

## ДНР ответит ВСУ самыми жесткими методами, если мировое сообщество не остановит Киев



Украина резко усилила обстрелы Донецкой Народной Республики и целенаправленно уничтожает мирных жителей, констатировал Глава ДНР Денис Пушилин ситуа-

цию на линии разграничения сторон.

Ранее сообщалось, что в результате обстрела поселка Широкая Балка погибла девушка 1994 года

рождения.

Кроме того, осколочное ранение шеи, грудной клетки, уха и проникающее ранение легкого получил мужчина 1960 года рождения.

«Это уже третья смерть мирного жителя Республики от рук украинских военных преступников за последние 30 дней, 11 граждан за этот же период получили ранения разной степени тяжести», — отметил Пушилин. — В то время, когда весь мир сплотился в борьбе с общим врагом — пандемией коронавируса, который унес уже тысячи жизней, Украина резко усилила обстрелы Донецкой Народной Республики. Она целенаправленно уничтожает мирных жителей, их дома, объекты социальной инфраструктуры».

Он призвал все мировое сообщество «безотлагательно заставить Киев прекратить убивать ни в чем не повинных мирных людей».

«В противном случае мы оставляем за собой право реагировать на подобные действия самыми жесткими методами», — резюмировал лидер Республики.

ДАН

**Подпишись сам!  
Подпиши родителей!**

Оформи подписку на газету «Горловка. Сегодня» по месту проживания у своего почтальона, а также в любом отделе почтовой связи.

**Подписной индекс: 28027**

**РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ**  
Качество. Гарантия  
Доброжелательность  
вызов на дом по телефонам:  
**0502564140, 0713105306**  
Стоимость ремонта договорная

**РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ**  
Мастер-профессионал.  
Пенсионерам скидки.  
Гарантия. Выезд на дом.  
**0713236024, 0508395628**

**Реклама в газете**  
«Горловка. Сегодня»  
**(071) 479-36-79**

## Власти ДНР временно приостановили выезд граждан для получения российских паспортов



**Выезд жителей ДНР в Ростовскую область за получением российских паспортов с 13 апреля временно приостановлен из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции.**

Об этом заявили в Администрации Гла-

вы Республики.

«В связи со сложной эпидемиологической ситуацией по распространению коронавирусной инфекции с 13 апреля временно приостанавливается выезд граждан ДНР в Российскую Федерацию за получением российских паспортов. При этом прием документов на получение гражданства Российской Федерации и их рассмотрение продолжают», — говорится в сообщении.

**Уточняется, что поездки возобновятся после нормализации эпидемиологической ситуации.**

С 14 марта 2020 года в ДНР действует режим повышенной готовности из-за угрозы завоза и распространения COVID-19. В этой связи для граждан ограничен выезд на территорию России, ЛНР и Украины кроме отдельных случаев. В частности, поездки за получением гражданства РФ до сих пор продолжались.

По последним данным, в Республике зафиксировано 18 случаев заражения коронавирусной инфекцией.

ДАН

Поздравляем вас с Пасхой и желаем, чтобы у вас всегда сохранялось отменное здоровье и бодрое настроение, чтобы каждое утро вас встречало яркими солнечными лучами и улыбками близких людей, а успех и удача стали неразлучными спутниками.

Пусть в этот праздник вся ваша дружная семья соберется за шикарным столом, и простятся все обиды, а недоразумения навсегда оставят вашу обитель.

Пусть мир, покой и благодать всегда будут в вашем доме, а сердце

наполнялось радостью и красотой. Христос Воскресе!

Редакция газеты



## «Почта Донбасса» выдает талоны на оформления паспортов ДНР и РФ, без ограничений по дате



ГП «Почта Донбасса» информирует о возможности получения талона электронной очереди в Миграционную службу МВД ДНР для подачи документов на оформление паспортов ДНР и РФ без ограничений по дате.

Теперь нет верхнего предела временного интервала!

Все желающие гарантированно получат талон для визита в МС МВД ДНР.

Напомним, что на сегодняшний день оформить талон электронной очереди в МС МВД ДНР можно в 65 отделениях связи ГП «Почта Донбасса».

Напомним, с 1 июля 2019 года ГП «Почта Донбасса» предоставляет услугу записи в подразделения МС МВД ДНР для получения паспортов ДНР и РФ.

ГП «Почта Донбасса»

## Госпитализированные в ДНР пациенты с COVID-19 находятся в удовлетворительном состоянии - ДАН

Новые случаи заражения коронавирусной инфекцией на территории ДНР не выявлены, состояние двух госпитализированных с COVID-19 пациентов удовлетворительное. Об этом сегодня на брифинге в Донецке сообщила министр здравоохранения Республики Ольга Долгошапка.

«У нас в Республике зарегистрировано два случая заражения Covid-19. Это женщина и ее двухлетний сын, которые приехали из Москвы 19 марта. На сегодня они находятся в одной боксированной палате, состояние у них удовлетворительное. Заболевание у мамы проходит в легкой форме, у ребенка никаких клинических проявлений нет, есть просто выделение вируса, это то,

что называется вирусом-носителем. Температура тела у обоих пациентов нормальная», — отметила Долгошапка.

Она добавила, что эпидемическая ситуация на территории ДНР остается контролируемой. Под наблюдением находятся 10 254 человека, в условиях стационарных отделений — 131. У всех госпитализированных тесты показали отрицательный результат.

Первый случай заражения коронавирусной инфекцией в ДНР зарегистрирован 31 марта.

С 14 марта в ДНР действует режим повышенной готовности из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции.

## Молодая девушка погибла в результате обстрела города

9 апреля, в результате преступного обстрела жилых районов города, в поселке Широкая Балка погибла молодая девушка Мирослава Воронцова.

Церемония прощания состоялась сегодня, 11 апреля, в верхнем храме Богоявленского кафедрального собора Горловки.

Провести Мирославу в последний путь, сегодня пришли родные и близкие люди, жители города, а также глава администрации города Горловка Иван Приходько и чиновники администрации.

Чин погребения совершил Митрополит Горловский и Славянский Митрофан, после чего он призвал присутствующих чтить память Мирославы, вспоминая ее в домашних молитвах. Похоронена Мирослава Воронцова на Центральном кладбище Горловки.

«Мирославе предстояло еще жить и жить, но беспощадная война забрала свою очередную жертву. Каждый житель прифронтовых городов может стать жертвой этой необъя-



вленной войны. У таких преступлений нет срока давности и всех, кто стреляет по мирным городам и незащищенным поселкам, убивает мирных граждан, ждет суд», — сказал глава администрации города Горловка Иван Приходько.

Горловка скорбит вместе с родными и близкими погибшей и разделяет с ними боль и горечь невозможной утраты.

Администрация города

## Глава Республики не планирует отменять парад ко Дню Победы, но он может пройти без зрителей

Парад ко Дню Победы в столице ДНР может впервые пройти без зрителей. Об этом заявил Глава Республики Денис Пушилин на видеоконференции оперативного штаба «Здоровое движение» при ОД «Донецкая Республика».

**«Действительно, вопрос важный, который волнует нас всех, потому что для нас в 75-ю годовщину (Великой Победы — прим. ДАН) особенно важно провести парад. И я вам скажу, что решения будут приниматься в самый последний момент. Я пока склоняюсь к тому, что мы должны его провести несмотря ни на что»,** — цитируют Пушилина на его официальном сайте.

Он уточнил, что парад может быть проведен без зрителей, с прямой трансляцией по республиканским телеканалам.

**«Но парад должен быть. Пока никто не может прогнозировать, как будут в дальнейшем развиваться события. Если ситуация останется хотя бы в рамках как сейчас, то парад должен**



**пройти»,** — резюмировал Глава ДНР.

Напомним, что в ДНР с 14 марта действует режим повышенной готовности из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции. В этой связи в Республике отменены театральные-зрелищные и другие культурно-массовые и досуговые мероприятия, спортивные соревнования, учебные заведения переведены на дистанционный режим обучения.

ДАН

## Обеспечение дистанционного режима труда для максимально возможного числа людей

Глава ДНР Денис Пушилин поручил государственным и муниципальным органам власти, учреждениям, организациям и предприятиям всех форм собственности обеспечить для максимального числа сотрудников исполнение трудовых обязанностей в дистанционном режиме.

Соответствующий указ № 84 опубликован на официальном сайте руководителя

государства.

Документом утверждается порядок организации дистанционной работы на период действия режима повышенной готовности.

Согласно порядку, взаимодействие между работодателем и сотрудником осуществляется с использованием информативно-телекоммуникационных сетей, в том числе интернета.

Для организации дистанционной работы необходимо подготовить акт, регулирующий условия труда — график работы и отдыха, порядок контроля выполнения трудовых обязанностей, условия оплаты труда и прочее. При переходе на удаленный режим не должен изменяться размер зарплат. В случае временной нетрудоспособности работник должен информировать работодателя о дате открытия и закрытия больничного листа с предъявлением его копии.

**Указ и, соответственно, порядок вступили в силу со дня его опубликования — 14 апреля 2020 года.**

Напомним, что с 14 марта 2020 года в Республике действует режим повышенной готовности из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции. По последним данным, в ДНР зарегистрировано 18 случаев заражения COVID-19.

ДАН

## Криминальные хроники Горловки: два парня совершили кражу, в гостях у знакомой

Сотрудники сектора уголовного розыска Центрально-Городского райотдела полиции Горловки задержали ранее судимого мужчину 1966 года рождения, который совершил несколько краж на территории города.

Злоумышленник предстанет перед судом. Об этом сообщает пресс-служба Горловского ГУ МВД.

Правоохранители установили, что обвиняемый, находясь в состоянии алкогольного опьянения, разбил окно в нежилом доме, проник внутрь жилища и совершил кражу.

**«В ходе следствия доказана причастность фигуранта к совершению кражи из припаркованного в одном из дворов автомобиля»,** — сообщил оперативный уполномоченный Центрально-Городского РО ГГУ МВД ДНР Евгений Пеньков. **«Также в ходе обыска по месту жительства подозреваемого изъято более 3 граммов (в пересчете на сухой остаток) готового к употреблению каннабиса».**

По данным фактам возбуждены уголовные дела по ч. 2, 3 ст. 164 УК ДНР (кража, совершенная с причинением значительного ущерба гражданину, с проникновением в жилище), а также по ч. 1 ст. 262 УК ДНР (незаконное приобретение, хранение наркотических средств без цели сбыта).

Санкция статей предусматривает максимальное наказание в виде лишения свободы на срок до 6 лет с выплатой штрафа. Горловчанин задержан за кражу и вов-

лечение несовершеннолетнего в преступную деятельность

Сотрудники сектора по делам несовершеннолетних Центрально-Городского районного отдела полиции Горловского ГУ МВД ДНР задержали злоумышленника 1999 года рождения, который вместе с несовершеннолетним товарищем совершил кражу имущества своей знакомой.

