

# Силламяэский Вестник

БЕСПЛАТНЫЙ ГОРОДСКОЙ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК № 13 (3342) 26 марта 2020 г.

## Строительство рынка завершено

Среди тревожных сообщений, связанных с распространением коронавируса, есть и приятные новости: фирма «Agagats» завершила строительство крытого рынка на бульваре Виру, на месте бывшего крытого рынка советских времён.



О том, что городу рынок нужен, говорили с того времени, как были снесены крытый и открытый рынки в этом районе города. Нехватка его ощущалась, хотя частично «рыночные» проблемы были решены на других площадях. Надеемся, что новый объект будет функционировать к радости всех.

Общая площадь здания составляет, как сказал представитель собственника участка Виру, 14, Араик Ка-

рапетян, 1350 кв.м. Со стороны заказчика строительства, то есть названной фирмы, практически всё сделано, то есть почти все арендаторы площадей определены, по паре боксов ещё идут переговоры с желающими прийти сюда со своей продукцией. Основное назначение рынка – продовольственные товары. Часть площади занимает магазин промышленных товаров фирмы PERCO, которая внедрилась на эстонский

рынок несколько лет назад, открыв первый магазин в Эстонии в 2018 году. Сейчас магазины этой сети уже открыты в ряде мест.

«Когда состоится официальное открытие рынка и он распахнёт свои двери для покупателей, это уже зависит от арендаторов площадей. Хотя в условиях коронавируса нет запретов на открытие новых объектов, но ситуация меняется ежедневно. Мы будем следить за развитием со-

бытий и действовать в рамках требований со стороны государственных структур, которые предъявляются в условиях чрезвычайного положения, которое введено в Эстонии в настоящее время», - сказал Араик Карапетян.

... На прошлой неделе PERCO начал работу в Силламяэ.

Лидия ТОЛМАЧЁВА  
Фото автора

## В Силламяэ будет заменено уличное освещение

ККК одобрил представленный городским Управлением Силламяэ проект замены устаревшего уличного освещения. Цель проекта «Реконструкция уличного освещения Силламяэ» - повышение эффективности использования электроэнергии в уличном освещении. В результате проекта потребление электроэнергии предполагается сократить благодаря использованию светодиодных ламп и современной системы управления.

Проект касается прежде всего освещения основных городских улиц и внутриквартальных дорог. Проектом не предусмотрена замена освещения улицы Кеск и бульвара Виру, поскольку улица Кеск будет реконструирована отдельно уже в этом году, а для замены освещения бульвара Виру планируется провести отдельный проект реконструкции всего бульвара. Проект также не охватывает и те улицы, которые были комплексно реконструированы за последние годы и где освещение уже обновлено, – это улицы Льва Толстого, Владимира Маяковско-

го, пешеходная дорожка на улице Геологической, сборная дорога, тропа здоровья в морском парке.

В рамках проекта будут заменены 846 (из 1675) световых точек и установлена система управления уличным освещением. Также планируется заменить 637 столбов и 21 километр кабельных сетей, в том числе будут заменены воздушные линии на подземный кабель. Точное число столбов уличного освещения и их расположение определится при проектировании. Также будут учтены действующие нормы освещения и технические

характеристики выбранных светильников. В рамках проекта будут обновлены 23 электрические подстанции и внедрены современные технологии.

Объём строительных работ составит порядка 2 млн евро, из которых доля поддержки ККК составит 74%. Проектирование запланировано в этом году, а строительство - в период с 01.01.2021 по 31.07.2022 годы. Проект поддерживается Центром инвестирования в окружающую среду (ККК) через Фонд сплочения в рамках метода «Повышение энергоэффективности и использования возобновляемой энергии» и поддерживаемой деятельности «Реконструкция уличного освещения».

Ольга ЭСКОР, специалист  
по информации и маркетингу  
горуправления

## Мнения

# Жизнь в дистанционном варианте. Продолжаем жить!

Поговорим про то, что сбивает с толку по всем на текущий момент параметрам, то есть о коронавирусе. И будем рассуждать с разных точек зрения: от пессимистической, реалистической до юморной.

### Эпиграф

«Я панику распространять не буду», - сказал Швейк.

*Ярослав Гашек.  
«Похождения  
бравого солдата Швейка».*

### Зачислен в здравомыслящие

Есть у меня знакомый в Кохтла-Ярве, бывший милицейский майор, которому я «по благу» доставляю два экземпляра «Силламяэского вестника»: один - для личного пользования, второй он передаёт в читальный зал тамошней библиотеки. Мы с ним иногда пересекаемся в супермаркете. Для него походы туда - миссия, для меня - семейная необходимость. Он болеет за «Динамо», а я - за «Спартак». Рефери - заведующая аптекой, которая в том «маркете» действует. Дама - ветеран аптекарского движения советских времён и передаточное звено в доставке: я оставляю газеты для своего знакомого у аптекарши. И вот эпизод встречи в кризисный момент.

**Майор:** Ты почему с корзинкой, а не с тележкой? Народ всё скупает, а ты нет.

**Я:** На всю жизнь не напасёшься даже туалетной бумаги.

**Майор:** Хоть один здравомыслящий попался. Я такой паники ещё не видел.

**Я:** Мне довелось, когда приехал к родителям в Вышний Волочок в отпуск в 90-е, наблюдать, как на подручном транспорте люди мешками везли сахарный песок (на самогон) и множество буханок хлеба (на корм свиньям).

...Вот такой диалог у нас состоялся. Дальше потрепались про спорт.

### Производство и бюджетники

В ходе обмена мнениями по вирусу довелось услышать: «Хорошо, что нас закрыли на карантин. Мы - бюджетники, нам зарплату так и так начислят». Этот наивизм меня потряс. Ну, чисто дети, которые не знают, что деньги на мороженое не из тумбочки берутся. Пришлось напомнить, как во времена совсем недавнего экономического кризиса бюджетников переводили на сокращённую рабочую неделю, естественно, с потерей в зарплате.

Новости с «вирусного фронта» ежедневно обновляются, а наша газета - не ежедневник. Поэтому буду рисовать картину издали, то бишь по состоянию на 20 марта сего года.

«Я сам сейчас прохожу карантинный

период, так как вернулся из-за границы. Производство действует бесперебойно. Тем, кто по возрасту находится, как считает минздрав, в группе риска, предложена дистанционная работа или отпуск», - сказал руководитель «Аквафора» **Михаил Фомичёв**.

«Стоянка для транзитного транспорта в Силламяэ? Всё нормально. Услуги, которые предусмотрены, действуют. Поскольку нет запретов на пропуск машин с товарами, то и у нас нет проблем. Для водителей то, что им нужно для отдыха в пути, всё есть. Я даже больше беспокоюсь не о шофёрах, а о тех наших сотрудниках, которые на парковке трудятся», - так прокомментировал ситуацию глава «Силпорт кинни-свара» **Тынис Сеэсмаа**.

«Единственным производством в Эстонии, выпускающим маски, подходящие для защиты от коронавируса, оказался небольшой цех в Силламяэ. В условиях эпидемии предпринятию пришлось увеличить объёмы в 10 раз и быть готовым к работе в несколько смен. Если ранее компания «Esfil Tehno» производила 500 защитных масок в день, то теперь их производят 5000, и спрос постоянно растёт» - информация «Актуальной камеры». «Совсем некогда говорить. Коротко? У нас «пожар». Первыми набросились китайцы, сейчас - вся Европа. Пашем и пашем. Срочно ищем дополнительных людей на линию, чтобы успеть выполнить заказы. Передали респираторные маски социальным работникам Силламяэ в дар, поддержав этим город в момент кризиса», - ответил на наш вопрос председатель совета «Esfil Tehno» **Арайк Карапелтан**.

«Центр предпринимательства Ида-Вирумаа (IVEK) является частью сети уездных центров развития и получает информацию, связанную с кризисом, о бизнесе непосредственно от государства. IVEK регулярно публикует её на

своей странице на эстонском и русском языках, чтобы как можно скорее донести до предпринимателей уезда поддержку и другую информацию, запланированную государством для предпринимателей в период кризиса», - сказала **Пилле Сёёт**, руководитель IVEK.

### Меры по удалённости в образовании и культуре

В системе образования «темно». Это слово трижды прозвучало в моих разговорах с директорами основной эстонской школы Силламяэ **Наташей Кочергиной**, гимназии - **Арно Касенийтом** и профцентра - **Ханнесом Метсом**.

Дело в том, что среди моих знакомых есть папы-мамы, у которых дети подошли к выпускному периоду. Кто-то 9-й класс заканчивает, кто-то - гимназический курс, кто-то - на финише профобразования. Так шить им на выпускной бальные платья или костюмы или подождать, а то вдруг дети до получения аттестата/диплома ещё подрастут?

