



# Муниципальный ВЕСТНИК

№ 8 (260)  
август 2020

12+

округа № 8

Официальный орган информации Муниципального совета

## ПОЗДРАВЛЯЕМ НАШИХ ЮБИЛАРОВ

### Август

#### 50 ЛЕТ СВАДЬБЫ

Бокарев Алексей Николаевич  
Бокарева Елена Васильевна  
Ушаков Павел Георгиевич  
Ушакова Лариса Ивановна

#### 99 ЛЕТ

Панасенков Иван Михайлович

#### 85 ЛЕТ

Козлова Зинаида Михайловна  
Шаева Валентина Ивановна  
Власова Людмила Степановна

#### 80 ЛЕТ

Сирота Светлана Александровна  
Демьянова Людмила Васильевна

#### 75 лет

Иванов Александр Павлович  
Конев Михаил Фокеевич  
Ухалкин Александр Иванович  
Рафикова Илиада Ивановна  
Иванова Валентина Дмитриевна  
Бокарев Алексей Николаевич

#### 70 лет

Пикман Наталья Михайловна

#### Уважаемые жители округа!

Напоминаем вам, что в МО Васильевский ежемесячно проводятся торжественные поздравления юбиляров по возрасту (от 65 лет) и юбиляров супружеской жизни (от 50 лет со дня свадьбы).

Ввиду того, что у органов местного самоуправления отсутствует полная информация о датах рождения и предстоящих круглых датах совместной жизни граждан округа, просим вас заблаговременно сообщать в органы местного самоуправления данную информацию.



## Лучшая хозяйюшка округа отметила 80-летний юбилей

Главы округа Игорь Стефанович Фигурин и Дмитрий Владимирович Иванов, а также депутат Муниципального совета МО Васильевский Олег Вячеславович Москвин поздравили жительницу нашего округа, члена микросовета №3 Василеостровского района СПб ООВ (пенсионеров, инвалидов) войны, труда, ВС и ПОО Людмилу Васильевну Демьянову с юбилеем!

День рождения, а особенно юбилейный День рождения, — дата знаменательная! Хочется в этот день встречаться с друзьями, слушать добрые слова, получать подарки и думать о том, что жизнь хороша и ещё много-много лет впереди!

Так думает и Демьянова Людмила Васильевна, которой 1 августа исполнилось всего 80 лет. Она признана лучшей хозяйюшкой в муниципальном округе Васильевский, отменным поваром и прекрасным организатором семейных праздников. В микросовете №3 она всегда помогает в проведении встреч с ветеранами, внимательно наблюдает за жизнью ветеранов, стоящих у неё на учёте. И не важно,

сколько лет ей сегодня исполнилось! Она по-прежнему бодрa, приветлива, всегда окружена друзьями!

Члены микросовета Антонова В.В., Хорева Л.И., Шуманская А.Г., у которых тоже недавно были дни рождения, Тимохина Л.И., Петрова И.С., Ключева М.А., Галунин В.А., Безгодкова В.Ф. от души поздравляют с юбилеем Людмилу Васильевну, желают ей бесконечного счастья, стараться, как прежде, быть безупречной, сохранить вечно юную душу! Здоровья, энергии, оптимизма! Улыбаться, не хандрить, людям радость приносить долгие годы!

Л.И. Хорева

## С Днём знаний!



**И.С. Фигурин**  
Глава внутригородского  
муниципального образования  
Санкт-Петербурга  
МО Васильевский

Уважаемые учителя и родители, дорогие ученики!  
Примите самые искренние поздравления  
с началом нового учебного года — с Днём знаний!

Всем вам вновь предстоит окунуться в водоворот школьной жизни, полной ярких событий и впечатлений.

Желаем в наступающем учебном году всем школьникам успешной учёбы, упорства в достижении поставленных целей, педагогам — творческой энергии, вдохновения в их нелёгком труде, который формирует у подрастающего поколения любовь к знаниям. Мечтайте и реализуйте свои мечты, которые в будущем, мы уверены, изменят нашу с вами жизнь к лучшему. С праздником!



**Д.В. Иванов**  
Глава Местной администрации  
внутригородского муниципального  
образования Санкт-Петербурга  
МО Васильевский

## Опека и попечительство

## Сказка о девочке Нике

Есть люди, при общении с которыми заряжаешься теплом и позитивом. Именно к таким людям относятся Мария и Евгений — многодетная семейная пара, проживающая на территории нашего округа. В их семье недавно случилось пополнение: у четырёх замечательных мальчишек появилась сестрёнка Вероника. Мария и Евгений в марте этого года оформили опеку над девочкой, и теперь у Вероники есть большая дружная семья. Редакция нашей газеты побывала в гостях у этой прекрасной пары и спешит поделиться их историей.

— Мария, когда у вас впервые появились мысли о приёмном ребёнке?

— После того как в 2007 году я родила старшего сына, случайно в интернете увидела фотографии брошенных детей и как они преобразуется после попадания в семью: рядом фотографии до и после усыновления. И у меня сердце заболело. Я раньше никогда не задумывалась о том, что есть брошенные дети, а когда появился свой, узнала про эту тему и уже не могла жить дальше, как прежде.

— Расскажите, как отреагировал муж на ваше желание взять ребёнка в семью?

— Вначале Евгений очень скептически отнёсся к этой идее. Он не был уверен, что сможет полюбить чужого ребёнка так же, как своего. Хотя, мне кажется, в каком-то смысле мужчинам проще: кого жена принесла из роддома, тот и свой. Прошло немало времени, пока он согласился. В 2008 году я начала ходить в школу приёмных родителей, приходила домой и делилась с мужем своими впечатлениями, но он, как мне кажется, особенно не углублялся.

Чтобы понять, готова ли я сама взять ребёнка в семью, я пошла волонтером в больницу, в которой проходили лечение дети-сироты, а затем устроилась работать воспитателем в детский сад. Я прошла долгий путь, прежде чем убедиться, что готова к этому ответственному шагу в своей жизни. Мы продолжили разговаривать на тему усыновления с мужем. Вслед за мной и он прошёл школу приёмных родителей, где, по его словам, узнал много нового для себя. В 2011-2012 годах мы прошли собеседования для актуализации социально-психологического заключения, которое необходимо для оформления опеки над ребёнком. Однако после получения положительного заключения мы узнали, что я беременна, в связи с чем решение о создании приёмной семьи было отложено. Наша семья росла, и к вопросу о приёмном ребёнке мы вернулись уже после рождения четвёртого сына в 2018 году.

