



№ 1, 2022 г.
Газета муниципального
округа Левобережный



Дорогой ВОКЗАЛ

Издается с 1996 года

Бесплатная газета для жителей района

ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Дорогие женщины!

От имени Совета депутатов муниципального округа Левобережный позвольте от всей души поздравить вас с Международным женским днем 8 Марта!

Прекрасно, что один из первых весенних дней посвящен именно вам, нашим любимым женщинам. Во все времена женщина олицетворяет образ красоты, материнской заботы и мира. И сегодня по-прежнему именно от вас, вашей житейской мудрости, чуткости и трудолюбия во многом зависит наше благополучие!

Каждая женщина прекрасна и неповторима вне зависимости от возраста, времени года и происходящего вокруг. Мы любим вас в печали и радости, вы — наша надежда и опора. Мы восхищаемся вашим жизненным оптимизмом, энергией, умением сочетать работу и профессиональные достижения с удивительной нежностью, женственностью и обаянием. Спасибо вам за терпение, любовь, понимание и верность!

Поздравляя вас в канун этого весеннего дня, желаем всегда быть столь же обаятельными, добросердечными и милыми, желаем всегда хранить те замечательные качества, благодаря которым наша жизнь становится светлее и радостнее!

От всей души желаем вам доброго здоровья, благополу-



чия и праздничного настроения, внимания и заботы родных и близких! Пусть в вашей жизни будет как можно больше светлых и радостных дней! Пусть тепло этого прекрасного весеннего праздника всегда согревает ваши сердца!



Дорогие жители Левобережного района!

Примите искренние поздравления с Днем защитника Отечества!

Это поистине всенародный праздник, имеющий отношение к каждому из нас, вне зависимости от профессиональной принадлежности, религиозных или политических взглядов. В основе праздника лежит традиция ратного служения Отчизне. Благодаря доблести и чести наших воинов в самые сложные времена страна смогла отстоять свою независимость и целостность. Каждый, кто прошел армейскую школу, знает, насколько важны в человеке такие качества, как стойкость и выносливость, поддержка и взаимовыручка. Они нужны не только на службе, но и в повседневной мирной жизни, помогая преодолевать трудности и добиваться успеха, быть крепкой опорой и защитником для родных и близких. Желаю всем ветеранам, действующим военнослужащим, призывникам и будущим солдатам крепкого здоровья и удачи в делах! Пусть рядом всегда будут близкие люди и верные друзья, а в семьях царят мир и счастье! С праздником, дорогие друзья!

Евгений РУСАНОВ,
глава муниципального округа

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Отечество

Отечество мое, Святая моя Русь
О Родина, которой я всегда гордилась,
Но в поруганьем ты вокруг (ты большом)
А я хочу, чтоб возродилась.
Чтоб погребальный звон утих
И мир настал меж всеми нами
И только звон счастливый плыл
Под золотыми куполами.



Дыхание весны (Преображение)

Твое дыхание Весна,
Я слышу, вижу, ощущаю,
Когда по улице иду
Иль с другом по лесу гуляю.

Приход твой ранний возвестил
Скворец, что на балконе сел
Он под уставшую метель
Мне песнь весеннюю пропел

Все выше небо, ярче солнце
А подо льдом река вдыхает
Идут в Природе перемены
Природа силы набирает.

И снег осел, стал рыхлым, грязным
И под лучами таять стал
И от обиды разрыдался
И ручейками побежал.

Преображение в Природе,
Преображение в судьбе,
Я на таком крутом изломе
Преображения в себе.

Надежда Матюшина
(4 марта 1992 г.)

Герои в небе и на земле

8 февраля ГБОУ города Москвы «Школа № 167 имени Маршала Л. А. Говорова» в торжественной обстановке открыла экспозицию «ГЕРОИ В НЕБЕ И НА ЗЕМЛЕ» в Музее Победы на Поклонной горе в рамках проекта «Школьный музей Победы».

В зале главного военно-исторического музея России выставлены экспонаты наших школьных музеев Боевой славы, рассказывающие посетителям о военных и трудовых подвигах Советского народа в годы Великой Отечественной войны.

Открытие выставки прошло в преддверии 125-летия Маршала Советского Союза Леонида Александровича Говорова, юбилей которого отмечается 22 февраля 2022 года. Эта важная дата ежегодно отмечается нашей школой памятным мероприятием — заключительной конференцией проекта «Говоровские чтения». К ней готовятся не только активы музеев «6-ого гвардейского московского авиационного полка» и «2-й Ударной армии», но и все уча-



щиеся школы. Традиционно в мероприятиях приняли участие наши партнеры, друзья, единомышленники, ветераны.

После торжественного открытия выставки ребята из музейного актива провели обзорную экскурсию для приглашенных гостей.