Самым оптимистичным был г-н Метс: «Можно к выпускному готовиться всем, кто учился нормально, а не с многочисленными прогулами и «двойками». Дипломные работы можно будет успеть сделать, так как срок их сдачи первого июня. А вот как дипломы будем проверять - в перчатках и защитных масках или без них - это как государственная кризисная комиссия решит».

Наташа Кочергина в сомнениях: «Мы люди подчинённые, обязаны выполнять то, что министерство решит. Пока идёт дистанционное обучение. Учителя дают задания, которые школьники должны выполнить. Будут ли наши выпускники к сдаче экзаменов готовы и когда их проводить в таких условиях? Думаю, учителя и учащиеся справятся, а время экзаменов нам обозначат».

Арно Касенийт тоже сослался на министерство. «Загадка есть. Учёба в дистанционном режиме продолжается. Верю, что наши гимназисты воспринимает ситуацию не как «дополнительные каникулы» и продолжают совершенствовать свои знания. Есть график сдачи выпускных экзаменов. Может ли он поменяться? Добавьте вопросительные знаки».



Дистанционное обучение... «Мы на карантине, согласно тем правилам, которые действуют. Звонят ребята и спрашивают, как быть и как учиться. Им задания по физкультуре надо выполнять дистанционно, и отчёт о них прислать дистанционно. Это ещё не беда, а полбеды. Как ребятам «заочно» учить иностранные языки? Там ведь важны не только грамматика, но и произношение», - сказал руководитель детского центра «Домашний уют» **Вадим Орлов**.

Среди моих знакомых есть преподаватель английского языка и энтузиаст туризма **Александр Гушин**. О туризме чуть ниже, а про язык - сейчас. «Дистанционно - так дистанционно. Провожу видеоуроки, общаюсь по скайпу. Без общения невозможно поправить произношение, дать что-то новое, заставить совершенствоваться уже полученные навыки. Гимназистам надо готовиться к экзаменам, я как репетитор тружусь уже за себя и за школу», - сказал Александр.

«Можно прийти, чтобы сдать книги и чтобы взять другие для чтения. Если нужно что-то распечатать, то и тут нет пока преград. Ограничение только в пользовании компьютерами для юных и взрослых посетителей», - пояснила директор библиотеки **Эльвира Сидорова**. Для сравнения - в Кохтла-Ярве библиотеки для читателей закрыты полностью.

Молодёжный центр ESN решил поддержать позитивное настроение в кризисный период, организовав концерты, которые будут транслироваться на его сайте. «Собрать в студии несколько певцов и музыкантов - не массовое мероприятие, а порадовать зрителей они могут почти так же, как на настоящем концерте», - считает руководитель центра **Игорь Малышев**.

## Меры по удалённости на транспорте и в медицине

Убедился, что есть люди, которые вообще «не в курсе». Сообщалось, что в бесплатных уездных автобусах будут открываться только средние двери, а ближние к водителю сиденья не занимать. Но сам видел, как пассажиры упорно не понимали, почему водитель не открывает переднюю дверь, недоумённо глядели на ленточки в салоне автобуса, напоминающие те, что предупреждают об опасности при строительных работах или о том, что может с крыши свалиться сосулька на голову. Ленточки отделяют (как велено) водителя от пассажиров на предмет заразительности. Зато автобусы сейчас напоминают такси или полупустую маршрутку. Примеры? 16-го марта в автобусе 115 маршрута из Йыхви в Силламяэ добиралось пять человек. 17-го марта ехал на встречу для интервью в Кохтла-Ярве. В 115-м восемь пассажиров, в 28-м (кохтла-ярвском местном) - шесть. «Даже если пять человек едут на работу или с работы, они имеют право воспользоваться бесплатным обществен-

ным транспортом. Не все же могут работать «заочно». Мы пока отменили только один маршрут - «школьный». Далее будем действовать в зависимости от развития событий», - ответил на вопрос «СВ» **Хейки Лутс**, возглавляющий IVÜTK (организация, отвечающая за работу общественного транспорта в уезде).

Не хотелось, но случилось. У моего родственника, которому за семьдесят, 17 марта на улице отказали ноги. Он назвал адрес людям, они его довели до квартиры, где я живу, взяли за доставку 10 евро. Вызвал «скорую». Служба сработала оперативно. Медработники были в защитных масках и очень вежливы. Спасибо!

А теперь о том, что происходит в среде семейных врачей. «Все рекомендации по карантину мы своим клиентам постарались передать. Есть возможность связаться по поводу болезненных синдромов по телефону или по интернет-линии, поговорить по скайпу. Своих клиентов семейные врачи знают, поэтому экстренность в лечении тоже могут предполагать. Больницы отменили плановые операции, семейные врачи ограничили плановые приёмы. Следим за ситуацией. Конечно, если будет необходимость прийти к пациенту на дом, то никто из нас не откажется», - сказал семейный врач **Андрей Жога**.

## Туризм откладывает рукопожатие и думает, как выжить

«Совместный поход жителей Силламяэ и Нарва-Йыэсуу, который был запланирован на 15 марта, в связи с запретом проведения публичных мероприятий переносится на май. Всего зарегистрировалось 27 энтузиастов из Силламяэ. Благодарим за поддержку проекта и надеемся встретиться в мае. Уже подготовлено костровище для дружественных посиделок», - сообщил **Александр Гушин**.

Перенос похода местного значения можно пережить безболезненно, а вот как быть турфирмам, через которые подбирались для людей удобные для них (по деньгам и времени) места отдыха за границей?

«По туристической отрасли вирус ударил больно. Закрываются границы, отменяются маршруты. Надо отменять бронирование билетов на самолётные или паромные рейсы, а люди уже заплатили за путёвки. Возвращаем деньги, при этом, как известно, возврат билетов - это денежные потери для клиентов. Надо сказать, что силламяэцы относятся с пониманием к проблеме. Жаль, что мини-круизы для выпускников вузов и гимназий, которыми хочется отметить свои дипломы и аттестаты, вряд ли состоятся. Мои дети тоже в этом году оканчивают учёбу. Самое главное, что никто не знает, когда жизнь, в том числе и туристическая, из-за вируса войдёт в нормальное русло», - сказала **Надежда**

**Пришвицина** из турфирмы «Ekskurs».

Туризм и спорт - близкие понятия. Но гулять как турист и держать себя в спортивной форме для будущих соревнований - разные вещи. «Пока ничего страшного. Есть опыт летних каникул, когда я даю задания девочкам на дом, а они мне присылают видеотчёты о том, как тренируются, чего добились в результате. Но тренировки должны готовить к соревнованиям, а кто знает, когда они будут», - сказала тренер по художественной гимнастике **Нелли Окамчук**.

## «Я на службе. Буду служить людям»

К настоятелю силламяэской церкви Казанской иконы Божией Матери **Николаю Терентьеву** у меня были вопросы по отпеванию, венчанию, крещению. С крестинами младенцев, конечно, можно и подождать, венчание можно перенести на после записи в «брачующей» гражданской организации, а с отпеванием как?

«Отпеть мать, отца, другого близкого человека - это для православных людей не просто обряд, а их личное душевное обязательство. Могу ли я отказать в этом тем, кто обращается? Есть запреты на публичные собрания, есть рекомендации не только от светских властей. Но ведь не всё запрещено. Поэтому отпевание, венчание, крещение, службы в церкви я буду проводить. Как в этом случае обойтись без церковного хора? Можно ли это отнести к концертным выступлениям? Прошу прихожан, если у них появились симптомы нездоровья, воздержаться от посещения церкви, пока не прикладываться к иконам. Мы проводим дезинфекцию дверных ручек и так далее, но бережёного Бог бережёт. На наше счастье в церкви есть возможность помыть руки проточной водой. Не пренебрегайте этим! Я бы хотел обратиться не только к православным, католикам, протестантам, мусульманам и даже атеистам: давайте мысленно помолимся, чтобы в Силламяэ вирус не поселился. А я служил и буду служить людям», - сказал отец Николай.

## Вместо послесловия

Видите, какая «кризисная палитра»? И как жить? Вот только три ответа на этот вопрос.

**Валентина Михайлова**, пенсионерка: «Господи! То свиной грипп, то вирус короновирусный. А впереди первое апреля. Ну и посмеёмся». **Наталья Лапчинен**, по её словам, «малюсенький предприниматель»: «Закрыли нас на карантин, а арендную плату за место надо платить. Иду договариваться с арендодателем, может, скостит». **Андрей Соколов**: «Буду мяч во дворе гонять, если в зале нельзя. У нас тут уже командочка собралась»...

