



# Вести Кесклинна



## Распоряжение городской управы о закрытии площадок общественного пользования

Закрывать с 26 марта до принятия нового соответствующего решения городской управы

- находящиеся в собственности города Таллинна игровые и спортивные площадки общественного пользования, а также прогулочные площадки для собак и закрытые игровые и спортивные площадки при муниципальных учреждениях, а также запретить их использование и пребывание на них;
- доступ посетителям на территорию зоопарка;
- доступ посетителям на территорию Ботанического сада, оставив открытой парковую зону.
- Департаменту образования направить дошкольным муниципальным учреждениям города Таллинна дополнительные инструкции по использованию в период чрезвычайного положения открытых для групп детских учреждений игровых площадок.

Уполномочить управы районов города, Департамент окружающей среды и коммунального хозяйства, а также муниципальную полицию осуществлять государственный надзор за исполнением распоряжения. Существующее надзорное лицо в случае невыполнения распоряжения имеет право применить меры принуждения, упомянутые в частях 1-3 статьи 28 Закона об охране общественного порядка.

- Распоряжение вступило в силу 25 марта 2020 года.

## В магазинах Кесклинна требования соблюдаются

Во время обхода магазинов в районе Кесклинна выяснилось, что большинство из них соблюдает требования чрезвычайного положения.

«В нынешней ситуации очень важно следить в магазинах за гигиеной и установленными ограничениями. Поэтому хочу поблагодарить магазины, которые это делают! Также хочу поблагодарить людей, которые при походе в магазин соблюдают все правила. Мы обращаем особое внимание именно на магазины, так как если других мест сейчас можно и нужно избегать, то за едой и товарами первой необходимости люди ходят регулярно», – сказала исполняющая обязанности старшей инспекции Кесклинна Ану Аус.

По ее словам, обход показал, что в большинстве магазинов регулярно дезинфицируют корзинки, тележки и поверхности. Также около кассы нанесена разметка, чтобы люди соблюдали между собой дистанцию. В некоторых небольших магазинах внутрь запускают только определенное количество людей. Продавцы, однако, отмечают, что скоро может возникнуть нехватка защитных средств.

Управа района Кесклинна совместно с командой Tallinn Music Week осуществила и проверку игровых и спортивных площадок, а также площадок для выгула собак, чтобы убедиться в том, что доступ ко всем площадкам по-прежнему закрыт и на каждой площадке есть пояснительная табличка.

## Обращение мэра Таллинна Михаила Кылварта

Давайте наберемся смелости и проявим ответственность, чтобы признать – мы находимся на пороге тяжелых событий.

Количество заболевших растет с каждым днем. Ежедневная статистика исчисляется уже не десятками, а сотнями. Заразившихся будет все больше. Будет становиться больше и тех людей, которым понадобится интенсивная помощь медицинских служб. У нас уже есть первая потеря, и нужно признать – к сожалению, она не станет последней.

Если мы прямо сейчас не осознаем, что происходит, то последствия будут значительно тяжелее. И это не будут просто новости по телевизору, сухая статистика с численностью заболевших и умерших. Это будут горькие потери рядом с нами: станут уходить наши близкие, наши родные, наши друзья.

Мы сейчас прячем голову в песок. Нам кажется, что происходящее нас не касается, оно где-то в стороне, может быть, даже в другой

стране. Нет же, все это уже происходит здесь, с нами. Поэтому именно от нас зависит, как будут развиваться события. Тяжело будет в любом случае. Но вот насколько, и сколько потерь нас ожидает – это сейчас зависит от каждого из нас.

Для нас важнее прогуляться в солнечный день и создать массовое скопление? А может, важнее закупиться по скидкам в супермаркете дешевыми товарами? Если для нас важнее, вопреки ограничениям, провести вечеринку или встретиться с друзьями, то мы также должны быть готовы и отвечать за последствия.

Если мы сможем собраться с духом, включить самоконтроль, проявить ответственность и понимание, то у нас по-прежнему будут шансы избежать больших потерь. И для этого не надо проводить глубокий анализ. Достаточно посмотреть, что происходит в других странах: где, кто и как справляется с ситуацией.

В состоянии справиться те, кто способен себя ограничивать. При-

держиваться ограничений следует как минимум по двум причинам. Чтобы уберечь себя, своих близких и, в конечном счете, целое общество, город, страну. Ограничивать себя для того, чтобы не было необходимости вводить еще больше запретов, еще более жесткие меры: вплоть до ограничения передвижения, вплоть до комендантского часа и уголовной ответственности за нарушение. В конечном счете, это наш выбор. То, как будут развиваться события, – наш выбор и наша ответственность. Если мы начнем терять людей, в конечном итоге винить за это нам придется только себя.