— Как вы узнали о существовании Вероники?

— Я увидела её на форуме, в разделе «Они ищут родителей». Увидела и подумала: «Девочка симпатичная, наверное, быстро заберут, документы ещё не были готовы». Спустя пару меся-

цев, когда я пришла к региональному оператору по Ленинградской области, случайно спросила про неё, так как она до сих пор находилась в базе данных детей, подлежащих устройству в семью. И, к моему удивлению, региональный оператор сказал: «Она свободна. Пожалуй-ста, можете брать направление». Такое ощущение, что она ждала нас.

— Расскажите о первой личной встрече.

— Она лежала в больнице, я приехала с ней познакомиться. Сначала состоялась беседа с главврачом, который сказал, что девочка хорошая, но есть некоторые проблемы со здоровьем. Главврач назвал диагноз, о котором до того момента я ни разу не слышала. Я специально записала его название на бумажку, чтобы проконсультироваться со специалистами. После общения с врачами из НИИЦ нейрохирургии им. ак. Н.Н. Бурденко оказалось, что пугающее у этой болезни только название. Я поняла, почему Вероника долгое время была в базе детей на устройство в семью: наверняка кандидатов останавливал устрашающе звучащий диагноз девочки и никто из них не удосужился разобраться, как и в чём он проявляется. После общения с главврачом я пошла в палату, где лежала Вероника. Она прекрасно общалась с врачами и медсёстрами, но с чужими людьми на контакт не шла. Я подумала, что это даже хорошо: у ребёнка нет расстройства привязанности и она не идёт к первому встречному. Вероника видела меня впервые, поэтому я не старалась её расшевелить или навязать ей своё общение. Должно пройти время.

Когда я возвращалась домой после больницы, у меня в голове крутились мысли: «Неужели мне дадут ребёнка? Просто так, бесплатно, целого человека? Я так долго готовилась к этому моменту, столько ждала, и вот, кажется, моя мечта в скором времени может осуществиться».

На вторую встречу с Вероникой мы поехали вместе с мужем. К моему удивлению, Вероника приняла его как родного. Сразу подошла к нему, взяла за руку и повела его клеить наклейки.

— Сколько времени прошло с момента знакомства с Вероникой до того дня, когда вы забрали её домой?

— Я сразу написала заявление на опеку, хотя в органах опеки и попечительства больницы мне советовали не торопиться, утверждая, что у девочки ещё нет всех необходимых медицинских документов. Но я настояла на своём и всё-таки оставила заявление. Я, конечно, боялась, что мне откажут. Большую поддержку в этом вопросе мне оказала моя подруга, у которой уже есть приёмный ребёнок. Она консультировала и поддерживала меня на всех этапах устройства Вероники в семью. Нам повезло: мы успели оформить все документы до ограничений в связи с распространением коронавируса. Оформление заняло всего месяц. В первый раз я приехала к ней в феврале, а в марте мы уже её забрали.

— Как отреагировали дети и родственники на ваше решение взять Веронику?



— У родственников и знакомых была разная реакция на наше решение взять ребёнка в семью: кто-то активно поддерживал, принял наш выбор, но встречались и те, кто поначалу был против. Сложнее всего наше решение приняла моя мама, она даже не разговаривала со мной первые два месяца, после того, как мы взяли Веронику. Но со временем всё наладилось. Что касается детей, старший сын знал о нашем желании взять девочку ещё на этапе оформления документов. Мы с мужем показывали ему фотографии Вероники, рассказывали о ней. Трём младшим сыновьям мы рассказали о Веронике, когда уже все документы были готовы. Они очень ждали приезда сестрёнки: «Почему ты от нас её прятала? Когда мы её уже заберём?» — дети мучали нас вопросами целый день. Поехали забирать Нику все вместе, много хороших фотографий осталось с того дня. Ника довольно спокойно отреагировала на переезд, быстро освоилась и подружилась с ребятами. Мне медсёстры скинули несколько фотографий, где Ника ещё маленькая. На них она очень похожа на нашего второго сына, старший даже их перепутал.

Вероника — очень стойкая и боевая девочка. Поначалу она очень боялась лифта: видимо, никогда до этого на нём не ездила. Но, несмотря на страх, на дрожь, она шла вперёд. И так во всём.

— Мария, что вы посоветуете тем, кто только задумывается о приёмном ребёнке? Что им важно понять для того, чтобы принять окончательное решение?

— Многие говорят: «Гены пальцем не задавишь». Или что-нибудь в этом духе. Я всё-таки считаю, что определяющую роль играет воспитание. Конечно, гены есть и у каждого свой характер. Но очень многое можно поменять, и не нужно бояться плохой наследственности. Ведь бывает же, что в одной семье два ребёнка — один образцово-показательный, а у второго асоциальное поведение.

Дорогу осилит идущий. Нужно идти к своей цели. Можно медленно, но верно, чтобы потом не жалеть.

— Большое спасибо за интервью, Мария. История, которую вы рассказали, будет важна для всех, кто задумывается о приёмных детях. Задам завершающий вопрос: «Скажите, в чём секрет семейного счастья?»

— Мне кажется, в терпении и смирении. Я бы сказала так: что невозможно человеку, то возможно Богу. Если человек верующий, я думаю, это очень помогает.

В.В. Ходырева



Правовое информирование

## Право потребителя на обмен товара надлежащего качества

Потребитель вправе обменять непродовольственный товар надлежащего качества на аналогичный товар у продавца, у которого этот товар был приобретён, если указанный товар не подошёл по форме, габаритам, фасону, расцветке, размеру или комплектации.

Потребитель имеет право на обмен непродовольственного товара надлежащего качества в течение 14 дней, не считая дня его покупки.

Обмен непродовольственного товара надлежащего качества проводится, если указанный товар не был в употреблении, сохранены его товарный вид, потребительские свойства, пломбы, фабричные ярлыки, а также имеется товарный чек или кассовый чек либо иной подтверждающий оплату указанного товара документ. Отсутствие у потребителя товарного чека или кассового чека либо иного подтверждающего оплату товара документа не лишает его возможности ссылаться на свидетельские показания.

Перечень товаров, не подлежащих обмену по основаниям, указанным выше, утверждается Правительством Российской Федерации.

