагогики музея «Подолье»:

– В Городском округе Подольска также как и в Подмосковье, и по всей России, введены строгие ограничительные меры, и с 30 марта неделя объявлена нерабочей. Не работают объекты отдыха, общепита, развлекательной сферы и музеи. Все эти ограничительные меры введены для сохранения здоровья граждан и недопустимости распространения коронавируса. Сейчас ситуация зависит от того, насколько дисциплинированно каждый из нас будет следовать правилам и соблюдать их. Эпидемия демонстрирует, насколько все мы уязвимы, насколько мы зависим от поведения других, и одновременно, как общими усилиями мы можем защитить друг друга.

■ Михаил Жученко, руководитель МЦ «Максимум»:

– Кажется, что жизнь во время пандемии меняется. Государство принимает меры, чтоб ограничить распространение болезни. Чтобы уберечь людей. Школьники переходят на дистанционное обучение. Отменяются мероприятия. Наступил сложный период. Надо помнить, что сейчас мы являемся для своих детей примером того, как нужно вести себя в трудные времена. Не впадать в панику, делать все, что от нас зависит. Объясните детям, почему сейчас лучше отказаться от общения с друзьями. К счастью, статистика говорит, что дети в меньшей степени подвержены заболеванию. Но они могут переносить вирус, и от этого могут пострадать другие люди. Будьте примером правильного поведения. Дети должны видеть, что ваши слова не расходятся с делом.

■ Раиса Федорова, председатель Подольской районной обществ

– Сегодня главное условие – оставаться дома и придерживаться режима и жизнь в период эпидемии важнее выхода в магазин. Не паникуйте, не падайте духом, держитесь вместе со своими близкими и родными. В быстром ритме жизни мы постоянно куда-то спешим, чтобы успеть, но забываем о самом главном – о нашей семье. Сейчас каждому из нас нужна поддержка. Уделите любовь и проявите внимание по отношению к вашим бабушкам и дедушкам, папам и мамам. Самоизоляция – отличная возможность научиться чему-то новому. Пообщайтесь за чашечкой вкусного чая, никуда не спеша. Проявите очень ответственно относиться ко всем мерам, ограничить свои передвижения и избегать мест скопления людей. Соблюдайте безопасную дистанцию и берегите себя и своих близких. Желаю вам здоровья.

■ Ольга Сухарева, руководитель подольского отделения «Молодая гвардия»:

– Сейчас, в такое непростое время, нам важно объединиться и проявить ответственность за выполнение введенных мер безопасности. Это лишний раз напоминает о ценности семейных отношений и уникальной возможности быть рядом с теми, кто нам так дорог: с нашими родными и близкими. В быстром ритме жизни мы постоянно куда-то спешим, чтобы успеть, но забываем о самом главном – о нашей семье. Сейчас каждому из нас нужна поддержка. Уделите любовь и проявите внимание по отношению к вашим бабушкам и дедушкам, папам и мамам. Самоизоляция – отличная возможность научиться чему-то новому. Пообщайтесь за чашечкой вкусного чая, никуда не спеша. Проявите очень ответственно относиться ко всем мерам, ограничить свои передвижения и избегать мест скопления людей. Соблюдайте безопасную дистанцию и берегите себя и своих близких. Желаю вам здоровья.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ за распространение COVID-19



– Еще раз напоминаю – заболевший человек не должен ходить на работу. Когда вы вышли из квартиры, вы руками, хоть в перчатках, хоть без них, не прикасаетесь ни в коем случае к лицу. Представьте, что на ваших руках красная краска. В дороге вы будете дотрагиваться до ручек дверей, кнопок лифта, до поручней в транспорте и так далее. Ваши руки, возможно, будут инфицированы. А вирус проникает в организм через слизистые оболочки рта, глаз, носа. В общественном транспорте лучше надеть одноразовую маску. Если покупной аптечной у вас нет – приготовьте в домашних условиях пятислойную марлевую маску, которую потом можно прокипятить или постирать и прогладить горячим утюгом. По прибытию на работу вы обязаны перед тем, как сесть на рабочее место, обработать руки. Помойте их с мылом,

а также протрите поверхность мебели, компьютера, клавиатуры, электронную мышь антисептиком, рекомендуются спиртосодержащие препараты. Таков же порядок действий при поездке в обратном направлении.

Врач-эпидемиолог считает, что в ситуации режима повышенной готовности из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции главными качествами любого человека должны стать дисциплина, милосердное отношение к ближнему и ответственность.