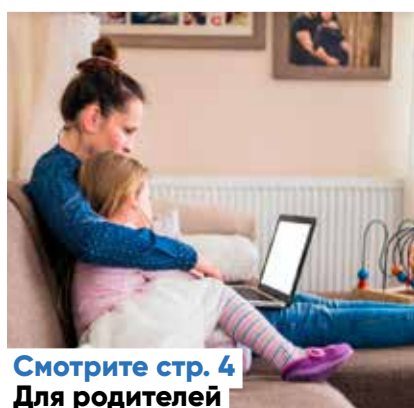
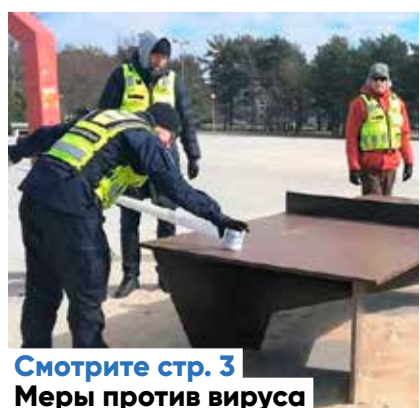
Друзья, мы находимся в начале непростого пути. Мы должны быть готовы к тому, что это затянется на недели. Это непростое испытание. Все вместе мы должны решить для себя, что готовы пройти его, сжав волю в кулак и придерживая свои желания, стойко терпя неудобства. Если мы сможем это сделать, то пройдут эти тяжелые месяцы и мы вернемся к нормальной жизни.

Да, мы будем еще долго исправлять экономические последствия кризиса, но у нас и на это найдутся силы – если мы этого сами захотим.

Если у вас нет крайней необходимости выйти за продуктами или в аптеку, если вы не связаны служебными обязанностями, если вы можете найти способ остаться дома и не отводить ребенка в детский сад, пожалуйста, оставайтесь дома. Придется осознать, что это надолго. Не перетерпеть взаперти предстоящие выходные и маящую на улице солнечную погоду, а оставаться дома неделю, другую. Это необходимо! Только тогда мы сможем удержать стремительное развитие эпидемии. Тогда у врачей будет возможность накопить резервы и помогать тем, кто будет остро нуждаться в помощи, и тогда мы быстрее выйдем из этой ситуации.

Я верю, что мы справимся, я верю в нас.

27 марта 2020 г.



### В ТАЛЛИНСКОМ РАЙОНЕ КЕСКЛИНН ЖИВЕТ 63 130 ЧЕЛОВЕК

В течение последнего месяца число жителей Кесклинна увеличилось на 35 человек, это второй результат среди районов столицы после района Хааберсти. Всего в Таллинне живет 445 175 человек. За 3 месяца этого года в Кесклинне добавилось 427 жителей (в Таллинне в целом – 1243).

Источник: Регистр народонаселения, 1 апреля 2020 г.

Следующий номер Kesklinna Sõnumid выйдет 20 мая.

Издатель: Управа таллиннского района Кесклинн  
тел.: 645 7229  
эл. почта: kesklinnasonumid@tallinnl.ee  
Подготовка к печати: OÜ Rkontor

## ВАЖНЫЕ ТЕМЫ

## Время оставаться дома

Уважаемые жители Кесклинна! Для меня большая честь впервые обратиться к вам со страниц районной газеты в качестве исполняющего обязанности старейшины Кесклинна. Конечно, вы знаете, что Владимир Свет, который до сего времени нес на себе груз ответственности старейшины Кесклинна, на сегодня уже почти месяц является старейшиной района Ласнамяэ.

Многие меня, без сомнения, не знают, поэтому считаю нужным сказать о себе пару слов. По образованию я учитель детского сада и уже более двух лет работала в управе Кесклинна в должности заместителя старейшины. В сфере моей ответственности были вопросы социального обеспечения, образования и культуры. Ранее я более пяти лет работала в городской управе Таллинна помощником бывшего вице-мэра Мерике Мартинсон, которая отвечала за социальную сферу.

Мне очень приятно, что я смогла поработать в сильной команде под руководством Владимира Света, которой удалось инициировать множество новых нужных начинаний. Я намерена обязательно как можно больше продолжать работу с ними.

В нынешней особой ситуации мы оказались лицом к лицу с тяжелыми и совершенно новыми условиями. Жизнь словно приостановилась, замерли наши привычные занятия. Из-за пандемии мы закрыли множество учреждений в центре города, школы перешли на дистанционное обучение, запрещены общественные собрания и разрешено выходить в магазин только за самым необходимым – и все это для того, чтобы защитить и сберечь наших людей. С другой стороны, я вижу, как люди прилагают усилия и отказываются от многого во имя того, чтобы все мы смогли бы наконец выйти из оцепенения и как можно скорее вернуться к нормальной жизни.

Я хочу обратиться лично к каждому жителю нашего района – как к молодым, так и к старшему поколению. Я очень прошу, чтобы в это трудное время вы оставались бы дома, берегли и заботились бы о своих близких и делали все от себя зависящее, чтобы все мы вышли еще более сильными из этого сложного положения!

Работники управы Кесклинна всегда к вашим услугам, особенно в нынешнее время. Я призываю всех вас, если вы знаете кого-то, кто нуждается в помощи, сразу же сообщите об этом нам – так мы сможем быстрее прийти к тем, кто больше всего нуждается в нашей поддержке. В службе социального обеспечения управы Кесклинна на передовой работают наши специалисты, готовые помочь вам и советом, и делом. И я хочу сердечно поблагодарить их, как и других коллег, работающих в условиях чрезвычайного положения. Но особой нашей благодарности и уважения заслуживают работники здравоохранения и охраны правопорядка, которые не щадя своих сил ежедневно трудятся на благо всего общества.