В случае если аналогичный товар отсутствует в продаже на день обращения потребителя к продавцу, потребитель вправе отказаться от исполнения договора купли-продажи и потребовать возврата уплаченной за указанный товар денежной суммы. Требование потребителя о возврате уплаченной за указанный товар денежной суммы подлежит удовлетворению в течение трёх дней со дня возврата указанного товара.

По соглашению потребителя с продавцом обмен товара может быть предусмотрен при поступлении аналогичного товара в продажу. Продавец обязан незамедлительно сообщить потребителю о поступлении аналогичного товара в продажу.



К.А. Максимова

## Профилактика правонарушений

Государственная система профилактики правонарушений основывается на следующих принципах:

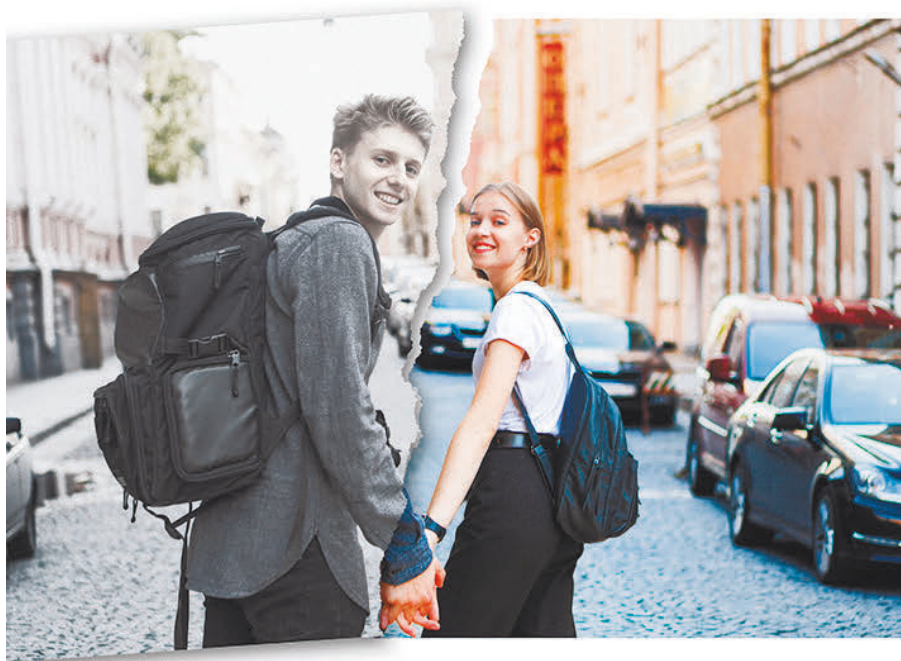
- ведущая роль государства в профилактике правонарушений;
- участие в профилактике правонарушений всех государственных, общественных институтов и граждан в пределах их прав и обязанностей;
- законность;
- комплексность и системность;
- многоуровневость;
- приоритет превентивных мер профилактики правонарушений над репрессивными;
- непрерывность и преемственность профилактики правонарушений на всех этапах её осуществления.

Требование «Незнание закона не освобождает от ответственности» реализуется с учётом положений:

- государство и общество доводит до граждан содержание законов об ответственности, касающихся их рода занятий;
- развитие личности, общества и государства несовместимы с безразличием граждан и должностных лиц к правонарушениям;
- профилактика правонарушений в отношении всех граждан должна сочетаться с предупреждением правонарушения и защитой от него отдельного лица.

К.А. Максимова

## НЕ ЛИШАЙТЕ СЕБЯ БУДУЩЕГО



**НЕМЕДИЦИНСКОЕ  
УПОТРЕБЛЕНИЕ  
НАРКОТИКОВ  
СЛОМАЕТ ЖИЗНЬ**



## 5 ПРОСТЫХ ПРАВИЛ

Что можно сделать, чтобы уменьшить объёмы мусора и сохранить природные ресурсы для себя и будущих поколений?

- 1. ПРОИЗВОДИТЕ МЕНЬШЕ ОТХОДОВ**  
 Замените одноразовые вещи многоразовыми. Выбирайте товары с минимальным количеством упаковки.  
 До 80% отходов, образующихся в домах и офисах, можно переработать, если сразу отделять полезное вторсырьё.
- 2. ОДАВАЙТЕ НЕНУЖНЫЕ ВЕЩИ ДРУГИМ ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**  
 Вещи в хорошем состоянии примут благотворительные организации или в шеринг-сообществах.
- 3. СДАВАЙТЕ ОПАСНЫЕ ОТХОДЫ ОТДЕЛЬНО**  
 Батарейки, энергосберегающие лампы, ртутные термометры, и компьютерную технику приносите в Экотерминалы и Экомобили <https://экоспб.рф>  
 Городская аварийная экологическая служба: (812) 328-80-69 (круглосуточно)
- 4. СОРТИРУЙТЕ ОТХОДЫ И СДАВАЙТЕ ВТОРСЫРЬЕ НА ПЕРЕРАБОТКУ**  
 Онлайн-карта пунктов приёма подскажет, куда можно сдать вторсырьё поблизости: [recyclemap.ru](https://recyclemap.ru)  
 Акции экологического движения «Раздельный Сбор» [rsbor.ru](https://rsbor.ru), [vk.com/rsbor](https://vk.com/rsbor)
- 5. СОКРАШАЙТЕ ОБЪЁМ ОТХОДОВ**  
 Если смять упаковку, это сократит расход топлива на вывоз отходов и выбросы выхлопных газов.

Подготовлено Экологическим движением «Раздельный Сбор» по заказу Комитета по природопользованию, охране окружающей среды и обеспечению экологической безопасности Санкт-Петербурга.



## Здравоохранение



## Профилактика гриппа и ОРВИ

Депутат Муниципального совета МО Васильевский, заместитель главного врача СПб ГКУЗ «Амбулатория Мариинская» Ольга Зуева информирует жителей округа о том, как минимизировать риск заражения простудой и гриппом и укрепить свой иммунитет.

Насморк, головная боль, температура, разбитое состояние... По статистике, 90-95% всех инфекционных заболеваний — это ОРВИ и грипп.

Конечно, никому не хочется болеть, не говоря уж о том, в какие суммы может вылиться лечение, особенно когда все члены семьи по очереди страдают от инфекции. Да и осложнения этих заболеваний, мягко говоря, неприятны: отиты, бронхиты, пневмонии...

