

ВАЖНО Корпуса инфекционного центра прослужат минимум 30 лет **4**

НОВЫЕ ОКРУГА

Что необходимо знать о режиме самоизоляции **3**

Горожане с пользой для себя проводят вынужденные выходные **8**

Мария Кожевникова, Олег Митяев, Дима Билан: звезды тоже не сидят без дела **14**



Мэр Москвы Сергей Собянин заверил, что столица не оставит в беде тех, кто окажется в трудной ситуации

2

ГАЗЕТА ТРОИЦКОГО И НОВОМОСКОВСКОГО АДМИНИСТРАТИВНЫХ ОКРУГОВ ГОРОДА МОСКВЫ

Лишний раз на улицу выходить не стоит!



10

ФИЛИМОНКОВСКОЕ. 7 апреля 2020 года. Москвичка Дарья Супрунова понимает, насколько важно соблюдать режим самоизоляции. Так что если и выходит на прогулку, то только со своим псом Рыжиком, и то не дальше ста метров от дома

Главное

Президент России дал поручения регионам

- Минфин должен обеспечить регионам гибкость и свободу маневра в распределении средств на противодействие коронавирусу
- дать медикам повышенные страховые гарантии, как у военных, а с апреля на три месяца установить спецвыплаты медикам, борющимся с коронавирусом
- правительство и ЦБ должны за пять дней разработать программу дополнительной поддержки бизнеса для сохранения занятости и зарплат, при этом помогать в первую очередь надо тем компаниям, которые сохраняют занятость
- родителям детей от 3 до 7 лет для получения выплат теперь не нужно предоставлять справки, а семьям с детьми, где родители потеряли работу, выделить дополнительно по три тысячи рублей в месяц на каждого ребенка
- распространить на все предприятия малого и среднего бизнеса отсрочку на полгода по страховым платежам
- расширить параметры предоставления кредитных каникул
- оставшимся без работы власть поможет напрямую: три месяца будут платить пособие в размере МРОТ

В Вербное воскресенье остаемся дома

Мэр Москвы Сергей Собянин попросил москвичей не посещать в пасхальные праздники кладбища. — Сегодня подписал указ о временном порядке посещения московских кладбищ, — сказал он. — До окончания режима повышенной готовности они будут открыты только для оформления услуг по погребению и участия в похоронах умерших. Я сам в прошлом году похоронил маму и тоже планировал в Вербное воскресенье поехать к ней на могилу. К сожалению, нынешней весной сделать это невозможно. Число заболевших коронавирусом перевалило за шесть тысяч человек. В больницах умерли более тридцати человек. Риск заражения коронавирусом велик.



НАШИ СТРАНИЧКИ В СОЦ СЕТЯХ

facebook.com/Префектура-ТиНАО-гМосквы-824424417654185

instagram.com/prefektura_tinao

facebook.com/Новые-округа-881808275217980

vk.com/club87169784

tinao.mos.ru

http://newokruga.ru

https://twitter.com/newokruga

https://instagram.com/novie_okruga

0



26 марта 2020 года. Мэр Москвы Сергей Собянин в колл-центре, развернутом в спортзале школы № 548, где сотни операторов в круглосуточном режиме принимают звонки по вопросам, связанным с коронавирусом

Мэр Сергей Собянин: Помощь должна приходиться быстро

МЕРЫ ПОДДЕРЖКИ



Редакция «НО» публикует заявление мэра Москвы Сергея Собянина, которое глава города сделал в своем личном блоге sobyanin.ru. Глава столицы обратился к горожанам, оказавшимся в трудной жизненной и финансовой ситуации, и заверил: Москва не оставит москвичей в беде.

Принимая жесткие меры, направленные на сдерживание COVID-19, мы ни в коем случае не должны забывать об экономике города. Как бы тяжело ни было, в условиях пандемии нельзя останавливать работу предприятий. Пищевая промышленность, энергетика, оборонка, наука, другие отрасли должны работать, чтобы обеспечивать нормальное функционирование города, давать доходы работающим и создавать заделы на будущее. Остановиться легко — запустить процесс заново невероятно трудно. Считаю, что нельзя останавливать строительство метро, дорог, жилья, крупные проекты благоустройства. Стройка дает самый большой мультипликативный эффект — через производство комплектующих и стройматериалов мы сохраняем миллионы рабочих мест в Москве и по всей России. Пускать под нож бюджетные инвестиции тоже категорически нельзя. Наоборот, в трудные времена они являются основным инструментом поддержания эконо-

мики. Инвестиции — залог уменьшения потерь и быстрого выхода из кризиса. Основной способ поддержки огромного числа москвичей и граждан России сейчас и гарантия возобновления роста экономики в будущем. В то же время очень важна и адресная поддержка москвичей, не по своей вине попавших в сложную ситуацию с доходами. Помочь им считаю важнейшей личной задачей и задачей правительства Москвы. Президент России Владимир Путин объявил о том, что федеральное пособие по безработице 12 130 рублей в месяц и надбавки к нему на несовершеннолетних детей будут выплачиваться в упрощенном порядке по заявлению граждан, потерявших работу вне зависимости от прежних доходов. Это очень правильно. И с 9 апреля мы начинаем выплату москвичам федерального пособия по безработице, а также региональной компенсационной доплаты. Если вы недавно потеряли работу, необходимо подать заявку на сайте czn.mos.ru или на портале госуслуг. Заполните электронную форму и прикрепите сканы паспорта и трудовой книжки с записью об увольнении. Если у вас есть несовершеннолетние дети, укажите это при заполнении формы. Никуда ходить не надо. Никаких справок о доходах с последнего места работы приносить не нужно. Специалисты Центра занятости проверят документы и назначат выплату за более короткий срок — от 2 до 4 дней. Максимальный размер пособия по безработице с московской доплатой составит 19 500 рублей в месяц, в том числе 12 130 рублей — федеральное пособие, 7370 рублей — доплата из бюджета Москвы. Программа выплат будет действовать до 30 сентября 2020 г.

Кроме того, глава государства поручил региональным властям разработать дополнительные меры поддержки своих граждан. В Москве мы уже ввели региональную компенсационную доплату, повышающую размер выплат по безработице до 19 500 рублей в месяц — самый большой в стране. Но по действующему порядку получить эту доплату непросто. А с учетом ограничения передвижения и режима самоизоляции сложно вдвойне. Поэтому сегодня я дал поручение разработать максимально технологичный и в то же время адресный порядок этой доплаты. Очевидно, получить ее должны те, кому она действительно необходима. С другой стороны, условия получения доплаты должны быть адекватны нынешней ситуации. Помощь должна приходиться быстро. Между подачей заявления на получение доплаты и решением о перечислении средств должно проходить от 3 до 5 дней. Оформление должно осуществляться исключительно в электронном виде. А процедура проверки нуждаемости должна быть максимально необременительной для граждан. Хочу еще раз обратиться к бизнесу. Действия государства, города и владельцев предприятий должны быть ответственными и солидарными. Прошу максимально, насколько возможно, обеспечить доходы своих работников, не «сокращать» их. Ваши работники — основа вашего благополучия, вашего бизнеса и вашего будущего. Очень прошу не забывать об этом. Но если случится так, что люди останутся без работы и доходов, мы не бросим их в беде.

Подготовил
Виталий Мезенцев
newokruga@vm.ru

Коронавирус победит плазма

По данным на 9 апреля, в столице от коронавируса излечились еще 43 пациента. А лаборатории Москвы за месяц уже сделали более 200 тысяч анализов на COVID-19.

— Всего число выздоровевших от коронавируса в Москве увеличилось до 313, — отметила заммэра Москвы по вопросам соцразвития Анастасия Ракова. Она также рассказала, что специалисты Института скорой помощи имени Склифосовского и горбольницы № 52 провели первые процедуры переливания больным с COVID-19 плазмы крови доноров, которые вылечились от инфекции. Ракова пояснила, что кровь выздоровевших содержит антитела к заболеванию. Соответствующую технологию одобрил для использования Клинический комитет по борьбе с коронавирусной инфекцией. Первыми донорами плазмы стали 11 вылечившихся москвичей.

Виталий Мезенцев
newokruga@vm.ru

ФАКТ

Молочные кухни изменили время работы. Теперь они открыты с 6:30 до 15:00 (обеденный перерыв с 12:30 до 13:00). Это сделано для удобства и безопасности жителей — чтобы сократить возможное появление очереди.

Как работает общественный транспорт

Меры, принятые для борьбы с пандемией, скорректировали работу общественного транспорта столицы.

До конца апреля поездка в метро, на МЦК и МЦД будут курсировать по своему стандартному графику. Аналогичное решение было принято и по маршрутам автобусов и электробусов, пользующимся наибольшей популярностью среди москвичей. Всего их около трехсот. На остальные маршруты машины будут выходить по графику, приближенному к рабочему. При этом пассажиров призывают соблюдать социальную дистанцию.

Лана Васнецова
newokruga@vm.ru

ВОПРОС-ОТВЕТ



Нерабочие дни продлены до конца апреля. Столичная мэрия ответила на вопросы о том, что можно и что нельзя делать, пока действует режим самоизоляции.

Для чего можно выходить из квартиры?