Именно так, соблюдая введенные особые требования и помогая друг другу, мы сможем предотвратить распространение вируса и восстановить привычный ритм жизни. Будем беречь друг друга и будем здоровы!



**Ану Аус,**

исполняющая обязанности старейшины Кесклинна

## Давайте вместе бороться с распространением коронавируса!

**Внешнем чрезвычайном положении советы поступают буквально из каждого окна или двери. Базируясь на руководствах города Таллинна, правительства ЭР и Департамента здравоохранения, мы собрали всю самую существенную информацию – пожалуйста, прочитайте, запомните и действуйте в соответствии с рекомендациями!**

Применяемые методы, обусловленные объявленным 12 марта чрезвычайным положением, являются крайне необходимыми, чтобы защитить от коронавируса самые незащищенные слои населения: наше старшее поколение, а также имеющих хронические заболевания людей.

Для того, чтобы публиковать всю информацию о применяемых мерах, ограничениях и оказании услуг, город Таллинн создал специальную интернет-страничку <https://www.tallinn.ee/rus/Informatsija-na-temu-koronavirusa-v-Tallinne>. Также точная и достоверная информация об экстренной ситуации находится на страничке [kriis.ee](https://www.kriis.ee). Устно всю информацию о коронавирусе можно получить, позвонив на телефонную линию 1247.

Информацию о касающихся Таллинна вопросах можно получить по номеру телефона 14 410. Также следите за информацией посредством новостей от Эстонского телерадиовещания – по телевизору, радио и интернету. Новостные передачи, добавок к трансляции на эстонском

и русском языках, дублируют также на языке жестов.

Каждый день в 12.00 в эфире ЭТВ идет передача «Актуальная камера». В период чрезвычайного положения каждую среду в 11.30 телеканал ЭТВ+ ведет трансляцию русскоязычной пресс-конференции городской управы, на которой говорят о темах, связанных с коронавирусной инфекцией.

В случае заболевания в первую очередь свяжитесь со своим семейным врачом или же позвоните на консультационную линию семейных врачей 1220. Избегайте прикосновений к лицу, глазам и рту. Если касаетесь глаз, носа или рта грязными руками, можете с легкостью подхватить не только коронавирусную инфекцию, но и другие сезонные вирусные заболевания.

Следите за состоянием своего здоровья и находитесь дома. Свяжитесь с семейным врачом, а если врач недоступен, то позвоните на консультационную линию семейных врачей 1220. Не идите в центр семейных врачей или отделение экстренной медицины, если врач не дал для этого ясных указаний. В экстренной ситуации звоните на номер 112.

Если у вас легкие симптомы респираторного заболевания и вы не были за рубежом, тщательно выполняйте ежедневные гигиенические процедуры и оставайтесь дома, пока не

выздоровеете. Диагностирует и лечит человека с симптомами респираторного заболевания врач; пожалуйста, свяжитесь со своим семейным врачом и следуйте руководствам медицинских работников.

Очень важно избегать контактов с другими людьми, походов в гости и посещения магазинов. Особенно это важно для людей старше 60 лет. Сейчас время, когда можно смело звонить и просить помощи у детей, более молодых родственников, друзей или соседей. Если у вас или ваших близких сейчас нет возможности выйти из дома либо по состоянию здоровья, либо по каким-то иным веским причинам, и близкие также не могут вам помочь, просим обратиться за советом и помощью в горуправу.

Свой вклад в борьбу с распространением коронавируса может внести каждый.

Следуйте простым правилам:

1. При любой возможности оставайтесь дома.
2. Если заболели, обязательно оставайтесь дома.
3. Если находитесь в карантине, оставайтесь дома.
4. Если выходите на улицу, сохраняйте безопасную дистанцию от остальных людей – 2 м.

Точная информация, а также ответы на часто задаваемые вопросы находятся на страничке [www.koroonaviirus.ee](http://www.koroonaviirus.ee).

## Новости Таллинна на телеканале ПБК

**С понедельника по четверг в 20:30 на Первом Балтийском канале выходит программа «Новости Таллинна».**

Согласно достигнутой договоренности, телеканал предоставит свое эфирное время для информирования горожан бесплатно. Передача будет выходить в эфир ПБК в течение объявленной в стране чрезвычайной ситуации и до 28 мая включительно. Ведущие – Екатерина Плехова и Вадим Малышкин, хорошо знакомые телезрителям по программе «Доброе утро, Таллинн!».

«Мы все понимаем, что в нынешней ситуации информация о происходящем должна достигать жителей города и страны оперативно и именно по тем каналам, где люди привыкли ее получать, – сказал мэр Таллинна Михаил Кылварт. – Закрытие про-

граммы «Новости Эстонии» на ПБК несомненно ограничило доступ к актуальной и полезной информации для значительной части русскоговорящего населения страны. Поэтому город, со своей стороны, приложил усилия, чтобы эта возможность вернулась к телезрителям как минимум на период чрезвычайного положения».