Следствием установлено, что обвиняемый вместе с несовершеннолетним приятелем был в гостях у своей знакомой.

Парень убедил 15-летнего подростка совершить кражу имущества, пообещав поделить вырученными от продажи денежных средствами.

**«Воспользовавшись моментом, поделники похитили золотые украшения, планшет и мобильный телефон хозяйки квартиры»,** — сообщила инспектор СДН Центрально-Городского РО ГГУ МВД ДНР Александра Богданова. **«Сумма ущерба составила более 18 тысяч рублей».**

По данному факту возбуждены уголовные дела по ч. 2 ст. 164 УК ДНР (кража, совершенная группой лиц по предварительному сговору, с причинением значительного ущерба гражданину), а также по ч. 1 ст. 156 УК ДНР (вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступлений).

Санкции статей предусматривают максимальное наказание в виде лишения свободы на срок до 5 лет.

ГГУ МВД ДНР

## Производство средств индивидуальной защиты увеличено в два раза

Министерство промышленности и торговли совместно с координационным советом руководителей предприятий легкой промышленности провели работу по перепрофилированию швейных производств.

Об этом при посещении одного из предприятий, производящих медицинские маски, рассказала начальник отдела легкой промышленности Минпромторга Елена Воронина.

**«На сегодня перепрофилировано тринадцать предприятий швейной подотрасли. До введения Главой ДНР на территории ДНР режима повышенной готовности, в Республике производством средств индивидуальной защиты занимались два предприятия: ООО «Олфарм-Восток», которое отшивало медицинские маски для сети аптек, и завод «Фильтр», производящий маски для работников с рисками запыления верхних дыхательных путей. Сейчас производство средств индивидуальной защиты увеличено в два раза»,** —



добавила Воронина.

Как отметил директор ООО «Олфарм-Восток» Олег Демчук, маски поставляются в разные учреждения. Так, последние отгрузки идут в интернаты по цене 15 рублей за штуку. Одноразовые маски производятся из медицинского спанбонда в три слоя и имеют девять уровней защиты. На производстве выдерживаются санитарные нормы, есть заключения СЭС.

Оф. сайт Республики

## КП «ДОНЭКСТРАНС» вводит онлайн-сервис для абонентов

КП «ДОНЭКСТРАНС» для удобства клиентов, в целях предоставления возможности получения информации по лицевому счету в режиме онлайн реализован «Личный кабинет».

С его помощью бытовые потребители самостоятельно (при наличии интернета) могут контролировать расчеты по своим лицевым счетам.

**Чтобы получить доступ в «Личный кабинет» нужно пройти простую процедуру регистрации:**

1. Для начала регистрации перейдите на страницу сервиса <https://jch-online.com> и выберите пункт «Для дома», после чего нажмите кнопку «Зарегистрироваться».
2. Затем нажмите «Начать регистрацию»
3. Далее Вам необходимо выбрать подразделение поставщика.
4. Введите номер Вашего лицевого счета, который можно узнать из договора или

счета на оплату ТБО.

5. Далее необходимо ввести сумму последнего платежа или, если же оплат еще не было, то поставьте галочку на пункте «Платежей еще не было».

6. Нажав кнопку «Далее», Вы перейдете на страницу регистрации учетной записи, где Вам необходимо будет ввести логин, пароль, номер телефона (обратите внимание, что телефон должен начинаться с +38) и адрес электронной почты, на который будет направлено письмо для подтверждения регистрации.

7. Ознакомьтесь с Соглашением, выберите пункт «Я принимаю условия» и нажмите на кнопку «Создать учетную запись»

8. После этого необходимо зайти в свою электронную почту, найти письмо с подтверждением регистрации (оно может попасть в спам), перейти по ссылке из письма и нажать кнопку «Активировать!» на открывшейся странице сайта.

Управление ЖКХ

## Госавтоинспекция напоминает водителям о необходимости соблюдения скоростного режима

Превышение безопасной скорости движения является одним из наиболее распространенных нарушений ПДД и входит в список основных причин совершения дорожно-транспортных происшествий в Республике.

В текущем году по причине превышения скорости движения совершено около 90 ДТП с пострадавшими, в результате которых 24 человека погибли и 143 получили травмы. Также совершено 244 дорожно-транспортных происшествий без пострадавших, в которых транспортные средства получили механические повреждения.

Высокая скорость при столкновении транспортных средств усугубляет последствия для водителей и пассажиров. Превышение скорости при маневрировании и выезде на полосу встречного движения в подавляющем большинстве случаев приводит к созданию аварийных ситуаций и ДТП. Нарушение скоростного режима даже на несколько км/ч может иметь необратимые последствия.

Правоохранители ежедневно контролируют соблюдение водителями транспортных средств скоростного режима. С начала года с использованием приборов измерения скорости движения сотрудники ГАИ выявили около 1,5 тысяч водителей, превысивших скорость движения как в черте города, так и на загородных автодорогах

Согласно ПДД ДНР, водитель должен управлять транспортным средством со скоростью, не превышающей установленного ограничения. При этом следует учитывать интенсивность движения, особенности и состояние транспортного средства и груза, дорожные и метеорологические условия. Скорость должна обеспечивать водителю возможность постоянного контроля над

движением.

При возникновении опасности, которую водитель в состоянии обнаружить, он должен принять возможные меры к снижению скорости вплоть до остановки. Кроме того, водителю запрещается превышать максимальную скорость, определенную техническими характеристиками транспортного средства, создавая помехи другим участникам движения, двигаясь без необходимости со слишком малой скоростью, резко тормозить, если это не требуется для предотвращения дорожно-транспортного происшествия.

Госавтоинспекция напоминает, что в населенных пунктах разрешается движение транспортных средств со скоростью не более 60 км/ч, а в жилых зонах и в дворовых территориях — не более 20 км/ч.

За превышение установленных ограничений скоростного режима более чем на 20 км/ч водитель может быть привлечен к ответственности в виде штрафа в размере от 510 до 680 рублей, штраф за превышение скорости движения транспортных средств более чем на 50 км/ч составляет от 1020 до 1360 рублей.

Если превышение скорости движения станет причиной возникновения аварийной обстановки, то сумма штрафа составит от 1360 до 1700 рублей. Также в качестве меры наказания может быть избрано лишение права управления транспортным средством на срок от 6 месяцев до 1 года.

ГАИ МВД ДНР призывает водителей соблюдать установленные скоростные ограничения и выбирать безопасную скорость движения при проезде нерегулируемых пешеходных переходов, остановок общественного транспорта, а также во время движения внутри жилых микрорайонов.

ГАИ МВД ДНР

## Дистанционное обучение в учебных заведениях ДНР может сохраниться в мае



Дистанционное обучение в учебных заведениях ДНР может сохраниться в мае. Об этом заявил Глава Республики Денис Пушилин в ходе видеоконференции оперативного штаба «Здоровое движение» при ОД «Донецкая Республика», сообщается на

официальном сайте руководителя страны. *«С большой долей вероятности, даже с учетом, что на сегодняшний день решения еще нет, в мае нам придется сохранить дистанционное обучение. Что касается экзаменов, аттестации, то министерство образования и науки сейчас работает над вариантами. В обозримом будущем решение будет принято. Будет одобрен наиболее подходящий вариант. Пока решения еще нет. Ситуация может меняться как в лучшую, так, увы, и в худшую сторону»*, — отметил Пушилин.

Напомним, что с 19 марта образовательные учреждения ДНР перешли на дистанционное обучение в связи с угрозой распространения новой коронавирусной инфекции.

ДАН

## Штаб по предупреждению COVID-19 ограничил движение в поселке Новый Свет

Движение в поселке Новый Свет, на территории которого расположена Старобешевская тепловая электростанция, частично ограничено из-за угрозы распространения COVID-19.

Об этом говорится в заявлении межведомственного оперативного штаба по предупреждению завоза и распространения коронавирусной инфекции.

*«В условиях распространения на территории ДНР COVID-19 было принято решение о временном ограничении въезда и выезда из поселка городского типа Новый Свет, на территории которого расположена Старобешевская тепловая электростанция. Это вынужденная временная мера для защиты здоровья работников ТЭС, а также сохранности стратегически важного объекта Республики»*, — сказано в сообщении.

Старобешевская ТЭС — крупнейший в



ДНР энергетический объект. Расположен в поселке городского типа Новый Свет. Станция введена в эксплуатацию в 1958 году.

Напомним, что с 14 марта 2020 года в ДНР действует режим повышенной готовности в связи с угрозой распространения коронавирусной инфекции. С учетом последних данных, в ДНР зарегистрировано 18 случаев заражения.

ДАН

## Захоронение человеческих останков обнаружено у позиций ВСУ под Донецком

Захоронение человеческих останков было обнаружено украинскими саперами в районе Красногоровки (к северу от Донецка).

Об этом, ссылаясь на данные разведки, сообщили в Управлении Народной милиции ДНР.

*«Во время проведения инженерных работ по оборудованию новых позиций боевиками 54-й отдельной механизированной бригады в районе населенного пункта Красногоровка произошла детонация неизвестного взрывного устройства, в результате которой двое боевиков погибли. Прибывшей на место происшествия саперной груп-*

*пой обнаружен схрон с боеприпасами и захоронение человеческих останков»*, — сказано в сообщении.

По предварительной информации, тела принадлежат боевикам 92-й бригады, которые погибли в результате небоевых инцидентов и которых их командир — военный преступник Владимир Кокорев — оформил как военнослужащих, самовольно оставивших часть.

В УНМ добавили, что в настоящее время район оцеплен представителями СБУ, работает следственная группа военной прокуратуры, осуществляется вывоз останков тел и боеприпасов.

ДАН

## Сотрудники МЧС ДНР ликвидировали за неделю свыше полутысячи пожаров, спасено 11 человек



Четыре человека погибли и трое пострадали в результате пожаров в ДНР на минувшей неделе.

Об этом сообщила начальник отдела общественных связей и международной деятельности МЧС Республики Наталья Гетова.

*«За прошедшую неделю в Республи-*

*ке подразделениями МЧС было ликвидировано 523 пожара, из них 292 — это горение сухой растительности, — сказала Гетова. — В результате пожаров шесть человек погибло и трое пострадали»*.

Она добавила, что один из резонансных пожаров произошел 7 апреля в Енакиеве, где огонь охватил одну из квартир пятиэтажного дома. Вследствие возгорания погибли два человека. Сотрудникам МЧС удалось спасти двух жителей дома. Всего за указанный период на пожарах было спасено 11 человек.