Покидать квартиру жители Москвы могут для поездок на работу (только те, кому можно работать), обращения за экстренной медицинской помощью, похода в ближайший магазин или аптеку. Также разрешено гулять с домашними животными (на расстоянии не более 100 метров от дома) и выносить мусор.

ПЕНСИОНЕРОВ ПОДДЕРЖАТ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМИ ВЫПЛАТАМИ

Будут ли вводить пропуска?

Мэр Москвы уточнил, что вводить пропуска для передвижения по городу пока не будут. По его словам, к вопросу могут вернуться при неблагоприятном развитии эпидемиологической ситуации либо в случае роста числа нарушений домашнего режима.

Как поддержат пенсионеров?

До 1 мая продлен режим обязательной самоизоляции для жителей старше 65 лет и горожан с хроническими заболеваниями. В качестве поддержки москвичи, которые вынуждены находиться дома, получают материальную помощь в размере 4 тысяч рублей. 2 тысячи рублей уже выплачены авансом, еще 2 тысячи рублей начислят, как и планировалось, 14 апреля при условии добросовестного соблюдения режима самоизоляции. Такие выплаты получают и работающие москвичи старше 65 лет.

Будет ли дополнительная помощь для пожилых и заболевших?

Жителям старше 65 лет и людям старше 18 лет с некоторыми хроническими заболеваниями будет обеспечена доставка на дом лекарственных препаратов (которые положены по рецепту бесплатно либо по льготным ценам) и медицинских изделий (положенных по рецепту бесплатно). Пожилые и хронически больные москвичи могут звонить по телефону (495) 870-45-09. На помощь им придут социальные работники и волонтеры. По этому номеру телефона можно заказать доставку на дом бесплатных и льготных лекарств и медицинских изделий. Жителям, заболевшим коронавирусом, при назначении противовирусных препаратов их доставят бесплатно. Для покупки продуктов и других видов услуг рекомендуется использовать сервисы доставки.

Что делать инвалидам, если пересвидетельствование попадает на период самоизоляции?

Самоизоляция: что нужно знать



28 марта. Все детские и спортивные площадки временно закрыты. Такие меры приняты для того, чтобы обезопасить жителей столицы от коронавирусной инфекции. Самое эффективное сейчас — это побыть дома вместе со своей семьей

Бюро медико-социальной экспертизы с 1 апреля будет осуществлять продление ранее установленной группы инвалидности с сохранением причины инвалидности на срок шесть месяцев. С разъясняющей информацией можно ознакомиться на сайте Министерства труда РФ.

Если человеку нужно постоянно сдавать анализы, как это сделать?

Если посещение медицинской организации связано с неотложным состоянием или угрозой для жизни, пациент может посетить медицинскую организацию. При посещении медицинской организации рекомендуется иметь при себе документацию (направление, талон записи и прочее), подтверждающую, что пациент направляется именно в поликлинику или больницу.

ПОДАТЬ ДОКУМЕНТЫ НА ОФОРМЛЕНИЕ СУБСИДИЙ МОЖНО ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ

Можно ли беременным посещать поликлинику?

Настоятельно рекомендуется беременным по возможности оставаться дома. Посещать женские консультации нужно

только в следующих случаях: появление жалоб, для постановки на учет по беременности, проведения скрининговых ультразвуковых исследований в кабинетах пренатальной диагностики, введение антирезусного иммуноглобулина с целью профилактики резус-сенсibilизации во время беременности.

Как продлить субсидию на оплату жилья, не посещая центр госуслуг?

Подача документов на оформление субсидии переведена в электронный вид. Из-за невозможности получения жителями некоторых документов до снятия особого режима работы и нормализации работы всех служб не будет приниматься во внимание наличие или отсутствие задолженности за жилищно-коммунальные услуги, а отсутствующие документы можно компенсировать указанием необходимой информации в отдельном заявлении в свободной форме, которое можно приложить к заявлению на оформление субсидии.

Куда обращаться, если нужно поменять паспорт?

Подача заявлений о замене паспорта доступна в электронном виде на портале госуслуг.

Что делать, если ребенок учится в школе?

До 1 мая в Москве временно приостановлены все занятия в школах. Не отстать от школьной программы ученикам помогут «Московская электронная школа»

СРОК ДЕЙСТВИЯ ШКОЛЬНЫХ ПРОЕЗДНЫХ И СТУДЕНЧЕСКИХ БИЛЕТОВ ПРОДЛЯТ

(«МЭШ»), «Московский образовательный телеканал», «Российская электронная школа» и другие образовательные веб-ресурсы.

А льготы для детей предусмотрены?

Каждый ребенок из семьи, льготы которой подтверждены в органах социальной защиты, может получить в школе бесплатный продуктовый набор. Их выдают с 28 марта. Набор рассчитан на 12 учебных дней. В него входят крупа, мука, молоко, макароны, рыбные консервы, сухие завтраки, шоколад, сок и другие продукты — все они имеют длительный срок хранения.

Как подать документы на продление пособия на ребенка?

Центры госуслуг города Москвы с 30 марта и до особого распоряжения временно прекратили обслуживание посетителей и прием документов. Подать заявления на оформление пособия можно в электронном виде на портале mos.ru.

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

Больной должен находиться в отдельной комнате. Если это невозможно, то родственники должны соблюдать расстояние не менее одного метра от больного. Все комнаты и кухня в квартире должны часто проветриваться. Для ухода за больным необходимо выбрать одного человека без хронических заболеваний. Посещения пациента запрещены до полного выздоровления. Кроме того, нужно мыть руки после любого контакта с больным или с окружающими его предметами. Вентиляция должна быть закрыта, необходимо проветривать помещения только естественным путем. Врачи наблюдают за больными, которые лечатся дома, с помощью телемедицинских технологий. Используют аудио- и видеосвязь, квалифицированные медики круглосуточно проводят дистанционные консультации, оценивают состояние здоровья и дают рекомендации. Каждый пациент получает чек-лист самоконтроля, в котором ежедневно отмечает свои симптомы и обсуждает их с врачом.

Что будет с проездными на транспорт?

Для горожан продлят срок действия всех неиспользованных проездных билетов на общественный транспорт после 1 мая. Это сделают только при условии, что в период временных ограничений, которые действуют сейчас в городе, по проездным совершили не более шести поездок. Также будет продлено действие оплаченных школьных и студенческих проездных.

Подготовила
Евгения Степаненко
newokruga@vm.ru

МЕДИЦИНА

Мэр Москвы Сергей Собянин проконтролировал стройку инфекционной больницы в поселении Вороновское, открыл коронавирусные стационары на базе клинических больниц Сеченовского университета и Госпиталя ветеранов войн № 3, а также посетил службу телемедицинской помощи больным с Covid-19.

Новая инфекционная больница в поселении Вороновское, по оценкам специалистов, готова на 60 процентов. В большинстве корпусов основные строительные-монтажные работы завершены. — В принципе, уже сегодня можно разворачивать и отделочные работы, и комплектацию, и установку медицинского оборудования, — сказал Сергей Собянин, осмотрев будущее реанимационное отделение центра.

Врачи и оборудование

Больницу строят из быстровозводимых конструкций на площадке, где еще месяц назад было чистое поле. В итоге здесь появится автономный стационар инфекционного профиля, специалисты которого смогут оказать на месте все виды необходимой медпомощи. На участке общей площадью около 40 гектаров появятся 50 одноэтажных приемных, лечебных, реанимационных и других корпусов и еще 14 секций общежитий в два-три этажа для медперсонала. Всего больница сможет принять 500 пациентов. При этом есть возможность в случае необходимости увеличить количество мест до 656. Более того, каждую койку можно трансформировать в реанимационную. — Одна из самых главных задач — комплектование больницы медицинскими кадрами, — продолжил Сергей Собянин. По предварительной информации, вороновская больница войдет в состав Городской клинической больницы имени Демидова. В инфекционном стационаре будут работать около одной тысячи медиков, включая 250 врачей. Департамент здравоохранения Москвы как раз сейчас набирает штат специалистов.

— Еще одна не менее важная задача — комплектование медицинским высокотехнологичным оборудованием, спрос на которое сейчас в мире просто огромен, — добавил Собянин. — По сути, мы работаем в режиме онлайн: запрашиваем котировки, покупаем и свозим сюда оборудование, которое есть в наличии.

Справка

В Москве из всех зараженных коронавирусом (6698 случаев, по данным на 9 апреля) около половины, 47 процентов, — люди в возрасте от 18 до 45 лет. На втором месте по количеству подтвержденных диагнозов — горожане от 46 до 65 лет, затем идет люди старше 65 лет и дети.



Мэр Сергей Собянин: «Принято решение о мобилизации максимального количества больниц»

Делаем все для борьбы с пандемией

Кстати

Вокруг больницы в Вороновском создадут периметр безопасности: весь въезжающий и выезжающий транспорт будет проходить санобработку. Также у больницы будет собственная система очистки и обеззараживания стоков.

Всего для больницы закупят около 100 тысяч приборов, включая 770 аппаратов ИВЛ. В палатах установят устройства жизнеобеспечения, в том числе систему подачи кислорода, дефибрилляторы, оборудование постоянного контроля параметров пациентов и другую необходимую технику.