**Николай КЛОЧКОВ**

## Из официальных источников

### Горуправление сообщает: плата за участие в кружках и за место в детском саду отменяется

**19 марта городское Управление решило не применять плату за участие в кружковой деятельности, а с 1 апреля освободить родителей от платы за место в детском саду.**

«13 марта от правительства Эстонии поступило распоряжение остановить кружковую деятельность, деятельность по интересам, деятельность молодёжных центров и лагерей в связи с чрезвычайным положением. Исключением является деятельность, которую возможно провести дистанционно. Вопрос отмены платы обсуждался с руководителями учреждений. Очевидно, что плату нельзя применять за тот период, когда кружковой деятельности не происходит. Также обсуждался вопрос об организации кружковой деятельности дистанционно и о переносе отмененных занятий. Важ-

но, чтобы как государство, так и город призывали родителей при возможности оставлять детей дома и не приводить в детский сад», - пояснил мэр Тынис Калберг.

#### Городское Управление решило:

- освободить учеников и родителей от обязанности уплаты за кружковую деятельность и обучение за тот период, когда эта деятельность не проводится в связи с чрезвычайным положением (распоряжение затрагивает подведомственные учреждения - Центр культуры, Силламяэский молодёжный центр по интересам «Улей», музыкальную

школу, библиотеку и музей);

- с 1 апреля 2020 г. освободить родителей от обязанности уплаты за место в детском саду (вопрос об окончании периода освобождения от уплаты будет решать городское Управление Силламяэ, исходя из загруженности детских садов и ограничений, связанных с чрезвычайным положением).

Для тех, кто уже оплатил счета, будет сделан перерасчёт, и уплаченная сумма будет возвращена. Согласно действующему порядку, родители платят за питание в детском саду, если ребёнок посещает детский сад.

Школы «Каннука» и «Ваналинна» не будут применять плату за кружковую деятельность (английский язык) за тот период, когда эта деятельность не проводится в связи с чрезвычайным положением. За дополнительной информацией об организации деятельности кружков по английскому языку обращайтесь в школы.

**Ольга ЭСКОР, специалист по информации и маркетингу горуправления**

### Правительство направит на поддержку трудящихся 250 миллионов евро

**Правительство одобрило решение направить через Кассу страхования от безработицы 250 миллионов евро на меры, которые помогут в ситуации чрезвычайного положения сохранить доход трудящихся.**

«Распространение коронавируса влияет не только на здоровье населения Эстонии, но и на нашу экономику. Правительство хочет обеспечить в сложившейся ситуации сохранение рабочих мест и доход людей. Мы должны сохранять спокойствие и уверенность, чтобы по окончании чрезвычайного положения как можно быстрее вернуться к своему привычному

ритму жизни и привычному ритму жизни общества», - сказал премьер-министр Юри Ратас.

Работодатели могут ходатайствовать через Кассу страхования от безработицы о компенсации на зарплаты за два месяца в любой период с 1 марта по 31 мая, выплаты будут произведены до 30 июня 2020 года.

Компенсация выплачивается работнику, чей объём работы или зарплата уменьшились как минимум на 30 процентов. Компенсация, как правило, выплачивается в размере 70% от средней зарплаты работника, но не более чем 1000 евро брутто за один месяц. Порядок выплаты компенсации подразумевает, что работодатель должен в тот же период доплачивать работнику не менее 150 евро брутто.

О компенсации может ходатайствовать работодатель, чья экономическая деятельность сильно пострадала от вируса, оборот и доходы резко упали, а также если обеспечение работников работой, выплата им зарплат затруднены.

**По сообщению коммуникационного бюро правительства**

### По новому телефону 1247 можно узнать почти обо всём, что касается коронавируса

**Как известно, Центр тревоги открыл новый инфотелефон, по которому можно узнать информацию, касающуюся коронавируса. С какими же конкретными вопросами можно туда обращаться? Разъясняет руководитель Восточного центра тревоги Янек Муракас.**

«По телефону Центра тревоги 1247 можно получить ответы на вопросы, касающиеся распространения коронавируса и действующего в Эстонии чрезвычайного положения. Прежде всего, это вопросы о распространении и симптомах. Кроме того, можно спрашивать об ограничениях на границе Эстонии, других ограничениях передвижения и пребывания дома», - рассказал Янек Муракас.

К примеру, человек желает узнать, может ли он ходить из Нарвы в Ивангород и

обратно каждый день за покупками или как можно попасть с Сааремаа на материк. Одинок живущий пожилой человек хочет выяснить, как и кто может помочь ему привезти на дом необходимые продукты питания и лекарства, сколько на данный момент положительных анализов на коронавирус, являются ли хронические больные, например, с диагнозом астма, группой риска, можно ли выходить из дома и так далее.

«Важно понимать, что по номеру 1247

вы получаете достоверную информацию напрямую от государства. Пожалуйста, используйте этот номер для того, чтобы проверить, корректна ли та информация, которую вы где-то прочли или услышали. Позвонив на номер 1247, вы можете развеять слухи и неразбериху», - призывает Янек Муракас.

Напоминаем, что для медицинских консультаций и советов врача необходимо использовать номер 1220. В случае если вам необходима неотложная помощь, как и ранее, звоните на номер 112.

**Телефон 1247 работает круглосуточно и бесплатен для всех жителей Эстонии.**

Если вы находитесь за границей, то для консультации по всем вышеперечисленным вопросам набирайте номер **+372 600 1247**.

**Евгения Парв, руководитель по коммуникации Восточного спасательного центра**

## Культура

### Радужа друг друга

29 февраля Народный дом Кивийли радушно встречал музыкальные ансамбли из Вайвара, Азери, Нарвы, Нарва-Йыэсуу, Ахтме, Кохтла-Ярве, Силламяэ.

Директор Юло Кангур поблагодарил коллективы, откликнувшиеся на приглашение принять участие в празднике песни, пожелал удачного выступления и удовольствия от знакомства с творчеством друг друга. Силламяэ представляли два коллектива Центра культуры под руководством Ирины Дубровой - «Русичи» и «Мелодия».

Без ансамбля «Русичи», которому исполнилось 20 лет активной творческой деятельности, в Силламяэ не обходится ни одно массовое мероприятие - Масленица, Янов день, День города, праздничные концерты... За плечами коллектива многочисленные поездки на фестивали России и Европы. «Русичи» под

аккомпанемент Константина Фомичёва подарили зрителям два редких в исполнении произведения, найденные в Интернете Ириной Дубровой: обновили свой репертуар песней «Васильки» (слова Я. Халецкого, музыка П. Аедоницкого) и «Прячет ягодиночка глаза» (авторская песня Михаила Устинова), а ансамбль «Мелодия» (концертмейстер Ирина Талько) спел «Вальс о вальсе» (слова Е. Евтушенко, музыка Э. Колмановского) и «Парижское танго» (музыка К. Брюна, русский текст М. Подберезского).

Интересными были выступления нарвских ансамблей «Тальяночки», белорусских «Сябров», общества «Ру-

сич», украинской «Калыны», «Исток».

Руководитель «Элегии» из Нарва-Йыэсуу Ирина Зубкова обратилась к классике - красиво звучали мужские голоса в общем хоре. Часто выступают в нашем городе «Ивушки» под управлением Елены Деркач, а трио «Надежда» не редкий гость на корпоративах, свадьбах, юбилеях. Они украшают любое мероприятие своими слаженными голосами и богатым репертуаром. Оба ансамбля порадовали и на сей раз. Хорошо звучали ансамбли «Русская душа» из Азери и «Реченька» из Ахтме.

В завершение большой программы порадовал сильными голосами молодёжный вокальный ансамбль из Кохтла-Ярве «ILLUSIO». А после его выступления в фойе ждали накрытые хозяевами мероприятия столы, чтобы участники могли подкрепиться, обменяться впечатлениями и потанцевать под оркестр.

**Ирина МОЛЧАНОВА**



## В особенный для нас год

Этот год для нашей общественной организации – объединения атомщиков - особенный, так как мы будем отмечать 75-летие нашего "РОСАТОМа" (бывшего министерства среднего машиностроения), а в 2021 году - 75-летие нашего завода, который поначалу носил название «П/Я 22» или комбинат №7.