К профилактике простуды и гриппа надо подходить комплексно. Правильный комплекс профилактических мероприятий — это прежде всего коррекция образа жизни и питания и только потом применение народных средств или лекарственных препаратов.

1. Не стоит в период эпидемии искать развлечений в местах большого скопления людей: кинотеатрах, торговых центрах. Лучше отложить подобные забавы до лета, заменив их на прогулки на свежем воздухе, зимние виды спорта. Одежда должна быть «по погоде»: вспотев, переохладиться гораздо легче.

2. Правильное питание. Антитела и ферменты, разрушающие бактерии и вирусы, — это белки. И если в организм их поступает недостаточно, то иммунная система не может работать полноценно. Поэтому мясо, лучше постное вроде филе птицы или говядины, также рыба, творог и кисломолочные продукты должны быть на столе каждый день. К тому же животные продукты — источник витаминов А, D, B12 и других, необходимых для нормальной жизнедеятельности. Конечно, речь идет о полноценных белках, а не колбасах, сосисках и прочих полуфабрикатах.

3. Проветривание. Систематическое проветривание уменьшает концентрацию вирусов и бактерий в воздухе на 80-90%. Проветривать нужно правильно: широко открыть форточки на 20-30 минут и повторять это два-три раза в день, а не держать маленькую щель в окне постоянно.

Конечно, все домочадцы в это время должны быть одеты. Не стоит бояться сквозняков: сам по себе поток холодного воздуха не вызывает простуду, опасны вирусы, которых, собственно, и должно удалить проветривание.

4. Увлажнение воздуха. Чем холоднее на улице, тем меньше влаги в окружающем воздухе. Батареи отопления могут лишь согреть его, но не увлажнить. Из-за чрезмерной сухости слизистые носа и глотки часто пересыхают, появляются корки. Это не только причиняет дискомфорт, но и нарушает функции местного иммунитета: лизоцим, интерфероны, иммуноглобулины способны нормально работать только во влажной среде — в слизи, вырабатываемой слизистыми оболочками. Поэтому воздух нужно увлажнять дополнительно. Если покупать увлажнитель по какой-то причине не хочется, можно развесить на батареях мокрые махровые полотенца и менять их по мере высыхания. В квартирах, где установлен аквариум, проблем с сухим воздухом не возникает.

5. Увлажнить слизистую поможет и промывание носа физиологическим раствором. К тому же, промыв нос после пребывания в общественном транспорте или другом месте скопления народа, можно смыть со слизистой и вирусы. Только не надо пытаться сделать раствор «покрепче» — достаточно 9 г (чайной ложки с горкой) соли на литр воды. Солёность такого средства равна солёности крови, и потому раствор не нарушает защитных функций слизистой.

6. Закаливание улучшает терморегуляцию, а значит, защищает от переохлаждения. Не стоит сломя голову прыгать в прорубь или выливать на себя ведро ледяной воды. Начинать нужно постепенно. Закалиться помогут:

— воздушные ванны в хорошо проветренном помещении, продолжительность — не более трёх минут;

— энергичные растирания влажным полотенцем до ощущения тепла и покраснения кожи. Сначала полотенце должно быть тёплым (32-34 градуса), постепенно температура воды снижается до комнатной;

— обливание ног. Начинать с воды комнатной температуры, раз в 10 дней можно понижать температуру на два-три градуса. И обязательно хорошо растереться после процедуры.

В любом случае закаливание — процесс долгий, требующий терпения и постоянства.

7. Специфическая и эффективная профилактика гриппа — это вакцинация, или прививка. Каждый год в преддверии сезона простуд ВОЗ выпускает бюллетень с прогнозом, исходя из которого производители вакцин формируют составы препаратов. Сделать прививку настоятельно рекомендуется людям, для которых крайне велик риск развития опасных осложнений гриппа, таких как пневмония и дыхательная недостаточность:

- детям, а также взрослым старше 65 лет;
- медицинским работникам и работникам образовательных учреждений, работникам общественного транспорта и торговли;
- страдающим хроническими сердечно-сосудистыми и лёгочными заболеваниями;
- пациентам с диабетом и ВИЧ-инфекцией (так как снижается способность сопротивляться любой инфекции);
- людям с ожирением (ограничивающим подвижность лёгких и повышающим вероятность застоных явлений).

**Вакцинация не всегда способна защитить от инфекции, но значительно снижает риск тяжёлых осложнений и летального исхода.**

В сентябре во все поликлиники района поступит вакцина против гриппа, приглашаю всех на вакцинацию. Давайте защитим себя и свои семьи от гриппа!

## Иммунизация для профилактики пневмококковой инфекции

Как известно, самое опасное и распространённое осложнение новой коронавирусной инфекции — пневмония. Между тем в арсенале современной вакцинопрофилактики есть прививка непосредственно против пневмонии. Сама по себе прививка от пневмококка не предупреждает заболевание после заражения коронавирусом, но одним из основных осложнений является присоединение пневмонии, обусловленной бактериями. Вакцинация снижает вероятность развития тяжёлого течения пневмонии, так как активизирует иммунитет против пневмококковой инфекции. А ведь при поражении лёгких коронавирусом как раз начинают «подселаться» различные вредные бактерии, включая пневмококки, пневмония переходит в вирусно-бактериальную. Несмотря на большое количество лекарственных препаратов на фармацевтическом рынке, от болезней, развивающихся через пневмококк, до сих пор бывает трудно вылечиться. Особенно актуальной стала эта проблема на фоне глобального привыкания к антибактериальным препаратам — мы очень часто прибегаем к лечению антибиотиками, из-за чего бактерии со временем адаптировались к ним. Поэтому вакцинация против пневмококковой инфекции является на сегодняшний день хорошим решением для защиты от пневмонии.

Противопоказаниями к применению пневмококковой вакцины являются:

- острые инфекционные и неинфекцион-

ные заболевания (вакцинироваться можно спустя две-четыре недели после выздоровления, в случае лёгкого клинического течения острых респираторных, а также кишечных заболеваний иммунизацию можно проводить сразу после нормализации температуры тела);

- обострения хронических заболеваний;
- сильная реакция или поствакцинальные осложнения на предыдущее введение препарата;
- гиперчувствительность к компонентам, входящим в состав вакцины;
- первые два триместра беременности.