Лаборатория и вертолетная площадка

Пациенты будут поступать в больницу через приемное отделение, где создадут 15 отдельных приемно-смотровых боксов. Далее их отправят в один из лечебных корпусов. Для пациентов оборудуют двухместные палаты, которые могут трансформироваться в трехместные, с отдельными санузлами и двумя шлюзами. Первый будет снаружи, именно через него больные попадут в свой бокс. Второй сделают внутри корпуса — для

медперсонала. Такой подход полностью исключит перемещение пациентов по больничным коридорам, а значит, и распространение инфекции. В реанимационном блоке сделают шестиместные палаты и изолированные боксы интенсивной терапии, рассчитанные на одного пациента. Всего в этом блоке оборудуют 223 койки с возможностью увеличения их количества до 236. Для больницы построят собственную кислородно-газификационную станцию, которая обеспечит подачу кислорода в палаты. Также на территории инфекционного центра построят операционный и диагностический блоки. Последний оснастят аппаратами МРТ, КТ, 26 мобильными рентгеновскими установками, эндоскопическим оборудованием и другой техникой. У больницы будет собственная лаборатория, которая сможет проводить более 10 тысяч тестов в сутки, и вертолетная площадка — на случай экстренной госпитализации пациентов.

Корпуса и дороги

Строительство больницы идет круглые сутки. Количество рабочих превысило 10 тысяч человек. Параллельно с возведением корпусов прокладываются коммуникации и строятся дороги. Уже готово больше четырех километров новых подъездных магистралей, продолжаются работы по расширению Калужского шоссе.

— Честно говоря, не помню, чтобы когда-то в Москве на одном объекте концентрировалось такое количество рабочих и техники, — признался Сергей Собянин. — Только для регулирования машин здесь выставлено около 50 регулировщиков движения. Стройка огромная, трудная, сложная, но, думаю, она будет успешно завершена. Корпуса новой больницы прослужат как минимум 30 лет.

Дополнительная помощь

В Москве к борьбе с распространением инфекции подключились городские, федеральные и частные клиники. В отдельных корпусах разворачиваются госпитали для лечения больных с Covid-19. — Мы приняли решение о мобилизации максимального количества больниц для борьбы с коронавирусом, — сказал Сергей Собянин. — Все, что возможно, около 20 тысяч коек, мы зарезервировали и готовим к этому вызову. Так, сейчас к приему пациентов с подтвержденным диагнозом «Covid-19» переводят 6-й корпус Больницы имени Спасокукоцкого. По плану, он будет готов к 14 апреля. Работы идут круглосуточно. В начале следующей недели начнут принимать пациентов еще две больницы Сеченовского университета. — Очередной стационар для лечения пациентов с коронавирусной инфекцией,



КОРПУСА НОВОГО ИНФЕКЦИОННОГО ЦЕНТРА ПРОСЛУЖАТ МИНИМУМ 30 ЛЕТ

оборудованный на базе Первого мед университета та имени Сеченова, будет насчитывать две тысячи коек, — уточнил мэр. Ранее в Сеченовском университете для приема больных с Covid-19 уже открыли спецотделение на 300 мест в клинической больнице № 4 на улице Доватора и на 400 — в корпусе имени Василенко.

Стационар для пожилых

Госпиталь ветеранов войн № 3 также полностью перепрофилирован под коронавирусную больницу, которая будет при-

нимать пациентов старшего возраста.

— Как известно, коронавирус представляет самую большую опасность для пожилых людей, — напомнил Сергей Собянин. — Поэтому коллектив принял такое решение, и мы согласились, что госпиталь в этот непростой период будет работать с больными коронавирусом. Ветераны и пожилые москвичи будут в хорошем окружении, с врачами, которые умеют оказывать квалифицированную помощь возрастным пациентам. Уверен, госпиталь спасет жизни многих людей. В лечебных корпусах госпиталя в кратчайшие сроки прошел ремонт с перепланировкой помещений, что позволило увеличить количество мест до 710, включая 30 реанимационных коек. При этом есть резерв, чтобы оборудовать еще 302 койки. В зданиях появились «чистые» и «грязные» зоны, установлены но-



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

МИХАИЛ МУРАШКО
Министр здравоохранения РФ

Очень важно, что сегодня федеральные государственные учреждения стали в один ряд с городскими для оказания помощи москвичам. Мы открываем многопрофильные стационары, которые могут принимать пациентов не только с пневмонией, но и с другими заболеваниями, в том числе с хроническими патологиями. Высокоспециализированные специалисты готовы оказать помощь любого уровня.

— Сегодня врачей достаточно для того, чтобы они работали в круглосуточном режиме, но необходимо наращивать мощности центра, — дал поручение Сергей Собянин. — Поэтому надо дополнительно обучать врачей, дополнительно разворачивать рабочие места, чтобы вовремя реагировать и обеспечивать необходимые консультации тем, кому это понадобится. Каждый прием в среднем длится 13–15 минут. За это время врач может оценить состояние пациента, ответить на его вопросы и дать необходимые рекомендации.

Наталья Тростьянская
newokrug.ru



6 апреля 2020 года. Мэр Москвы Сергей Собянин и министр здравоохранения РФ Михаил Мурашко во время посещения перепрофилированного под лечение больных коронавирусной инфекцией корпуса Первого московского государственного университета имени И. М. Сеченова. В университете открылся центр по оказанию медицинской помощи пациентам Covid-19 (1). 4 апреля 2020 года. Вороновское. Ход строительства нового инфекционного медцентра, который уже готов на 60 процентов (2, 3, 4)

Доктор на связи

Пациенты с легкой формой коронавируса могут проходить лечение дома. За ними будут наблюдать врачи службы телемедицинской помощи. Чтобы получать консультации, необходимо зарегистрироваться на специальной телемедицинской платформе Депздрава Москвы. Служба телемедицинской помощи с 1 апреля занимает специально оборудованные помещения в школе № 548. Сейчас там работают более 200 врачей, которые прошли дополнительное обучение по лечению больных с коронавирусом. Специалисты по аудио- и видеосвязи проводят онлайн-консультации круглосуточно. Каждый врач работает по графику 2/2: два дня дежурит, два отдыхает. Такой подход позволил оптимизировать силы, поэтому при необходимости они смогут проводить до 4000 консультаций в сутки.

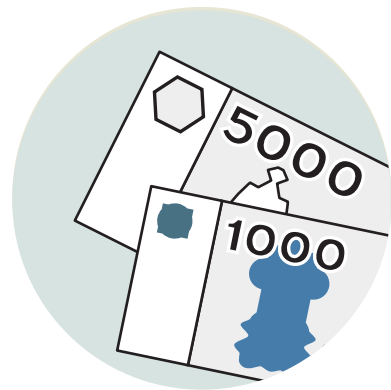
Прогулка обернется штрафом

Штрафы для предприятий и организаций за нарушение режима повышенной готовности



Индивидуальный предприниматель

Штраф от 30 до 50 тысяч рублей. При нанесении вреда здоровью или имуществу — штраф от 500 тысяч до миллиона рублей или приостановление деятельности на срок до 90 суток.



Организация

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



Порядок

Нарушителей режима самоизоляции ждет штраф. Соответствующий законопроект, подписанный мэром Москвы Сергеем Собяниным, коснется всех. В том числе индивидуальных предпринимателей и организаций.

— Большинство жителей города остаются дома. Количество пассажиров общественного транспорта снизилось на 70–80 процентов, что отчасти помогает сдерживать темпы распространения коронавируса, — отметил мэр Москвы Сергей Собянин. Нельзя забывать, что особая ответственность лежит на тех, кто проходит лечение от COVID-19, оставаясь дома. — За нарушение режима предусмотрены серьезные наказания, так как это грозит опасностью для жизни и здоровья окружающих. Я очень прошу соблюдать все правила и предписания, — добавил мэр.



— Что заставило подготовить данный законопроект и внести? Некоторое граждане восприняли ограничения как некие каникулы, как еще одни майские праздники, как повод пойти погулять, собраться на шашлыки, собрать компании. Тем самым увеличивая, а не уменьшая риск заражения. Подобное поведение сводит на нет добросовестное соблюдение режима самоизоляции большинством жителей Москвы. Такое поведение сводит на нет все усилия наших врачей и медперсонала. Для тех, кто выйдет на улицу без уважительной причины, предусмотрен штраф в размере четырех тысяч рублей. А если вы выехали в город на машине, то пять тысяч. Повторное нарушение также составит пять тысяч рублей. Чтобы сократить количество людей на улицах, были приняты и другие меры. — Магазины непродовольственных товаров, рестораны, спортивные клубы и аналогичные заведения, деятельность которых была ранее приостанов-

лена, останутся закрытыми, — сказал Сергей Собянин. Однако и здесь нарушителей — индивидуальных предпринимателей и организаций тоже ждут штрафные санкции. Ну а те, кто продолжит свою деятельность, обязательно должны скорректировать свою работу. Во-первых, руководителям предприятий необходимо предоставить информация о количестве работников (не подлежащих переводу на дистанционный режим), о видах осуществляемой деятельности и методах ее осуществления, а также идентификационный номер налогоплательщика (ИНН) и основного государственного регистрационного номера (ОГРН) на почту: organization_size@mos.ru. Во-вторых, работодатели должны обеспечить дезинфекцию помещения и социальное дистанцирование работников и посетителей на расстоянии 1,5 метра друг от друга. — Из рекомендательного это требование становится обязательным. Это важно не только для уменьшения скорости распространения инфекции, но и для самих предприятий, для здоровья их работников, — прокомментировал Сергей Собянин. Контролировать соблюдение режима повышенной готовности в столице будут Объединение административно-технических инспекций, Департамент торговли и услуг, префектуры административных округов и управы районов, Департамент образования и науки, Московская дорожная инспекция, Государственная инспекция по контролю за использованием объектов недвижимости мости.