*Ранее сообщалось, что за сутки в ДНР огонь унес жизни четырех человек в Горловке и Торезе. Кроме того, в Горловке было спасено пять человек»*.

Также за минувшую неделю отряд пиротехнических работ МЧС 67 раз привлекался для выполнения заявок по обезвреживанию взрывоопасных предметов (ВОП). Саперы обследовали более 22 гектаров открытых территорий, выявили и обезвредили 274 единицы ВОП.

ДАН

## О рождаемости в нашем городе

На прошлой неделе в перинатальном центре ТМО «Семья и здоровье» города Горловки появилось на свет 9 новорожденных - 5 девочек и 4 мальчика.

2,930 кг - вес самой маленькой девочки, наибольший вес при рождении у мальчика - 4,480 кг.

На утро 13 апреля в перинатальном центре ТМО «Семья и здоровье» находится 8 детей с мамами в палатах совместного пребывания.

Желаем мамам и малышам крепкого здоровья!

Отдел здравоохранения



## Руководители РП «Энергия Донбасса» и Старобешевской ТЭС задержаны по подозрению в мошенничестве

Руководители республиканского предприятия «Энергия Донбасса» и Старобешевской тепловой электростанции задержаны по подозрению в мошенничестве.

Об этом сообщили в пресс-службе министерства внутренних дел ДНР.

*«Правоохранители ведут расследование уголовного дела, возбужденного в отношении группы лиц, мошенническим путем завладевших крупной суммой денежных средств РП «Энергия Донбасса»*, — сказано в сообщении.

По данному факту возбуждено уголовное дело по ч. 4 ст. 165 УК ДНР (мошенничество, совершенное организованной группой либо в особо крупном размере). Максимальная санкция статьи предусматривает лишение свободы на срок до 10 лет со штрафом в размере до миллиона рублей.

Уточняется, что в 2018 году общество с ограниченной ответственностью «Трансмашсоюз» («ТМС») заключило договор на выполнение капремонта тепловоза Старобешевской ТЭС — обособленного подразделения «Энергии Донбасса». Изначально сумма договора составляла 9 млн рублей, но впоследствии она возросла еще почти на миллион. В 2019 году «Энергия Донбасса» и «ТМС» подписали акт сдачи-приемки работ и на счет подрядчика была перечислена оставшаяся часть денег.

Следствием установлено, что руководитель «ТМС» Александр Кумуржи и технический директор компании Сергей Афонин по предварительному сговору с техдиректором «Энергии Донбасса» Андреем

Жоржовым, директором Старобешевской ТЭС Марком Мягковым и замначальника топливно-транспортного цеха электростанции Леонидом Короблевым не выполнили условия соглашения и завладели крупной суммой денежных средств республиканского предприятия. Так, часть запчастей была заменена на бывшие в употреблении, другие изношенные запчасти не были заменены вовсе. Кроме того, не был выполнен еще ряд предусмотренных договором работ.

Также предварительное следствие показало, что был выполнен не капитальный, а фактически текущий ремонт тепловоза, без учета требований техзадания. Кроме того, подрядчик не располагал необходимыми производственными мощностями и сотрудниками, а ремонт был проведен в частном порядке лицами, квалификация которых не установлена.

Помимо этого, полиция выяснила, что поставки большинства запчастей осуществлялись ООО «Металлтрансмаш», учредителями которой являются Кумуржи и Афонин. Это доказывает, что они имели влияние на процесс ценообразования.

*«По выявленным фактам нарушений была проведена судебно-экономическая экспертиза. Согласно заключению экспертизы, стоимость капитального ремонта тепловоза была необоснованно завышена на сумму более 3 млн рублей, — добавили в министерстве. — Согласно судебно-товароведческой экспертизе, стоимость большей части запчастей и комплектующих значительно превышает рыночную»*.

ДАН

## В ДНР будет введен план по формированию двухмесячного запаса продуктов

План по созданию и поддержанию в ДНР двухмесячного запаса продуктов будет реализован в ближайшее время.

Об этом заявил Глава Республики Денис Пушилин на видеоконференции оперативного штаба «Здоровое движение» при ОД «Донецкая Республика»

*«На сегодняшний день, исходя из доклада министра промышленности и торговли, можно констатировать, что тех запасов, которые существуют, достаточно, чтобы чувствовать себя в безопасности»*, — цитируют Пушилина на его официальном сайте. — *Разрабатывается и практически введен в действие план по формированию и поддержанию двухмесячного запаса продуктов питания на всех крупных складах Республики»*.

Лидер ДНР отметил, что власти постоянно следят за ситуацией с отгрузкой товаров в сетевые магазины и другие торговые точки. Также на контроле находится ситуация с наполнением аптек лекарствами и медицинскими изделиями.

*«Учитывая определенные тенденции, связанные с нехваткой в целом медицинских препаратов, определенные свои есть, но они не критичные. Сейчас предпринимаются шаги, чтобы все необходимые препараты, а также медицинские изделия находились в аптеках в полном объеме»*, — подчеркнул Пушилин.

По его словам, среди прочих мер в данном направлении, ведется работа по наращиванию производства в Республике



средств индивидуальной защиты и сырья для их производства. На сегодняшний день к этой работе привлечены восемь предприятий.

*«Производством дезинфицирующих препаратов занимаются два предприятия, которым под силу обеспечить в необходимом количестве средствами, при условии наличия сырья, всю Республику. В этом направлении критических моментов не выявлено»*, — подчеркнул руководитель государства.

Ранее сообщалось, что таможенная служба ДНР начала оформление в первоочередном порядке ввозимых в Республику лекарственных средств и продуктов для недопущения их дефицита в условиях борьбы с COVID-19.

Напомним, что с 14 марта на территории страны действует режим повышенной готовности из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции.

ДАН

## Что делать если в период борьбы с COVID-19 права работников ущемляются

Федерация профсоюзов (ФП) ДНР намерена внимательно отслеживать ситуацию с соблюдением трудового законодательства работодателями и прав работников в условиях действия в стране режима повышенной готовности. Об этом заявила заместитель председателя Федерации профсоюзов ДНР Елена Молчанова.

«Мы должны четко и жестко контролировать попытки всех недобросовестных работодателей, которые хотят сократить убытки, связанные с пандемией, путем притеснения работников. Мы уже видим такие случаи как принуждение к отпускам без сохранения заработной платы, нарушение сроков выплаты зарплаты, несоблюдение требований законодательства об охране труда на рабочих местах», — сказала Молчанова.

Она подчеркнула, что работодатель, составляя приказ о переходе сотрудников на дистанционный режим работы, обязательно должен согласовать его с профсоюзной организацией на предприятии. Туда же могут обратиться за помощью работники в случае нарушения их трудовых прав.

«Если профсоюзные организации на местах не могут самостоятельно решить проблему, то они обращаются за помощью в отраслевые профсоюзы. А они — в Федерацию профсоюзов ДНР, которая решает эти вопросы через обращения в органы власти: Государственную инспекцию по вопросам соблюдения законодательства о труде, министерство труда и социальной политики, профильные министерства,



в ведении которых находятся данные предприятия», — уточнила зампред ФП.

Молчанова отметила, что Федерация профсоюзов имеет право проверить соблюдение трудового законодательства на предприятии и, в случае выявления нарушений, предписать исправить их.

Как сообщили ДАН в пресс-службе федерации, за последние несколько недель поступило более 60 обращений от членов профсоюзов относительно введения предприятия новых режимов работы.

В свою очередь, заместитель министра труда и социальной политики ДНР Денис Стрельченко, который также присутствовал в ДАН, пояснил, что факты притесне-

ния прав трудящихся со стороны работодателей зачастую можно доказать только в суде.

«Я считаю, что для недопущения подобных случаев необходимо проводить профилактическую и разъяснительную работу с работодателями. Также в этот непростой период нельзя обойтись без поддержки работодателей со стороны государства, чтобы они не перекладывали свои проблемы на работников», — отметил Стрельченко.

По его словам, большинство обращений, поступающих в министерство в последние дни, связано с организацией дистанционного режима работы.

«Это новинка для нашей Республики и наше законодательство такого режима не предусматривает. Поэтому мы уже разработали соответствующие нормативно-правовые акты, и надеемся в ближайшее время, что этот вопрос будет урегулирован законодательно, также мы создали специальные методические рекомендации для предприятий», — заключил замминистра.

На брифинге также освещался вопрос организации в ДНР мероприятий ко Дню охраны труда, который будет отмечаться 28 апреля. Первый заместитель председателя Государственного комитета горного и технического надзора ДНР Юрий Лаворко сообщил, что в ДНР к этой дате пройдет ряд заочных конкурсов, в том числе — конкурс детского рисунка и плакатов, а также будет проведена работа с трудящимися и работодателями о важности соблюдения норм охраны труда. В этом году будет сделан акцент на теме противодействия притеснению работников со стороны руководства.

Напомним, что с 14 марта на территории ДНР действует режим повышенной готовности из-за угрозы распространения коронавирусной инфекции. Среди прочего, руководителям предприятий всех форм собственности рекомендовано продумать возможность удаленной работы для сотрудников.

Кроме того, со 2 по 17 апреля режим самоизоляции обязаны соблюдать жители в возрасте старше 65 лет, кроме лиц, нахождение которых на рабочем месте является критически важным.

ДАН

## В Госдуму внесён важный для жителей Донбасса законопроект

В Госдуму внесён законопроект, которым предлагается расширить перечень лиц, которым не нужно платить госпошлину за приём в гражданство РФ. Документом предлагается внести в список «лиц, постоянно проживающих на территориях отдельных районов Донецкой и Луганской областей».

О сути предлагаемых изменений «Русской Весне» рассказали в пресс-службе депутата Госдумы РФ Андрея Козенко, который входит в число авторов инициативы.

Среди них: депутаты Госдумы Андрей Козенко, Анатолий Аксаков, Руслан Бальбек, Виктор Водолацкий, Сергей Воскресенский, Алексей Журавлёв, Константин Затулин, Наталья Поклонская, Дмитрий Саблин, Казбек Тайсаев, Сергей Шаргунов, Александр Шерин, Павел Шперов, Александр Ющенко, а также члены Совета Федерации Ольга Ковитиди, Сергей Мамедов и Сергей Цеков.

В настоящее время за совершение действий, связанных с приемом в гражданство РФ, восстановлением в гражданстве РФ, выходом из гражданства РФ, рассмотрением заявления о проверке наличия гражданства РФ, уплачивается государственная

пошлина в размере 3 500 рублей.

Вопрос о необходимости отмены госпошлины для жителей Республик Донбасса стал одним из самых обсуждаемых в ходе круглого стола «Итоги и перспективы интеграционных процессов Донбасса и России», который состоялся в декабре 2019 года в Донецке по инициативе Интеграционного комитета «Россия — Донбасс».