Перенесённая пневмококковая инфекция (независимо от достоверности диагноза) не является противопоказанием к вакцинации. У некоторых пациентов на введение пневмококковых вакцин отмечались болезненность, покраснение, припухлость в месте инъекции, которые быстро проходят, умеренное повышение температуры тела, сохраняющееся не более суток от момента вакцинации.

Прививка против пневмококковой инфекции обязательна для детей до двух лет, чей организм не в состоянии противостоять инфекции. К группам риска по заболеваемости пневмококковой инфекцией относятся дети и взрослые с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой, дыхательной систем, сахарным диабетом, с заболеваниями печени, почек, с онкогематологическими заболеваниями, ВИЧ-инфицированные. Значительному риску инфицирования подвер-



гаются дети, посещающие организованные коллективы (детские сады, школы), студенты (особенно проживающие в общежитиях), взрослые и дети, пребывающие в условиях скученности. Наличие вредных привычек (курение, алкоголь) также относятся к факторам риска.

Комплексная вакцинация против гриппа и пневмококка позволит свести к минимуму вероятность заболеваний, облегчает течение болезни в случае заражения и защищает от серьёзных осложнений.

Помощник депутата, районный эпидемиолог  
А.Ю. Киселёва



## ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ С СОБЛЮДЕНИЕМ ВСЕХ МЕР БЕЗОПАСНОСТИ

После ослабления режима самоизоляции возобновляются плановая медицинская помощь и диспансеризация. Приём осуществляется с соблюдением мер профилактики распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19 (контроль температуры на входе в помещение, соблюдение социальной дистанции не менее полутора метров, использование средств индивидуальной защиты). Главный врач городской поликлиники №3 Наталья Андреевна Чубарова информирует население о правилах и необходимости своевременного прохождения диспансеризации и вакцинации против гриппа.

Гиппократ завещал: «Болезнь легче предупредить, чем лечить». Однако, погружённые в рутину ежедневных дел и забот нашей стремительно летящей жизни, мы всё реже вспоминаем о его завете и ставим под угрозу, пожалуй самое важное, что есть у каждого человека, — наше здоровье.

Зачастую человек обращается к врачу, когда его организм уже дал сбой и сигнализирует об опасности проявлением соответствующих симптомов. На профилактические осмотры приходят лишь единицы, хотя своевременное выявление признаков целого ряда заболеваний могло бы позволить оперативно назначить эффективное лечение и нейтрализовать угрозу здоровью. Важным аспектом в предупреждении возникновения и выявлении опасных заболеваний является участие в диспансеризации.

### Что такое диспансеризация

#### и какие категории граждан вправе её пройти?

Диспансеризация представляет собой комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, направленные на выявление хронических неинфекционных заболеваний, а также риска их развития. Диспансеризация проводится абсолютно бесплатно при наличии паспорта и полиса ОМС в поликлинике по месту прикрепления, в отделении или кабинете медицинской профилактики без предварительной записи.

Все граждане России, достигшие возраста 18 лет, могут проходить диспансеризацию каждые три года (18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет), а начиная с 40 лет и отдельные категории граждан — ежегодно. Объёмы и содержание программы диспансеризации зависят от возраста и пола пациента и направлены главным образом на выявление сердечно-сосудистых болезней, онкологии, респираторных заболеваний, заболеваний опорно-двигательного аппарата, сахарного диабета и других хронических неинфекционных заболеваний. Диспансеризация проводится в несколько этапов. Основными мероприятиями первого этапа являются проведение ЭКГ, флюорографии, измерение внутриглазного давления, анализа крови на сахар и холестерин, взятие мазка с шейки матки и его цитологическое исследование, осмотр кожных покровов, пальпация щитовидной железы и лимфатических узлов. Для пациентов старше 40 лет — маммография, определение простат-специфического антигена в крови у мужчин и другие процедуры. При наличии показаний пациент приглашается на второй этап диспансеризации, в который входит

дуплексное сканирование брахиоцефальных артерий, колоноскопия, фиброгастродуоденоскопия, рентгенография/компьютерная томография лёгких, спирометрия, осмотр (консультация) хирургом, урологом, колопроктологом (проведение ректороманоскопии), гинекологом, офтальмологом, отоларингологом (от 65 лет). При необходимости по результатам диспансеризации пациент направляется в плановом порядке на необходимые исследования или консультации к профильным специалистам.

С 2019 года любой гражданин, в том числе дети, не достигшие 18 лет, ежегодно могут пройти бесплатный профилактический осмотр на базе детских поликлинических отделений ДПО №5 и ДПО №24, включающий в себя объём обследований и осмотров согласно приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 10 августа 2017 г. №514н «О порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних». Профилактические осмотры проводятся в установленные возрастные периоды в целях раннего (своевременного) выявления патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития, немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для несовершеннолетних и их родителей или иных законных представителей.

#### Как быть, если нет времени на диспансеризацию и профилактические осмотры?

Мало кто знает, что на время диспансеризации работники имеют право на освобождение от работы на один рабочий день один раз в три года, а работники предпенсионного возраста (в течение пяти лет до наступления пенсионного возраста) и пенсионеры, получающие пенсию по старости или за выслугу лет, — на два рабочих дня один раз в год с сохранением рабочего места и среднего заработка. К тому же для удобства граждан диспансеризацию можно пройти в вечерние часы по будням и в субботу.

#### Куда обратиться, чтобы пройти диспансеризацию?

Для прохождения диспансеризации необходимо обратиться в поликлинику по месту прикрепления. В случае если вы прикреплены к городской поликлинике №3, вы можете воспользоваться представленными ниже маршрутными картами и легко выбрать подходящее для вас время и место прохождения диспансеризации.

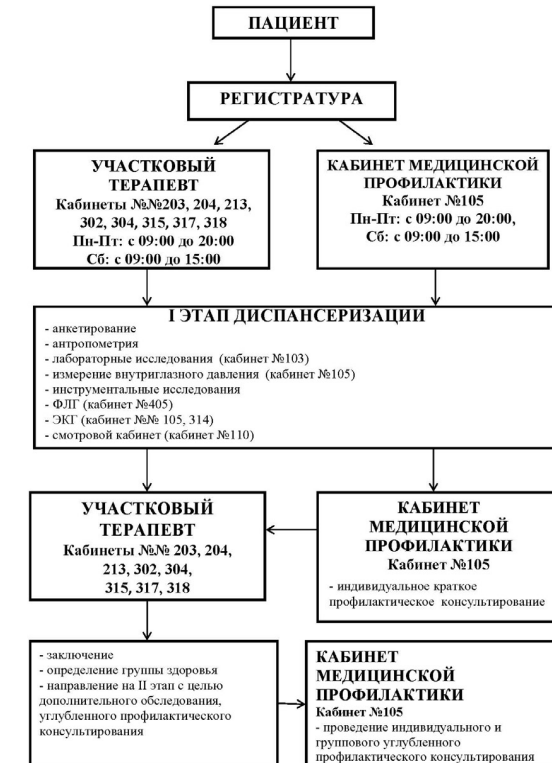
#### Какие ещё процедуры можно пройти в поликлинике, чтобы обезопасить своё здоровье?