– Это ответственность каждого! Действительно, многое зависит от понимания, от правильных действий каждого человека в нашей стране, в нашем округе. Особенно обращая эти слова к молодому поколению. Потому что люди старшего возраста,

наверное, помнят, какую особую роль раньше играли эпидемиологические мероприятия при борьбе с заразными болезнями, – все было очень строго. Сегодня подчас мы сталкиваемся с людьми, которые, недопонимая опасность, ведут себя неправильно.

Ограничительные мероприятия необходимо соблюдать. Они постепенно становятся все более обширными и захватывают разные сферы. Не надо этого бояться! Это не паника системы здравоохранения, Роспотребнадзора – это меры, которые должны проводиться с учетом того, как складывается эпидемиологическая обстановка. Мы должны сообща проводить мероприятия по недопущению распространения коронавируса: месяц, два, три – сколько понадобится.



Эффективный инструмент в борьбе с пандемией

Центральный НИИ эпидемиологии Роспотребнадзора разработал новый набор реагентов для выявления коронавирусной инфекции. Диагностический набор успешно прошел клинические испытания и 25 марта 2020 года зарегистрирован для использования в Российской Федерации (Регистрационное удостоверение на медицинское изделие №РЗН 2014/1987). Новый тест соответствует всем современным требованиям к чувствительности и специфичности и позволяет выявлять в одном исследовании не только SARS-CoV-2, но дифференцировать его от других SARS-CoV-родственных вирусов, а также MERS-CoV (ближневосточный респираторный синдром).

Благодаря новому тесту в арсенале Роспотребнадзора появился еще один эффективный инструмент в борьбе с пандемией.

Напомним, что в Подольске лаборатория «Гемотест» с 26 марта запустила тестирование на коронавирус. Сдать биоматериал на анализ в Подольске можно по адресу: улица 50 Лет ВЛКСМ, 16. Время приема общего биоматериала: с 07.00 до 10.30, время приема биоматериала на COVID-19 – с 11.00 до 18.00.

Анализ платный. Для заказа исследования пациенту необходимо предъявить паспорт, срок исполнения исследования – до двух дней. Специальной подготовки к исследованию не требуется. Материал для исследования – соскоб клеток носоглотки и ротоглотки.

Следите за информацией на сайте администрации Городского округа Подольск в разделе Коронавирус



Подольским медикам требуется до 10 тысяч масок в день

Много вопросов поступает в адрес главы Городского округа Подольск Николая Пестова об отсутствии в аптечной сети округа медицинских масок. При этом на своей странице в социальной сети Instagram он написал, что сообщение о вновь организованном на предприятии малого бизнеса ООО «Комфорт+» производстве этого столь востребованного сегодня изделия вызвало неоднозначную реакцию.

«Хочу подчеркнуть, что в первую очередь маски необходимы заболевшим или имевшим контакт с инфицированными. И, конечно, работникам, которые в ежедневном, а зачастую и в круглосуточном режиме задействованы в организации жизнеобеспечения округа. При минимальном и максимальном расчете потребности – соответственно 1 маска в день и 4 маски в день (а именно это соответствует санитарным требованиям при постоянном нахождении в контакте с людьми) – нашим медикам требуется от 2500 до 10 000 масок в день, работникам служб ЖКХ – от 4100 до 16400 масок, правоохранительных органов – от 1940 до 7760 масок, общественного транспорта, включая такси – от 600 до 1500 масок в день! Учитывая, что производственные мощности ООО «Комфорт+» составляют пока 8000 масок в день, нам даже для закрытия первоочередных потребностей выпускаемого объема катастрофически недостаточно. Поэтому оперативная задача – обеспечить защитными средствами работников названных мной выше предприятий и служб. От них сегодня во многом зависит, насколько успешно мы сможем преодолеть ситуацию с распространением коронавирусной инфекции», – написал руководитель муниципалитета.

Николай Пестов также напомнил всем, кто не связан трудовой деятельностью на непрерывном производстве и предприятиях жизнеобеспечения, о необходимости оставаться дома и беречь себя и своих близких.

Материалы подготовили Виктор Пронин, пресс-служба администрации Городского округа Подольск

Спешите делать добро!

В городском округе Подольск с 26 марта работает Волонтерский центр помощи гражданам, находящимся в самоизоляции в связи с COVID-19. Центр работает на базе структурного подразделения «Факел» молодежного центра «Максимум», он создан по инициативе комитета по делам молодежи молодежными общественными организациями

– Для более мобильной и эффективной работы мы разделили город на 20 районов. В каждом подразделении есть свой руководитель, который набирает волонтеров и координирует их работу, – рассказывает Екатерина Шерстюк, активистка волонтерского центра.