По словам депутата Госдумы, координатора Интеграционного комитета «Россия — Донбасс» Андрея Козенко, принятие президентом России Владимиром Путиным решения о приёме в гражданство России в гуманитарных целях в упрощённом порядке для граждан ЛНР и ДНР стало переломным и вывело на новый уровень процесс интеграции Республик Донбасса и России.

«В то же время, учитывая соотношение размера реальных доходов населения Народных Республик к размеру взимаемой государственной пошлины, считаю необходимым её уплаты чрезмерной», — подчеркнул Андрей Козенко.

По мнению авторов инициативы, «повышение уровня благосостояния жителей Донбасса, доведение к 2022 году размера выплат до уровня средних заработной пла-

ты и пенсий регионов Российской Федерации является первоочередной задачей Народных Республик, основным направлением их государственной стратегии».

Но, несмотря на принимаемые меры, для многих жителей Республик трудоспособного возраста уплата пошлины за получение российского паспорта до сих пор является тяжким бременем, а для пенсионеров и других категорий граждан, находящихся на социальном обеспечении, и вовсе непосильной задачей.

«На сегодняшний день Российская Федерация является единственной страной, защищающей права и свободы жителей Донбасса. Поскольку защита и поддержка русскоязычного населения по всему миру всегда была и остаётся одним из главных приоритетов внешней политики РФ, введение льготных условий приёма в российское гражданство для граждан Донецкой и Луганской Народных Республик станет продолжением этой стратегии», — говорится в пояснительной записке к законопроекту.

Сообщается, что правительство уже поддержало предлагаемый инициативной группой законопроект.

«Надеемся, что документ будет рассмо-



трен и принят Государственной думой уже в ближайшее время, как только это станет возможным в соответствии с действующими регламентными нормами.

Это действительно важное решение, которого ожидают сотни тысяч наших соотечественников», — подчеркнул Андрей Козенко.

Русская весна

## «Ситуация критическая»: пожар в Чернобыле приблизился к зоне хранения радиоактивных отходов



В Чернобыльской зоне отчуждения вторую неделю бушует лесной пожар, в последние дни огонь приблизился к АЭС, достигнув города Припять.

Пожар полыхает всего в двух километрах от хранилищ, где содержатся высокоактивные радиоактивные отходы всей Чернобыльской зоны.

Пожар в зоне отчуждения вокруг Чернобыльской АЭС достиг города Припять и вплотную подошел к комплексу хранилищ радиоактивных отходов «Подлесный». Там

располагаются самые высокоактивные радиационные отходы от самой атомной электростанции. Расстояние до них составляет менее двух километров.

Пожар начался 4 апреля на площади 20 гектаров и быстро распространился в сторону АЭС, поскольку в этом направлении дует ветер.

К 13 апреля площадь пожара достигла около 100 гектаров леса. В нескольких окрестных поселках были эвакуированы жители, в тушении пожара принимает участие более 400 человек и около 100 единиц техники, в том числе авиация.

Радиационный фон в Киеве и области в пределах нормы, в зоне отчуждения уровни мощности эквивалентной дозы гамма-излучения не изменились. Однако жители Чернобыльской области опасаются повышения уровня радиации. Некоторые эксперты говорят, что высвободившаяся из стволов деревьев радиация свободно передвигается с воздушными массами и может выпадать в виде радиоактивных дождей, сообщает издание «Новые известия».

По информации украинской полиции,

причиной возгорания стал поджог. Личность поджигателя уже установлена, возбуждено уголовное дело.

В 1986 году на Чернобыльской АЭС произошла самая крупная авария в исто-

рии атомной энергетики. Свыше 150 тысяч квадратных километров территории Украины, России и Беларуси оказались в зоне радиоактивного загрязнения.

РИА Новости

















тия. Купим б/у аккумуляторы. Запчасти ВАЗ, Ланос, Масла самые низкие цены. Фильтры. Тел. 0713529306, 0953924228, Дима

Продам Москвич-408 - 12000р, мотоцикл ИЖ Юпитер -5 с коляской - 15000 р, запчасти на Москвич. Тел. 0713209760

### ЖИВОТНЫЕ

Куплю КРС- крупный рогатый скот: бычки, телки от 1 суток до 3 мес. Тел.: 0713382117

Продам подрощенного щенка карликовой породы супер-мини. Звонить после 19 00. Цена договорная. Тел.: 0713142533, 0958167016

Продам месячного щенка той-терьер, вес 449 г, гладкошерстный, черно-подпалого окраса от стандартной мамы и мини кобелька, родился 27.02.2020 г. Тел.: 0713142533, 0958167016

### ДОКУМЕНТЫ

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "ДОНБАССМЕДИА", идентификационный код юридического лица 50006177, местонахождение: ДНР 84601, город Горловка, Центрально-Городской район, проспект Ленина, 15, сообщает о прекращении своей деятельности путем ликвидации. Местонахождение ликвидатора: 84626, г. Горловка, улица Жукова, дом 26, кв. 29. Срок для заявления требований кредиторам - в течение 2( двух) месяцев с даты опубликования уведомления о ликвидации ООО "ДОНБАССМЕДИА".

В связи с утратой устава, ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "ДОНБАССМЕДИА", идентификационный код юридического лица 50006177, местонахождение: ДНР 84601, город Горловка, Цен-

трально-Городской район, проспект Ленина, 15, дата регистрации устава 11.09.2015 года, номер записи 011406001799, протокол номер 4 от 12.08.2005 года, считать недействительным.

### ДРУГОЕ

Землеустроительной организацией 23 апреля 2020 г. в 14 часов будут производиться работы по установлению (восстановлению) границ земельного участка в натуре (на местности) по ул. Целинная, 18, п. Озеряновка, Центрально-Городской район, г. Горловка для строительства и обслуживания жилого дома, хозяйственных построек и сооружений и для ведения личного крестьянского хозяйства. Для согласования границ земельного участка приглашаются пользователи смежных земельных участков

по ул. Целинная, 16, п. Озеряновка, Центрально-Городской район, г. Горловка, ул. Целинная, 20, п. Озеряновка, Центрально-Городской район, г. Горловка. 0713098400 Игорь Николаевич

Землеустроительной организацией 23 апреля 2020 г. в 12 часов будут производиться работы по установлению (восстановлению) границ земельного участка в натуре (на местности) по ул. Интернациональная, 39, Центрально-Городской район, г. Горловка для строительства и обслуживания жилого дома, хозяйственных построек и сооружений. Для согласования границ земельного участка приглашается пользователь смежного земельного участка по ул. Интернациональная, 37, Центрально-Городской район, г. Горловка. 0713098400 Игорь Николаевич

## Лучшие рецепты окрошки: очень вкусные варианты на любой вкус

### Чем заправлять окрошку

Различаются не только ингредиенты окрошки, но и напиток, которым её заправляют. Кроме традиционного несладкого кваса, окрошку делают на минералке, сыроворотке, мясном бульоне, кефире, айране, тане, простокваше, пиве, рассоле и даже обычной воде. Единого мнения о правильной заправке нет, всё зависит от ваших предпочтений.

В представленных рецептах заправка отлично сочетается с ингредиентами, но вы можете заменить её по своему вкусу. Если не нравится терпкость кваса, берите минеральную воду. Если вам по душе кисломолочные продукты, используйте их. Потрясающий вкус окрошки едва ли можно испортить.

Только не забудьте: окрошка непременно должна быть охлаждённой. Так что перед подачей поставьте её в холодильник хотя бы на полчаса.

### 1. Классическая окрошка с колбасой

#### Ингредиенты

- 4-5 варёных картофелин;
- 5 варёных яиц;
- 8-10 редисок;
- 2-3 свежих огурца;
- 300 г варёной или копчёной колбасы;
- 1 пучок укропа;
- 1 пучок зелёного лука;
- соль — по вкусу;
- сметана или майонез — по вкусу;
- квас — по вкусу.

#### Приготовление

Нарежьте картофель, яйца, редис, огурцы и колбасу кубиками. Измельчите зелень. Смешайте все ингредиенты и посолите. Добавьте сметану или майонез, заправьте квасом и ещё раз перемешайте.

### 2. Окрошка с говядиной

#### Ингредиенты

- 4 варёных яичных желтка;
- 3 столовых ложки горчицы;
- 400 г отварной говядины;
- 4-5 редисок;
- 2-3 свежих огурца;
- 3-4 варёные картофелины;



- 1 пучок зелёного лука;
- 1 пучок укропа;
- соль — по вкусу;
- сметана — по вкусу;
- квас — по вкусу.

#### Приготовление

Смешайте желтки и горчицу до однородной консистенции. Нарежьте мясо, редис и огурцы соломкой, а очищенную картошку — кубиками. Измельчите лук и укроп.

Смешайте все ингредиенты. Добавьте соль, горчицу, заправку, сметану и квас и ещё раз перемешайте.

### 3. Окрошка с копчёной курицей

#### Ингредиенты

- 5-6 варёных картофелин;
- 6 варёных яиц;
- 4-5 свежих огурцов;
- 10-12 редисок;
- 1 пучок зелёного лука;
- ½ пучка укропа;
- ½ пучка петрушки;
- 2 копчёных куриных окорочка;
- соль — по вкусу;
- щепотка лимонной кислоты;
- сметана — по вкусу;
- газированная минеральная вода — по вкусу.

#### Приготовление

Нарежьте картошку и яйца, а также огурцы и редис кубиками. Измельчите зе-

лень. Снимите шкурку с окорочков и нарежьте курицу небольшими кусочками.

Смешайте все ингредиенты. Добавьте соль, лимонную кислоту и сметану. Влейте минеральную воду и хорошо перемешайте.

### 4. Окрошка со свининой и бобовыми

#### Ингредиенты

- 250 г свинины;
- 4-5 варёных картофелин;
- 4-5 варёных яиц;
- 250 г консервированного зелёного горошка;
- 250 г консервированной фасоли;
- 2 свежих огурца;
- ½ пучка зелёного лука;
- ½ пучка укропа;
- соль — по вкусу;
- 2 столовые ложки сметаны;
- 3 столовые ложки майонеза;
- 2 столовые ложки горчицы;
- квас — по вкусу.

#### Приготовление

Нарежьте свинину небольшими кусочками, выложите на разогретую сковороду и обжаривайте около 7 минут, периодически переворачивая. Картошку и яйца нарежьте кубиками. Добавьте к ним горошек, фасоль, нарезанные кубиками огурцы, измельчённую зелень и остывшее мясо. Добавьте соль, сметану, майонез и гор-

чицу и перемешайте. Влейте квас и ещё раз хорошо перемешайте.