Согласно исследованию телевизионной аудитории, проводимому Kantar Emor, в феврале Первый Балтийский канал по-прежнему оставался одним из наиболее популярных среди русскоговорящей аудитории – дневная доля просмотра канала в этой аудитории составляла 12,7%.

«Следует также выразить признательность руководству телеканала, которое сочло возможным предоставить «Новостям Таллинна» лучшее эфирное время на Первом Балтий-

ском канале бесплатно», – отметил Кылварт.

Производит программу «Новости Таллинна» целевое учреждение Tallinna Televisioon. Для производства передачи на русском языке привлечена также опытная команда OÜ Subbmedia.

Таллинн информирует горожан посредством шести телевизионных передач: на эстонском языке это «Новости Таллинна», которые выйдут по будням в эфире канала TV6 с повтором на TV3, воскресная итоговая программа «Панорама Таллинна» (Kanal 11 с повтором на Kanal 2), а также дискуссионная передача «Граждане Таллинна» (на канале TV3). На русском языке программы по заказу Таллинна выходят на ПБК – это «Доброе утро, Таллинн!», «Наша столица» и «Русский вопрос».

## Социальные услуги гарантированы и в период чрезвычайного положения

**Нуждающиеся в социальных услугах не останутся без помощи в период чрезвычайного положения, но трудовой распорядок в отделе социального обеспечения приспособлен к ситуации.**

В отделе социального обеспечения управы Кесклинна обслуживают граждан, уменьшая личные контакты в целях предотвращения распространения вируса. Поэтому просим соблюдать некоторые простые правила:

- по возможности воздержитесь от посещения отдела и подавайте заявку на пособие или услугу электронным путем; необходимую информацию вы найдете на домашней странице города Таллинна [www.tallinn.ee](http://www.tallinn.ee), выбирая там «Услуги, информация» > «Помощь, опека и здоровье» > «Социальная помощь»
- если нет возможности использовать компьютер, то оставьте заявку на бумажном носителе в почтовом ящике, находящемся у дверей

отдела социального обеспечения на Пярну мнт., 9. Отметьте свои контакты, и с вами свяжутся.

В случае возникновения вопросов позвоните по телефону 6457 832 или напишите по электронному адресу [kesklinn.sotsiaal@tallinnlv.ee](mailto:kesklinn.sotsiaal@tallinnlv.ee).

Те же контакты можно использовать, чтобы передать информацию об одиноких людях, нуждающихся в помощи.

Теперь в бесконтактной форме!

с понедельника по пятницу с 9 до 17

**БЕСПЛАТНЫЕ ЮРИДИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ**

☎ 6313002 или 6449501 или 6 314 466

✉ [ejl@juristideliit.ee](mailto:ejl@juristideliit.ee)

Нужен юридический совет?



Kesklinn

## Возможность совершать покупки не выходя из дома

Город совместно с универсамом Stockmann в условиях чрезвычайного положения помогает доставлять товары горожанам домой с помощью курьеров.

Услугу такой помощи могут получить как пожилые люди, так и родители-одиночки, которые сами не могут выйти из дома. Информацию о возможностях заказа отдел социального обеспечения районной управы предоставляет тем нуждающимся в помощи жителям, которые сами не могут выбраться из дома. Социальные работники передают контактные данные нуждающихся в помощи магазину Stockmann, и затем сделать заказ по телефону могут те находящиеся в затруднительном положении люди, которые включены в список районного отдела социального обеспечения.

Заказ принимает обслуживающий клиентов работник, который сразу же договаривается и о времени доставки. Покупательская корзина комплектуется из недорогих имеющихся в продаже товаров. Расплачиваться можно как банковской карточкой, так и через электронную среду – последнюю услугу надо заказать вместе с товаром. Одновременно электронный счет дает возможность бесконтактной доставки покупок, поскольку курьер просто оставляет товары у дверей, предварительно известив об этом клиента. В пределах Таллинна доставка заказанных товаров происходит в течение до 24 часов в промежутке с 10.00 до 17.00. Это бесплатная услуга.

Работники опеки могут вне очереди заказать в интернет-среде Selver услугу доставки на дом клиентам продуктов и хозяйственных товаров.

Короткие сроки доставки являются большим преимуществом в ситуации, когда обычным клиентам приходится ждать неделями своей очереди. Для оперативного выполнения заказов многим работникам опеки, обслуживающим людей на дому, от города выдали планшеты. Предлагаемое платежное решение позволяет заказывать продукты и тем, кто сам не пользуется интернетом. На первых порах клиенты обслуживания на дому могут делать заказы до шести раз в течение календарного месяца.

«Используя электронную торговлю, мы заметно экономим время работников опеки, можем уберечь

наших сотрудников от хождения по магазинам и переноски покупок. За счет этого в сфере социального обеспечения в районах города высвобождается дополнительный ресурс, чтобы принять на обслуживание новых клиентов. В условиях чрезвычайного положения мы хотим защитить как клиентов обслуживания на дому, так и наших замечательных сотрудников опеки от излишних контактов», – пояснила вице-мэр Бетина Бешкина.

