

МОСКВА. ЗАБОТА



**ЧЕЛОВЕКУ СТАЛО ПЛОХО:
КАК ПОМОЧЬ, ЧТОБЫ
НЕ НАВРЕДИТЬ? СОВЕТЫ
ОТ СКОРОЙ ПОМОЩИ**

▶ **стр. 4**

**ПОМОЧЬ, УСЛЫШАТЬ,
НЕ ВЫГОРЕТЬ: КАК
РАБОТАЮТ МЕДСЕСТРЫ
В МОСКВЕ**

▶ **стр. 6**

**РАБОТНИКИ
ДОБРЫХ ДЕЛ:
КТО ПОЗАБОТИТСЯ?**

▶ **стр. 10**

**УЧИМ ИНОСТРАННЫЙ
ВМЕСТЕ С МОСКОВСКИМ
ДОЛГОЛЕТИЕМ**

▶ **стр. 12**



Именно в начальной, в основной школе открываются таланты, способности детей, формируются базовые навыки. Поэтому сдвинуть фокус внимания на этот возраст мы считаем для нас очень важным. В этом году приступаем к формированию системы подготовки и повышению квалификации учителей математики, учителей естественно-научного профиля.

Анастасия Ракова

заместитель мэра Москвы
по вопросам социального развития

БОЛЬШЕ МАТЕМАТИКИ И ФИЗИКИ: ЧЕМУ НАУЧАТ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ

▶ **стр. 6**



Следите
за главными
новостями

ДАЙДЖЕСТ

ВИЦЕ-МЭР АНАСТАСИЯ РАКОВА: СТУДЕНТОВ МЕДКОЛЛЕДЖЕЙ ЖДЕТ БОЛЬШЕ ПРАКТИКИ

Заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова во время визита в Медицинский колледж №1 сообщила об увеличении количества бюджетных мест по специальности «Сестринское дело» в колледжах столицы. Вместе с тем в городе внедряется новый практико-ориентированный стандарт подготовки медсестер и медбратьев.

Вместе с тем в городе внедряется новый практико-ориентированный стандарт подготовки медсестер и медбратьев. Она пояснила, что уже с первого курса студенты колледжей смогут получать практические навыки в городских больницах.

Она пояснила, что уже с первого курса студенты колледжей смогут получать практические навыки в городских больницах.



МОСКОВСКИЕ КОЛЛЕДЖИ ЖДУТ НОВЫХ СТУДЕНТОВ

В столичных колледжах с 20 июня стартует приемная кампания. Подать заявление на поступление можно до 15 августа на портале mos.ru. Всего на бюджет поступят около 40 тысяч человек. Кроме того, в этом году абитуриенты могут подать заявление одновременно в пять колледжей и выбрать в каждом по три образовательные программы.



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ: ОТ ЛОКОМОТИВОВ ДО ЮВЕЛИРНЫХ ИЗДЕЛИЙ



На межрегиональном этапе чемпионата профессионального мастерства «Профессионалы» московская сборная завоевала 124 золотых, 30 серебряных и 27 бронзовых медалей.

Соревнования проводились на площадках столичного образования: в колледже московского транспорта – по направлению «Управление локомотивом», центре «Руднево»

– «Фрезерные работы на станках ЧПУ» и колледже предпринимательства №11 – «Медицинская оптика» и «Огранка ювелирных вставок».

Тем временем, в Москве уже более 1,6 тыс. человек с ограниченными возможностями здоровья, среди которых подростки, студенты и специалисты, подали заявки на участие в отборочном туре чемпионата профессиональ-

ного мастерства «Абилимпикс-2025». Этот чемпионат устраивается специально для москвичей с ограниченными возможностями.

Участники будут соревноваться по 65 профессиональным компетенциям. В этом году добавились новые компетенции, такие как «Администрирование Astra Linux», «Блокчейн-технологии», «Лазерные технологии», «Специалист по типовым решениям 1С» и др.

В МОСКВЕ СТАРТУЕТ ПРОЕКТ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ РАКА ЖКТ

В Москве стартует проект по профилактике онкологических заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ), бесплатные эндоскопические исследования в городских поликлиниках и эндоскопических центрах будут доступны москвичам, которые не проходили такую диагностику несколько лет, сообщила журналистам заммэра столицы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

«Мы запускаем пилотный проект, нацеленный на предупреждение онкологии органов ЖКТ. Заболевания желудочно-кишечного тракта длительное время развиваются бессимптомно, и долгие годы могут себя никак не проявлять. При этом четко понимая возраст, в котором болезни могут дебютировать, мы предлагаем москвичам не ждать каких-либо симптомов, а пройти обследование превентивно и бесплатно. Возможности московских поликлиник и эндоскопических центров, на базе которых стартует профилактическая программа, позволяют нам пригласить на проактивное эндоскопическое исследование ЖКТ москвичей, которые не проходили его последние несколько лет. Важно, что направления для таких москвичей открываются в ЕМИАС автоматически. Пациенты могут выбрать удобное время и качественно подготовиться к исследованию», — рассказала Ракова.