### 5. Окрошка с колбасой и свёклой

#### Ингредиенты

- 2 варёные свёклы;
- 4-5 варёных картофелин;
- 2-3 варёных яйца;
- 1-2 свежих огурца;
- 150 г варёной колбасы;
- 1 пучок укропа;
- ½ лимона;
- соль — по вкусу;
- молотый чёрный перец — по вкусу;
- сметана — по вкусу;
- газированная минеральная вода — по вкусу.

#### Приготовление

Натрите свёклу на тёрке. Картофель, яйца, огурцы и колбасу нарежьте кубиками. Измельчите укроп.

Смешайте эти ингредиенты. Добавьте лимонный сок, специи, сметану и минеральную воду и хорошо перемешайте.

### 6. Окрошка с копчёной рыбой

#### Ингредиенты

- 1 пучок зелёного лука;
- ½ пучка петрушки;
- ½ пучка кинзы;
- соль — по вкусу;
- 5-6 редисок;
- 1-2 свежих огурца;
- 4 варёных яйца;
- 4-5 варёных картофелин;
- 200 г копчёной горбуши;
- ½ лимона;
- молотый чёрный перец — по вкусу;
- щепотка молотого красного перца;
- щепотка сахара;
- сметана — по вкусу;
- квас — по вкусу.

#### Приготовление

Мелко нарежьте зелень, подсолите и слегка разомните толкушкой, чтобы появился сок. Добавьте к зелени нарезанные кубиками редис, огурцы, яйца, картофель и кусочки рыбы. Затем добавьте лимонный сок, специи, сметану и квас и перемешайте.

Кулинария

[vk.com/mozaikatoday](https://vk.com/mozaikatoday)

Вступай в нашу официальную группу ВКонтакте, чтобы подать своё объявление в группу и в газету «МОЗАИКА»! С нами легко: найти, купить, продать, сдать, арендовать!

**Ваше объявление будет размещено в группе «МОЗАИКА» ВКонтакте БЕСПЛАТНО!**

### КУПОН БЕСПЛАТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ

Объявление:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Тел.:

Тел.:

Имя

### ПРАВИЛА ПОДАЧИ ОБЪЯВЛЕНИЙ

1. Подать объявление можно через купон из газеты или через официальную страницу ВКонтакте (других способов нет, по телефону объявления не принимаются).
2. Содержание объявления не должно превышать **30 слов** (включая предлоги).
3. Купон необходимо заполнить печатными буквами, если редакция не в состоянии прочитать, то **было написано в купоне, то объявление размещаться не будет.**
4. Объявление размещается в следующем выпуске газеты после получения вашего объявления.
5. Если объявление не соответствует общепринятым нормам этики, содержит призыв к противозаконным действиям либо нарушает действующее законодательство ДНР, редакция оставляет за собой право не публиковать его.
6. Редакция оставляет за собой право не размещать ваше объявление без указания на то причины.
7. Отдать купон вы можете: **во всех почтовых отделениях города, киосках «Союзпечати», в газетных отделениях в магазине «Аверс» напротив первой школы, через распространителей, а также бросить в ящик объявлений по адресу редакции газеты.**
8. Вы можете подать несколько объявлений сразу на несколько выпусков газеты, для этого необходимо заполнить один купон и прикрепить к нему пустые (не заполненные) купоны, заполнять все купоны необязательно.
9. Вы можете использовать купоны бесплатных объявлений из газеты «Горловка.Сегодня» - мы их принимаем.
10. **Выделенное объявление: объявление в рамочке** — стоимость размещения **35 рублей** или **2 купона** один выход, **объявление на чёрном фоне** — стоимость размещения **50 рублей** или **3 купона** один выход. Если вы хотите подать выделенное объявление с помощью купонов, вам необходимо заполнить один купон, а на остальных в поле «Объявление» указать «объявление в рамочку» или «объявление на чёрном фоне».
11. Стоимость размещения объявления (рекламы) на главной странице газеты «Горловка.Сегодня» 8 рублей 1 см<sup>2</sup> или 15 купонов на один выход.

### Издание «МОЗАИКА»

**Учредители:** ФЛП Мещеряков А.В.  
**Главный редактор:** Мещеряков А.В.  
**Выпуск № 16 (147),** дата выхода 16.04.2020 года  
**Время подписания в печать** по графику - 18<sup>00</sup>, фактическое - 19<sup>00</sup> 14.04.2020 года  
**Тираж:** 3400 экземпляров (в неделю)  
**Цена:** свободная цена  
**Для детей старше 16 лет**  
**Форма распространения:** газета  
**Адрес редакции и адрес издателя:** 284617, ДНР, г. Горловка, ул. Первомайская, 25/19, «Вавилон»  
**Отпечатано** в ООО «Первая городская типография», 83004, ДНР, г. Донецк, ул. Горная, 2, тел. 3451329  
**Свидетельство** о регистрации средства массовой информации Серия ААА №000213. Дата выдачи 22 ноября 2018 года, выданное Министерством информации Донецкой Народной Республики.  
**Почта:** mozaika@kex.ru  
**Телефон:** 071 479-36-79, 099 057-28-10  
 Ответственность за содержание объявлений и рекламы несет рекламодатель. Использовать опубликованные материалы можно только с разрешения редакции.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ. ГОРЛОВКА

На месяц

Table with 7 columns (ПН, ВТ, СР, ЧТ, ПТ, СБ, ВС) and 4 rows of weather forecasts for April.

На неделю

Table with 6 columns (Чт, Пт, Сб, Вс, Пн, Вт, Ср) and 3 rows of detailed daily weather forecasts for April.

Прогноз погоды предоставлен сайтом GISmeteo

Юмор

Принц Чарльз всю жизнь хотел корону и дождался, но не ту

16 сезонов «Битвы экстрасенсов» и никто не сказал про коронавирус!

Вы не боитесь умереть от коронавируса? У меня ипотека, меня откачают

Пробыв несколько дней дома, я понял почему кот постоянно просит жрать

Вы планируете куда-нибудь летом? Да. В июне и июле будем дома. А в августе хотим выйти в магазин

Третий день карантина. Случайно разговорился с женой. Очень даже ничего оказалась.

— Так, пиши: причина

смерти — коронавирус. — Доктор, так тут же огнестрел... — Да, это сопутствующее заболевание.

Два адвоката заходят в кафе, заказывают напитки и достают свои бутерброды. — Извините, — говорит бармен, — но у нас нельзя есть свою еду. Адвокаты переглядываются и меняются бутербродами.

Мужик сидит на пенке, задумчиво курит и смотрит, как жена копает картошку: — Да-а... не родила ты мне сына... Сейчас бы помощь была. Жена: — Конечно... Сейчас бы вдвоем курили.

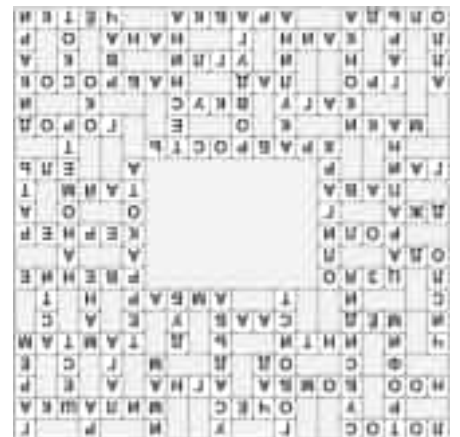
— Девушка, Вы никогда не были замужем? — Нет. — А я-то думаю, откуда та-

Large crossword puzzle grid with a central text box containing subscription information for 'Gorlovka Today'.

Подпишись сам! Подпиши родителей! Оформи подписку на газету «Горловка.Сегодня» по месту проживания у своего почтальона, а также в любом отделе почтовой связи. Подписной индекс: 28027

3x3 Magic square grid with numbers 1-9.

3x3 Magic square grid with numbers 1-9.



ОВЕН. Запасайтесь энергией и энтузиазмом, поскольку вам предстоит уйма работы, как на рабочем месте, так и в домашнем хозяйстве.

ТЕЛЕЦ. Хорошее время для ведения дел, требующих усидчивости и спокойной атмосферы на работе.

БЛИЗНЕЦЫ. Возможны непредвиденные обстоятельства и скрытые факторы, которые могут повлиять на ваши дела.

РАК. Избегайте самоуверенности и поверхностного подхода в делах.

ЛЕВ. Весьма успешный период для тех, кто примет открытый стиль общения и будет готов сделать первый шаг.

ДЕВА. Главная опасность, которая подстерегает вас, это возникновение конфликта на работе.

— Слушайте, а вы можете говорить о чем-нибудь другом, кроме пенсионного возраста? — Ну. — Вот и прекрасно, давайте поговорим о рыбалке!

Два депутата Госдумы сидят за столом в загородной вилле: — Слышь братан, ну все вроде уже

БЛАГОПРИЯТНЫЙ ДЕНЬ - ПЯТНИЦА, НЕБЛАГОПРИЯТНЫЙ ДЕНЬ - СРЕДА.

ВЕСЫ. Вы сможете добиться значительных успехов в работе, если не станете рисковать и будете иметь дело исключительно с проверенными партнерами.

СКОРПИОН. Вам придется столкнуться с серьезными проблемами в деловой сфере.

СТРЕЛЕЦ. Вы окажетесь в гуще событий и в центре внимания.

ВОДОЛЕЙ. Не поддавайтесь апатии и плохому настроению.

РЫБЫ. В ближайшие дни не помешает позаботиться о собственном здоровье.

есть, и вилла, и самолет, и поля для гольфа. Может пора и о людях подумать? — Да-а, пару сотен крепостей не помешали бы.

На набережную, задыхаясь, вбегает мужик. Забрасывает чемодан на паром, что метрах в пяти от причала, цепляется за какой-то канат, подтягивается из последних сил и еле живой падает на палубу: — Фу! Успел-таки! — Ловко у вас получилось! — восхищается капитан. — Но вы могли бы подождать, пока мы причалим!

Муж жене: — Слушай, завтра будет свадьба моего лучшего друга с Джулией Робертс... — Какого еще друга? Ты что, раньше мне сказать не мог? Что я надену? Мне надеть нечего! И подарок! Где мы будем подарок искать? — Ну ты дура! Это кино такое — «Свадьба моего лучшего друга».

Какая ты темная, некультурная... — Ты бы молчал лучше про культуру. Когда я тебе прошлый раз сказала, что пойдём на «Лебединое озеро», кто туда с удочками приперся?











# Путин и Трамп против нового мирового порядка: финальная битва

Мы живем в захватывающие времена.

Неизвестность, которая ожидает всех нас, способна взволновать и напугать нас. Мы будем волноваться в долгосрочной перспективе, и пугаться в краткосрочной. В конечном итоге все империи умирают и мы находимся в завершающей фазе Нового мирового порядка, который не оправится от игры в русскую рулетку, в которую он играл, поскольку Владимир Путин вручил ему заряженное оружие, и он нажал на курок.