Прежде работники опеки доставляли клиентам обслуживания на дому товары в основном из ближайшего магазина пешком или используя общественный транспорт. В течение дня им приходилось ходить в магазин по несколько раз и много часов.

Находящиеся на домашнем обслуживании клиенты – это в основном одинокие пожилые люди или инвалиды, которые без посторонней помощи не могут справиться с повседневными делами. Доставка товаров на дом новым способом упрощает задачу самому клиенту – ему достаточно ответить на телефонный звонок в указанное в заказе время и быть дома.

По договоренности с сетью аптек Súdameapteek клиентам услуги доставки на дом заказанные лекарства доставляют прямо домой.

Система проста: работник опеки передает аптеке заказ на лекарства, необходимые клиенту; после того



как заказ укомплектован, лекарства отправляют на домашний адрес клиента с курьером. Получение заказа бесконтактное, то есть идентификация нужного лица происходит на расстоянии.

«По аналогии с возросшей нагрузкой на интернет-торговлю, резко возросло количество заказов и в интернет-аптеках. Поскольку идти в аптеку людям из групп риска неразумно и зачастую невозможно, продолжающаяся услуга доставки клиентам лекарств на дом имеет жизненно важное значение», – сказала Бетина Бешкина.

Аптека направляет клиенту счет за лекарства на бумаге или по электронной почте. Если по какой-либо причине клиент не может выполнить банковский платеж у себя дома, аптека посылает счет на электронный адрес кого-либо из близких клиента, который мог бы помочь с выполнением перевода. Если у клиента нет близких, которые могли бы ему помочь с расчетами, перевод платежа осуществляет учреждение, которое координирует заказы товаров и которое позднее само проведет расчеты с клиентом. В платной форме услуга доступна и временно нуждающимся в помощи, например лицам, находящимся в обязательном карантине.

В период распространения вируса рекомендуется как можно больше избегать использования банкомата.

«Мы советуем всем пожилым людям пользоваться предлагаемой районными управами возможностью заказывать товары вне очереди, заказывать самим товары домой с помощью электронной услуги или просить об этом своих детей или близких, пользующихся доверием», – рекомендует Бетина Бешкина.

«Если у вас действительно нет другой возможности и необходимо самим идти к банкомату за наличностью, то используйте одноразовые перчатки и средства индивидуальной защиты, чтобы избежать опасности заражения».

Вместе с тем вице-мэр советует всем, кто только может, и для осуществления банковских сделок пользоваться электронными услугами. При необходимости для этого можно попросить помощи у детей или внуков, а также использовать услугу колл-центров самих банков и банковской телефонной консультации.

## Хозяев собак призывают убирать за питомцами

Управа района Кесклинн установила в парках района на основании полученной от жителей обратной связи плакаты, которые призывают владельцев собак убирать за своими питомцами и держать собак на поводке.

«Мы понимаем, что ограничения доставляют неудобства и хозяевам собак, так как многие из них вынуждены в связи с закрытием площадок для выгула собак отказаться от своей привычной рутины. Однако

мы призываем владельцев собак считаться с другими, держать своих любимцев на поводке и убирать за ними. Хочу поблагодарить тех людей, которые соблюдают правила содержания животных!» – сказала исполняющая обязанности старейшины района Кесклинн Ану Аус.

Плакаты с призывом для владельцев собак на основании полученных от жителей предложений были установлены в Полицейском парке, парках Фальги, Тийгивески,

Лембиту, а также в парке Вайкне. Для плакатов были использованы треугольные стенды, стоявшие до этого пустыми.

«Мы хотели бы подчеркнуть, что нет ничего плохого в том, что кто-то гуляет со своей собакой по городу, в том числе в парке. Главное – считаться с другими людьми, держать собаку на поводке и убирать за ней. Именно на это мы и хотели обратить внимание своими плакатами», – добавила Аус.

## Волонтеры предлагают помощь



Молодые спортсмены помогли патрулю МуПо. Фото муниципальной полиции

Платформа волонтеров «Община поможет» придет на выручку тем, кто из-за коронавируса оказался в изоляции и нуждается в какой-либо помощи.

В Таллинне можно попросить о помощи сеть волонтеров, например, чтобы доставить на дом товары из магазина и аптеки. Платформа «Община поможет / Kogukond aitab» (или Covid-Help) сводит друг с другом людей, нуждающихся в помощи из-за коронавируса, и добровольцев. Если нуждающийся в помощи обратится в отдел социального обеспечения районной управы, но невозможно будет сразу направить социального работника, то на подмогу призовут добровольцев.

«Конечно, сначала спросят у обратившегося за помощью человека, подойдет ли ему, если волонтер принесет ему домой пакет из магазина и т. д. Только с его согласия мы попросим помощи у волонтеров», – пояснила вице-мэр Бетина Бешкина.

Если горожанину нужна

помощь, он может сообщить об этом, заполнив форму на странице [kogukondaitab.ee/et/](http://kogukondaitab.ee/et/) или позвонив по телефону 7168 068 с 9.00 до 21.00.