Все звонки от жителей, нуждающихся в помощи, а это прежде всего находящиеся в самоизоляции граждане старше 65 лет, поступают в координирующий центр, обрабатываются и в зависимости от территориальной принадлежности отправляются на исполнение соответствующему руководителю волонтерского подразделения, который в свою очередь уже направляет заявку на исполнение волонтеру.

Здоровье – под контролем

Все волонтеры обеспечены бейджиками с именем и фамилией, масками, перчатками и дезинфицирующими средствами.

Также при выезде на задание волонтер должен быть полностью здоров – это условие строго соблюдается.

Заказы от жителей поступают в зависимости от их потребностей и состояния здоровья: начиная от покупки необходимых продуктов в супермаркете и заканчивая выпиской по соответствующим направлениям необходимых рецептов у врача и приобретением по ним лекарств.

При получении денег от жителя волонтер оставляет ему расписку, которая после исполнения заявки ему возвращается. Он также фотографирует чек и доставленные товары – для отчета.

– Сейчас только два часа дня, а мы уже получили 44 заявки, и телефон не умолкает, – говорит Екатерина. – А волонтеров нам пока не хватает, хотя мы стараемся исполнить все заявки день в день. Кроме того, мы сами звоним гражданам, которые состоят на учете в службе

Николай ПЕСТОВ, глава Городского округа Подольск:

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

– Молодые активисты волонтерского центра, организованного для помощи гражданам, находящимся в самоизоляции, продолжают свою благородную деятельность. Сегодня в их рядах уже 160 человек. Радует, что жители нашего округа, среди которых очень много молодежи, в такой сложной ситуации не остаются в стороне и готовы взять на себя заботу о тех, кто больше всего в этом нуждается – людях старшего поколения. Для удобства всем волонтерам выдаются официальные пропуска, чтобы, придя в дом, их можно было предъявить.

социальной защиты как одинокие или инвалиды (нам предоставили соответствующие списки), чтобы они не чувствовали себя забытыми.

Навстречу каждому

Волонтеры не только исполняют заявки жителей старше 65 лет, но и преподносят сюрпризы маленьким подольчанам: по поручению главы городского округа Подольск Николая Пестова они поздравляют на дому детей из многодетных семей с днем рождения.

Номера телефонов, по которым можно обратиться за волонтерской помощью:

8(4967) 50-04-93

8 (969) 017-54-56



Иван Литвяков, председатель комитета по делам молодежи администрации Городского округа Подольск:



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

– Волонтерский центр работает с 10.00 до 18.00 ежедневно. Мы принимаем звонки от всех жителей нашего округа. Звонки поступают разные: с просьбой оказать помощь в покупке продуктов, в покупке лекарственных средств. Мы ждем абсолютно всех, кому нужна эта помощь. Звоните за любой помощью, которая вам нужна. Волонтерская помощь, оказываемая нашим центром, бесплатная. Хочу попросить всех граждан, которые проживают на территории Городского округа Подольск, оставайтесь, пожалуйста, дома и соблюдайте режим. Во многом именно от вас зависит обстановка в нашем муниципалитете. Позаботьтесь о своих соседях преклонного возраста. Если есть возможность, зайдите к ним, спросите, нужна ли помощь? Распространите среди своих знакомых и друзей информацию о нашем волонтерском центре. Оперативный штаб волонтерского центра функционирует на базе структурного подразделения молодежного центра «Максимум» (Г.о. Подольск, ул. Ульяновых, д. 1). Время работы с 10.00 до 18.00.

На сегодня в волонтерском центре задействовано около 154 человек – это активисты подольских молодежных организаций: Российский и Подольский союз молодежи, «Молодая гвардия», активисты студии «Граффити»

и буквально на днях в центр влились в полном составе члены подольского объединения мото-клуба «Ночные волки», которые мобильны и готовы выполнять поручения в различных районах.

Пенсионерка с улицы Высотной, которая не захотела называть своего имени, сказала, что очень благодарна волонтерам за помощь: они купили все, что нужно, и даже согласились не подниматься в квартиру – а все необходимое спустить и поднять по веревочке на балкон ее квартиры на втором этаже.

Конечно, такая практика в работе волонтеров исключение из правил, но пример показывает, как внимательно и с пониманием относятся добровольные помощники к нашим жителям, оказавшимся в вынужденной самоизоляции.

Надежда Чуева
Фото волонтерского центра

Любой желающий в возрасте от 18 до 50 лет, здоровый и без хронических заболеваний легочной системы, может вступить в ряды добровольных помощников. Для этого достаточно зайти на страницу Волонтерского центра помощи гражданам, находящимся в самоизоляции в связи с COVID-19, в социальных сетях «ВКонтакте» или «Инстаграм», заполнить там анкету – после чего с ним свяжутся координаторы центра.