В городских поликлиниках Санкт-Петербурга в настоящее время также проводится прививочная кампания против гриппа. Данная инфекция способна поражать людей даже со стойким иммунитетом, не говоря уже о страдающих от хронических заболеваний дыхательной, мочевыделительной и сердечно-сосудистой систем. Наиболее эффективным и безопасным средством профилактики гриппа являются современные противогриппозные вакцины. Если привитый человек и заболит гриппом, то он защищён от тяжёлых осложнений. Да и само заболевание протекает гораздо легче, поэтому важно прививаться ежегодно. Также, обратившись в прививочный кабинет, вы можете получить консультацию специалиста, пройти вакцинацию против пневмококковой инфекции, гепатитов А и В, прививку от клещевого энцефалита и получить необходимую консультацию по дальнейшей вакцинации.

Схема маршрутизации пациентов при проведении профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения в Поликлиническом отделении №2 СПб ГБУЗ «ГП №3» (3-я линия В.О., д. 50)



Схема маршрутизации пациентов при проведении профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения в Поликлиническом отделении №3 СПб ГБУЗ «ГП №3» (ул. Железноводская, д. 64)



Учреждения, в которых можно пройти диспансеризацию	Адрес	Часы приёма	Дополнительная информация
Поликлиническое отделение №2 СПб ГБУЗ «ГП №3»	3-я линия В.О., д. 50	Понедельник — пятница: с 09:00 до 20:00. Суббота: с 09:00 до 15:00.	Можно пройти все процедуры диспансеризации.
Поликлиническое отделение №3 СПб ГБУЗ «ГП №3»	Ул. Железноводская, д. 64		
Отделение врача общей практики (ВОП)	Наб. реки Смоленки, д. 3, к. 1, пом. 11Н	Понедельник — пятница: с 8:00 до 20:00 Суббота — воскресенье: приёма нет.	Телефон для справок Регистратура: 384-74-20 (с 8:00 до 20:00). Можно пройти все процедуры диспансеризации, кроме ФЛГ и маммографии (по направлению в 3-м и 2-м отделении).

## Профилактика ДТП

## В преддверии 1 сентября в Горэлектротрансе стартовала акция «Внимание, дети!»

Горэлектротранс усиливает работу по обеспечению безопасности движения с 24 августа до 30 сентября. В связи с завершением школьных летних каникул и приближением нового учебного года, на предприятии запланирован комплекс профилактических мероприятий, направленных на профилактику детского травматизма на транспорте.

В рамках акции «Внимание, дети!» состоится серия рейдов по безопасности движения, организуемых Службой движения совместно с трамвайными и троллейбусными парками. Время проведения этих рейдов планируется таким образом, чтобы они приходились на утренние и послеобеденные часы, когда дети следуют к образовательным учреждениям и обратно. Особое внимание в ходе рейдов уделяется организации дорожного движения вблизи мест скопления детей, наличию дорожных знаков 1.23 «Дети», состоянию освещения и дорожной разметки в зоне пешеходных переходов и посадочных площадок, исправности дорожных знаков и светофорных постов, чистоте обязательных остановок общественного транспорта. По выявленным недостаткам направляются обращения в соответствующие городские ведомства и организации, а в случае необходимости — в районные комиссии по безопасности дорожного движения.

Важная часть акции «Внимание, дети!» — подготовка водителей и кондукторов, с ними проводятся специальные инструктажи. Линейному персоналу напоминают об усилении контроля за поведением детей вблизи проезжей части и в салонах транспортных средств, о строгом соблюдении скоростных режимов, о выполнении методических рекомендаций по обслуживанию маломобильных групп пассажиров и о порядке действий при обнаружении так называемых «зацеперов». Напомним, что с 2017 года эти действия («зацепинг») влекут за собой уголовную ответственность — от крупного штрафа до лишения свободы на срок до двух лет. Соответствующий закон был принят Государственной Думой РФ.

Также в рамках акции осуществляется видеомониторинг работы водителей на линии, усиливается проверка технического и санитарного состояния транспортных средств (в том числе на конечных станциях), исправности зеркал для обзора салона подвижного состава, аппарелей, системы кнлинга, работы информационного знака «Внимание, пассажир!», систем видеонаблюдения.



К соблюдению дисциплины на дороге «побуждают» даже сами трамваи и троллейбусы, задействованные в проекте «Добрый транспорт». Подвижной состав, на бортах которого размещены правила поведения на дороге, привлекает внимание маленьких пассажиров и пешеходов и формирует осознанную необходимость в соблюдении ПДД. Безопасность детей зависит также от самих участников дорожного движения. Петербургский Горэлектротранс призывает автомобилистов соблюдать ПДД, быть внимательными, вежливыми и обеспечивать приоритет общественному транспорту.

Справки по телефону: +7 (921) 395-43-13.

Дарья Тимофеева,  
пресс-служба СПб ГУП «Горэлектротранс»

## Здравоохранение

## Почему важно оказывать первую помощь?

Первая медицинская помощь — это простейшие срочные меры, необходимые для спасения жизни и здоровья пострадавших при повреждениях, несчастных случаях и внезапных заболеваниях. Помощь оказывается на месте происшествия до доставки пострадавшего в больницу.



Первая помощь является началом лечения повреждений, так как она предупреждает такие осложнения, как шок, кровотечение, развитие инфекции, дополнительные смещения обломков костей и травмирование крупных нервных стволов и кровеносных сосудов. От своевременности и качества оказания первой медицинской помощи в значительной степени зависит дальнейшее состояние здоровья пострадавшего и даже его жизнь. При некоторых незначительных повреждениях медицинская помощь пострадавшему может быть ограничена лишь объемом первой медицинской помощи. Однако при более серьезных травмах (переломах, вывихах, кровотечениях, повреждениях внутренних органов и др.) первая медицинская помощь является начальным этапом, так как после её оказания пострадавшего необходимо доставить в лечебное учреждение.