Молодые спортсмены помогают МуПо

На призыв вице-мэра Калле Кландорфа прийти на помощь патрулю МуПо откликнулись добровольцы – молодые спортсмены. Они ходили вместе с участковыми инспекторами, оперативным руководителем и патрулем контролировать закрытые спортивные и игровые площадки, которых в Таллинне более 300.

«В связи с чрезвычайным положением рабочих задач у нас прибавилось, нагрузка на патрули возросла. Поэтому мы охотно приняли предложение помощи со стороны молодых спортсменов», – сказал руководитель Департамента муниципальной полиции Айвар Тоомпере. «Речь идет о молодых людях, находящихся в хорошей физической форме, которые и нам самим в нашей повседневной работе были бы очень нужны».

### Таллинн принял дополнительные меры в период чрезвычайного положения:



Городские служащие продолжают свою повседневную работу и обслуживание горожан в обычном режиме



Закрывает доступ ко всем публичным игровым и спортивным площадкам, а также к площадкам для выгула собак



Все таллиннские школьники при необходимости могут получить горячее питание



Родители детей, ходящих в муниципальные детские сады, освобождены от платы за место. Также город поддержит родителей, дети которых посещают частный детский сад



В Таллиннском общественном транспорте проезд сделан временно бесплатным



Таллинн в сотрудничестве с магазином "Стокманн" организует доставку еды для горожан, нуждающихся в помощи



Для тех, кто из-за коронавируса оказался в изоляции и нуждается в помощи, создана платформа добровольцев Covid-Help

## СООБЩЕНИЯ

## Ученики получают продуктовые пакеты

С начала апреля изменился порядок раздачи школьных обедов для учащихся: в целях ограничения непосредственных контактов в дальнейшем дети будут получать раз в неделю продуктовые пакеты.

К концу марта горячие обеды в Таллинне получали 1600 учеников, на прошлой неделе было роздано уже 11 550 продуктовых пакетов, т.е. для четверти учеников общеобразовательных школ. Семьям, которые и дальше желают получать для детей школьное питание, следует сообщить об этом в свою школу, которая в свою очередь передаст информацию в Департамент образования. Инструкции для получения продуктовых пакетов родители и ученики получают в школе.

По словам вице-мэра Вадима Белобровцева, нужно было найти

возможность продолжить предоставлять необходимое питание для детей таким образом, чтобы контакты между людьми были сведены к минимуму. «Мы посчитали, что оптимальным решением будет распределение продуктовых пакетов на неделю. Их будут доставлять в ближайшую к дому ребенка школу, где их можно будет получать без лишних перемещений».

Содержащиеся в пакете продукты предназначены для приготовления обедов в течение 6 дней. Продукты выбираются в сотрудничестве с работниками общественного питания и специалистами по развитию здоровья. Меню меняется, чтобы растущий организм получал разнообразные питательные вещества. Поскольку продуктовый пакет может быть довольно тяжелым, за ним может прийти родитель ребенка или опекун.



## Награда-признание «С детьми и детям»

Все желающие могут выдвигать кандидатов на награду-признание «С детьми и детям». В свете нынешних событий крайне важно замечать, помогать и поддерживать других.

Кандидатов можно выдвигать до 1 мая, для этого нужно заполнить соответствующее ходатайство на сайте канцлера права. Победители будут объявлены президентом Эстонской Республики и канцлером права в День защиты детей, 1 июня.

По мнению канцлера права Юлле Мадисе, каждый молодой человек рад встретить в своей жизни людей, которые вдохновляют и предлагают поддержку: «Практически на любой должности и роли можно помогать и вдохновлять детей – создателей будущего Эстонии. И наоборот, дети могут инспирировать нас и указывать направление. Кризис меняет жизнь, так давайте сделаем ее лучше!»

Номинировать можно как взрослых и детей, так и организации, которые своим начинанием или долгосрочной деятельностью сделали больше, чем от них ожидалось. Награда «С детьми и детям» вручается уже в седьмой раз. В этом году будут представлены сле-

дующие категории: «Большое дело ребенка», «Двигатель изменений» и «Премия за дело всей жизни». Кроме того, комиссия, состоящая из детей и молодежи, выберет одного кандидата, деятельность которого сама посчитает наиболее значимой.

Титула «Двигатель изменений» в прошлом году удостоилась Марилейс Мяннд, являющаяся одним из создателей службы телефонной помощи детям 116 111. Она заботится о том, чтобы услуга помощи детям по телефону шла в ногу со временем, и дети могли получать помощь в режиме 24/7. Лауреат титула «Большое дело ребенка» прошлого года – Сигрид Салундо, представитель программы «Бусины храбрости» (Vaprusehelmed).

Награду-признание распределяют восемь организаций, работающих во имя благополучия детей: Союз работников патронатного воспитания, Союз защиты детей, Союз многодетных семей, НКО «Своя семья», НКО Благотворительный фонд SEB, Департамент социального страхования, канцелярия президента Эстонской Республики и канцелярия канцлера права. С лауреатами прежних лет и статутом награды-признания можно ознакомиться на сайте канцлера права.

## Как быть поддерживающим родителем?



Настало время испытаний как для взрослых, так и для детей, но это и время побыть вместе.