В феврале, согласно плану работы, был проведён ряд мероприятий. Совместно с другими жителями города 23 февраля, в День защитника Отечества, мы приняли участие в возложении цветов к могиле неизвестного солдата, монументу «Воинам-освободителям», Братской могиле в Синимяэ, памятнику мерекюласкому десанту и к другим памятным местам. Вместе с группой посетителей дневного центра "Мерелайне" побывали на экскурсии в городском музее, где послушали беседу Александра Пополитова о нашем городе и заводе. Больше всего запомнился эпизод, когда

он познакомил нас с увеличенной копией гравюры художника-гравёра Вильгельма Зигфрида Шавенгакена. Мы как будто побывали в Силламягах 1867 года.

Состоялась четвёртая встреча членов клуба "КИПАРИС", она была посвящена творчеству А.Куприна. Мы познакомимся с повестью-легендой писателя "Четверо нищих", которая учит быть благодарными: если кто-то помог тебе в трудную минуту, не забывай отблагодарить его; кто скоро помог, помог дважды.

Мужчины объединения атомщиков

подготовили к планируемому на 27 марта литературному вечеру программу, посвящённую нашим дорогим женщинам: "Самое главное слово", "Женщин прекрасных имена". К сожалению, из-за вспышки коронавируса и введённых ограничений литературная встреча в этот день не состоится и будет проведена позднее, о ней мы обязательно сообщим.

Продолжаются перерегистрация-уточнение списка членов объединения и приём взносов. Их можно заплатить в часы работы правления: во вторник и четверг, с 11.00 до 13.00. Там же можно познакомиться с планом работы на год и конкретно на текущий месяц. Будем рады вашим предложениям.

**Михаил КАФАНОВ,**  
заместитель председателя  
Объединения ветеранов  
атомной промышленности

# Мир увлечений

## Женщина сильна тем, что она такая, какая есть

«Меня зовут Любовь Сащенко. Звоню Вам с просьбой помочь мне написать статью о «Мерелайне». Мне так нравится атмосфера там, я так довольна занятиями по физкультуре, такие приятные женщины ходят заниматься – я просто от всего в восторге! Хотела бы с Вами встретиться и всё Вам рассказать». Договорились встретиться в редакции. Беседа с Любовью Александровной оставила у меня самое приятное впечатление. Она оказалась из категории людей, от которых заряжаешься позитивными эмоциями, хорошим настроением и желанием тотчас же последовать её примеру: заняться собой, своим здоровьем и укрепить в себе веру в то, что стоит захотеть – и всё непременно получится.

Захотела Любовь Александровна заняться собой, поправить здоровье, укрепить жизненный тонус после выхода на пенсию (почти вся трудовая жизнь связана с «Силметом», по специальности она химик), на снижение которого часто жалуются современные люди, чувствуя усталость, апатию, ухудшение настроения, – и цель поставлена. Для достижения её многие средства хороши. Пошла на аэробику к Сергею Корту, затем к Екатерине Рассказовой на танцы живота, которые сочетают в себе ритмику, пластику, грациозность, динамичные движения бёдер и плавность работы рук (чем не работа над телом?!). Три года занятий у Екатерины дали много. Потом десять лет ходила в спортзал на занятия, которые были направлены на укрепление здорового образа жизни (Любовь Александровна называет их зарядкой). В этом же перечне методов, укрепляющих жизненный тонус, тропа здоровья и лечебная физкультура в «Альмеде» под началом Даны Викторовой, которая показала базовые упражнения, научила делать всё правильно, грамотно, с пользой для организма...

Многому научилась у специалистов и в какой-то момент почувствовала: почему бы не поделиться с другими тем, что сама умеешь, что опробовано собственной практикой. Знакомая пригласила в «Мерелайне». «Думаю, похожу пару недель, посмотрю, чем и как занимаются

женщины, а там видно будет. Меня встретила хозяйка «Мерелайне» Татьяна Виноградова. Она меня с порога обаяла своей милой улыбкой и радушием. Мне стало так хорошо! Огляделась: как здесь уютно, комфортно, чисто, свежий воздух, всё продумано так, чтобы было удобно людям. Кто-то музицирует, кто-то сидит за компьютером... – домашняя обстановка! Татьяна познакомила меня с женщинами (их было в тот момент трое), которые ходят на занятия по физкультуре. Поговорила я с ними. Начались занятия. Я показала им несколько упражнений, которые, почувствовала сразу, им понравились. И так я к этим женщинам привыкла, как мне приятно с ними заниматься! Да и они приняли меня хорошо, не хотят расставаться. Так мои пару недель превратились почти в три месяца занятий, – рассказала Любовь Александровна. – Перед тем как центр «Мерелайне» временно из-за коронавируса закрылся для посещения клиентов, на занятия приходили уже 11 человек – Таисия Кюланурк, Надежда Ильина, Вера Караганова, Нина Ершова, Валентина Антонова, Галина Цыбулька, Нина Данилова, Тамара Жаркова, Татьяна Новоченкова, Нина Шатова, Татьяна Творинская. Они такие ответственные, трудолюбивые, с таким желанием всё делают, укрепляя своё здоровье! Чтобы проверить себя, всё ли я делаю так, как положено, пригласила на занятие Дану. Она

как специалист лечебной физкультуры понаблюдала и похвалила меня, сказала, что всё я делаю правильно, по науке, а заодно ещё дала пару советов».

Занятия в «Мерелайне» проводятся два раза в неделю, по полчаса, затем 15 минут – музыкально-танцевальная релаксация, а в завершение – чаепитие (чай не простой, а с травками).

Любовь Александровна говорит, что осенью эти занятия обязательно продолжатся, а летние месяцы для неё – дачный сезон, который тоже способствует здоровому образу жизни. Благодарна она за поддержку не только Татьяне Виноградовой, но и руководителю попечительского учреждения «Сюгис», в структуре которого работает «Мерелайне», Светлане Прокофьевой, которая быстро откликнулась на её просьбу приобрести кое-что из оборудования, чтобы расширить набор упражнений. Любовь Александровна, рассказывая о занятиях, называла разные позы в упражнениях такими словами, как «ребёнок», «собака», «кошечка», «кобра», «коса», способствующие улучшению подвижности суставов, работающие с мышцами, тренирующие работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, опорно-двигательный аппарат...

Желание заниматься собой, здоровый образ жизни и позитивный настрой помогают Любви Сащенко сохранить бодрость духа, бороться с некоторыми собственными недугами. К слову о позитивности: во время нашей беседы Любовь Александровна, не переставая, хвалила работу, которой она занималась всю жизнь, и людей: заводчан, с которым ей довелось работать вместе, своих друзей, мужа, дочь, внуков, тех, с кем её свели спорт, занятия физкультурой... Желание благодарить тех, кто сделал тебе добро, умение позитивно мыслить, сопереживать, постоянно заниматься собой, зрелость возраста, жизненный опыт и окружение, в котором нет негативно настроенных людей, позволяют быть всегда в хорошей форме. В такой, в какой я увидела Любовь Александровну Сащенко.

Лидия ТОЛМАЧЁВА



# Культура

## Музей закрыт. Работа продолжается

Все мы сейчас находимся в ситуации, когда миром правит вирус. Но вирус - вирусом, а дело - делом.

### Конференция и её цели

Вирус вносит свои коррективы в плановые графики. В музее Силламяэ сейчас ломают голову над тем, как быть с традиционной выставкой группы «Апрель», как быть с научной конференцией, которая тоже была на апрель намечена.

Про конференцию. Музей - это не только место для «единиц хранения», но и учреждение для научных исканий. «У многих Силламяэ ассоциируется с атомным проектом, с советскими временами. Но не стоит забывать о том, что в этих местах жили и трудились люди ещё до них. Завесу от совсем давнего до недавнего давнего хотим приподнять, чтобы расширить кругозор людей. Мы провели некоторые исследования, хотим поделиться ими и приглашаем тех, кто может дополнить наши изыскания или поспорить с ними. Запланированы выступления историков, краеведов, музейных работников, у которых есть наработки по нашему региону. Для обсуждения темы регион ограничили рамками от Тойла до Синимяэ, а исторический масштаб - от десятого века, когда в новгородских летописях появились упоминания о наших местах, до 1700 года, когда Силламяэ стали в документах упоминаться вполне серьёзно. Намечали конференцию на 25 апреля, разослали приглашения, получили согласие от приглашённых, но теперь придётся встречу переносить. Идею мы в любом случае осуществим. Название конференции: «Неизвестный Силламяэ. Истоки». Планируем, что для проведения её хватит нашего музейного зала, но в том случае, если на конференцию пожелают прийти силламяэцы, интересующиеся темой, в большом количестве, то рассмотрим вариант встречи в Центре культуры. Конференция, надеемся, даст нам подсказки на будущее, потому что такие научные встречи мы намерены проводить и далее», - сказала сотрудник музея Силламяэ Елена Антушева.