ВОЛОНТЕРСКИЙ ЦЕНТР ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПОДОЛЬСК

Волонтерский центр Городского округа Подольск набирает добровольцев для оказания помощи по месту жительства гражданам, оказавшимся в самоизоляции и оставшимся без помощи близких.

Присоединиться к волонтерскому движению можно в официальной группе центра - vk.com/volonter.podolsk

Оставить заявку на получение волонтерской помощи можно по телефону

(4967)50-04-93



Безопасность начинается с подъезда

Более 900 сотрудников управляющих компаний задействованы в уборке и дезинфекции подъездов в Большом Подольске

В Городском округе Подольск ежедневно проводится уборка и дезинфекция подъездов. В управляющих компаниях для проведения этой работы на сегодняшний момент задействовано 905 человек, об этом рассказал заместитель главы администрации по жилищно-коммунальному комплексу Владислав Лукьяненко.

– Тем компаниям, которые отстают или в рамках проверочных мероприятий к ним есть замечания, мы рекомендовали привлекать клининговые компании или дополнительных работников для того, чтобы качество дезинфекции улучшилось, – отметил Владислав Олегович. – Кроме этого, по решению главы

Городского округа Подольск Николая Пестова в отдельных многоквартирных домах и подъездах дополнительно будет произведена дезинфекция, и по муниципальному контракту из резервного фонда ЧС для этих целей выделены средства.

В качестве мониторинга над управляющими компаниями отдел муниципального жилищного контроля осуществляет проверочные



**Николай ПЕСТОВ, Глава
Городского округа Подольск:**

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

– Вместе с моими заместителями и руководителями структурных подразделений администрации на протяжении нескольких дней ежедневно контролируем работу управляющих компаний по уборке и дезобработке подъездов многоквартирных жилых домов.

Спасибо тем жителям, кто сигнализирует нам и называет конкретные адреса, где работа ведется некачественно.

Отмечу, что в маршруты контрольных мероприятий включаются в первую очередь адреса, откуда поступают нарекания, в том числе через социальные сети.

Если подтверждаются нарушения правил обработки, отсутствие графиков либо проведение обработки не всех элементов, тут же принимаются меры.

Худшее качество проведения дезинфекции отмечено в домах, которые обслуживают МУЖРП-5, МУП «ДЕЗ» и ООО «Август ЖКХ». К руководителям примем соответствующие меры дисциплинарного воздействия вплоть до увольнения – сегодня нет времени для уговоров.

Для усиления общественного контроля в социальной сети «ВКонтакте» в официальном аккаунте администрации Городского округа Подольск vk.com/podolskadm проходит опрос по качеству дезинфекции подъездов.

Также прошу в комментариях писать адреса, по которым остаются проблемы, – вместе мы добьемся, чтобы обработка подъездов полностью соответствовала требованиям, которые предъявляет нам сегодня напряженная ситуация с распространением опасной инфекции.

мероприятия в ежедневном режиме. Руководитель муниципалитета поручил всем закрепленным за территориями сотрудникам, включая заместителей главы администрации, председателей комитетов и начальников управлений, подключиться к проверочным мероприятиям за качеством уборки и дезинфекции в подъездах.

– Всю информацию мы ежедневно анализируем, обобщаем и контролируем исправление замечаний управляющими компаниями. Сотрудники, осуществляющие уборку и дезинфекцию в подъездах, также как и все жители Подольска, предупреждены о том, что при плохом самочувствии или первых признаках заболевания они должны поставить в известность руководство и на работу не выходить, – сказал Владислав Лукьяненко.

*Пресс-служба администрации
Городского округа Подольск
Фото Кирилла Шутилина*

ГОВОРЯТ ПОДОЛЬЧАНЕ

**Наталья
(Подольск, ул. Шаталова, 8):**

– После обращения в «Инстаграм» Главы Городского округа Подольск Николая Пестова на информационной доске в подъезде вывешен график уборки. Уборка производится по графику и качественно. Спасибо!

**Игорь
(Климовск, ул. Советская):**

– Дом одноподъездный, 16 этажей. Я езжу на работу. Каждый день уборщица убирает, насколько я знаю, на всех этажах. Пахнет дезинфекцией – хлоркой. Но лучше так, к запаху привыкаешь, а уверенность, что в доме чисто, растет.

**Валентина Ивановна
(Кузнечики,
ул. Генерала Стрельбицкого):**

– Сначала, конечно, не было графика, за чистотой следили, но убрали не на всех этажах. После обращения жителей в управляющую компанию уборщица стала ответственно подходить к работе. Сейчас никаких претензий по поводу обработки подъездов у меня нет. Все выполняют четко, качественно, не нарушая графика.