ЛЮДИ С МЕНТАЛЬНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ПРИМУТ УЧАСТИЕ В ИНКЛЮЗИВНОЙ СПАРТАКИАДЕ

Более 800 спортсменов, которые проживают в социальных домах, примут участие в инклюзивной спартакиаде «Мой спортивный город».

«Спартакиада «Мой спортивный город» для людей с ментальными особенностями проходит в Москве в третий раз. Спортсмены из 19 социальных учреждений будут соревноваться в русских шашках, шахматах, мини-футболе, кроссфите, бочке, беге, силе удара, армрестлинге, подъеме штанги, дартсе и настольном теннисе.

«МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ЗАПУСТИЛО ПОРТАЛ ПОИСКА РАБОТЫ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ МОСКВИЧЕЙ

Проект «Московское долголетие» совместно с порталом «Работа.ру» разработали сервис поиска работы для москвичей серебряного возраста. На нем будут собраны актуальные вакансии для москвичей старше 55 лет, а также полезные опции по поиску работы.

Сервис поможет найти вакансии с подходящими условиями, подключит сервис «Карьерный ассистент», который будет сам отправлять резюме подходящим работодателям в течение 10 дней. Получившие отклики компании свяжутся с соис-

кателем, если резюме их заинтересует. Сервис можно будет подключить при помощи инструкции на сайте или в центре московского долголетия.



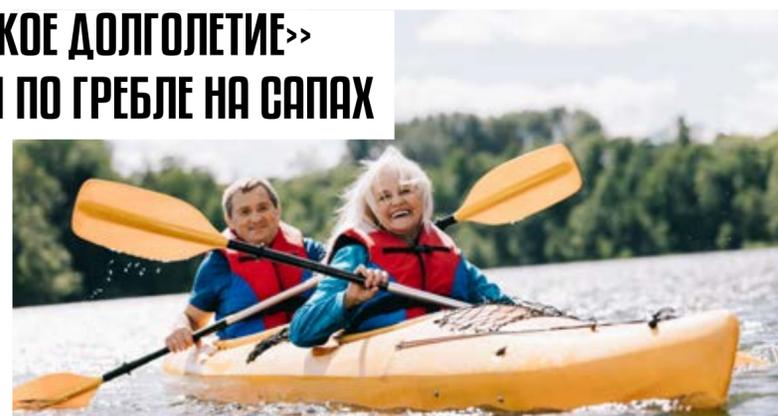
МОСКОВСКИЕ ВЕТЕРИНАРЫ УДАЛИЛИ СОБАКЕ ПОЧТИ 30 ЗУБОВ

В одной из столичных ветклиник собаке-мальтезе по имени Мопи удалили за один раз 28 зубов. Собаку продали владельцам как четырехлетнюю, но, судя по всему, Мопи оказался старше. Почти все его зубы держались на зубном камне, началось воспаление надкостницы. Операция прошла успешно, а оставшиеся клыки врачи отполировали для профилактики.



ПРОЕКТ «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ПРОВЕДЕТ ЗАНЯТИЯ ПО ГРЕБЛЕ НА САПАХ

Занятия по сапсерфингу и каякингу для москвичей старшего возраста будут проходить на Москве-реке в нескольких столичных районах. В программу курса войдут теория, практика и игровые дисциплины на воде. Эти виды спорта несложно освоить, они полезны для поддержания здоровья позвоночника, развивают дыхательную систему, помогают улучшить координацию и концентрацию внимания, отмечают организаторы.



Следите за главными новостями

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ,
15 ИЮНЯ МЫ ОТМЕЧАЕМ
ДЕНЬ МЕДРАБОТНИКА.