Глубокий поклон родителям, которые помогают детям выполнять свои школьные обязанности, даже когда школы закрыты, или тем, которые сейчас сами готовят своих детей к школе. Большинство детей, став взрослыми, будут вспоминать этот период не в контексте специфического вируса или пандемии, а по тому, как их семья себя в это время чувствовала, какие эмоции главенствовали в домашней обстановке. Также дети, наблюдая за своими родителями, учатся вести себя в ситуациях кризиса и нестабильности.

Беспокойство взрослых о здоровье своей семьи и близких, а также по поводу преодоления экономических трудностей в чрезвычайной ситуации может вызвать тревогу и подавленность. В случае если взрослые могут продолжать работать, как поделить себя между домашним офисом и детьми? Как одновременно исполнять роль родителя, учителя и работника, чтобы эмоции не били через край? Союз защиты детей призывает родителей сохранять ясность ума и открытость сердца для своих детей и для себя. Несколько советов.

### 1. Составьте распорядок дня с

ребенком. Учитывайте потребности, предложения и способности как ребенка, так и других членов семьи. Хороший распорядок дня помогает сбалансировать соотношение игры и обязательств, время общения и время наедине с собой. Распорядок может включать:

- время, когда вы занимаетесь, играете и учитесь с ребенком, не делая ничего другого;
- время, когда ребенок занимается самостоятельно;
- время, когда родитель может побыть наедине с собой;
- время, когда выполняются разные домашние дела (приготовление еды, уборка и т. д.), и каков в это вклад детей;
- свободное от экрана и гаджетов время (прослушивание аудиокниг, сказок, игры и т. д.);
- ежедневные планы можно менять изо дня в день, принимая во внимание различные потребности членов семьи.

2. Ежедневная физическая активность помогает сохранить равновесие. Все члены семьи могут по очереди выполнять домашнюю тренировку.

3. Поговорите с ребенком о том, что помогает хорошо ладить друг с другом. Например, время для себя у каждого члена семьи в течение дня и т. д.

4. Поговорите о том, какое поведение абсолютно недопустимо и договоритесь об альтернативах, какие действия допустимы, если ребенок злится (кричит в подушку, берет время для успокоения).

5. Берите на себя ответственность за свои чувства. Во фразе «ты меня не слушаешь, поэтому я вынужден тебя отшлепать» родитель возлагает на ребенка ответственность за свое чувство раздражения и беспомощности. Более подходящим предложением было бы: «Меня раздражает эта ситуация, и я хочу, чтобы она закончилась».

6. Находите каждый день время для себя, чтобы восполнить свои потребности. Для двух родителей это требует хорошего сотрудничества друг с другом. Одинокому родителю может помочь планирование перерывов даже лишь на 5-10 минут. Важно различать рабочее и личное время и позволять себе и то, и другое.

7. Продумайте действия, которые помогают вам, когда чувства закипают. Хорошо помогают дыхательные упражнения, дистанцирование (уйдите в другую комнату). Созванивайтесь, общайтесь каждый день с каким-либо поддерживающим вас человеком. Поговорите с кем-то, кто понимает и одобряет вас.

Идеального родителя не существует, и совершать ошибки – это нормально. Нужно осознавать совершенные ошибки и учиться на них. Чувство вины не помогает стать лучшим родителем.

При необходимости можно обратиться за помощью в вопросах воспитания детей в Союз защиты детей по телефону 116 111. Открыта линия кризисного телефона помощи жертвам 116 006 и кризисная линия 1247 по вопросам COVID-19 и предложению экстренной психологической помощи.

### Мерит Лаге

Инструктор Союза защиты детей, гештальт-психотерапевт

## Дни Старого города в июне не состоятся

Таллиннские 39-е Дни Старого города, которые были запланированы с 4 по 7 июня, отменены из-за коронавируса.

«С сожалением сообщаем, что мы вынуждены из-за пандемии коронавируса принять тяжелое решение и отменить традиционные летние Дни Старого города. Поскольку сейчас уже настало время заключения договоров, а уверенности в позитивном развитии ситуации нет, то не имеет смысла впускать людей и делать траты», – сказала исполняющая обязанности старейшины района Кесклинн Ану Аус.

Она добавила, что если к концу лета ситуация стабилизируется, то можно будет взвесить возможность проведения Дней Старого города

в усеченном виде во второй половине года. «Было бы очень обидно дать пропасть отличной работе команды организаторов во главе с Анне Вельт, которая началась еще прошлой осенью», – добавила Аус.

Главный организатор Дней Старого города Анне Вельт отметила, что организованный конкурс по сбору идей для программы мероприятия прошел успешно, и было бы здорово в будущем претворить в жизнь представленные на конкурс проекты.

«Большая работа по подготовке программы мероприятия уже проделана и находилась в последней стадии. Я хотела бы поблагодарить за это всех организаторов и партнеров – музеи, национальную оперу «Эстония», Таллиннский

литературный центр, историков и всех, принявших участие в конкурсе. Надеюсь, что у нас будет возможность донести запланированные истории и легенды до людей, и, конечно же, они со временем не потеряют свою ценность. Посвященный Георгу Отсу концерт может состояться и осенью. Аналогичная ситуация и с Яном Кроссем и Вольдемаром Пансо, которым в программе также было отведено особое место», – сказала Вельт.