### Тираж невелик, становимся в очередь

Из неприятного. «Кукольная серия» в музее из-за гриппа оборвалась на интересном месте. Я уже сделал пометку у себя в календаре: «Сходить на мастер-класс Ирины Марьяпуу». Не собирался учиться кукольному делу, и не потому, что урок по цене «кусался» (25 евро), но интервью у мастера хотел взять - в ку-

кольных спектаклях (в студенческие годы) играл, и куклы готовили сами.

О 25 евро. Я спросил у директора музея Аалы Гитт, почему так «круто»? «Ирина привозит материалы, которые сама закупила. Это уровень ответственности. Ведь и художник не возьмётся писать картину абы как и абы чем, он будет искать краски, кисти, холст, а на мастер-классе необходимо объяснить не только порядок работы, но и какое качество материала, с которым имеешь дело во время творения над шедевром, который создаёшь лично для себя или для публичного обозрения», - ответила Аала.

И всё-таки, несмотря на вирус, мы с Ириной встретились, но это отдельный разговор, пока продолжу о «текучке». Уже писал о том, что кукольная выставка в музее имеет тоже научный смысл. Идёт создание каталога, и к нему ещё прилагаются усилия для выпуска очередного издания музея по теме. Поскольку тираж ограничен, то каждое из них когда-то станет раритетом.

«Уже не первый год мы издаём книги по коллекциям, которые в музее имеются. Кукольная будет следующей. Сложность в том, что к каждой кукле должна прилагаться «биография», а сбор биографических данных спустя много лет - это... Мы работаем совместно с Мариной Теэ, чей кукольный материал в нашем запаснике составляет значительную часть коллекции. Для книги надо подготовить текстовую часть. Следовательно, требуется собрать воедино то, что мы знаем о куклах применительно к Эстонии, откуда и как они «кочевали» в разные времена. Собирать информацию сложно, вписать её в небольшое издание тоже не просто, ведь фотографии займут большую часть. Трудимся», - сказала директор музея.

### Про часы не забудьте, а то опоздаете

«Карантин» в Эстонии для библиотек и музеев объявлен до первого мая. По ходу дела могут возникнуть послабления. Однако международная «Ночь музеев», которая придётся с 16 на 17 мая, - за пределами карантинного периода. Пока. Если всё будет нормально, то как ночь пройдёт? Тема в этот раз - «Символизм».

«Музеи могут помочь посетителям разобраться в скрытых смыслах произведений искусства, а также вспомнить, сформулировать и переосмыслить



символы времени или явлений. Некоторые музейные экспонаты можно назвать маркерами эпохи... Музеи помогают расшифровать культурные коды, аллегории в произведениях искусства, разобраться в символике бытовых предметов». Эти сведения я собрал в Интернете. Как готовится к музейной ночи музей Силламяэ?

«Из символов мы выбрали часы. Название для общения - «Время в ночи». Всех секретов открывать не буду, а один - так и быть. В определённый секретный момент начнётся перезвон всех часов, будильников из нашей музейной коллекции. Каждый посетитель потом может присмотреться бдительно к каждому «звонящему». Почему часы? Они в каждом из нас и рядом с нами тикают. А про ночь... Не знаю. Нас агитируют, да и мы «за!», чтобы провести перезвон в 24.00, но сколько сразу проблем возникает по вопросам согласования!», - сказала директор музея.

Может, кому-то будет любопытна и такая «мелочишка». Я пришёл в музей за полчаса до того, как в него вошли журналисты «Постимеэс». Сначала они «пытали» Аалу, потом хранителя музея Александра Пополитова. Я спросил потом: «За что?». «Собираются вроде делать цикл статей по Ида-Вирумаа. Решили познакомиться, как тут живётся. Ну и опять про атом. Хорошо, если вновь про Силламяэ не будут писать плохо», - сказала Аала.

**Николай КЛОЧКОВ**

# Экология и экономика

## Климат -

### ЭТО НОВЫЕ ВЫЗОВЫ ГЕОЛОГАМ

**Хотя обычно в Эстонии специальность геолога связывают со сланцем, в реальности земные недра и их исследования играют всё более важную роль в вопросе борьбы с климатическими изменениями.**

Переход на экономику, базирующуюся на зелёных или же природосберегающих технологиях, многократно увеличил спрос на те металлы и редкоземельные металлы, объём добычи которых до сих пор был скорее скромным. Ветряная энергия, солнечная энергия и развитие технологий сохранения энергии требуют в огромных количествах тех ресурсов земных недр, которые в некоторых объёмах найдены и в Эстонии.

Для строительства одного 3-мегаваттного ветряка в открытом море может потребоваться более одной тонны редких металлов - прежде всего, для работы постоянного магнита мотора. Ветряная энергетика требует также в больших количествах меди, которая является одним из ключевых металлов в энергетике. Если в будущем вместо наземных ветряных парков будут больше строить морские ветряные парки, то спрос на медь ещё возрастет, потому что будут необходимы длинные морские кабели. Согласно прогнозам, в следующие 25 лет в мире потребуются столько же меди, сколько было добыто за последние 5000 лет.

Широкое распространение солнечной энергетики повысит спрос на ме-

таллы. Например, для производства тонких фотоэлементов, которые преобразуют световую энергию в электрическую, необходим индий - металл, который сейчас добывается в мире объёмом всего примерно 1000 тонн в год. Электроавтомобили требуют примерно в три раза больше меди, чем традиционные. Помимо этого всё более критичной становится сохранение энергии как в электросетях, так и в транспортном секторе. Это означает, в свою очередь, значительный рост доли аккумуляторных технологий в энергетике. Подходящие для автомобилей (лёгкие и с большой ёмкостью) - литий-ионные аккумуляторы, производство которых требует не только лития, но и кобальта, марганца, никеля и графита. Для сохранения в электросетях энергии, получаемой от восстанавливаемых источников, необходимы редокс-аккумуляторы, содержащие в больших объёмах ванадий. По всей Европе инвестируют в новые литиевые шахты и заводы по производству литий-ионных аккумуляторов, чтобы удовлетворить спрос производителей электроавтомобилей.

Какую роль в этом играет Эстония? Во время исследования фосфоритов

было найдено, что в эстонской фосфоритной руде содержится немало неодаима - основной компонент редкоземельных постоянных магнитов. В эстонских недрах найдены и ванадий, молибден, рений, уран и цинк, которые находятся в списке критически важного для Европы сырья. Глубокие исследования эстонских земных недр в геологических комплексах, возникновение и возраст которых совпадает со скандинавскими горными породами, богатыми металлами, получили импульс вместе с бурением глубоких скважин в Йыхвиском месторождении железной руды.

Ресурсы земных недр Эстонии и придание им большей ценности путём создания из них высокотехнологичной продукции может принести больше добавочной стоимости, чем ориентированная на сланец экономическая модель. Это требует от нас не только мудрости и способностей к инновациям, но и общественной поддержки. Политика в области ресурсов не ограничивается только ростом благосостояния общества, но это влияет и на региональную стабильность.

Эстония нуждается в новых геологах и горных инженерах для изучения ресурсов земных недр, которые играют важную роль уже в развитии «зелёных» технологий. Учебная программа по изучению ресурсов земных недр нашего вуза даёт возможность внести свой вклад в борьбу с климатическими изменениями.

**Рутт ХИНТС,**  
научный сотрудник Института  
геологии TalTech

## За лес и тропы беспокойство

**«Нетронутый лес является одной из самых больших ценностей для Эстонии, поэтому его можно было бы использовать для развития природного туризма», - сказала заместитель председателя парламентской фракции центристов Сирет Котка на прошедшем в Рийгикогу обсуждении темы будущего эстонских лесов в контексте меняющихся климатических условий.**

Она также отметила, что природный туризм становится всё более популярным, тем более что Эстония отлично подходит для этого. «В мире не так много стран, где столько территории было бы покрыто чистым природным лесом, - сказала Сирет Котка. - Походные тропы и места отдыха - это преимущество Эстонии, и им надо найти более широкое применение». По её словам, лесная политика государства должна способствовать установлению взаимопонимания между лесничими и специалистами по защите окружающей среды. «Площадь лесов в Эстонии в последнее время стала больше, нежели сократилась. Разумеется, вырубка каждого участка

леса вызывает много эмоций. Однако своевременное обслуживание лесов и новые посадки направлены на перспективу, - отметила Сирет Котка. - Все наши шаги должны быть направлены на то, чтобы леса становились ещё большей ценностью, чтобы было большее разнообразие видов, а поддержка экологического равновесия стала бы лучше. Для этого необходимо сохранить разумный баланс между целями лесного хозяйства и защитой лесов».