Евгения Степаненко newokrug@vm.ru

1 апреля 2020 года. Сотрудники полиции проверяют документы у гуляющих в эти дни на Красной площади (1), для безопасности полицейские носят маски (2)

Что запрещено и кто контролирует



ЗАПРЕТ НА ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ, ПУБЛИЧНЫХ И ИНЫХ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Контроль: Объединение административно-технических инспекций города Москвы



ЗАПРЕТ НА ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ С ОЧНЫМ ПРИСУТВИЕМ ГРАЖДАН: ЗРЕЛИЩНЫХ, ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИХ, КУЛЬТУРНЫХ, ВЫСТАВОЧНЫХ, СПОРТИВНЫХ

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



ЗАПРЕТ НА ПОСЕЩЕНИЕ ГРАЖДАНАМИ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫХ И ДОСУГОВЫХ ЗАВЕДЕНИЙ, В ТОМ ЧИСЛЕ НОЧНЫХ КЛУБОВ (ДИСКОТЕК), А ТАКЖЕ НА КУРЕНИЕ КАЛЬЯНА

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



ТРЕБОВАНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ДИСТАНЦИРОВАНИЯ РАБОТНИКОВ И ПОСЕТИТЕЛЕЙ

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



ЗАПРЕТ НА РАБОТУ РЕСТОРАНОВ, КАФЕ, СТОЛОВЫХ, БУФЕТОВ, БАРОВ, ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ (ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ОБСЛУЖИВАНИЯ НА ВЫНОС И ДОСТАВКИ ЗАКАЗОВ)

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



ЗАПРЕТ НА РАБОТУ ОБЪЕКТОВ РОЗНИЧНОЙ ТОРГОВЛИ ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ПРОДАЖИ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ, ТОВАРОВ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ, МЕДИЦИНСКИХ ИЗДЕЛИЙ И ОБОРУДОВАНИЯ (В ТОМ ЧИСЛЕ ОПТИКИ), ЗООТОВАРОВ И УСЛУГ СВЯЗИ

Контроль: Департамент торговли и услуг города Москвы



ЗАПРЕТ НА ПОСЕЩЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ (В ТОМ ЧИСЛЕ В СФЕРЕ ФИЗИКУЛЬТУРЫ И СПОРТА, КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВА) ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ СОЗДАНЫХ ДЕЖУРНЫХ ГРУПП

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



НЕСОБЛЮДЕНИЕ РАБОТОДАТЕЛЯМИ РЕЖИМА ПОВЫШЕННОЙ ГОТОВНОСТИ В СФЕРЕ ТРАНСПОРТНЫХ УСЛУГ: НЕИЗМЕРЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА, В ТОМ ЧИСЛЕ ВОДИТЕЛЕМ ТАКСИ, ДОПУСК ЛИЦ С ПОВЫШЕННОЙ ТЕМПЕРАТУРОЙ, НЕПРОВЕДЕНИЕ ДЕЗИНФЕКЦИИ

Контроль: Московская административная дорожная инспекция



ЗАПРЕТ НА РАБОТУ САЛОНОВ КРАСОТЫ, КОСМЕТИЧЕСКИХ, МАССАЖНЫХ, СПА-САЛОНОВ, СОЛЯРИЕВ, БАНЬ И САУН И ИНЫХ ОБЪЕКТОВ ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ЛИЦЕНЗИРУЕМЫХ МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ

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

Масштабная дезинфекция

Заместитель мэра столицы по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Петр Бирюков рассказал, что в городе продезинфицировали все дороги, дворовые территории, подъезды и лифты в жилых домах.

— В работах были задействованы почти 66 тысяч рабочих, — отметил он. — Сотрудники коммунальных служб будут проводить эти мероприятия на регулярной основе до тех пор, пока будет сохраняться угроза распространения в городе коронавирусной инфекции. При обработке были использованы средства, рекомендованные Роспотребнадзором, которые можно безопасно применять для дезинфекции поверхностей в школах, детских садах и на предприятиях общественного питания.

Виталий Мезенцев newokrug@vm.ru

ФАКТ

В Москве девять пациентов, нарушивших режим домашней самоизоляции, переведены под наблюдение в обсерваторы. Среди нарушителей как лица с подтвержденным коронавирусом, так и близко контактировавшие с заболевшими. Помимо перевода на лечение в обсерваторы, нарушители будут оштрафованы.

Обычный режим для онкобольных

В столичном Департаменте здравоохранения отмечают, что онкобольные Москвы продолжают делать операции и проводить лучевую терапию в обычном режиме.

Для всех пациентов, страдающих злокачественными новообразованиями, введен особый режим изоляции. Чтобы люди могли добраться до больниц, их соцкарты продолжают функционировать. При этом общие правила по самоизоляции продолжают действовать для онкологических пациентов III клинической группы, не имеющих признаков прогрессирования заболевания и жалоб на состояние здоровья.

Виталий Мезенцев newokrug@vm.ru

Проведите время с пользой

НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

Вторая неделя «не выходя из дома» подошла к концу. Самое хорошее, что народ не отчаивается и находит чем заняться дома во время вынужденных выходных.



С заботой о соседях

Вот уж кому-кому, а спортсменам усидеть на месте сложнее всего. Всегда в движении! Некоторых сейчас выручают домашние тренажеры, кому-то хватит и коврика для йоги. А вот Сергею Коноплеву (1) из Сосенского, мастеру гиревого спорта, в этом смысле не очень повезло. Ему не хватает высоты потолка и отсутствия соседей снизу.

— С гирями приходится быть очень осторожным. Вот упадет даже самая маленькая, восьмикилограммовая, соседи уж точно спасибо не скажут, — смеется Сергей в трубку телефона.

Но спортсмен не отчаивается. Держать себя в форме у него прекрасно получается: каждый день идет на тренировку, не выходя за пределы квартиры. Но если спортсменом вы себя назвать не можете, а тренировки для вас — самый настоящий кошмар, не переживайте. Попробуйте уделить физическим упражнениям хотя бы 10 минут в день.

Хвостатые тоже учатся

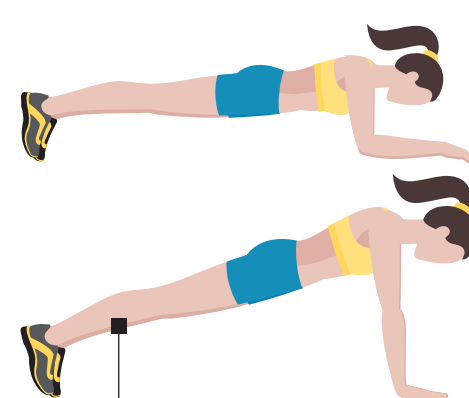
Будни семьи Назаровых (3) из Сосенского мало чем отличаются от обычных. — Все по телефону, — говорит Маргарита Назарова. — А у Эдварда занятия каждый день в преддверии. Все как обычно: уроки с самого утра, оценки. Только ездить никуда не надо.

А чтобы сидеть дома было еще интереснее, Маргарита вместе с другом обсуждают, как сделать онлайн-турнир по шахматам и подключить туда друзей. — Без дела даже наши собаки не сидят, — говорит Маргарита. — Учатся! Так, хвостатые Ричард и Роюшка стали участниками онлайн-марафона. Хозяйка учила их разным трюкам, а потом записывала успехи любимцев на камеру. — Отправляли видео организаторам, работали над ошибками. А потом даже экзамен сдали, — рассказывают Эдвард и Маргарита.

Теперь Ричард и Роюшка знают, что означают команды «кругом», «сидеть рядом», «змейка»... И это еще далеко не все.



Эти упражнения не займут много времени, зато помогут держать себя в форме

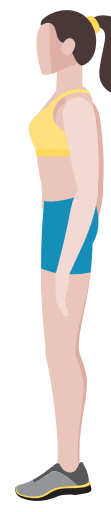


Планка

Выполняется в статическом положении, но зато благодаря ей напрягаются все мышцы. Пытайтесь простоять в планке как можно дольше.

Приседания

Кандидат старайтесь уделять хотя бы по паре минут, чтобы пройтись по квартире и сделать десяток приседаний и размяться.



Отжимания

Упражнение задействует разные группы мышц — брюшной пресса, бицепсы, трицепсы, большие грудные и дельтовидные. Через пару недель попробуйте отжимания на одной руке.

ФАКТ

Не выходить из дома было стилем жизни многих писателей. Например, Джером Сэлинджер через несколько лет после выхода романа «Над пропастью во ржи» закрылся в своем особняке, изучая духовные практики и нетрадиционную медицину. Писал он исключительно для себя, отказавшись от всех писательских привилегий — даже перестал давать интервью. Питер Хегг, датский писатель, сейчас тоже вынужден иногда оставаться дома в течение трех — шести месяцев. Это время он называет периодами крайнего уединения, в которые он много думает, медитирует, но и пишет, конечно.