Последние несколько недель подготовили все для последней битвы. Есть так много разных фактов и событий, слева и справа, и я постараюсь сделать все возможное, чтобы оставаться методичным в этом сложном описании. Я три недели боролся с этой статьей из-за безумного количества дополнительных деталей, которые каждый день появляются. Возможно, было неподходящее время бросить курить, но мне нравится, хороший вызов.

## Избавление от долларов

Немного пояснений. Концепция Нового Мирового Порядка - это просто желание нескольких международных банкиров, которые хотят экономически и политически управлять всей планетой как одной счастливой семьей. Оно началось в 1773 году, и если за прошедшие годы оно претерпело важные изменения, то концепция и цель не изменились ни на йоту. К сожалению для них, международные банки, которые грабят планету через доллар США с 1944 года, теперь находятся под угрозой гиперинфляции, поскольку их печатная машина годами крутилась, чтобы покрыть свои абсурдные расходы на поддержание нефтяных и ресурсных войн, которые они все в конечном итоге пережили. Чтобы предотвратить эту предстоящую гиперинфляцию, они произвели вирусную атаку на четыре страны (Китай, Иран, Италия и теперь Соединенные Штаты), чтобы распространить панику среди населения, с помощью их позорных средств массовой информации. Несмотря на то, что этот коронавирус ничем не отличается от любых новых вирусов, которые атакуют людей каждый год, паника в СМИ заставила людей добровольно изолировать себя от страха и террора. Некоторые потеряли свои рабочие места, компании обанкротились, паника вызвала крах фондовой биржи, который опустошил кошельки и высушила активы, в результате чего несколько триллионов виртуальных долларов сошли с рынка, чтобы снять давление с валюты.

## Фондовая биржа

Пока все хорошо, но все остальное пошло не так в этом отчаянном и окончательном банзай. Ведущий вирусолог на планете подтвердил, что хлорохин использовался китайцами с впечатляющими результатами для лечения пациентов, затем он улучшил свое волшебное зелье, добавив легочный антибактериальный препарат азитромицин, и спас каждого из своих первых 1000 случаев, кроме одного. Дональд Трамп немедленно ввел такое же лечение через борьбу с его собственным Федеральным управлением по наркотикам, купленным и принадлежанием глупинному государству. Это заставило все СМИ говорить о Чудотворном эликсире доктора Дидье Рауля, подписывая смертный приговор нашей уверенности во всех западных правительствах, их медицинских



учреждениях, Всемирной организации здравоохранения и СМИ, которые пытались уничтожить безупречную репутацию доктора, изобретая внезапные «опасные побочные эффекты» почти безобидного препарата, который использовался в течение 60 лет для лечения малярии. Не так далеко в Германии, получивший международное признание доктор Вольфганг Водарг, отметил, что искусственная паника совершенно бесполезна, поскольку этот вирус ничем не отличается от других, которые поражают нас каждый год. Это была удивительная победа Трампа и всего населения в социальных сетях, которые вместе разоблачили патологическую ложь официальных каналов связи каждой страны Нового Мирового Порядка. Де-факто доверие этих марионеточных правительств исчезло в воздухе, и из-за шторма Италия наверняка выйдет из ЕС сразу после кризиса, что вызовет эффект домино, пронизывающий все страны ЕС и членов НАТО. Друзья мои, глобализм мертв и готов к кремации.

## Копать пропасть

Международные банкиры не могли предвидеть этого, в 1991 году, когда они доминировали на 95% планеты после распада Советского Союза. Казалось, ничто не могло остановить их окончательную миссию по осуществлению их мечты, как из книги Оруэлла: уничтожить несколько стран на Ближнем Востоке, расширить Израиль и получить полный контроль над мировым рынком нефти, последний кусок их головоломки Хапаци, над которой они работали целое столетие, начиная с декларации Бальфура в 1917 году.

Когда Владимир Путин получил контроль над Россией, не было никаких признаков того, что он будет лучше, чем пьяница, которого он заменил. Назначить бывшего офицера КГБ президентом выглядело как выбор, движимый ностальгией, а не идеологией, но у Путина было гораздо больше активов, чем казалось на первый взгляд: патриотизм, гуманизм, чувство справедливости. Это хитрая уловка, друг гениального экономиста по имени Сергея Глазьева который открыто презирал Новый Мировой Порядок, но, прежде всего, он воплощал реинкарнацию давно утраченной российской идеологии, полной политической и экономической независимости. После нескольких

лет, потраченных на осушение русского болота от олигархов и мафиози, оставленных его спотыкающимся предшественником в следе из пустых бутылок, «Влад» закатил рукава и приступил к работе.

Поскольку его противники грабили планету в течение 250 лет колонизацией, застрахованной военным господством, «Влад» знал, что ему нужно начать с создания непобедимой военной машины. И он это сделал. Он придумал разные типы гиперзвуковых ракет, которые невозможно остановить, лучшие защитные системы на планете, лучшие электронные системы глушения и лучшие самолеты. Затем, чтобы убедиться, что ядерная война не может быть вариантом, он придумал вещи, из которых сделаны кошмары западного мира, такие как Сармат, Посейдон и Авангард, их невозможно остановить и они способны уничтожить любую страну в считанные секунды, несколько часов.

Обладая новым и непревзойденным арсеналом, он может продолжить разгром любых сил НАТО или любого из их доверенных лиц, как он это сделал начиная с сентября 2015 года в Сирии. Он доказал каждой стране, что независимость от банковской системы NWO теперь является вопросом выбора. Путин не только выиграл сирийскую войну, но и заручился поддержкой многих стран Нового мирового порядка, которые неожиданно перешли на сторону осознания того, какой непобедимой стала Россия. На дипломатическом уровне он также получил могущественный Китай на своей стороне, а затем сумел защитить независимых производителей нефти, таких как Венесуэла и Иран, в то время как такие лидеры, как Эрдоган из Турции и Мухаммед Бен Салман из Саудовской Аравии, решили встать на сторону России, которая не имеет лучшую покерную комбинацию, но зато владеет целой колодой карт.

Заканчивая вывод о том, что Путин теперь контролирует всемогущий нефтяной рынок, неизбежный энергетический ресурс, который смазывает экономики и армии, в то время как банкирское НАТО может только наблюдать, без каких-либо средств вернуть его. С невероятными результатами, которые Путин получил за последние пять лет, Новый Мировой Порядок внезапно выглядит как картонный домик, который вот-

вот рухнет. Империя Банков была неизлечимо больна в течение пяти лет, но сейчас она находится на морфине, едва осознавая, что происходит.

## Трагедия и надежда

Поскольку нет надежды на начало Третьей Мировой Войны, которая провалена заранее, последний банзай вышел из кустов в форме вируса и последовавшей за этим медийной пандемии. Основной задачей было избежать катастрофической гиперинфляции огромной массы доллара США, которая больше никому не нужна, чтобы иметь время для внедрения своей криптовалюты в виртуальном мире, как будто у хронически обанкротившихся банкиров все еще есть легитимность, чтобы продолжать контролировать наши денежные запасы. Сначала казалось, что план может сработать. Именно тогда «Влад» вынул свой револьвер, чтобы начать игру в русскую рулетку, и банкиры взорвали свои мозги от давления на спусковой крючок.

Он созвал встречу с ОПЕК и убил цену на нефть, отказавшись снизить добычу в России, подняв баррель до 30 долларов. Без каких-либо запоздалых мыслей и, конечно, еще меньшего угрызения совести, «Влад» убил дорогостоящую западную добычу нефти. Все доллары, которые были сняты с рынка, должны были быть повторно введены ФРС и другими центральными банками, чтобы избежать падения и окончательной катастрофы. К настоящему моменту наши дорогие банкиры не могут найти решения.

Тем временем Трамп также ткнул в гангстеров в галстуках. В то время как СМИ избегали применения хлорохина, убивающего коронавирус - старой таблетки, разработанной для лечения малярии, Трамп навязал FDA применение этого препарата, спасающего жизнь, у пациентов, инфицированных США. У Медиа не было другого выбора, кроме как начать говорить об этом, что вызвало цепную реакцию: генеральные директора крупных фарм-компаний были уволены, потому что они только что потеряли контракт на вакцины, такие страны, как Канада, выглядели как дураки-геноциды за то, что они не использовали дешевые и безобидные лекарства, в то время как самый вопиющий преступный акт правительства был раскрыт в полном свете: правительство Макрона объявило в январе 2020 года, что хлорохин

вреден и ограничило его использование, всего за пару недель до вспышки фальшивой пандемии! Русская рулетка - популярная игра в западных правительствах в наши дни.

## Россия объявила о своем собственном пиве

В субботу, 28 марта, Россия объявила о своем собственном коронно-убивающем вареве, основанном на волшебном зелье доктора Рауля. Еще один казацкий удар, на этот раз по большой фарм-яремной вене, в то время как большинство западных стран теперь должны внедрить лечение хорошего врача или столкнуться с пощечиной Российской пилули, приходящей, чтобы спасти своего гражданина. В эти дни Путин занимается спасательным бизнесом: в последнюю неделю марта он отправил 15 военных самолетов, заполненных врачами и материалами, прямо в Северную Италию, после того как Чешская Республика заблокировала самолет помощи из Китая. Мы скоро узнаем, что европейские страны опасаются, что Китай или Россия найдут правду в регионе Ломбардии, где люди умирают не от какого-то коронного клопа, а, вероятно, от смертельного коктейля из двух более ранних вакцин против менингита и гриппа, которые им вводили в рамках отдельных кампаний вакцинации.

## Исюминка

Ранее я говорил, что каждый день приносит удивительные новости. В воскресенье, 29 марта, самые ошеломляющие из них упали, словно тонна кирпичей, на социальные медиа: ограниченные наблюдатели узнали, что Трамп взял под контроль Федеральный резерв, которым теперь управляют два представителя Государственного казначейства. Из всех сумасшедших новостей за последний месяц это, безусловно, самая лучшая и самая шокирующая. После трех лет у власти, Трамп наконец выполнил свое предвыборное обещание вывести частные банки из государственных дел США, положив конец столетию эксплуатации американских граждан. Он заставил печально известную инвестиционную группу Blackrock начать покупать важные корпорации для ФРС, что означает, что он национализует куски экономики, избегая краха рынка, вовлекая важных частных инвесторов в сделку.

Этот самый дерзкий шаг приходит в решающий момент времени и сталкивает нас с осознанием того, что Владимир Путин и Дональд Трамп объединены и вывели человечество на перекресток Нового мирового порядка и свободы. Как я часто заявлял ранее, я думал, что мир сильно изменится между 2020 и 2024 годами, потому что это будут последние 4 года этих двух героев в политической власти своих стран.