На торжественном мероприятии с приветственными речами выступили внук маршала Советского Союза Леонида Александровича Говорова — полковник Алексей Сергеевич Говоров, заместитель директора Музея Победы — вице-адмирал Федор Савельевич Смуглин, участник боевых действий, вете-



ран подразделений особого риска, член-корреспондент Академии военных наук — Контр-адмирал Александр Геннадьевич Дьяконов, Заведующая отделом Детского центра Музея Победы — Елена Сергеевна Слесаренко, глава муниципального округа Левобережный — Евгений Евгеньевич Русанов

17 февраля на базе Музея Победы прошла заключительная онлайн-конференция «Говоровские чтения». Конференция объединила активистов нашей школы со школьниками и поисковиками Москвы, Кирова, Санкт-Петербурга, Тулы в рамках программы по патриотическому воспитанию молодежи. Участники остались под большим впечатлением от проведенного мероприятия, которое объединяет нас с единой целью — сохранить память о Маршале Советского Союза, Герое Советского Союза Говорове Леониде Александровиче, о подвиге наших предков.

Педагогический коллектив и обучающиеся «Школы № 167 имени Маршала Л. А. Говорова» выражают благодарность директору Музея Победы — Школьнику А.Я. и всем сотрудникам за помощь в организации экспозиции и предоставленную возможность познакомиться с музейным комплексом школы всех желающих.

**Заместитель директора
ГБОУ «Школа № 167
имени Маршала
Л. А. Говорова»
Н. В. ДИКУШИНА**





В МФЦ Левобережного теперь доступно оформление биометрического загранпаспорта

Многофункциональный центр Левобережного стал одним из 96 отделений, в которых можно оформить биометрический загранпаспорт сроком на 10 лет.

В нескольких центрах госуслуг установлены криптокабины. Они

сканируют данные, делают снимок и передают их в ведомство. Готовый документ заявители получают на приеме у сотрудников «Мои документы». Москвичи смогут получить биометрический загранпаспорт через месяц после оформления. Госпошлина для заявителей старше 14 лет составляет пять ты-

сяч рублей, для детей до 14 лет — 2,5 тысячи рублей.

Жители Левобережного могут воспользоваться этой услугой в МФЦ по адресу: Ленинградское ш., д. 108. Оформить биометрический загранпаспорт можно ежедневно с 08:00 до 20:00.

Работы по благоустройству набережной на Правобережной запланированы в 2022 году

Стали известны подробности масштабного благоустройства набережной в районе Правобережной улицы.

Планируется создать комфортную зону отдыха у воды, которая будет притягательной для родителей с детьми и всех, кому нравится проводить свободное время на природе. На территории появятся площадки для воркаута и волейбольный корт с песочным покрытием. Вдоль канала им. Москвы оборудуют пешеходную зону с лавочками и освещением. Общая площадь благоустройства составит 13,7 га.



Документальный фильм учеников школы № 158 стал победителем военного конкурса

Команда педагогов и учащихся школы № 158 стала обладателем Гран-при Всероссийского конкурса «Московские рубежи», посвященного 80-летию Битвы за Москву и организованного Музеем Победы.



Евгения Ларина, Тимур Орлов, Николай Ломакин, Елизавета Русакова представили лучший документальный фильм среди более 600 работ, собранных со всех уголков России. Картина «Так начиналась Победа. Парад 7 ноября 1941 года» стала результатом долгой и усердной работы ребят и учителей. Ученики использовали кадры кинохроники, перемежающиеся собственными репликами, отснятыми на Красной площади.



Танцоры из Левобережного победили на городских соревнованиях

Юные воспитанники танцевальной студии клуба «Ладога» успешно выступили на городских межклубных соревнованиях по спортивным бальным танцам.

Ирина Ковалева и Иван Терехин, а также Элина Ковалева и Жан Даниленко стали победителями суперкубка среди пар в своих возрастных категориях. Кристина Ковалева и Михаил Кораблин заняли второе место. В клубе отметили, что другие участники студии получили призовые места и дипломы в номинации соло. Студией спортивных бальных танцев руководит Людмила Лазарева, старший тренер и член коллегии судей.

Туристический портал создал гид по архитектуре Северного речного вокзала

Здание Северного речного вокзала стало одним из героев нового онлайн-гида, выпущенного порталом Discover Moscow.

В рамках цикла «Архитектурные стили Москвы» на портале был опубликован путеводитель по памятникам сталинского ампира. Сталинский ампиризм унаследовал черты классицизма, барокко и ар-деко. Одним из ярких представителей направления является Северный речной вокзал. Его ансамбль возводи-



ли с 1933 по 1937 год. Здание вокзала по форме получилось похожим на корабль с трубой в виде шпиля. К основному зданию примкнули две арочные галереи, а дополнили облик фонтаны «Север» и «Юг» со скульптурами дельфинов и белых медведей. Посетители сайта также узнают, кто проектировал знаменитые московские высотки, здание Центрального академического театра Российской армии, и какие станции метро включают элементы сталинского ампира.