Справка

НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ

● Монополия

Представьте себя бизнесменом: скупайте недвижимость и попытайтесь приумножить капитал.

● Имаджинариум

Берите карточки, загадывайте ассоциации и пытайтесь угадать карточку вашего соперника.

● Активити

Здесь вам понадобятся актерские навыки, умение рисовать и красиво говорить.

САЙТЫ ДЛЯ САМОРАЗВИТИЯ

● The Question

Не знаете, с чего начать рассказ или вам нужен совет эксперта — смело обращайтесь на этот бесплатный сайт. В писательском деле важно задавать много вопросов.

● Пиши.про

Выполняйте задания и читайте материалы о писательском мастерстве. А когда напишете свой первый рассказ, обязательно поучаствуйте в конкурсе!

● Reddit

Это зарубежный ресурс, поэтому самое время подучить английский язык. Найдите здесь писателей и посмотрите, что их интересует и вдохновляет.



Выучите несколько простых рецептов. Пригодятся!



Банановые оладьи

Утро — не самое лучшее время для того, чтобы долго стоять у плиты. Поэтому в блендер положите четыре банана, добавьте к ним яйцо, щепотку соли и полстакана молока. Взбейте до однородной массы. К смеси добавьте стакан муки и хорошо перемешайте. Осталось выложить на сковороду по одной столовой ложке теста и обжарить.



Удон с курицей и овощами

Самый быстрый обед — это блюдо азиатской кухни. Для удона обжарьте желтый перец, лук и морковь. Добавьте туда 120 мл воды, три столовые ложки соевого соуса и тушите до готовности. Затем порежьте грудку на мелкие кусочки, обжарьте и перемешайте с овощами. Отварите лапшу-удон, а потом потушите пять-семь минут вместе с курицей и овощами.



Кекс за пять минут

Смешайте 1,5 стакана муки, стакан сахарной пудры, 3 ст. ложки какао, щепотку соли, чайную ложку соды, ванили и яблочного уксуса. Перемешайте. Смажьте посуду для запекания растительным маслом. Вылейте тесто в чашку и отправьте в микроволновку на 5 минут при максимальной мощности. При необходимости отправьте кекс еще на 30 секунд в микроволновку.

напекла! — рассказывает Елена Николаевна. Кроме того, появилось время и для творчества. Елена Николаевна уже связала себе красивую накидку, а сейчас вышивает крестиком. Того гляди, за такие длинные каникулы и маленькая Алиса научится пирожки делать и рукодельничать. Хотя выучить пару-тройку простых рецептов никому не помешает. Порадуйте своих домашних.

Музеи и театры рядом

Утром подъем, уроки, английский, дополнительные занятия... Для Лизы и Маши Харламовых в будни практически ничего и не поменялось.

— Но суббота и воскресенье должны отличаться от других дней. Недавно все вместе готовили пирожки... А тут в ход пошли подарки, которые скопились после дней рождения, — пазлы, раскраски по номерам. И конструкторы все собрали. Наверное, скоро нужно будет новые заказывать, — улыбается в трубку их мама Юлия.

А вообще Харламовы и дома стараются набраться новых впечатлений.

— Посмотрели оперу «Снегурочка», погуляли по Астраханскому заповеднику.

Игры всей семьей

Большие выходные для Анастасии Есиной из Внукковского (2) — время достать любимые настольные игры.

— Самый веселый способ провести время. А еще начали собирать модели военной техники. Уже готовы танк и самолет, — рассказывает Настя. Но если от основной работы в апреле девушке можно отдохнуть, то у активистов молодежной палаты (где Настя и состоит) выходных не бывает!

— Мы объявили конкурс рисунков и поделок на тему «Победа в Великой Отечественной войне». Приходят работы, поэтому смотрим и оцениваем, — говорит Настя.

Ну а лучший способ весело провести время всей семье — действительно достать с полки запылывшиеся игры.

ЗАНИМАЙТЕСЬ СПОРТОМ, ТВОРЧЕСТВОМ. ПОПРОБУЙТЕ СДЕЛАТЬ ТО, ЧТО ВСЕГДА ОТКЛАДЫВАЛИ НА ПОТОМ

Сейчас появилось много интересных ресурсов, — говорит Юлия.

Самый популярный — проект #Москвастобой — это специальный онлайн-проект, запущенный столичным Комитетом по туризму вместе с культурными площадками города. С его помощью можно ознакомиться с экспозициями различных музеев онлайн, узнать больше об искусстве и в прямом эфире посмотреть кулиарные и театральные трансляции и модные показы. К проекту #Москвастобой уже присоединились Государственный исторический музей, Музей Победы на Поклонной горе, Музей древнерусской культуры и искусства имени Андрея Рублева, Музей космонавтики, музей-заповедник «Коломенское» и Музей Москвы с авторскими экскурсиями по столице. В скором времени свои шедевры и онлайн-экскурсии покажут центр русской культуры «Кремль в Измайлово», Государственный музей архитектуры имени А. В. Шусева, Музей П. И. Чайковского и другие культурные объекты.

Алина Зинина
newokrug@vm.ru

Союзники обязательно встретятся

25 апреля исполнится 75 лет встрече советских и американских войск на реке Эльбе в городе Торгау. Тогда, в 1945-м году, это событие означало скорую победу над фашистской Германией. И вот у этой даты совсем скоро юбилей! Приехать в Торгау вместе с другими представителями из разных стран планировал и наш Сергей Ларионов из поселения Марушкинское. Вот это была бы встреча союзников спустя десятилетия...

— Но, к сожалению, планы немного поменялись, — говорит Сергей Ларионов. Поездку в Торгау пришлось отменить. Казалось бы, какая уж там встреча союзников на Эльбе. Но! Такие трудности не оказались помехой. Встретиться союзникам поможет интернет.

— Занимаюсь организацией онлайн-встречи. Накануне, 24 апреля, мы соберемся все вместе, правда, находясь в раз-

ных городах и странах, чтобы поговорить о том знаменательном событии. Я, например, надену свою форму времен войны, — рассказывает Сергей Ларионов. Так что встреча союзников пройдет при полном параде даже на расстоянии. Вот только жаль, что в этом году она обойдется без полевой кухни, которую частенько с собой привозит марушкинский реконструктор. Сейчас ее за рубежом особенно ценят. Но вкус гречки с тушенкой, к сожалению, через интернет не передашь.

С бабушкой всегда интересно

А вот Елена Николаевна Мохова (4) из Воскресенского проводит выходные вместе со своей маленькой внучкой. Пятилетней Алисе уж точно не скучно с бабушкой.

— Мы времени не теряем. Буквы учим, играем, а еще я наконец-то пирожков



ВИКТОР ХАБАРОВ

2 апреля 2020 года. Московский. Волонтеры Антон Цаплин (слева) и Дмитрий Полтавец разносят готовую еду пожилым жителям (1). 7 апреля 2020 года. Филимонковское. Волонтер Дарья Супрунова гуляет у дома со своим псом Рыжиком (2)



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

АНАСТАСИЯ РАКОВА

Заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития

На сегодняшний день лекарства хроническим больным, которые они обязаны постоянно принимать, в рамках системы дополнительного лекарственного обеспечения выписываем сразу же на полгода и сразу же на полгода выдаем. Кроме того, мы серьезно усилили надомную службу — более тысячи человек дополнительно привлечены для того, чтобы обслуживать москвичей поликлинической службой на дому. Поэтому настоятельно предлагаем всем в случае, если необходима медицинская помощь, вызывать врача на дом.

Справка

Сейчас в столице действуют два добровольческих объединения: московский региональный штаб акции #Мывместе (мывместе.мосволонтер.рф) и соцволонтеры центра «Моя карьера». Чтобы обратиться к ним за помощью, звоните: (800) 200-34-11 (ресурсный центр «Мосволонтер») и (495) 633-63-83 (кол-центр по вопросам коронавирусной инфекции). Узнать волонтеров можно по специальным бейджам. Также для решения бытовых вопросов москвичи из группы риска могут обратиться по номеру (495) 870-45-09.

С ЗАБОТОЙ О ЛЮДЯХ



Сходить за продуктами, вынести мусор, погулять с собакой... Казалось бы, ежедневные простые ритуалы. Но с распространением коронавируса и, как следствие, введением режима самоизоляции для пожилых людей и горожан с хроническими болезнями решение этих бытовых вопросов потребовало поиска новых ответов. На помощь пришли тысячи неравнодушных добровольцев — волонтеров, готовых взять на себя заботы и ответственность, чтобы москвичи из группы риска оставались дома.

Для Дарьи Супруновой из Филимонковского волонтерство — гражданская позиция. Чтобы помогать людям, ей не обязательно состоять в какой-либо организации. Дарья — волонтер-доброволец,

Волонтер спешит на помощь

Сейчас она помогает бабушкам и дедушкам с решением бытовых проблем, ведь им выходить из дома опасно. У Дарьи все достаточно просто: она видит проблему и идет помогать.

— Так было и летом 2010 года, когда всюду были страшные лесные пожары. Однажды я ехала с дачи, видела весь этот смог, и во мне будто что-то щелкнуло: а ведь сейчас кому-то может пригодиться моя помощь, — вспоминает Дарья.

И если ты действительно хочешь что-то сделать, все будет способствовать этому. У Дарьи так и получилось.