К.А. Максимова

## Законодательство

## В закон о гражданстве РФ внесли поправки

24 июля вступили в силу поправки в закон о гражданстве РФ, упрощающие процедуру получения российского гражданства для иностранных граждан. Теперь для вступления в гражданство РФ иностранцам не придётся отказываться от прежнего гражданства.

Была упрощена процедура для граждан Белоруссии, Казахстана, Молдовы и Украины. Теперь при получении вида на жительство в РФ они сразу смогут обратиться с заявлением на получение гражданства. Больше не нужно соблюдать условие о пятилетнем сроке проживания в РФ по ВНЖ. Также упрощён порядок получения гражданства РФ для иностранных граждан, которые окончили российские вузы. Теперь для подачи на гражданство выпускникам нужно официально проработать в России всего один год вместо трёх. Кроме того, теперь подать на гражданство РФ в упрощённом порядке без соблюдения условия о сроке проживания смогут:

- иностранные граждане, дети которых являются совершеннолетними гражданами РФ;
- иностранные граждане, находящиеся в браке с гражданами РФ, проживающие в России и имеющие в браке общих детей;
- иностранные граждане, один из родителей которых имеет гражданство РФ и живёт в РФ.

Также, согласно закону, теперь при вступлении в гражданство Российской Федерации иностранные граждане в обязательном порядке должны будут проходить дактилоскопическую регистрацию.



К.А. Максимова

## Прокуратура информирует

## Вынесен приговор по делу об уклонении от уплаты налогов



Приговором Василеостровского районного суда Санкт-Петербурга осуждён Шкредов Кирилл, совершивший уклонение от уплаты налогов с организации путём включения в налоговую декларацию заведомо ложных сведений, совершённое в особо крупном размере.

Суд установил вину осуждённого в совершении преступления, предусмотренного пунктом «б» части 2 статьи 199 УК РФ, а именно в том, что Шкредов, являясь генеральным директором общества с ограниченной ответственностью «Трансбалтстрой», в период с 01.01.2015 по 01.06.2017 подавал декларации по налогу на добавленную стоимость с включёнными в них ложными сведениями о подлежащей вычету сумме налога на добавленную стоимость, совершив таким образом уклонение от уплаты в бюджет Российской Федерации НДС с организации за налоговые периоды третьего и четвертого кварталов 2015 года, четвертый квартал 2016 года в сумме 143 886 951 рубль, в особо крупном размере.

С учётом позиции государственного обвинителя суд признал Шкредова Кирилла виновным в совершении инкриминируемого деяния и приговорил к наказанию в виде лишения свободы на срок три года условно с испытательным сроком на пять лет. Приговор не вступил в законную силу.

М.Л. Свердлов

## Прокуратурой района проведена проверка исполнения на поднадзорной территории законодательства, направленного на обеспечение безопасности дорожного движения

Установлено, что покрытие проезжей части на территории района не в полной мере соответствует требованиям ГОСТ Р 50597-2017.

Так, по адресам: 2-я линия В.О., д. 61/30, наб. Макарова, д. 6, 18-я линия В.О., д. 3, Средний пр. В.О., д. 86 и д. 88, 26-я линия В.О., д. 13, Гаванская ул., д. 35, ул. Кораблестроителей, д. 50, 27-я линия В.О., д. 8а выявлены дефекты дорожного полотна с превышением допустимых нормативов (ямы, выбоины).

В связи с этим, по результатам проверки, прокуратурой района 20.08.2020 директору СПб ГУДП «Центр» внесено представление об устранении нарушений законодательства в сфере безопасности дорожного движения. Материалы проверки переданы в ОГИБДД УМВД России по Василеостровскому району Санкт-Петербурга для решения вопроса о привлечении виновных лиц к административной ответственности, предусмотренной частью 1 статьи 12.34 КоАП РФ.

Устранение нарушений находится на контроле прокуратуры района.

Е. А. Горностаева

## Профилактика терроризма

## Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством

В последнее время часто отмечаются случаи обнаружения гражданами подозрительных предметов, которые могут оказаться взрывными устройствами. Подобные предметы обнаруживают в транспорте, на лестничных площадках, около дверей квартир, в учреждениях и общественных местах. Как вести себя при их обнаружении? Какие действия предпринять?

Если обнаруженный предмет не должен, по вашему мнению, находиться в этом месте, не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она и кто её мог оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если вы обнаружили неизвестный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей — возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен, немедленно со-

общите о находке в ваше отделение полиции.

Если вы обнаружили неизвестный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации или охране.

Во всех перечисленных случаях:

— не трогайте, не передвигайте, не вскрывайте обнаруженный предмет;

— зафиксируйте время обнаружения предмета;

— постарайтесь сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки;

— обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной

группы (помните, что вы являетесь очень важным очевидцем).

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются самые обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п.

Родители! Вы отвечаете за жизнь и здоровье ваших детей. Разъясните детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными пред-



метами, которые могут оказаться взрывными устройствами: это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям.

К.А. Максимова

## Благодарность О.В. Москвину от жительницы нашего округа



Ветеран Великой Отечественной войны, блокадница, инвалид I группы Валентина Георгиевна Данкова обратилась в МО Васильевский за помощью. Они с племянницей, которая за ней ухаживает, в начале 2020 года обратились в петербургский филиал Фонда социального страхования за получением в пользование кресел-колясок для передвижения дома и на улице. Их поставили в очередь, сказали, что, к сожалению, смогут предоставить кресла-коляски только через год — слишком большая очередь.

Помочь нашим жителям в решении проблемы взялся депутат нашего округа Олег Вячеславович Москвин. И уже через несколько дней после обращения благодаря его

содействию Санкт-Петербургская общественная организация ветеранов передала Валентине Георгиевне кресло-коляску с ручным приводом в пользование. Для Валентины Георгиевны и её племянницы это была настоящая радость: они не ожидали, что их проблема решится так оперативно.

Теперь Валентина Георгиевна с племянницей гуляют в Камском саду и делятся с Олегом Вячеславовичем фотографиями с прогулок, а он в свою очередь хлопот о сокращении срока предоставления им кресла-коляски для передвижения по дому. Вот такие добрые дела совершаются в нашем округе.