Новый Мировой Порядок сталкивается с двумя самыми могущественными странами на планете, и эта ложная пандемия изменила все. Это показало, насколько отчаянны банкиры, и если мы не хотим, чтобы ядерные боеголовки полетели в обоих направлениях, Путин и Трамп должны остановиться сейчас.

Остановить БМР, Всемирный банк, МВФ, Европейский центральный банк, ЕС, НАТО, сейчас. Наш мир не будет идеальным, но скоро он может стать намного лучше. Пасхальное воскресенье приближается. Оно может стать библейским.

# Мир после пандемии будут менять по новым правилам



После пандемии всем странам придется сделать выбор – руководствоваться в будущем своими национальными интересами или вновь участвовать в глобальных объединениях. Запад, который не смог справиться ни с вирусом, ни с экономическим кризисом, ждет мощная волна левых протестов. Зато Москва и Пекин станут примерами для подражания. К такому выводу пришли ведущие российские эксперты-международники.

Пандемия COVID-19 потребовала от мировых лидеров, в первую очередь, трех качеств: умения быстро принимать тактические решения в чрезвычайных условиях, при этом стратегически просчитывать последствия этих решений. Третье – это способность оперативно создать с другими державами ситуативные союзы перед лицом общего врага. Такие способности проявило руководство России и Китая. Но дефицит таких способностей проявился у лидеров США и Евросоюза.

К такому выводу пришли участники круглого стола «Будущее мировой системы. Глобальная безопасность или национальная изоляция?», который прошел в среду по инициативе Экспертного института социальных исследований (ЭИСИ). Это общение политологов-международников уже стало вторым в организованном ЭИСИ цикле «Время готовиться к будущему». Напомним, предыдущая встреча была посвящена неожиданно возросшей цифровизации нашего общества. По уже сложившейся из-за коронавируса традиции, эксперты общались онлайн.

**«Наднациональные институты и западные элиты по сути оказались не готовы к вызову пандемии. Не стали исключением Дональд Трамп, Борис Джонсон, Эмманюэль Макрон и другие политики первого эшелона»,** – считает профессор факультета политологии МГУ Андрей Манойло, член научного совета при Совбезе России.

**«Трамп, который поначалу называл обсуждение пандемии «заговором либеральной прессы», а сам COVID-19 – «китайским вирусом», сейчас вынужден дистанцироваться от собственных сторонников – коронаскептиков, чье мнение выражает телеканал Fox News»,** – добавил доцент философского факультета МГУ, американист Борис Межуев.

**«В мире под угрозой оказались 1,5 млрд рабочих мест. Эксперты предупреждают рецессию, еще более глубокую, чем в 2008-2009 годах»,** – заметил председатель правления Центра политических

технологий Борис Макаренко.

**«Первую волну популизма запустил именно кризис 2008 года. Сейчас на фоне морального банкротства западных элит волна может оказаться выше»,** – добавил глава Экспертного совета ЭИСИ Глеб Кузнецов.

По его мнению, когда пандемия уляжется и начнется «разбор полетов», то есть действий нынешней западной элиты, это усилит «распределительную повестку, агрессию в адрес богатых».

Тем самым, полагают участники, COVID остановит волну правого антииммигрантского популизма итальянской «Лиги», «Альтернативы для Германии» и партии Марин Ле Пен, нараставшую на Западе все последние годы. Взамен поднимется волна нового левого популизма. Примерами усиления «распределительной повестки» уже сейчас стали два скандала, вспыхнувшие в англосаксонских странах.

**«Под огнем жесткой критики оказался лично пострадавший от COVID Джонсон. Британского премьера обвиняют в том, что он использовал ИВЛ (аппарат искусственной вентиляции легких) при симптомах, при которых условный «Джон Джонсон» никогда бы не получил такой помощи»,** – сказал Кузнецов. Он же напомнил и о скандале, который разворачивается в США: сенаторы Ричард Барр и Келли Леффлер воспользовались закрытой информацией о скорости распространения вируса и сбросили принадлежащие им акции.

Макаренко припомнил закон, который в свое время сформулировал французский политик Алексис де Токвиль: в кризис люди

не бунтуют, но на выходе из кризиса могут предъявить власти жесткие претензии. По мнению эксперта, левая протестная волна даст шанс политикам формата Берни Сандерса, или нынешним лидерам левых движений, которые и так уже сильны на Юге Европы – от Испании до Греции.

С Макаренко не вполне согласился Кузнецов. По его мнению, «в политику могут прийти новые люди, не связанные с «лицами из телевизора» – например, врачи – герои борьбы с пандемией, родственники ее жертв и люди, сами переболевшие коронавирусом».

**«Поединок двух гегемонов «Выйдет на новый уровень противостояние США и Китая как действующего гегемона и претендента на эту роль. До кризиса Пекину не хватало уверенности, но сейчас его ничто не сдерживает»,** – предсказывает директор по научной работе клуба «Валдай» Федор Лукьянов. Вашингтон уже готовит юридическую контратаку: иски, в том числе на международном уровне против Китая как виновника в распространении вируса, напомнил Кузнецов.

Лукьянов, в отличие от других участников круглого стола, считает: принципиально новых трендов коронакризис не выявил. **«И американско-китайское противостояние, и тяжелый кризис всех международных структур проявились задолго до пандемии»,** – заметил эксперт.

**«Кризис обнажил уже имеющиеся проблемы – от неэффективности европейской страховой медицины до коллапса политических систем в таких странах как Италия»,** – согласился

директор Международного института новейших государств Алексей Мартынов.

Одновременно мир со все большим интересом обращается к проявившим эффективность мобилизационным моделям России, Китая, а также Сингапура и Израиля, заметил в свою очередь Макаренко.

При этом Лукьянов отметил, что на выходе из пандемии мир не будет брать на вооружение какую-то модель в качестве универсальной – либеральную или условно авторитарную. По его прогнозам, выйдя из кризиса каждая страна будет своим путем, опираясь на особенности собственной культуры.

**«Станет ли мир на выходе из пандемии более мирным?»**, – задала вопрос модератор встречи, руководитель Департамента стратегических исследований и прогнозирования ЭИСИ Екатерина Соколова. Мировые игроки будут вынуждены выбирать национальную изоляцию, а не глобальную безопасность, ответил Лукьянов.

**«Тяжелый экономический кризис приведет к тому, что страны в еще большей степени будут руководствоваться сугубо национальными интересами. Разговоры о взаимопомощи еще более, чем сейчас, будут лишь прикрытием»,** – полагает эксперт клуба «Валдай».

**«Часть лицемерия в международных отношениях уже просто смыло»,** – добавил Мартынов.

Другие участники встречи не согласились с тем, что национальный эгоизм возобладает. Напротив, по мнению Межуева, национальных эгоистов – и Трампа в том числе, – назначат главными виновниками катастрофических последствий эпидемии.

**«Есть вероятность, что угроза вируса не разобьет, а объединит мир. Сейчас идет война не между идеологиями и или политическими системами, а общая борьба за человеческие жизни»,** – заметил Кузнецов. Указанием на проявление такой глобальной солидарности политолог считает не имеющее прецедентов «горизонтальное взаимодействие» врачей России, Китая, США и Европы.

**«В новых условиях России продемонстрировала способность к солидарности, большую, чем например многие западные государства. Следовательно, Москва сможет если не диктовать, то предлагать свой формат этой солидарности. У нас есть моральное право, и мы можем внести лепту в обсуждение мира после пандемии»,** – констатировал Межуев.

Деловая газета «Взгляд»

## Как не перепутать симптомы сезонной аллергии и коронавируса COVID-19

**С началом цветения у многих людей проявляется аллергия на пыльцу растений (поллиноз).** Ее симптомы – насморк, зуд глаз, гортани и т.д. – легко перепутать с признаками острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ), в том числе COVID-19.

**Ключевые отличия сезонной аллергии – для нее не характерно повышение температуры и симптомы снимаются противоаллергическими средствами.**

Если у человека поллиноз, то нужно избегать контактов со специфическими аллергенами и проконсультироваться с врачом относительно антигистаминных лекарств и иммунотерапии. Пандемия COVID-19 на это не влияет.

В то же время необходимо помнить, что новая коронавирусная инфекция опасна прежде всего для пожилых людей и лиц с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой, дыхательной системы, диабетом, онкологическими недугами и др.

**Поэтому очень важно соблюдать правила профилактики, чтобы не распространять вирус.**

Прикрывайте рот и нос во время кашля или чихания одноразовыми салфетками. После использования их нужно выбросить в мусорный контейнер с крышкой.

В случае отсутствия салфеток чихайте и кашляйте в сгиб локтя.

**Мойте или обрабатывайте спиртосодержащим дезинфектором руки до и после туалета, после ули-**



**цы, перед приготовлением пищи, после прикосновений к поверхностям общего пользования: дверным ручкам, выключателям, кнопкам в лифтах и тому подобное.**

Мыть руки нужно теплой водой с мылом 20-40 с. Если нет возможности вымыть руки, обработайте их дезинфектором с содержанием спирта не менее 60%.

После мытья руки лучше вытереть одноразовым полотенцем или салфетками, которые затем надо выбросить в мусорный контейнер.

Не выходите на улицу без необходимости, а если вышли, избегайте общественных мест и придерживайтесь расстояния относительно других людей не менее 1,5-2 м.

**Отнесите к карантину ответственно.**

Длительное пребывание дома – не легкое время. Поэтому спланируйте свой ежедневный распорядок. Добавьте к нему физические упражнения и обучение, а семейный отдых (чтение, фильмы, сериалы) можно разнообразить онлайн-просмотром опер, театральных спектаклей, виртуальными экскурсиями.

Многие музеи и другие организации на время карантина открыли бесплатный доступ к своим ресурсам.

Выберите надежного поставщика продуктов, предметов личной гигиены и т.д., который будет доставлять ваш заказ домой. Это поможет реже выходить в продуктовые магазины или аптеки.

**Внимание! При возникновении первых признаков коронавирусной инфекции, НЕ НУЖНО ИДТИ В БОЛЬНИЦУ САМОСТОЯТЕЛЬНО, срочно обращайтесь на горячую линию, где вам будет дана консультация и инструкции, касательно дальнейших действий.**

На горячую линию можно позвонить по короткому номеру с мобильного телефона — **277 или по городскому (062) 303-2772.**

Также идет прием сообщений по электронной почте **covid19@mzdnr.ru.**

Диагноз «коронавирусная инфекция» может быть подтвержден только лабораторными методами диагностики.

Минздрав ДНР

# Чем заняться на самоизоляции



Если до объявления «каникул» от работы вы ходили на неё с понедельника по пятницу, а на выходных не всегда хватало времени выспаться, постирать, сделать уборку и просто отдохнуть – ловите момент!