Горячая линия комитета по ЖКХ администрации также принимает заявки по вопросам дезинфекции подъездов и мест общего пользования МКД.

Телефоны горячей линии:

8 (4967) 55-57-93 (с понедельника по пятницу звоните с 9.00 до 18.00),

8 (916) 565-96-15 (звоните ежедневно с 9.00 до 18.00).

Все силы брошены на борьбу с распространением коронавирусной инфекции. Многие предприятия прекратили свою работу, кто-то стал работать удаленно. Непросто пережить период самоизоляции, оставшись без привычных любимых дел и встреч с друзьями. Специалист подольского муниципального учреждения «Центр социально-психологической помощи молодежи «Юность» психолог Полина Кузьмина поделилась полезными советами, как легче пережить эти сложные дни

Советы психолога



В текущей ситуации важно сфокусироваться на том, что мы приобрели, а не потеряли. Люди старшего возраста относятся к изменениям в мире чуть менее гибко, чем остальные, но всем нам сейчас нужно подумать именно о том, что изменилось в лучшую сторону. Ведь если начать думать о том, что мы потеряли, то этот список можно продолжать бесконечно.

ВРЕМЯ

Нужно подумать, как воспользоваться временем, которое теперь появилось, и составить план действий. Допустим, раньше мы могли сетовать на то, что нет времени на уборку дома. Теперь оно точно появилось!

ОПЫТ

У людей старшего поколения есть большое преимущество перед молодежью, потому что наша многострадальная страна уже переживала нечто подобное, и чем старше человек, тем у него больше опыта.

Я, например, сталкиваюсь с такой ситуацией впервые и не знаю, как быть и что делать. Иногда, может быть, немного с юмором смотрю на то, как старшее поколение закутывается в еду, но ведь это тоже обеспечение безопасности. Человек таким образом создает вокруг себя комфорт и подушку безопасности.

ТВОРЧЕСТВО

Можно рисовать и петь любимые песни. Читайте, пишите и общайтесь. Можно заняться маникюром. Почувствовать себя красавицей или красавцем.



ЗАСЛУЖЕННЫЙ ОТДЫХ

Отдыхайте, наслаждайтесь. В конце концов, вы имеете на это право - быть никому ничего не должны. Не требуйте ни от себя, ни от своих близких развлекать друг друга 24 часа в сутки.



НОВЫЕ БЛЮДА

Можно найти рецепт для приготовления нового блюда. Возможно, вы никогда раньше не заказывали еду по телефону? Вы можете побаловать себя и заказать свежие продукты. Если понимаете, что закупили много разной крупы, которую, скорее всего, не получится всю съесть, можно создать свой рецепт, например, пирога из гречки. И удивить этим гостей, когда период самоизоляции закончится.



ЧТО ДЕЛАТЬ С ПАНИКОЙ?

Бывает, что паника захватывает человека. Позвольте себе злиться, обижаться, паниковать, потому что это нормальная реакция на происходящее вокруг. Ведь иногда, чтобы решить проблему, достаточно ее просто озвучить. Признайте - да, я злюсь и паникую. И это мой выбор. Главное, не осуждайте себя за панику, чтобы не загонять себя и не чувствовать неловкость. Позвольте себе быть неидеальным, и вы увидите, как паника сойдет на нет. Когда вы позволяете себе чувствовать то, что вы по-настоящему чувствуете, вам становится легче и лучше.

ТЕЛЕВИЗОР

Если вам хочется общаться с телевизором, и больше ни с кем, то ограничьте время, которое вы проводите за просмотром новостей. Если вы смотрите новости с утра до вечера и не можете жить без них, то учтите, что с экранов вы получаете много негатива. Позвольте себе смотреть новости, но только утром, чтобы знать об обстановке в стране и мире. А дальше лучше посмотрите любимый сериал или кино.

ЖИВОТНЫЕ И ЦВЕТЫ

Животные приносят радость. Погладьте любимую кошку или собаку. Приготовьте что-то для ваших питомцев, пообщайтесь с ними. Если нет животного дома, то найдите для себя какие-то другие варианты общения с животными, например, займитесь кормлением птиц.

Цветы. Можно ухаживать, пересаживать и поливать. Сейчас мы лишены общения с природой, но у нас есть маленький уголок природы дома на подоконнике.



О БЕСПОКОЙСТВАХ

Разделим условно беспокойства на два вида. Как понять, какое беспокойство испытываете вы? Есть тревога, которая позволяет развиваться и что-то делать, а бывает другое беспокойство, которое нарастает как гипотетическая тревога: умрем ли мы все в конце концов, к чему это приведет? И человек начинает думать, раскручивать мысли, которые как снежный ком нарастают. Такая тревога истощает и мешает жить, определяйте ее и блокируйте такие мысли.