— Я вышла на журналистов, с которыми мы две недели ездили в деревни Владимирской области и привозили с собой глюкометры, нужные медикаменты, — рассказывает Дарья.

В Филимонковском девушка с мужем живут недавно. И даже когда супруги решили завести собаку, не стали обращаться в питомники в поисках породистого чет-

вероногого. Ведь в это время в приютах сотни бездомных животных ждали своего человека. Один из них, дворняга Рыжик, обрел такого человека в лице Даши и уже три года живет в ее семье.

Сигнал о том, что помощь может кому-то понадобиться, поступил и 24 марта.

— Я увидела, как один из активистов в соцсетях написал, что хватит сидеть на диване, ведь пенсионерам нужна поддержка, — рассказывает Дарья.

В то время она уже находилась на самоизоляции, понимая: если она может вый-



Кстати

Волонтеры и курьеры крупнейших городских служб могут бесплатно пользоваться городским велопрокатом, чтобы сократить время доставки продуктов, готовых блюд и предметов первой необходимости москвичам, вынужденным оставаться дома. Первая половина станций велопроката открылась 10 апреля, остальные заработают 17-го. Для получения льготного тарифа нужно обратиться по телефону (495) 966-46-69 (в будни с 10:00 до 18:00) или написать на электронную почту: info@velobike.ru.

ти в магазин за продуктами, то в случае с пожилыми людьми такая бытовая «мелочь» может обернуться серьезными, а то и трагическими последствиями.

— Тогда я стала искать, где бы зарегистрироваться как волонтер, — продолжает Дарья. — Знакомые посоветовали мне подать заявку на сайте ya-doma.ru, после чего я прошла собеседование и обучение, — говорит волонтер.

Теперь будни девушки на самоизоляции проходят под девизом «всегда наготове».

Вот и во время нашего разговора сообщает: только что прилетела новая заявка. Значит, кому-то снова нужна помощь. Кстати, не так далеко от дома. В ее же поселении.

— Иногда благодарные бабушки и дедушки по привычке пытаются угостить шоколадкой, обнять, — на прощание признается Дарья. — Непросто их останавливать, но приходится напоминать лишний раз: нужно соблюдать дистанцию.

Алина Зинина
newokruga@vm.ru



«Новые округа» продолжают рубрику, где вы можете задать важный для вас вопрос и получить ответ. Мы вместе делаем ТиНАО лучше!

Возле подъездов поставили лавочки

Ольга Крупнова из поселка Знамя Октября поселения Рязановское:

Возле нашего дома № 23 нет лавочки, которой очень не хватает даже в условиях самоизоляции. Так или иначе, из дома выходить приходится — в магазин за продуктами. А покупаем мы впрок, чтобы хватило на несколько дней. И когда возвращаешься домой с тяжелыми пакетами, их приходится ставить прямо на землю, пока доставишь из сумки ключи. Какое уж тут соблюдение санитарных норм...

ТЕПЕРЬ ЖИТЕЛЯМ ПО ПУТИ ИЗ МАГАЗИНА ЕСТЬ КУДА ПОСТАВИТЬ ТЯЖЕЛЫЕ СУМКИ С ПРОДУКТАМИ

Отвечает глава администрации поселения Рязановское **Николай Бобылев**: Уважаемая Ольга Константиновна! Специалисты подрядной организации по вашему обращению разместили лавочки около домов № 23 и № 24. Теперь жители смогут комфортно отдохнуть около подъездов после похода в магазин, поставить сумки, чтобы найти ключи.

Звоните и рассказывайте о своих проблемах по телефону (499) 557-04-24 (доб. 222, 250)



7 апреля 2020 года. Рязановское. Жительница дома № 23 в поселке Знамя Октября Надежда Хацкевич по пути из магазина присела отдохнуть на новую лавочку у своего подъезда

От ямы на дороге не осталось и следа

Юрий Лаптев из поселения Московский: Вокруг канализационного люка в 1-м микрорайоне у дома № 36, рядом со входом в магазин, образовалась довольно большая яма. Люди могут травмироваться.

Отвечает замглавы администрации поселения Московский **Владимир Антошкин**: Уважаемый Юрий Павлович, спасибо за сигнал! По вашему обращению специалисты отремонтировали участок дороги, больше яма опасности не представляет.

Перилам — быть

Ольга Прохорова из поселения Краснопахорское:

Я живу в деревне Раево и пользуюсь пешеходным мостом через реку Пахру. В прошлом году к нему сделали прекрасные мощные подходы. А перила установить планируется?

Отвечает начальник отдела ЖКХ администрации поселения Краснопахорское **Виктор Ефименко**: Уважаемая Ольга Петровна! Устройство ограждения на лестнице к мосту через реку Пахру запланировано на второй квартал текущего года.

Стенд заменили

Анна Глыбина из поселения Десеновское:

В моем подъезде в доме № 11 по улице 3-я Нововатутинская уже четвертую неделю сломан стенд.

Почему его никто не чинит?

Отвечает замглавы администрации поселения Десеновское **Александр Алябьев**:

Уважаемая Анна! По вашему обращению информационный стенд в холле первого этажа заменен на новый. Приносим извинения за доставленные неудобства.

Педагоги проводят тренировки и тренинги онлайн

Светлана Грачева из поселения Марушкинское:

Знаю, что секции и кружки на территории нашего поселения временно закрыты. Да и мы с детьми на самоизоляции. Скажите, планируется ли организовать какие-нибудь видеоуроки и онлайн-мастер-классы для детей?

Не хотелось бы, чтобы появившееся свободное время дети торчали в телефоне.

Отвечает глава администрации поселения Марушкинское **Сергей Вечкилев**:

Уважаемая Светлана! Спортивно-досуговый центр «Маяк» уже перешел на новый формат работы. Теперь на официальных страницах центра в соцсетях регулярно размещаются видеоуроки, проводятся мастер-классы, тренинги и лекции по разным направлениям. Например, уже опубликованы видеоуроки с преподавателем и руководителем секции хореографии Светланой Чертыковцевой и тренировки с Александром Демьяновым.

Упавшее дерево оставило людей без света

Валерия Тестова из поселка ДСК «Мичуринец» поселения Внуковское:

У нас в домах по улице Горького отключалось электричество, хотя о плановых отключениях нам не сообщали. Что случилось? Когда новых «сюрпризов» ждать?

Отвечает глава администрации поселения Внуковское **Павел Федулкин**:

Уважаемая Валерия! Из-за падения дерева произошел обрыв линии электропередач. Специалисты оперативно убрали дерево и восстановили подачу электричества.

75 ЛЕТ ПОБЕДЫ



О войне Николай Николаев своим сыновьям рассказывал мало: не любил вспоминать об этом. Знали они, что отец был ранен, награжден медалями и орденами, чуть-чуть не дошел до Берлина. На этом почти все. Да и вопросы, например, младшего сына Алексея были по-детски наивными. Чего еще ожидать от ребенка...

— Папка, а сколько ты на войне немцев убил? — спрашивал Алексей. Николай, подумав, ответил: «Двоих». Много ли, мало это — Алексей так и не понял. — Атака, стреляют многие. Вот отец, наверно, и сказал о тех, гибель которых от пуль из своего автомата видел, — предполагает сейчас Алексей Николаевич. Говоря об отце, вспоминает одну деталь: улыбаясь, папа иногда говорил о фронтовом прозвище, которым очень гордился, — Василий Теркин. За характер.

По примеру старшего брата

Воспитание Николая Николаева, 13-го ребенка в семье, легло на плечи его старшего брата Алексея. И когда тот без проблем поступил в Московский институт философии и литературы и обосновался в столице, позвал к себе младшего брата.



Алексей Николаев: «В молодости думал, что еще успею распросить отца о военном прошлом. Ошибался...»



28 марта 2020 года. Алексей Николаев (2) из Троицка после выхода на пенсию восстановил боевой путь своего отца, а заодно некоторых его сослуживцев. На сохранившемся фото (1) в первом ряду (слева направо) Николай Николаев, Василий Круподеров и Иван Кульков. Во втором ряду имена бойцов до сих пор уточняются

Старшина Теркин

Помог с работой: Николай строил корпуса завода приспособлений и штампов. — Через несколько лет на нем стали выпускать боеприпасы, — уточняет Алексей Николаев. И через полтора года его отец вернулся в родной Ульяновск и поступил на рабфак. Став учителем начальных классов, так и остался преподавать в школах своего района. Женился, и жизнь, казалось, продолжалась уже размеренно, без особых забот. Но... Неожиданно жизнь старшего брата Алексея, можно сказать, оборвалась. Пока Николай учился, Алексея направили на Дальний Восток. И должность предложили очень даже стоящую — замначальника политотдела Мазанов-

ского маслозавода. А в годы репрессий объявили врагом народа и расстреляли. И впрямь об Алексее в семье Николаевых старались больше не говорить. Боялись. Правда, Николай все же взял на себя смелость и назвал своего сына Алексеем. В честь брата.