В.А. Ходырева

## Досуг

# «Библиозонтик» на Тучковом: самоизоляция нам не страшна

Детская библиотека №7 Василеостровского района «Библиозонтик» не растерялась в период изоляции и стала с любопытством и детским непосредственным интересом осваивать новые, доселе невиданные ею форматы работы с книгами и читателями — удаленно (онлайн)!

Как же мы скучали по живому общению с нашими читателями! Нам постоянно писали в социальных сетях читатели и почитатели библиотеки и с надеждой спрашивали: когда же, когда же мы увидимся?! Мы жалели и беспокоились за верных читателей, как бы они не упали духом без общения и чтения.

Поэтому стали думать и гадать: как овладеть искусством магического реализма и создать эффект деятельного присутствия библиотеки в жизни читателя? И мы справились! Мы столько всего провели и организовали! К нам пришли новые партнёры и хорошие друзья! Которые помогли Библиозонтику разнообразить свою работу, беспроblemно освоить непростые для виртуального общения форматы работы.

Давайте вспомним обо всём хорошем, прошедшем в карантинные месяцы в группе библиотеки в социальных сетях.

1. Весь март в группе детской библиотеки №7 во «ВКонтакте» проходил конкурс-флешмоб «КОШКАНИАНА», по результатам которого мы с удовольствием увидели, как же василеостровцы любят наших усатых-полосатых мурчалок, как много чудесных мурчащих историй могут рассказать! Материалы флешмоба можно всегда посмотреть в отдельной группе-событии «Обыкновенных кошек не бывает».

2. Акция-фотопортрет «Веснушки-хохотушки от Пеппи» собрала фотографии чудесных девчонок в образе Пеппи Длинныйчулок. Мамы принимали участие в акции с не меньшим удовольствием, чем дочки.

3. «Фотокапель» читательских фантазий на тему «Любимые герои любимых книг» пролилась на онлайн-страницы группы библиотеки во «ВКонтакте». Фотографии героев и участников всегда можно посмотреть в фотоальбоме группы.

4. Узнали про журнал Журнал «Лучик» и познакомились с Александром Червяковым, журналистом, писателем и автором многих материалов в журнале «Лучик». Видео с Александром можно посмотреть в фотоальбоме группы.

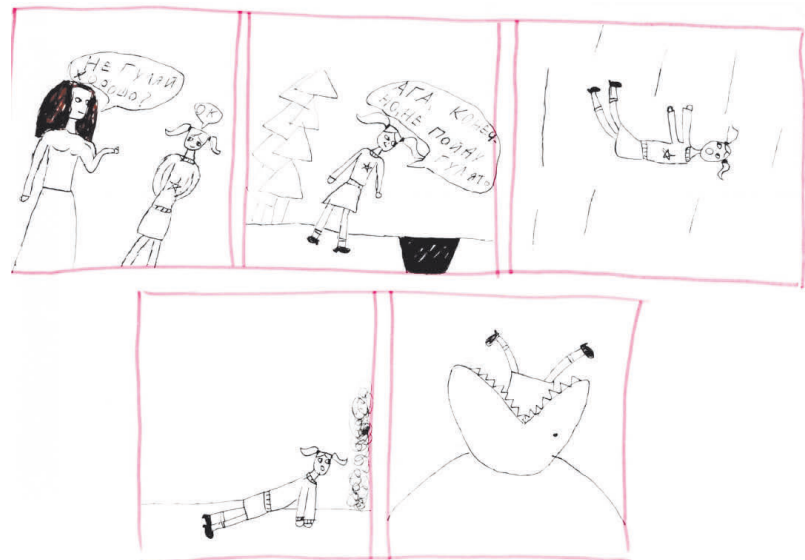
5. Познакомились с читающей мамой и экскурсоводом Евгенией Клишевич, которая рассказывала про детские книги, которые читаются в семье, и проводила подкаст-экскурсию по фондам Эрмитажа в Старой Деревне.

6. Организовали по просьбам читателей фототусовку «Зверьё моё» про братьев наших меньших, живущих у читателей. Фотографии домашних животных нашли большой эмоциональный отклик у многих василеостровцев. Альбом всегда можно посмотреть в группе.

7. Провели к 75-летию Победы «Парад воспоминаний», материалы которого всегда можно посмотреть в группе библиотеки по хештегу #Парад-воспоминанийЦБСВО. Петербуржцы с большим удовольствием публиковали фотовоспоминания о своих героических родных.

8. Познакомились с куклами и сказками Анастасии Войницкой, её сказочной группой Lavender Room, арт-проектом для взрослых «Сны Веры Павловны».

9. Читатели каждые выходные с удовольствием слушали «Удачные



истории» с дачи «Удачи» («Дача-Удача» — загородный клуб для домашних животных) нашего друга и партнёра Наталии Яковенко, зоотельера и любителя домашних животных. Видеосказки Наталии можно посмотреть и послушать в видеоальбоме группы.

10. Весь май проходил конкурс малой прозы среди детей и подростков от 6 до 16 лет «ДышиПиши», поддержанный партнёрами библиотеки: издательством «Самокат» и проектом «Эрмита. Петербургская сказка». Проект был организован партнёрами клуба по библиотерапии для подростков «Книгосеанс» драматургом Евгенией Алексеевой и психологом Ириной Фоминых. География конкурса была обширной: Барселона (Испания), Калуга, Бийск, Владивосток, Новосибирск, Минск (Беларусь), Дзержинск, Пермь, Тула, Москва. С текстами-победителями можно ознакомиться в группе-событии «ДышиПиши!». Был создан специальный сайт для текстов. Тексты детей озвучивали актрисы московских и петербургских театров М. Сурова, Т. Симоненкова, М. Чупринская, Е. Финевич.

11. Друг и партнёр библиотеки художник-комиксист Анна Рыбалкина познакомила читателей со своими оригинальными уроками по комикс-рисованию.

12. Перед читателями выступил живой и настоящий домовёнок Кузя из Польши — юный биолог Кузьма Лепешов, который рассказал детям, как интересно и увлечённо можно заниматься биологией дома и про свой видеоблог на эту тему.

И ещё много чудесных, светлых, уютных, добрых онлайн-мероприятий приключилось у нас в Библиозонтике! Мы всегда рады вовлечению читателей в библиотечную деятельность. У нас ничего бы не получилось без активного участия наших дорогих читателей, друзей и партнёров библиотеки.