Памятка для граждан о действиях в случае бессимптомного или легкого течения новой коронавирусной инфекции и острой респираторной вирусной инфекции



Если вы вакцинированы / ревакцинированы против новой коронавирусной инфекции COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом:

■ у вас положительный мазок на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19) и при этом нет никаких симптомов заболевания, то

Ваши действия:

• В данной ситуации не требуется лечение, может быть получен листок нетрудоспособности и необходима самоизоляция. Рекомендуется контролировать температуру тела не реже 1 раза в сутки.

■ у вас есть симптомы ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, однократное повышение температуры не выше 37,5°C), но нет результата ПЦР-диагностики на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19), то

Ваши действия:

- Оставайтесь дома.
- При необходимости открытия листка нетрудоспособности или справки учащегося позвоните в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники. Листок нетрудоспособности и справка будут оформлены.
- Если вы проживаете не один в квартире/доме, по возможности изолируйтесь в отдельной комнате, избегайте тесных контактов с домочадцами, носите маску при выходе из комнаты. Маски или респираторы должны носить все домочадцы.
- Проветривайте помещения (регулярно, 1 раз в 3 часа).
- Соблюдайте питьевой режим (не менее 2 литров в сутки при повышенной температуре тела).
- Измеряйте температуру тела не реже 3 раз в сутки.
- При возможности измеряйте уровень сатурации пульсоксиметром (насыщение крови кислородом) 2 раза в день (нормальные значения — не ниже 95—96%).
- Возможно использование противовирусных препаратов, капли или спрей в нос (например, содержащие интерферон-альфа), беременным только по назначению врача.
- При насморке и заложенности носа можно использовать солевые растворы, в том числе на основе морской воды.
- При боли в горле можно применять местные средства в виде растворов для полоскания горла, таблеток для рассасывания, спреев. Данные препараты отпускаются без рецептов врача.
- При повышении температуры до 38°C и выше вы можете принять жаропонижающие препараты.
- Вы можете также принимать препараты витамина С и витамина D в соответствии с инструкциями по применению.

При ухудшении состояния:

- Если у вас повысилась температура выше 38°C и сохраняется более 2-х суток, несмотря на прием жаропонижающих средств, необходимо позвонить в call-центр вашей поликлиники или в единую службу «122» для дистанционной консультации с медицинским работником;
- Если появилась одышка, чувство нехватки воздуха, боли за грудиной, вам трудно дышать и/или уровень сатурации менее 94—95%, и/или учащение дыхания, то необходимо позвонить в единую службу «103» для вызова скорой помощи.



Если вы вакцинированы / ревакцинированы против новой коронавирусной инфекции COVID-19 менее 6 месяцев назад или переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19 менее 6 месяцев назад, при этом

- у вас положительный мазок на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19) и отсутствуют симптомы заболевания;
- вы относитесь к группе риска:
- возраст 60 лет и старше;
- у вас есть хронические заболевания (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, онкологические заболевания, хронические заболевания почек и печени, иммунодефицитные состояния);
- у вас есть избыточный вес.

Ваши действия:

- Оставайтесь дома.
- При необходимости позвоните в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники. Лечение вам назначит медицинский работник.
- Препараты, которые вам были назначены на регулярной основе, необходимо продолжить принимать в той же дозировке.



Если вы не вакцинированы и не переболели новой коронавирусной инфекцией COVID-19, то:

• при появлении любых симптомов ОРВИ (кашель, насморк, першение или боль в горле, повышение температуры выше 38°C) и вне зависимости от результатов ПЦР-диагностики;

• у вас положительный мазок на SARS-CoV-2 (новая коронавирусная инфекция COVID-19) вне зависимости от симптомов заболевания, то

Ваши действия:

- Оставайтесь дома.
- Необходимо позвонить в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники для дистанционной консультации с медицинским работником.
- В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру «103».



Что делать, если заболел ребенок?

Ваши действия:

- Оставить ребенка дома, не отправлять в детский сад или школу.
- Строго выполнять рекомендации медицинских работников по диагностике и лечению заболевания. Ни в коем случае не заниматься самолечением.
- Необходимо позвонить в единую службу «122» или в call-центр вашей поликлиники для дистанционной консультации с медицинским работником.
- В случае ухудшения состояния необходимо позвонить в службу скорой помощи по номеру «103».

ВАЖНО



Не стоит самостоятельно лечить себя и ребенка антибиотиками. Антибиотики могут быть назначены только врачом и только в случае наличия показаний.

Лекарственные препараты применяются в соответствии с инструкцией, при отсутствии противопоказаний к их применению.

По мере развития заболевания и наблюдения за течением болезни рекомендации могут быть скорректированы.



Минздрав России призывает всех граждан:

- используйте защитные маски или респираторы при нахождении в закрытых помещениях и контактах с другими людьми;
- тщательно и часто мойте руки и обрабатывайте их антисептиком;
- по возможности минимизируйте посещение мест с большим скоплением людей, а в случае если избежать этого невозможно, соблюдайте дистанцию 1,5—2 метра.

Эти простые профилактические меры снизят риск заражения. Также напоминаем о необходимости пройти вакцинацию и своевременную ревакцинацию от коронавируса.