Об отце узнал из документов

На фронт Николая призвали только в марте 1942 года, в Панфиловскую дивизию, при которой создали отдельный учебный стрелковый батальон для подготовки младших командиров. Правда, учебным назвать его было нельзя. Его курсанты всегда были на передовой, каждый день рискуя своей жизнью. ...Обо всем этом Алексей, сын Николая, узнал уже спустя многие десятилетия, на протяжении четырех лет работая с архивами Московской области. Приказы, постановления и прочие документы помогли ему восстановить боевой путь отца и его стрелкового батальона. Оказалось, что сначала Николай Николаев был простым курсантом. Через три месяца стал сержантом и остался в своем батальоне готовить вновь поступивших курсантов. В конце 1942-го он уже был

Звезды помогают ветеранам

В Москве стартовала акция «Спасибо вам» по доставке еды ветеранам. Как она проходит и кто в ней участвует, выяснил корреспондент «НО».

Один из ресторанов в центре столицы. Здесь организаторы мероприятия собирают продукты для ветеранов Великой Отечественной войны, которые в это непростое время остро нуждаются в заботе. Помимо товаров первой необходимости им привезут угощение — приготовленного поварами заведение щыленка табака. Это блюдо из меню заказали сами ветераны. К акции присоединились политики, общественные деятели, звезды телевидения и эстрады. Первым, к кому они обратились, стал Евсей Рудинский. Летчик-штурман бомбардировочной авиации, он принимал участие в Курской битве, громил врага в Белоруссии и Польше. Ему

98 лет, но он все тот же крепкий духом боец. Продукты ветерану передали певец Прохор Шалапин и телеведущая Ирина Пудова. Разумеется, с соблюдением всех медицинских рекомендаций. — Большое вам спасибо за такое внимание, — от души поблагодарил гостей Евсей Рудинский. Акция проводится в рамках Всероссийской премии «Память народа: во имя мира» при поддержке Молодежного парламента при Госдуме РФ. Организаторы за время ее проведения постараются помочь тем, кто в этом нуждается. — Все мы оказались в серьезной ситуации. И очень хочется поддержать наших ветеранов, — сказала «НО» президент премии «Память народа: во имя мира» Оксана Бондарева.

Никита Камзин newokrug@vm.ru

Умная система готова к запуску

Столица технически готова к запуску умной системы контроля за соблюдением правил самоизоляции.

В случае ухудшения эпидемиологической ситуации или роста количества нарушений домашнего режима система может заработать после подписания соответствующего нормативного акта правительства Москвы. После этого жители

должны будут получить специальный код через личный кабинет на mos.ru. Передвигаться по городу можно будет как пешком, так и на общественном или личном транспорте — достаточно уведомить город о своих планах и иметь при себе код. А чтобы выгулять питомца или вынести мусор, уведомлений не потребуются.

Лана Васнецова newokrug@vm.ru

ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ

Правила профилактики коронавирусной инфекции

По данным Роспотребнадзора



— Еще к началу 1944 года в их батальоне сменилось пять командиров. Кто-то прослужил с ними полгода, кто-то два-три месяца, — говорит Алексей Николаев. Николай вернулся домой в декабре 1944-го, после того как попал в госпиталь...

По следам сослуживцем

Просматривая архивы, Алексей Николаевич узнал об отце многое. Где воевал, когда, чем был награжден. Вот только не было в тех бумагах историй и подвигов, о которых он хотел бы узнать. Идея появилась сама собой: отыскать сослуживцев отца. Может быть, кто-то и вспомнит его папу. Да и узнать, как сложилась судьба его фронтовых товарищей, тоже интересно. — В книгах много написано про полководцев, но ведь и о простых солдатах тоже надо знать, — говорит он. Продолжая работать в архивах, Николаев начал составлять списки сослуживцев. А потом искать их родственников всеми возможными способами. Интернет в этом деле оказался хорошим помощником. Кого-то искал, отправляя объявления в районные газеты, где-то отправлял запросы в местные школы. И это работало! Не всегда конечно, но Алексею Николаевичу везло. — Мне отвечали разные люди. Внуки, внучатые племянники, дети... Даже оказалось, что внук командира отца, капитана Иванушкина, живет в Троицке! Однако связаться с ним не удалось, — говорит Алексей Николаевич. Родственники охотно отвечали на вопросы о судьбе своих отцов и дедов, которые уже давно умерли. Присылали Николаеву и фотографии. Тот, чтобы не пропадать материалам, даже начал их публиковать и записывать небольшие истории. Правда, о своем отце он так и не смог выведать больше ни строчки.

— Я даже нашел человека, который служил в той дивизии! Сейчас ему 97, и он из Москвы. Пару лет назад мы разговаривали с ним по телефону. Папу он не помнит, как и многие из тех лет. Но одно сказал: «В 1944 году недалеко от города Новосokolники батальон попал в сложнейшую перестрелку. Когда бой закончился и командир выстроил всех нас, чтобы посчитать, последний названный номер был 42-й. А всего нас было человек 300», — рассказывает Алексей Николаевич. И в числе тех 42 солдат был и его отец, который каким-то чудом оказался спасен. Счастливчик. Прямо как Теркин. — Правда, в том же 1944-м, при освобождении города Огре (Латвия. — «НО») отца ранило в правую руку: отсекло последние фаланги пальцев и перебило запястье. Поэтому переучивался на левую, — говорит Алексей Николаевич. ...31 статья. Ровно столько Алексей Николаев написал о тех, кто воевал в учебном батальоне Панфиловской дивизии и плечом к плечу служил с отцом. Возможно, защищая его от пуль ценой собственной жизни. Но об этом он, к сожалению, теперь так ничего не узнает. — Зато внуки узнают, с кем и как воевал их прадед. И теперь они — не безликие имена. Это люди со своей историей, — говорит Алексей Николаев.

Алина Зинина newokrug@vm.ru

КУЛИНАРНЫЙ БЛОКНОТ НОВЫХ ОКРУГОВ

Ягоды для этого десерта подойдут любые — выбирайте на свой вкус. Разморозьте их и положите в кастрюлю.

1

2

Ягоды засыпаем сахаром и заливаем водой. Кипятим 5–10 минут.

Ягоды необходимо процедить и протереть сквозь сито. Жмых выбрасываем, а сироп вновь доводим до кипения и добавляем манную крупу. Варим «кашу» примерно 10 минут. При необходимости можно добавить немного крупы, если смесь получается слишком жидкой.

3

У вас есть вкусные рецепты, которыми вы гордитесь? Присылайте! Мы с удовольствием их опубликуем! newokruga@vm.ru

5

Когда смесь станет белой и увеличится в два раза в объеме, разливаем мусс по порционным стаканчикам и охлаждаем. Подавать можно со свежими ягодами.

4

Снимаем с огня и немного остужаем наш десерт. Он должен быть комнатной температуры. Теперь мусс необходимо довести до кондиции. Вооружаемся миксером и взбиваем примерно 10–15 минут.

Ягодный мусс

Ингредиенты:
ягоды (замороженные) 200 г, сахар 120 г, манка 3–4 ст. л., ванилин

Как ни крути, а даже во время поста хочется чего-нибудь такого... эдакого. На помощь придет французский десерт. Любят они все воздушное. Например, мусс. В оригинале его, конечно, готовят с добавлением яичных желтков и молока. Но мы сделаем постный вариант, где за стабилизацию пены будет отвечать обычная манная крупа. Кстати, по вкусу этот мусс ничуть не уступает оригиналу.

Подготовил **Валентин Звезгинцев** newokruga@vm.ru

Дрова и уголь по вашим заявкам

Более двух тысяч пожилых москвичей, на время самоизоляции уехавших в свои дачные дома с печным отоплением, уже воспользовались предложением городских властей получить дрова и уголь по льготным ценам.

— За 12 дней выполнено более двух тысяч таких заявок, — сообщил заместитель мэра Москвы по вопросам ЖКХ и благоустройства Петр Бирюков, добавив, что сейчас городские службы работают над выполнением оставшихся заявок. Для этого в столице задействовано более 150 единиц техники, в том числе — погрузчики, автокраны, манипуляторы и вездеходы. Напомним, для оформления доставки дров и угля по льготной цене москвичи старшего поколения могут обратиться по телефону горячей линии: (495) 870-45-09. После этого ваша заявка будет принята в работу.

Лана Васнецова
newokruga@vm.ru

Частности

Реклама

Искусство и коллекционирование

● Антиквариат, книги, открытки, архивы, фото, полки. Т. 8 (495) 585-40-56

Разное

Члены **НПЭЖ «Согласие-2»** (ОГРН 1025003748461) в количестве более чем 20% от состава членов Партнерства уведомляют, что **12 апреля 2020 г. в 10:00** на территории НПЭЖ «СОГЛАСИЕ-2» по адресу: Москва, п. Первомайское, д. Фоминское, ул. Московская, д. 43/2 очное внеочередное общее **собрание** членов Партнерства **НЕ состоится**.
Дата передачи в печатное издание 07.04.2020.

Ярмарка вакансий: теперь онлайн

Самые популярные тренинги столичного центра занятости населения «Моя работа» москвичи теперь могут посмотреть не выходя из дома.

В онлайн-формате стали доступны занятия по следующим темам: «Поиск работы: составляющие успеха», «Актуальный тренд — собеседование онлайн», «Резюме — визитная карточка соискателя». За расписанием тренингов можно следить на сайте центра, там же будут публиковаться и ссылки на занятия. Также уже доступно 180 онлайн-курсов профобучения и переквалификации людей старше 50 лет, безработных, мам в декрете.