Прочитав этот пресс-релиз, я задумался. Природный туризм - дело хорошее, но это для прогулочного знакомства с ареалом обитания грибов, ягод и живности. Сам прошёлся по туртропам

в Ида-Вирумаа. Был даже свидетелем, как «грибная» экскурсия заблудилась и пришла безгрибная, а мы, экскурсионно знакомящиеся с куртнскими озёрами, дожидаясь грибников на обед, чистили лисички. Однако есть один важный человеческий момент: кому-то нравится стадно ходить за гидом, кому-то хочется спокойствия на природе (без гида). И вот последние в Ида-Вирумаа всё чаще сталкиваются с тем, что был лес - нет его, была полянка для отдыха - исчезла под ветками из срубленных деревьев или под гусеницами тракторов, военной техники. Конечно, горные выработки облагораживаются посадками, но в других местах уезда...

Есть доступные статданные, согласно которым общая площадь лесов в Эстонии - 2148700 га, в Ида-Вирумаа - 197540 га, лесом покрыто 51,4% площади Эстонии, посадки опережают по темпам вырубку. Об одном я не смог узнать, как соотносятся посадки с вырубкой в наших местах.

**Николай КЛОЧКОВ**

## Ида-Вируская центральная больница информирует

С 17 марта Ида-Вируская центральная больница прекратила плановое стационарное лечение, в том числе операции, с 18-го марта - плановые амбулаторные приёмы в поликлиниках (первоначально - до 31 марта).

О возможных исключениях, в том числе внеплановых приёмах врачей-специалистов, будет сообщено дополнительно. С пациентами, чей амбула-

торный приём будет отменен, свяжутся по поводу организации их дальнейшего лечения.

Больница продолжает приём всех экстренных пациентов и проведение неотложных процедур, в том числе диализ и проведение химиотерапии для пациентов, у которых диагностирована онкология.

## Введено 14-дневное ограничение на передвижение для въезжающих в Эстонию

Распоряжением руководителя чрезвычайного положения Юри Ратаса с 17 марта введено 14-дневное ограничение на передвижение для людей, въезжающих в Эстонию. Со дня прибытия в Эстонию человеку запрещено в течение двух недель покидать место жительства или постоянного пребывания.

Покидать место жительства или постоянного пребывания в течение двух недель после прибытия человек может только по распоряжению работника

здравоохранения или полиции, а также при возникновении ситуации, угрожающей жизни или здоровью.

Из ограничений на передвижение

есть исключения. Например, ограничения не распространяются на дипломатов и иностранцев, въезжающих в Эстонию в рамках международного военного сотрудничества, на лиц, осуществляющих транспортировку товаров и сырья, международных торговых и пассажирских перевозчиков и других перечисленных в распоряжении лиц.

С текстом распоряжения на эстонском языке можно ознакомиться на домашней странице правительства, в разделе, посвящённом чрезвычайному положению. Русский перевод доступен на странице <https://www.valitsus.ee/.../chr ezvychnoe-polozhenie-v-eston...>

## Почему, как и что нужно делать?

В ответах на вопросы, касающиеся распространения коронавируса, есть некоторые советы, которых следует придерживаться.

**Почему важна домашняя изоляция?** Домашняя изоляция – это мера предосторожности для предотвращения распространения инфекционных заболеваний. Если вы не будете покидать дом и не будете контактировать с другими людьми, то вы минимизируете возможное заболевание остальных людей.

**Как можно вылечиться?** Сейчас нет лечения именно от коронавируса. Симптомы, например, кашель или повышенная температура, можно устранить подручными лекарственными средствами. Если симптомы пропадут и вы будете чувствовать себя здоровыми, то семейным врач всё равно остаётся тем, кто даёт оценку вашему здоровью.

**Что можно сделать, чтобы не заразить других?** Необходимо находиться дома до полного выздоровления. Не выходите из дома. Если вам необходимо куда-то выйти, то обязательно надевайте маску. Следите за тем, чтобы при кашле и чихании рот и нос были обязательно прикрыты. По возможности воспользуйтесь для этого носовым платком или рукавом. Дома необходимо регулярно чистить поверхности, с которыми вы соприкасаетесь. Хорошо бы найти себе помощника, им может быть кто угодно – близкий, друг или сосед. Важно, чтобы он защищал себя от заболевания, пользовался бы личными средствами защиты и исходил бы из серьёзных правил гигиены. За больным должен ухаживать только один человек, который не входит в группу риска. В группу риска входят

пожилые люди от 60 лет и старше, люди с хроническими заболеваниями и/или с отсутствующей иммунной системой.

**Как получить на дом еду и необходимые средства?** Больной человек не должен ходить в магазин или в аптеку. Друзья, знакомые и соседи играют большую роль, потому что именно они должны приносить еду и лекарства. Еду и товары первой необходимости можно заказывать на дом. В этом случае нужно перевести деньги и попросить разносчика оставить заказ за дверью. Если таких возможностей нет, то необходимо обратиться в местное самоуправление, которые организуют доставку необходимых товаров на дом.

**Что необходимо предпринять, если состояние здоровья ухудшилось?** В таком случае необходимо связаться с семейным врачом или позвонить на номер семейных врачей 1220, рассказать ситуацию и ждать следующих указаний. Если ситуация очень серьёзная, необходимо вызвать скорую, которая отвезёт пациента в больницу.

**Семья заболевшего тоже должна оставаться дома?** Члены семьи должны оставаться в течение 14 дней дома, поскольку они контактировали с больным. Они могут быть заражены и для предотвращения распространения заболевания и в интересах своего здоровья всей семье необходимо быть дома. Если у членов семьи возникнут в этот период симптомы (повышенная температура и

кашель), необходимо связаться с семейным врачом или позвонить на номер семейных врачей 1220. В случае более серьёзных проблем со здоровьем (например, затруднённое дыхание) необходимо звонить на номер экстренной помощи 112.

**Нужно ли оповещать детское учреждение о том, что вы остались с ребёнком дома?** Обязательно оповестите детский сад или школу о том, что вы остаётесь дома.

**Нужно ли сообщить о сложившейся ситуации своим знакомым, с которыми вы контактировали в последние дни?** Теперь, когда вы находитесь дома, найдите время на то, чтобы позвонить или написать всем знакомым, с которыми вы в ближайшие дни контактировали. Тогда они будут знать о том, что необходимо особенно следить за состоянием своего здоровья и гигиены.

**Необходимо избегать общественные места до тех пор, пока вы не выздоровеете - независимо от причин вашего заболевания.**

**Какова вероятность смерти?** В большинстве случаев организм может самостоятельно справиться с вирусом. Согласно имеющейся на данный момент статистике, от коронавируса умерли около 2% людей. Вирусы опасны для людей, которые входят в группы риска, у которых пониженная способность бороться с вирусом. В эту группу входят, например, люди с хроническими заболеваниями и пожилые.

**Где найти проверенную информацию по поводу коронавируса?** Последнюю и точную информацию по поводу коронавируса можно найти на странице Департамента здоровья.

# Во время эпидемии

## Рекомендации семейных врачей пожилым людям

**Общество семейных врачей Эстонии призвало пожилых людей серьезно относиться к риску заражения коронавирусом, который представляет наибольшую опасность именно для людей старшего возраста, и составило для них ряд рекомендаций о том, как снизить риск заражения.**

"Наше пожилое поколение пережило несколько смен государственного строя, прошло через огонь и воду и справилось в условиях самой острой нужды. Поэтому многим может показаться, что распространяемые сейчас рекомендации чрезмерны, а изоляция пожилых - прямо-таки несправедливость. Это не соответствует действительности", - говорится в опубликованном обращении Общества семейных врачей в Facebook. В сообщении отмечается, что для пожилых людей в случае заражения коронавирусом очень высокий риск перехода заболевания в тяжёлую форму. К настоящему моменту эпидемия в Эстонии перешла в фазу, в которой дальнейшее распространение вируса предотвратить скорее всего не удастся, и основное внимание нужно уделять защите людей, для которых вызываемая вирусом болезнь протекает тяжело.

### Рекомендации пожилым людям в условиях эпидемии

\* Не выходите из дома и не встречайтесь с другими людьми без серьёзной необходимости. Откажитесь от празднования дней рождения и прочих праздников. Соблюдайте официальные инструкции, указания госорганов и Департамента здоровья.

\* Не приглашайте к себе гостей и не ходите сами в гости (включая членов семьи). Не соглашайтесь присматривать за внуками! Дети к группе риска не относятся, и для них заболевания проходят легко, но в одной семье они наверняка заразят бабушек и дедушек.