## 1. Устройте генеральную уборку.

Не стоит ограничиваться мытьём пола и протиранием книжных полок. Отодвиньте диван, письменный стол и тумбочку, чтобы убрать всю пыль и мусор из самых укромных уголков квартиры. Разберите шкаф – пора убирать тёплые зимние вещи и доставать весенний гардероб. Приберитесь в кухонных шкафчиках, помойте холодильник и микроволновку. Не забудьте почистить плиту!

## 2. Занимайтесь спортом дома или делайте зарядку всей семьёй.

Это будет полезно и продуктивно, особенно для офисных работников, которые весь день проводят сидя за компьютером и кучей бумаг. Тренажёрные залы закрыты, но самые продвинутые из них ведут прямые трансляции с занятий и даже выкладывают записи с тренировок в социальные сети. Отличный способ держать себя в форме, когда на кухне ждёт полный холодильник с продуктами.

## 3. Попробуйте приготовить новое блюдо.

С началом самоизоляции именно кулинарные рецепты стали популярны как никогда. Свободного времени теперь много, и можно смело тратить на готовку больше двух часов. Выпечка домашнего хлеба скоро станет челленджем.

## 4. Играйте на музыкальных ин-

## струментах

Кто не умеет – пора учиться! Остальным нужно просто вспомнить их любимые песни, ноты и аккорды, а потом выучить что-то новое.

## 5. Слушайте и смотрите концерты онлайн.

Кому больше нравится слушать музыку, а не создавать её – найдите своих любимых исполнителей в социальных сетях. Они также вынуждены оставаться дома, как и вы. Многие устраивают концерты прямо у себя в сторис в Инстаграме.

## 6. Сходите на виртуальную экскурсию по музею или отправляйтесь в целое виртуальное путешествие.

Есть несколько способов, как путешествовать по миру, не выходя из дома. Во-первых, при помощи Гугл карт можно отправиться почти в любую точку Земного шара и гулять по улицам разных стран. Во-вторых, существует множество блогов о путешествиях. От видео-проектов на YouTube до мультимедийных материалов в СМИ и личных страниц путешественников. В-третьих, у многих музеев давно есть виртуальные туры, а некоторые объявили об их создании из-за пандемии. Прогуляться по залам Зимнего Дворца в Петербурге можно с помощью проекта Эрмитаж, а любоваться картинами XIX века в Государственном Русском музее. Кто мечтал побывать во Франции? Добро пожаловать в Лувр! Любите современное искусство? Тогда вам нужно побывать в Нью-Йоркском музее современного искусства. Европа притягивает

больше, чем Америка? Выбирайте один из музеев Ватикана.

## 7. «Сходите» в театр.

Посмотреть онлайн трансляцию спектакля или послушать оперу также легко, как отправиться на виртуальную экскурсию по музею. Билеты в столичные театры очень дорогие, и достать их довольно сложно. Большой Театр в Москве уже начал проводить бесплатные онлайн трансляции. Скоро к нему должны присоединиться Петербургский Александринский театр, Московский театр на Таганке, Санкт-Петербургская филармония им. Д.Д. Шостаковича и другие оперные театры и филармонии.

## 8. Смотрите кино.

У всех есть список фильмов и сериалов, которые «надо посмотреть». Пора постепенно уменьшать его. Онлайн-кинотеатры тоже приходят на выручку. Многие сервисы сделали бесплатный доступ или снизили цену на подписку. Например, Ivi, «КиноПоиск HD», MeGoGoi другие.

## 9. Читайте книги.

Сейчас столько вариантов для чтения! Хочешь – листай бумажные страницы печатных изданий, нет книг – читай в Интернете, устаёшь читать – слушай. «Альпина Паблишер» и «Литрес» по промокоду GIFT\_STAYHOME дают бесплатный доступ к своей библиотеке.

## 10. Весело проведите время с семьёй.

Собери гигантский пазл, устройте вечер настольных игр, нарисуйте огромную картину, напишите родственникам или друзьям настоящее бумажное письмо, сделайте мыльные пузыри, напишите послание своей семье из будущего и закройте в капсуле времени, сделайте друг другу массаж. В общем, отдыхайте и развлекайтесь! Самое время созвониться с родными, если они далеко или устроить общий видео-чат.

Елена Краснова

## Что нужно пить во время самоизоляции

Врач-диетолог Клиники управления здоровьем Института персонализированной медицины Первого московского государственного медицинского университета (МГМУ) имени Сеченова Наталья Пугачева рассказала агентству городских новостей «Москва», что во время самоизоляции следует пить много воды с добавлением фруктов и ягод.

**«Настой или отвар шиповника добавит витамина С»,** — пояснила врач.

**Из ягод она посоветовала бруснику, клюкву, облепиху и смородину. Они сделают напиток вкусным благодаря фруктовым кислотам, эфирным маслам, красителям-антоцианам и полифенольным соединениям.** Травы и шиповник Пугачева посоветовала заливать горячей водой, но не кипятить.

**Человек, как напомнила врач, должен выпивать не менее 1,5 литров воды. Каждый час работы дома нужно делать перерыв и выпивать один стакан напитка. Жидкость стоит употреблять отдельно от еды.**

**«Но если ваша еда не жидкая, без соуса или большого количества овощей, тогда можете пить и во время еды. Но в таком случае это должен быть не фруктовый сок и не какой-либо другой сладкий напиток»,** — объяснила Пугачева.

Также диетолог предложить во время самоизоляции свежесваренный чай и натуральный кофе — эти напитки дают ощущение бодрости. Она напомнила, что две-три чашки кофе в первой половине дня или четыре-пять чашек чая средней крепости безопасны для организма. Однако, врач посоветовала не пить одну чашку долго — чем свежее напиток, тем он полезнее. Также диетолог предложила отказаться от добавления молока или сахара.

РИА Новости

## Каким градусником лучше измерять температуру

В условиях пандемии коронавируса как никогда важно контролировать температуру, чтобы не пропустить ее внезапное повышение.

На сегодняшний день медицинская промышленность предлагает широкий выбор термометров различных типов. Чем они различаются между собой, и кому какой подходит больше?

### Ртутные, цифровые термометры и смартфоны

Традиционные стеклянные градусники с жидкой ртутью внутри отходят в прошлое. На смену им пришли цифровые термометры с датчиками тепла для контактных и дистанционных измерений. Датчики тепла есть и у большинства смартфонов, но предназначены они прежде всего для измерения температуры окружающего воздуха. Существуют приложения, чтобы измерять температуру приложенного к сканеру пальца, но, как известно из научных исследований, результаты для периферических участков тела неточны.

### Где измерять?

Цифровые термометры делятся на типы прежде всего по месту измерения — под мышкой, во рту, в ухе, на лбу или в прямой кишке. Температура подмышкой обычно наименее точна. Ректальные температуры обеспечивают наилучшие показания для детей, особенно для самых младших.

Для детей старшего возраста и взрослых наиболее точными считаются оральные измерения при условии, что рот во время замера остается закрытым. Еще медики рекомендуют подождать 15 минут после еды или питья, прежде чем измерять оральную температуру. В противном случае температура еды или напитков может повлиять на показания термометра.

Дети не всегда могут выдержать условия орального измерения. Трудно это сделать и тем, у кого заложен нос. В этом случае рекомендуются ушные термометры, использующие инфракрасный луч, отражающийся от барабанной перепонки для измерения температуры внутри слухового прохода.

Замер ушным термометром занимает всего пару секунд, и результаты достаточно точны при правильном использовании.

РИА Новости



Но обращение с ними требует определенного навыка, так как любое отклонение луча приведет к погрешности. Неточными будут показания и в том случае, если ушной канал забит серой, а также при отите.

Не рекомендуются ушные термометры и для новорожденных, так как ушной канал у них очень узкий и часто изогнутый. Альтернатива — термометры в виде соски-пустышки. Но для точного измерения ребенок должен держать ее, не открывая рот в течение трех-пяти минут, что маловероятно. В итоге, исследователи признали показания термометров-пустышек недостоверными.

Лобные градусники делаются на два типа: термометры височной артерии и с пластиковой полосой. Первые используют инфракрасный сканер. Они достаточно точные, хотя и дорогие. Результаты исследований показывают, что термометр височной артерии обеспечивает достоверные показания и для новорожденных. Точность термометров с пластиковой полосой значительно ниже.

### Умные термометры

Это новое слово в контроле температуры населения. Умные термометры, контактные и бесконтактные, сами связываются со смартфоном и передают показания в приложение. Там их можно анализировать самостоятельно или передавать лечащему врачу. Некоторые производители пошли еще дальше и создали единые температурные карты для сбора данных от разных пользователей. Ими пользуются медицинские службы для контроля заболеваемости и предотвращения вспышек инфекций.

РИА Новости

## Ученые придумали, как усилить свойства антивозрастной косметики



**Ученые Сибирского федерального университета (СФУ) обнаружили в листьях жимолости полезные вещества, усиливающие полезные свойства антивозрастной косметики и солнцезащитных кремов, сообщает пресс-служба вуза.**

По ее данным, ученые изучили химический состав и свойства экстрактов, полученных из листьев жимолости голубой (*Lonicera caerulea L.*) — дикого кустарника, растущего на юго-западе Красноярского края.

**«По мнению экспертов, биологически активные вещества, присутствующие в листьях этого растения, могут успешно применяться для производства и обогащения состава косметических средств, в том числе антивозрастной косметики, солнцезащитных кремов и средств, используемых для лечения акне»,** — говорится в сообщении.

По словам доцента кафедры товаровед-

дения и экспертизы товаров СФУ Ларисы Деминой, установлено, что в биомассе листьев жимолости присутствуют различные классы биологически активных веществ, которые могут найти широкое применение в фармакологии и производстве косметических средств. Ранее удалось выяснить, что высушенные листья жимолости голубой содержат больше витамина С, чем ее замороженные плоды.

Углубленное исследование показало, что в листовых пластинах жимолости есть хлорофиллсодержащие соединения, биофлавоноиды, мощные антиоксиданты — антоцианы, дубильные вещества и полезные органические кислоты.

**«Летом многие из нас нуждаются в защите кожи от солнечных лучей. Мы полагаем, что экстракты из вегетативных частей жимолости могут эффективно использоваться в солнцезащитных кремах, поскольку они способны блокировать вредное воздействие ультрафиолетовых лучей на эпидермис кожи. Кстати, экстракт сохраняет свои полезные свойства даже после того, как на него длительное время воздействуют прямые солнечные лучи»,** — цитирует Демину пресс-служба.

По данным вуза, планируется использование фитоэкстрактов жимолости на практике. Ученые СФУ изучают возможность сотрудничества с производственными партнерами, производящими гигиеническую косметику в Новосибирской и Томской областях.