УЗНАТЬ ДРУГ ДРУГА

Мелких конфликтов, возможно, не получится избежать. Сейчас мы все находимся в одинаковых условиях. Ситуация касается каждого. Дети закрыты дома с родителями, дедушками и бабушками. Безусловно, это возможность узнать друг друга еще лучше. Но мы узнаем друг друга, только наталкиваясь на границы друг друга.

Важно понять и помнить, что каждый из нас - ценность. Мы можем иногда накапливать злость, но нужно быть более терпимыми. Чувствовать некое раздражение и злость - это нормально, потому что мы все оказались в новых условиях и должны будем адаптироваться.

ДВИЖЕНИЕ - ЖИЗНЬ

Не забывайте двигаться. Если вы занимаетесь хотя бы по пять минут в день, то это уже приближает вас к маленькой победе. Если у вас нет сил, чтобы делать приседания и качать пресс, значит, вам это не надо - можно размять пальцы, помассировать уши, развить мелкую моторику - все это тоже принесет радость. Нужно искать эти маленькие плюсы. Счастье состоит из мелочей.



НАШИ РОДИТЕЛИ

Позвоните родителям. Сколько бы вашим родителям не было лет, и в каких бы отношениях вы бы не находились, уверена, что вы сделаете их чуть более радостными и счастливыми.

ДЕТИ

У счастливой мамы - счастливые дети. Если вы мама, которая живет одна с ребенком, что случается, к сожалению, то найдите себе человека, с кем можно было бы общаться и обмениваться мыслями.

В Подольский центр социально-психологической помощи молодежи «Юность» можно звонить по телефону доверия: 8 (925) 877 52 65, который работает с 7 до 23 часов, или проконсультироваться с нашими специалистами по почте: csppm@bk.ru.



Начальник территориального отдела «Лаговский» **Лариса Прошкина** рассказала, что в поселке МИС началось строительство нового памятника землякам, погибшим в годы Великой Отечественной войны.

– С инициативой возведения нового памятника к годовщине 75-летия Победы выступили активные жители поселка.

Памятник героям

В поселке МИС возводится памятник землякам, погибшим в годы Великой Отечественной войны

Это председатель Совета ветеранов поселка МИС **Валентина Федоровна Гулина**, председатель Совета ветеранов ТО «Лаговский» **Алла Петровна Бурмистрова**, участники ветеранского движения, их родственники. Раньше в поселке, благодаря ветеранам, были обустроены только мемориальные доски. Теперь будет памятник, строительство которого началось в конце февраля, – сказала **Лариса Прошкина**.

Староста поселка МИС **Владимир Хворостян** от имени жителей поблагодарил администрацию Городского округа Подольск и главу округа **Николая Пестова** за позитивные изменения, происходящие в поселке, в частности, за поддержку инициативы строительства нового памятника воинам, погибшим в годы Великой Отечественной войны.

Предприниматель **Глеб Козельцев** рассказал, что, узнав

об инициативе жителей, откликнулся сразу:

– Я живу и работаю в поселке МИС и решил, что поддержать эту инициативу – мой долг и моя ответственность. Пришел в администрацию территориального отдела «Лаговский», там мы договорились, что памятник должен быть установлен к 75-летию Великой Победы. Пообщался с архитектором, друзьями, знакомыми, партнерами, сделали проект. Потом прошло согласование и утверждение с жителями поселка, и начали строить, – сказал он. – Помогает администрация округа, территориальный отдел «Лаговский» – помогли установить ограждение по периметру стройплощадки, установили информационный щит, староста поселка МИС, инициативные жители, ветераны. Единственная трудность – ситуация с коронавирусом. Тем не менее основной

этап – закладку основания монумента – мы успели закончить, осталось четыре стадии, не такие трудоемкие. Есть все строительные материалы, уже изготовлены звезды. Я очень надеюсь, что мы завершим возведение памятника, как и было задумано, к 8 мая текущего года.

По информации **Валентины Гулиной**, жителям очень хотелось, чтобы памятное место празднования Дня Победы в поселке было более монументальным, привлекающим внимание, чтобы здесь можно было проводить встречи с ветеранами, линейки, патриотические мероприятия с детьми и подростками. **Валентина Федоровна** подала заявку на муниципальный конкурс на получение гранта на проект реконструкции памятника в администрации Городского округа Подольск, заняла 3-е место и получила 50 тысяч рублей. Конечно, этих средств было совсем недостаточно, поэтому при поддержке ТО «Лаговский» и администрации

округа ветераны обратились за помощью к предпринимателям.