\* Составьте план на тот случай, если вы всё-таки заболите!

\* Договоритесь с близкими, которым можно будет позвонить в случае болезни. Если таких близких нет, то следует звонить в центр семейных врачей или социальному работнику местного самоуправления.

\* Убедитесь, что у вас записаны необходимые номера телефонов. Сделайте себе достаточный запас обычных лекарств, которые вы привыкли принимать в случае инфекций дыхательных путей: жаропонижающие, лекарства от кашля и пр. Также создайте месячный запас других лекарств, которые вы ежедневно принимаете.

\* Убедитесь, что ваши близкие

знают, какие лекарства вам нужны ежедневно, или знают, где это можно провернуть. План лечения нужно записать на бумаге и оставить на видном месте, например, прикрепить к двери холодильника.

\* Многие пожилые люди живут вместе с людьми, которые ходят на работу или в детский сад. В этих условиях нужно принять меры, которые препятствуют распространению инфекций.

\* Все, кто возвращаются домой, должны первым делом вымыть руки. Пожилому члену семьи следует по возможности жить отдельно от других членов семьи и избегать близкого контакта с ними. Если отдельную комнату выделить невозможно, то рекомендуется не приближаться к другим членам семьи ближе чем на 1-2 метра.

\* Часто чистить поверхности, к которым люди больше всего прикасаются: выключатели, дверные ручки, пульт телевизора, компьютеры, телефоны, поверхности в ванной комнате, кухонные столы и рабочие поверхности, ручки холодильника, тумбочки. Если нет специального чистящего средства, то подойдет и обычная вода с мылом. Коронавирусы погибают за 30 минут при температуре выше 60 градусов по Цельсию, поэтому используемые для чистки тряпки тоже нужно часто мыть.

\* Проветривать помещения как можно чаще.

\* Если кто-то из членов семьи заболел, он должен носить маску. Ношение маски целесообразно в двух случаях: для больного, чтобы не заражать других людей, и для человека, который ухаживает за больным, чтобы не заболеть самому. Поскольку маски недоступны для каждой семьи, следует неукоснительно соблюдать элементарные правила гигиены: часто мыть руки с мылом не менее 20 секунд, иметь отдельную посуду для заболевшего, одноразовые бумажные носовые платки и т.д.

\* Планируйте свою жизнь наперёд: нужно иметь запас продуктов на две недели вперёд и месячный запас лекарств.

\* По возможности не ходите сами в магазины и аптеку, попросите сделать это родственников или социального работника. Если вы вынуждены ходить в магазины и аптеку самостоятельно, то делайте это как можно реже.

\* По возможности составьте список покупок из магазинов и аптеки, попро-

сив кого-нибудь купить это за вас и оставить покупки перед дверью. Лекарства по электронным рецептам за вас сможет купить и другой человек. Для этого покупающий лекарства человек должен предъявить в аптеке собственную ID-карту и сообщить провизору личный код человека, на имя которого выписан рецепт (для которого покупаются лекарства).

\* Если продукты и лекарства вам принесёт кто-то другой, то продукты с длительным сроком хранения и нуждающиеся в заморозке продукты нужно упаковать в отдельные пакеты. Все, что должно храниться в холодильнике, нужно убрать в холодильник, а затем тщательно вымыть руки. Продукты с более длительным сроком хранения можно оставить в пакете подольше: в бумажных пакетах вирус погибает через 24 часа, а в пластиковых - через 2-3 дня.

\* Если у человека нет близких, которые могли бы ему помочь, или если они сами заболели, то нужно обратиться к социальному работнику местного самоуправления.

\* Центры семейных врачей и больницы продолжают работать. Многие проблемы можно решить по телефону или электронной почте. Именно эти каналы общения сейчас самые предпочтительные. Посоветуйтесь со своей семейной сестрой или врачом по телефону, как лучше всего решить вашу проблему.

\* Если вам нужно попасть на приём к врачу или на медицинский осмотр, то вам назначат конкретное время визита. Точно соблюдайте это время, не опаздывайте, но и не приходите слишком рано. Сейчас необходимо ещё больше избегать ситуаций, когда за дверью кабинета ждёт приема несколько пациентов.

\* Если у вас проблема со здоровьем, то не стесняйтесь и звоните в центр семейных врачей для получения консультации. Возможно, из-за большого количества звонков вам придётся довольно долго ждать, пока вам ответят, но ответа обязательно нужно дожидаться.

\* Многие пожилые люди ходят на работу, а также работают медиками. Ходить на работу не запрещено, если соблюдаются правила гигиены и простые меры предосторожности.

\* По возможности избегайте общественного транспорта, перемещайтесь на личном автомобиле или ходите на работу пешком.

\* Ходите куда-то только в случае крайней необходимости, предпочтительный маршрут - "дом-работа-дом".

\* По возможности не приближайтесь к другим людям ближе чем на два метра.

\* Тщательно мойте руки после того, как вы находились поблизости от других людей, после возвращения домой, использования туалета, перед едой,

после поездки в лифте и т.д.

\* Не здоровайтесь ни с кем за руку, не обнимайтесь и избегайте прочих физических контактов с кем бы ни было.

\* Старайтесь не трогать руками лицо.

\* Если вы почувствуете себя больным или даже ощутите простое недомогание, то оставайтесь дома и, при необходимости, возьмите больничный.

\* Многие пожилые люди живут в домах престарелых: посещение таких домов и больниц сейчас строго запрещено! Поддерживайте контакт с близкими по телефону, чтобы было легче перенести изоляцию.

\* Читайте поменьше новостей, которые вызывают озабоченность и стресс.

\* Ищите информацию только в надёжных источниках и, в основном, для того, чтобы получить указания по планированию дальнейших действий и защите себя и своих близких. Смотрите новости всегда в одно и то же время, один или два раза в день. Пугающий и практически беспрестанный поток новостей о пандемии в конце концов вызовет тревожное состояние у любого человека.

\* Домашняя изоляция может быть очень тяжёлой с эмоциональной точки зрения и казаться несправедливостью. Договоритесь с друзьями или членами семьями, что вы будете с ними регулярно созваниваться по телефону или видеосвязи, читайте книги, которые уже давно собирались прочесть, найдите возможности побольше двигаться дома и сохранять физическую активность.

### Рекомендации близким пожилых людей

\* Изучите лекарства, которые ежедневно принимает близкий вам пожилой человек. Не нужно заучивать все названия лекарств, числом принимаемых в день таблеток и периодичностью приёма (утро, вечер и т. д.) должен быть понятно записан на бумаге и на заметном месте (например, на двери холодильника).

\* Договоритесь о плане действий на случай, если вы сами заболели или если заболел пожилой член вашей семьи. Кто позаботится о продуктах и лекарствах, кто будет звонить в центр семейных врачей или социальному работнику? Нужно заранее обо всём этом договориться.

\* Договоритесь о регулярных телефонных звонках или сеансах видеосвязи. Социальная изоляция может оказаться тяжёлой для человека, особенно если до этого он самостоятельно со всем справлялся.

### Рекомендации работодателям, у которых работают пожилые люди

\* Работодатель часто не знает о хронических болезнях своих пожилых работников. Медицинские данные являются деликатными личными данными, поэтому всех людей пожилого возраста нужно рассматривать как людей, потенциально относящихся к группе

высокого уровня риска в условиях эпидемии.

\* Пожилым работникам сейчас нужно по возможности предложить такую работу, при которой отсутствует физический контакт с другими людьми, в максимально возможной степени использовать удалённую работу, работу по телефону и электронные решения. Если это невозможно, то на рабочем месте необходимо неукоснительно соблюдать правила гигиены.

\* Пожилым людям следует по возможности работать в отдельном кабинете или, по крайней мере, в отдельном углу помещения на расстоянии не менее двух метров от других людей.

### Рекомендации владельцам домов престарелых

\* Членам персонала строго запрещается выходить на работу в дом престарелых с температурой или симптомами инфекции верхних дыхательных путей!

\* Настоятельно рекомендуется ввести в домах престарелых порядок, при котором весь контактирующий с пожилыми людьми персонал должен мерить себе температуру перед выходом на работу. Строго запрещено выходить на работу с температурой.

\* Владельцы домов престарелых должны заранее продумать решения в ситуации, когда кто-то из членов персонала заболел или будет помещён в карантин.

### По рекомендации Общества семейных врачей

## Инструкции для детских садов

**Государство отправило местным самоуправлениям и детским садам инструкции по реорганизации работы дошкольных учреждений для того, чтобы избежать распространения инфекции.**

Для функционирования государства важно, чтобы детские сады были открыты в необходимом количестве, но при этом их бы работало как можно меньше. Организацию и время работы муниципальных садов по-прежнему определяют местные самоуправления, а частных детских садов – их владелец.