По ее словам, будет доведен до конца проходящий в рамках Дней Старого города конкурс страшных историй, который продлен до 30 апреля. В этом году Дни Старого города должны были носить название «Истории и легенды» и посвящаться истории Таллинна и легендарным личностям.



Как повседневно, так и при чрезвычайном положении мы нуждаемся в помощи и помогаем другим людям, которые не могут справиться самостоятельно.

# ИЩУ ПОМОЩЬ ОКАЗЫВАЮ ПОМОЩЬ

Наш сайт [www.helpific.com](http://www.helpific.com)

С нами можно связаться по телефону **56 604 642**

При оказании и получении помощи мы следуем советам и рекомендациями департамента здоровья!



Helpific – это электронная среда поддержки людей с особыми потребностями в поиске добровольного помощника или платных услуг. Helpific - это платформа для оказания помощи от человека к человеку, способствующая укреплению общественных связей.



LUGUPEETUD TALLINNA MUNITSIPAAL-JA  
SOTSIAALMAJA ELANIK!

Tallinna linna eluruumi  
üürilepingu pikendamiseks või muutmiseks saatke palun vabas  
vormis avaldus aadressile: [linnavaraamet@tallinnlv.ee](mailto:linnavaraamet@tallinnlv.ee)

Küsi nõu tel: 6404646, 6404648, 6404510

УВАЖАЕМЫЕ  
ЖИЛЬЦЫ МУНИЦИПАЛЬНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ДОМОВ ТАЛЛИННА!

Если Вы желаете продлить или изменить договор, просим заявление в свободной форме отправлять на электронный адрес:  
[linnavaraamet@tallinnlv.ee](mailto:linnavaraamet@tallinnlv.ee)

Дополнительная информация: 6404646, 6404648, 6404510



## Формула борьбы с коронавирусом

# 2+2



Вне дома держитесь от других людей на расстоянии не меньше **ДВУХ** метров.



Вне дома ходите по одному, при необходимости **ВДВОЕМ** или семьей. Собираться компаниями запрещено.



**Оставайтесь дома.** Разрешено ходить на работу, за продуктами и лекарствами и по другим неотложным делам.



**Ходите в магазин поодиночке,** покупайте продукты для всей семьи и на длительный срок.



**Регулярно мойте** и дезинфицируйте руки.

**Защитите себя и своих близких!**



VABARIIGI VALITSUS

**1247** [kriis.ee/ru](http://kriis.ee/ru)

### Бесплатная консультационная линия Südameapteek 605 7171

Линия открыта с понедельника по пятницу с 9.00 до 20.00 и в субботу и воскресенье с 9.00 до 17.00.

Инструкции аптекаря на эстонском и русском языке.

Прежде всего предоставляется информация о лекарствах и их доступности.

Südameapteek предлагает также возможность электронного заказа лекарств.

Доставка в Таллинне в тот же день стоит 5 евро\*, в течение трех дней – 3 евро\*\*.

Перед выездом курьера диспетчер уточнит по телефону время передачи заказчику.

\*Доставка на дом в тот же день действительна для заказов, которые введены в систему в рабочие дни до 14.00; заказы, сделанные после 14.00 и в выходные, доставляются в пункт назначения к вечеру следующего рабочего дня.

\*\*Заказ, оплаченный до 12.00 в рабочие дни, обычно выполняется на следующий рабочий день, но не позднее чем в течение 3 рабочих дней. Выполнение заказов, оплаченных после 12.00 и в выходные, производится в течение 2-3 рабочих дней.

### Как препятствовать распространению вируса

Для этого существуют простые возможности:

- Работайте дома, не в офисе
- Общайтесь по телефону, Скайпу и т. п.
- Двигайтесь на свежем воздухе, но только в одиночку или с членом семьи
- Держите дистанцию 2 м с другими людьми
- Ходите в магазин только при необходимости, продумывайте покупки заранее, запасайтесь едой на более долгий срок
- Часто мойте руки и строго следуйте другим требованиям гигиены
- Следите, чтобы ваши близкие тоже выполняли эти правила

## Берегите себя и окружающих – не посещайте конторы банка!

С 1 апреля посетить банковское представительство Swedbank можно только по предварительному бронированию.

- ▶ Большинство операций Вы можете самостоятельно совершить с помощью наших цифровых каналов или банковских автоматов.
- ▶ Если Вы всё же решите, что необходимо обратиться в представительство, позвоните по номеру телефона **6 310 310**. Мы решим Ваш вопрос или забронируем время консультации в представительстве.

Swedbank

### NB!

В апреле повышается пенсия. Ознакомьтесь с новым размером пенсии Вы можете в интернет-банке, в банковском автомате, а также, позвонив по номеру 6 310 310.

Ситуация постоянно меняется. Новую информацию можно найти на страницах Swedbank в сети Facebook, а также в интернет-банке: [www.swedbank.ee](http://www.swedbank.ee)

Приносим извинения за неудобства и надеемся, что вскоре сможем вновь консультировать Вас в нашем представительстве.