На удаленку перешел и центр «Моя карьера». В формат вебинаров переведено более 100 тренингов по развитию социально-поведенческих навыков и обучению самостоятельному трудоустройству. Теперь на портале «Моя карьера» можно пройти наиболее популярные среди соискателей модульные программы. Кроме того, центр планирует провести в конце апреля онлайн-ярмарку вакансий «Работа для всей семьи 18+». У соискателей будет возможность познакомиться с предложениями компаний и задать вопросы представителям работодателя.

Лана Васнецова
newokruga@vm.ru

Если вы хотите поделиться с нами новостью о том, что происходит в вашем поселении, пишите нам **newokruga@vm.ru** или звоните **(499) 557 04-24**

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНИЦЫ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА
Кадастровым инженером Байдуровой Кристиной Олеговной, 142300, МО, г. Чехов, ул. Чехова, д. 79, корп. 4, оф. 103, 1_krestik_1@mail.ru, 8 (925) 111-000-2, реестровый № 24342, выполняются кадастровые работы в отношении земельного участка с кадастровым № 50:21:0120202:1180, расположенного: город Москва, поселение Сосенское, с/т «Дары природы» пос. Мосрентген, уч-205. Заказчиком кадастровых работ является: Исаева Киз Рамазановна, Республика Дагестан, гор. Дербент, ул. Г. Саидова, д. 12, корп. Д, +7 (926) 319-60-10. Собрание по поводу согласования местоположения границы земельных участков после ознакомления с проектом межевого плана принимаются с 11.04.2020 г. по адресу: МО, г. Чехов, ул. Чехова, д. 79, к. 4, пом. 103, 12.05.2020 г. в 10:00. С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: МО, г. Чехов, ул. Чехова, д. 79, к. 4, пом. 103. Требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с 11.04.2020 г. по 11.05.2020 г. Обоснованные возражения о местоположении границ земельных участков после ознакомления с проектом межевого плана принимаются с 11.04.2020 г. по 11.05.2020 г. по адресу: МО, г. Чехов, ул. Чехова, д. 79, к. 4, пом. 103. Смежные земельные участки, в отношении местоположения границ которых проводится согласование: все земельные участки, расположенные по адресу: город Москва, поселение «Мосрентген», СНТ «Дары природы», участок № 206 с КН 50:21:0120202:959, город Москва, поселение Мосрентген, СНТ «Дары природы», уч. № 163, 164 с КН 50:21:0120202:49, г. Москва, пос. «Мосрентген», д. Дудкино, уч. СНТ «Дары природы», влд. 204 с КН 50:21:0120202:91, Земли общего пользования СНТ «Дары природы» и все земельные участки, расположенные по адресу: город Москва, поселение «Мосрентген», СНТ «Дары природы» и в кадастровом квартале 77:17:0120202. При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

СТОП-КАДР

Совсем немного времени остается до юбилейного парада Победы на Красной площади, и сейчас уже началась подготовка к нему. 6 апреля в небе над Новофедоровским жители поселения наблюдали, как готовятся к празднику участники авиационной группы из 55 военных самолетов и 20 вертолетов. В небе «Стрижи» и «Русские витязи» тренировались и поодиночке, и большой пилотажной группой. Запрокинув голову, возле своего дома стоял и наш фотокор, который успел сделать несколько удачных кадров. Зрелище, признался он, впечатляло. Но то ли еще будет!



ВИКТОР ХАБАРОВ

СКАНВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Загар, Едок, Блесна, Вякена, Батан, Брива, Брива, Лаваш, Лаваш, Линавот, Тула, Пениттор, Квас, Нрав, Мао, Аксеферт, Рене, Онео, Диво, Онео, Рад, Кошти, Кошка, Нав.

ПРИМАНКА ДЛЯ ЛОВЛИ РЫБЫ	СМОТРИТЕ ФОТО	БОНУС ПЛЯЖНИКОВ							МОСКОВСКИЙ АЭРОПОРТ	«СКОРО- СПЕЛОЕ ЧАДО»	АКТЕР ... ШТЕ- ФАНКО	ЧЕЛОВЕК С ЛОЖ- КОЙ						
					ОСНОВА АРОМАТА	КТО ПО ПРЕДМЕТУ ПОДТЯГИВАЕТ?							МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ	МУРЛЫ- ЧЕТ				
ЧЕМ НА ЩЕТИНУ ПОРЧУ НАВОДЯТ?		ГРУЗОВИК ДЛЯ МАЛОГО БИЗНЕСА							КИТАЙСКИЙ ЛИДЕР ... ЦЗЭДУН	ХЛЕБ «КАВКАЗ- СКОЙ НАЦИО- НАЛЬНОСТИ»								
					ЛУЧШИЙ НЫРЬ- ЩИК СРЕДИ КИТОВ	ГОРОД С ПРЯ- НЫМ МУЗЕЕМ							МЕТАЛЛ В ПРИ- ПОЕ	АМЕРИ- КАНСКИЙ ЕНОТ				
МУЛЬТЯШНЫЙ СЕРИАЛ «ЮЖНЫЙ ...»		ЛИПУЧКА ДЛЯ АППЛИКАЦИИ							АЛЬТЕР- НАТИВ- НОЕ	В ЧЕМ ПОБЕЖДАЕТ БЫСТРЕЙШИЙ?								
					ПРЕСИНГ АТАКУЮЩЕЙ КОМАНДЫ			ГАЗИ- РОВКА В ЖБАНЕ	СЕРИЙ- НЫЙ			ГЕНИАЛЬНЫЙ ФРАНЦУЗ ... ДЕКАРТ		КУП- ЛЕН- НЫЙ СЛУГА			ЯДОВИ- ТАЯ ЗМЕЯ	
	ОСНОВА ДЮНЫ	ВЕЛИКАЯ РУССКАЯ АКТРИСА			КОЖИСТАЯ ЧЕРЕПАХА		ГУМБАЙ ИЗ СУМО		СВОЙ- СТВО ДУШИ	ВАГОН С ОФИ- ЦИАН- ТАМИ								
	ЦИАНИСТЫЙ							ПЕТЛЯ, ЧТОБЫ ЛОШАДЬ УСМИРЯТЬ				ЧЕМ УТЕПЛЯЮТ ВОЕННЫЕ УШАНКИ?						
					САМАЯ ЖАРКАЯ ПУСТЫНЯ В ИНДИИ		СПУСК ВОДЫ				«СТРАХ БОЖИЙ»							

Гороскоп

☀ в Овне до 21 апреля, затем в Тельце

☾ убывает, в Стрельце до 14 апреля, в Козероге до 15 апреля, в Водолее до 17-го, далее в Рыбах

☉ новолуние 23 апреля, 5:25

ОВЕН / 21.03–20.04 /
У Овна на этой неделе будет появляться много идей, как улучшить свое положение в различных сферах жизни. Вам еще побольше бы решимости и уверенности, и тогда точно все получится!

ТЕЛЕЦ / 21.04–20.05 /
Тельцам рекомендуется уделить больше времени всему, что способствует заботе о своем здоровье и душевному спокойствию. Исключите общение с теми, с кем чувствуете себя некомфортно.

БЛИЗНЕЦЫ / 21.05–21.06 /
Близнецам в эти дни стоит почаще прислушиваться к своей интуиции, а не к советам окружающих. Они-то точно поведут вас сейчас по ложному пути.

РАК / 22.06–22.07 /
У Раков наступает благоприятный период для перемен в любой сфере жизни. Хорошо, если они будут связаны с вашим выходом на новый уровень развития, особенно если речь идет о карьере.

ЛЕВ / 23.07–23.08 /
У Львов появится шанс улучшить свое материальное положение. Возможно, это будет удачное вложение сбережений, которое принесет прибыль в долгосрочной перспективе.

ДЕВА / 24.08–23.09 /
Девам стоит быть внимательней в быту и на дороге (если вы садитесь за руль), чтобы избежать травм. В целом неделя благоприятна для начала любых дел.

ВЕСЫ / 24.09–23.10 /
У Весов возможны перемены на личном фронте. Сейчас лучшее время как для создания отношений, если вы одиноки, так и для разрыва изживших себя союзов, если такие имеются.

СКОРПИОН / 24.10–22.11 /
Скорпионам в эти дни хорошо бы снизить нагрузки и проявить больше заботы о себе. Сбалансируйте питание, нормализуйте режим дня и почаще находите поводы для улыбок.

СТРЕЛЕЦ / 23.11–22.12 /
Стрельцам сейчас самое время найти какое-то новое занятие, которое способно увлечь с головой. Например, записаться на давно интересующие курсы.

КОЗЕРОГ / 23.12–20.01 /
Козероги смогут в дальнейшем добиться больших успехов, если используют этот период для развития своих способностей и навыков. Для вас эта неделя должна стать периодом роста, а не застоя.

ВОДОЛЕЙ / 21.01–19.02 /
Водолеям пора порадовать себя какой-то приятной покупкой. В целом в эти дни нужно больше думать о себе, а не об окружающих, которые то и дело будут просить вашей помощи или совета.

РЫБЫ / 20.02–20.03 /
Рыбам стоит придерживаться двух советов — не спорить с начальством и общаться только с теми, с кем вам интересно, даже если общение виртуальное.