Для того, чтобы избежать передачи инфекции, при организации работы детских садов следует учитывать ряд ограничений:

• Людей с любыми симптомами заболевания в здании детского сада пускать нельзя.

• В детских садах не проводятся кружки по интересам.

• Родителям и посторонним не разрешается заходить в здание детского сада. Детей передают воспитателям снаружи, не входя в помещение.

• Количество контактов между людьми в здании следует свести к минимуму.

• Разные группы не должны контактировать между собой. Помещения для спортивных занятий, залы, бассейны и прочее закрыты для общего пользования.

• В здании детских садов должен быть организован контроль за проявлением симптомов болезни, а также соблюдены меры предосторожности (возможность вымыть руки, дезинфицирующие средства и т.д.).

• При реорганизации работы детских садов учитываются рекомендации Департамента здоровья при организации труда работников, входящих в группу риска (возраст, хронические заболевания, сопровождающиеся снижением иммунитета, и т.д.).

• В случае проявления у находящегося в детском саду человека признаков заболевания незамедлительно обеспечивается его изоляция, и при разрешении возникшей ситуации учитываются меры, необходимые для предотвращения

распространения заболевания, и рекомендации Департамента здоровья.

...У директора детского сада есть право в сотрудничестве с местным самоуправлением найти оптимальное решение для организации работы, в том числе позволить старшим группам обучаться дистанционно. В период чрезвычайного положения директор детского сада имеет право уточнить у родителей необходимость в оказании услуг детского сада.

Местные самоуправления при необходимости должны обеспечить оказание услуг детского сада круглосуточно для людей, работающих на должностях, жизненно необходимых для функционирования государства (например, полицейских, спасателей, медицинских работников и т.д.), и для людей, которые работают в сферах, важных для обеспечения нормальной жизни в государстве (например, коммунальные и социальные услуги, производство продуктов питания, продуктовые магазины, транспорт и т.д.). Обеспечение услуги предписывалось организовать как можно скорее, не позднее 20 марта.

**Елена ЗЕМСКОВА,**  
советник отдела коммуникаций  
Министерства образования и науки

# Спасательный департамент информирует

## Часто задаваемые вопросы

Спасательный департамент продолжает свою работу по обеспечению безопасности жителей страны, но чтобы свести к минимуму контакты между людьми во избежание распространения коронавируса, были приостановлены некоторые услуги: домашние консультации; отложены запланированные проверки и посещения; временно отменены приёмы инспектора, с ним можно быстро связаться по телефону или по электронной почте; временно прекращаются экскурсии в зданиях департамента и приём гостей.

Работники, инспектирующие строительные объекты, продолжают рассматривать заявки, которые поступают через Строительный регистр на строительные объекты и разрешение на эксплуатацию. Когда риски распространения вируса сократятся, все необходимые проверки будут проведены.

**Придёт ли Спасательный департамент мне на помощь, если я или мой близкий человек заболел?**

Если вы заболели, то обязательно сообщите об этом в Центр тревоги. Тогда к вам на помощь придут спасатели и скорая помощь. Мы помогаем всем нуждающимся в помощи.

**Могу ли я записаться в добровольные спасатели, чтобы помочь?**

Сейчас самая лучшая помощь спасателям та, где вы избегаете мест большого скопления людей, следите за правилами гигиены и пожаробезопасностью в доме, а также делитесь со своими близкими нужной и достоверной информацией. О том, как вступить в ряды добровольных спасателей, можно почитать здесь

<https://www.rescue.ee/ru/kak-stat-dobrovolnym-spasatelem>

**Что произойдёт, если все спасатели или половина из них заболеют? Что случается, если спасатели заболевают? Они больше не работают?**

В Спасательном департаменте много спасателей – в общую спасательную сеть входят более 4000 человек. Спасатели работают по сменам, поэтому всегда имеется резерв. У департамента есть план на случай, если работники заболевают. Спасение всегда придёт даже при самом чёрном сценарии, если в опасности жизнь и здоровье людей.

**Может ли пришедший мне на помощь спасатель быть заражённым вирусом?**

Заболевшие или опасные для здоровья окружающих спасатели сразу остаются дома, также дома остаются те, кто недавно вернулся из путешествия или контактировал с заражённым.

**У работника Спасательного департамента, который приехал на вызов, имеются нужные защитные средства, чтобы избежать заражения?**

В каждой спасательной машине есть защитные маски, резиновые перчатки и средства дезинфекции. В то же время каждый день чистятся машины и оборудование спасателей. Всем спасателям также даны указания, как избежать заражения,

как вести себя на месте происшествия и какие средства использовать.

**Какие права имеет работник Спасательного департамента в связи с чрезвычайным положением?**

Никаких отдельных прав чрезвычайное положение спасателям не даёт.

**Появятся ли в работе спасателей какие-нибудь изменения? Стоит ли бояться, что спасатели не успеют приехать на место так же быстро, как раньше?**

Спасательный департамент не вносил никаких изменений в работу спасателей. Как и прежде будет быстро оказываться помощь, если жизнь, здоровье или имущество человека в опасности. Для того, чтобы уменьшить риск распространения вируса, департамент временно остановил домашнее консультирование и приём инспекторов.

**Чем и в каком количестве Спасательный департамент советует запастись на случай кризиса?**

В доме должно быть столько еды и других необходимых средств, чтобы семье не надо было посещать магазин минимум неделю. Это может быть обычная еда, которую члены семьи кушают каждый день, а также долгохранящиеся продукты (консервы, печенье и так далее). Советы о том, как правильно запастись на случай кризиса, можно найти здесь [www.kriis.ee](http://www.kriis.ee).

**Рекомендации перед посещением торговых центров:**

- Посещайте магазины как можно реже, планируйте покупку продуктов на длительный период.
- Планируйте поход в магазин тогда, когда там может быть меньше людей.
- Избегайте близкого контакта с людьми.
- Не трогайте товар без особой необходимости.
- Неупакованные фрукты и овощи обязательно дома помойте, советуем помыть также и упаковку.
- Старайтесь не использовать наличные деньги при оплате покупки.
- Используйте как можно чаще услугу доставки продуктов на дом.
- После посещения магазина обязатель-

но вымойте руки с мылом и тёплой водой.

**Что Спасательный департамент делает для меня во время чрезвычайного положения?**

Задача Спасательного департамента – помогать в разрешении кризиса и остановить распространение вируса. Если вы не можете сами передвигаться, близкие и соседи не могут вам помочь и у вас заканчиваются продукты питания или другие необходимые для жизни вещи, то дайте об этом знать местному самоуправлению.

**Спасатели могут не выехать на какой-нибудь вызов?**

Спасатели всегда реагируют на вызовы, если чья-то жизнь или здоровье в опасности. Если какая-нибудь спасательная команда не сможет выйти на работу из-за заражения вирусом, то вместо неё на вызов поедет другая, самая близкая к месту происшествия команда. Для нуждающегося в помощи ничего не изменится.

**В период чрезвычайного положения спасатели так же быстро успеют на вызов, как и раньше?**

Спасатели так же быстро приедут на место происшествия, как и в обычное время. Важно то, что если серьёзных вызовов много, например, связанных со штормом, то может возникнуть очередь. Тогда быстрее всего спасатели среагируют туда, где опасность серьёзнее. Чрезвычайное положение не играет особой роли на скорость реагирования спасателей.

**Спасатели из Латвии могут пересечь границу и приехать на помощь в Эстонию?**

Спасатели наших южных соседей могут при необходимости прийти к нам на помощь, при условии, что у них есть достаточно для этого ресурса. Наше партнёрство продолжается, несмотря на то, что Латвия закрыла сейчас свои границы.

**У добровольных спасателей такие же навыки и оборудование, как у профессиональных спасателей?**

Обучение и оборудование добровольцев отличаются от обучения и оборудования профессиональных спасателей. На вызовы отправляются именно те спасатели и добровольцы, чьи умения и возможности соответствуют данному происшествию.

**Нуждается ли Спасательный департамент в новых добровольных спасателях? Какие правила поведения активным жителям, которые хотят помочь стране?**

Мы всегда ждём новых добровольных спасателей. Для этого нужно пройти обучение и сдать экзамен, организованный спасательным центром. Из-за чрезвычайного положения обучение и экзамены временно перенесены, однако всегда можно пройти э-обучение. Информацию и нужные заявления о желании стать добровольным спасателем можно найти на сайте [www.rescue.ee](http://www.rescue.ee)



# Город в условиях коронавируса