Алла Бурмистрова считает, что молодой предприниматель делает святое и очень и нужное дело:

– Для нас очень важно, что памятник строит наш односельчанин. Правильное поколение мы воспитываем! – подчеркнула она.

По словам **Аллы Петровны**, в основании старого памятника была закопана капсула с землей, привезенной из Брестской крепости. Там погиб ее отец. Эту капсулу нашли и аккуратно 27 марта перезаложили в основание нового монумента.

Жительницы поселка МИС **Анна Обручкова**, **Зинаида Глездова** и **Валентина Иванова** надеются, что памятник к 9 Мая достроят. Уж очень ждут этого все – от мала до велика. Настоящий народный проект должен быть завершен, несмотря на все трудности.

МАУ «Медиацентр»
Фото ТО «Лаговский»



Героические улицы Подольска

«Жизнь пошумит, а правда останется»

Улица Гайдара в Подольске в районе Высотной названа в честь участника Гражданской и Великой Отечественной войн, военного корреспондента, журналиста и детского писателя Аркадия Петровича Гайдара (настоящая фамилия – Голиков)



Аркадий Петрович родился в семье учителей 22 января 1904 года в Льгове, Курской губернии. До 1918-го проживал с родителями в городе Арзамас Нижегородской области. В 14-летнем возрасте вступил в ряды Красной армии. Окончив пехотные и командные курсы, уже летом 1919 года участвовал в подавлении кулацких мятежей. По ходу военной службы нередко оказывался в разных концах страны. В 1921 году стал командиром 58-го отдельного полка по борьбе с бандитизмом, участвовал во многих боях во время Гражданской войны, но вскоре был ранен, контужен и демобилизован из Красной армии.

Первое произведение автора – «Угловой дом», подписанное псевдонимом Гайдар, вышло в 1925 году в пермской газете «Звезда». В 1927 году Аркадий Гайдар стал корреспондентом свердловской газеты «Уральский рабочий». Последней его работой стала статья «Тарелка слив», опубликованная 11 сентября 1932 года в хабаровской общественно-политической газете «Тихоокеанская звезда».

В 1940 году Аркадий Петрович написал знаменитую повесть «Тимур и его команда», которая в советское время была переведена на 75 языков, а с 2013 года включена Министерством образования и науки РФ в список «100



книг» и рекомендована школьникам для чтения.

Наибольшее влияние на стиль и творчество Аркадия Гайдара, по его собственным воспоминаниям, оказали Гоголь, Гофман, Диккенс и Марк Твен. Детские книги Аркадия Гайдара, в которых он учил читателя проявлять высокие моральные качества, быть мужественным и храбрым патриотом, очень ценились в СССР и использовались в целях пропаганды коммунистических идей в среде подрастающего поколения как проза с высокими моральными качествами.

Во время Великой Отечественной войны, Аркадий Гайдар, являясь корреспондентом «Комсомольской правды», находился в рядах действующей армии. После окружения

в сентябре 1941 года частей Юго-Западного фронта в районе Умань-Киев Аркадий Гайдар попал в партизанский отряд, где стал пулеметчиком. 26 октября 1941 года Аркадий Гайдар погиб в возрасте 37 лет недалеко от села Лепляво в Каневском районе Черкасской области Украины. Награжден орденом «Знак Почета» и орденом Отечественной войны I степени посмертно.

О названиях улиц, связанных с историей Великой Отечественной войны, более

подробно
можно
узнать
на сайте
администрации
Городского округа
Подольск





Оставайтесь дома – вам доставят все, что нужно!

В условиях пандемии коронавируса крайне необходимо оставаться дома и как можно реже выходить на улицу.

При этом можно получить все самые необходимые товары и продукты, включая еду, предметы первой необходимости, товары для животных, заказав доставку через интернет.

Мы предлагаем вам контакты предприятий, в том числе работающих в Большом Подольске, которые осуществляют прием заказов и доставку товаров и услуг в каждый дом. За качество товаров ответственность несут поставщики. Оплатить заказы можно наличными и картой. Адреса сайтов многих магазинов набирать в поисковой строке не нужно, достаточно ввести название. Заказать доставку можно также по телефону.



ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ, ТОВАРЫ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ, ТОВАРЫ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ	
Интернет-магазин Wildberries	www.wildberries.ru
«Утконос»	www.utkonos.ru
Магазины сети «Перекресток»	www.perekrestok.ru
«Мясо и рыба», интернет-магазин, Подольск	https://dostavka-produktov-podolsk.ru
ГОТОВАЯ ЕДА	
Кафе-пиццерия «Вилладжио»	www.pizzavillagio.ru 8 (495) 120-90-70, 8 (903) 241-90-70
«Дом пиццы»	www.dompizzy.ru 8 (916) 703-55-55, 8 (916) 708-55-55
Ресторан «Утёсофф»	утёсофф-ресторан.рф 8 (496) 769-66-49, 8 (925) 362-89-59
Ресторан «Отдых»	ресторан-подольск.рф 8 (4967) 54-60-30
«Оранжевый экспресс»	www.podolsk.setsushi.ru 8 (495) 212-13-83
Кафе-бар «Батон»	www.baton-milfei.ru 8 (4967) 69-59-49, 8 (965) 133-29-66
Кофейня «Здрасте»	vk.com/zdrastecoffeebar 8 (966) 388-00-08
Трактир «Казачок»	www.kazachok.su8 (495) 008-58
Кафе «Хинкали»	www.hinkali.su 8 (977) 184 86 77
Ресторан «Апшерон»	www.restoran-apsheon.ru 8 (4967) 54-97-34, 8 (926) 066-76-77, 8 (968) 759-01-50

Ресторан «Русский чай»	www.russkii-chai.ru 8 (4967) 54-41-39, 8 (925) 507-95-84
Кафе «Бриошь»	vk.com/zhitvkusnoeda 8 (800) 700-73-98
Кафе-пиццерия «Вилки и палки»	www.vilkiipalki.ru 8 (926) 043-62-26, 8 (977) 911-01-23
Chibbis, единый сервис по заказу еды в Подольске	www.podolsk.chibbis.ru 8 (800) 500-64-43
«Хатимаки»	www.hatimaki.ru8 (499) 521-34-46
Сеть кафе «ПиццаСушиВок»	podolsk.pizzasushiwok.ru 8 (495) 134-33-33
Сеть ресторанов быстрого питания KFC	www.podolsk.kfc-menu.ru
Сеть ресторанов «Нюкки»	www.delivery-club.ru/srv/Nokki
Сеть ресторанов быстрого питания «Макдоналдс»	www.eda.yandex/l/mcdonalds
Сеть ресторанов быстрого питания Rapido	www.rapido.ru
Сеть ресторанов быстрого питания «Тануки»	www.tanuki.ru
Сеть пиццерий «Папа Джонс»	www.papajohns.ru
Сеть пиццерий «Домино's»	podolsk.dominospizza.ru

Важные новости – на Радио Подольска

Уважаемые радиослушатели!

Каждый день, кроме субботы и воскресенья, вы можете услышать важные новости в эфире Радио Подольска. В период режима повышенной готовности для предотвращения распространения коронавирусной инфекции радиожурналисты готовят передачи, где рассказывают о том, что происходит в Подмоскowie и Городском округе Подольск, о важных решениях, принятых на территории области и нашего муниципалитета. В эфире – интервью, репортажи, советы врачей, комментарии, новая рубрика «Справимся вместе!», в которой вы сможете услышать добрые пожелания и напутствия известных подольчан.

Вы также можете задать интересующие вас вопросы по телефону 8-4967-54-34-73.



Передачи Подольского радио выходят в эфир по будням в 18 часов 10 минут на частоте FM 91,7 и в online на сайте МАУ «Медиацентр». В записи программы можно прослушать на официальном сайте администрации Городского округа Подольск (подольск-администрация.рф), плеер размещен на главной странице справа.

■ Учредитель – Муниципальное автономное учреждение «Медиацентр»
■ Адрес редакции: 142100, Московская обл., г. Подольск, улица Свердлова, 5-а.
+7 (4967) 52-77-03 info@pochtasm.ru
■ Издатель – МАУ «Медиацентр». 142100, Московская обл., г. Подольск, улица Свердлова, 5-а
■ Главный редактор – М.В. Карамазова
■ Компьютерная верстка – Ж.В. Лукина

■ Филиал ОАО «ПФОП «Волоколамская типография», 143600, г. Волоколамск, Парковая, 9
■ Газета выходит по пятницам.
■ Номер подписан к печати в четверг в 18 часов.
Подписной индекс в каталоге «Роспечать»: ПА-650
Тираж 10 000 экз.
Цена свободная.



■ Газета зарегистрирована в Управлении федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации от 28.09.2018 г. № ПИ ТУ 50-02649.

■ Перепечатка материалов газеты «Местные вести», а также их фрагментов невозможна без письменного разрешения редакции.
■ При цитировании ссылки на газету «Местные вести» обязательна.
■ Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.
Газета распространяется на территории Большого Подольска