Наша редакция от всей души поздравляет всех, кто каждый день спасает жизни людей, кто выбрал медицину своим призванием и желаем им новых достижений, терпения и, конечно, здоровья! В этом номере мы расскажем вам о столичных медиках: как меняется московская медицина и ее организация, как люди находят себя в этой сфере и как у них получается не выгорать и следовать своему профессиональному пути

МИНУТЫ
РЕШАЮТ
ВСЁ:



КАК СКОРАЯ ПОМОЩЬ В МОСКВЕ СПАСАЕТ ЖИЗНИ



Георгий Введенский

главный врач по медицинской части
Станции скорой и неотложной
медицинской помощи им. А.С.Пучкова

Современная скорая помощь — это слаженная система, в которой задействованы передовые цифровые технологии, квалифицированные кадры, современные алгоритмы и революционные методики. В Москве экстренная медицина активно меняется: появляются Флагманские центры, развиваются маршруты для пациентов с инфарктами и инсультами, студенты готовят к работе ещё в колледже, а бригады работают с планшетами и в постоянной связи с больницами. Мы поговорили с заместителем главного врача по медицинской части Станции скорой и неотложной медицинской помощи им. А.С.Пучкова Георгием Введенским о том, как устроена работа столичной «скорой» сегодня.

— Последний год много говорят о том много, что система маршрутизации спасает жизни. Как раньше был и как стало сейчас?

— Тут, наверное, стоит рассказать на примерах. Возьмем острый инфаркт миокарда. Это всегда сложная и экстренная ситуация, и пациента надо доставить в стационар.

Сегодня в Москве созданы инсультная и инфарктная сети, в которые входят крупнейшие многопрофильные стационары города. Благодаря цифровизации бригада скорой

имеет возможность увидеть, в каком из них есть свободная ангиографическая операционная, компьютерный томограф. Несмотря на то, что этот стационар может быть расположен дальше, они все равно повезут пациента туда, чтобы не тратить драгоценное время в ожидании, пока освободится операционная.

Также созданы шок-центры, где лечат инфаркты определенной группы, наиболее тяжелые, которые требуют экстренного лечения — это так называемый кардиогенный шок. На се-

годня в Москве уже сеть этих шок-центров, где есть аппараты ЭКМО и другое необходимое оборудование. И теперь мы тяжелых пациентов маршрутизируем сразу в эти шок-центры, чтобы не приходилось из обычного стационара переводить в специализированный.

Также появились шесть флагманских центров больницы, где медицинская помощь оказывается по новому стандарту. Он показал настолько высокую эффективность — это так называемый перешли все обновленные

приемные отделения больницы города.

— А есть какие-нибудь особые качества, которыми должны обладать эти молодые люди, чтобы работать с скорой?

— Наверное, нужно не бояться, уметь быстро реагировать и быть решительным. Все-таки скорая помощь — это быстрые решения, активные ребята здесь хорошо адаптируются.

— А кто выбирает, куда повезут пациента? Это решают врачи?

— Нет, для этого у нас существует специальный отдел медицинской эвакуации. С помощью электронных систем мы собираем сведения из каждого стационара о количестве коек, о профиле этих коек, где какие специалисты работают, дежурят, где есть места в реанимации.

Когда к пациенту приезжает бригада скорой помощи, медики видят ситуацию, устанавливают диагноз и обращаются в этот отдел. Там уже специалисты подбирают стационар, максимально подходящий под данного конкретного пациента.

В стационаре на электронных мониторах видно, кто к ним едет, с каким диагнозом, откуда. Можно начать подготовку к приему заранее. Если пациент тяжелый, его встречает группа специалистов, скорую помощь принимает команда из нескольких врачей. Так происходит, например, при тяжелых ранениях, травмах и т.п.

Наши бригады выезжают с планшетами, куда заносят всю информацию: в сознании ли пациент, какое у него давление, пульс. Если делали кардиограмму на нашем этапе, то эта кардиограмма тоже отправляется в стационар.

— Много ли бывает случайных вызовов?

— В моем понимании ложный вызов — это тот вызов, когда кто-то просто придумал повод: что авария произошла, что человеку плохо. Мы приехали, а пациента нет.

Другое дело, если у человека, например, болит голова. Иногда люди завышают свои симптомы. Такое бывает. Но, чтобы бригада не выезжала напрасно, мы рекомендуем слушать специалистов на горячей линии. Если они считают, что лучше обратиться в поликлинику — так и стоит сделать.

— В чем отличие скорой и неотложной помощи?

— И скорую и неотложную помощь оказываем мы — Станция скорой помощи. Принципиальные отличия этих бригад в том, что скорая

помощь предназначена для экстренных случаев, когда может потребоваться эвакуация пациента, то есть в больницу надо ехать.

Неотложная помощь выезжает, если произошло ухудшение хронических заболеваний или другие ситуации, где не требуется госпитализация. Например, если у человека с гипертонией поднялось давление до 160-170. Экстренной ситуации нет, в больницу еще не нужно. Эта бригада оказывает помощь на месте, может сделать инъекцию и рекомендует обратиться в поликлинику. Если вдруг они выявят необходимость доставить пациента в больницу, они вызовут скорую, и скорую уже отвезет в стационар.

— Сейчас в скорую помощь идет работать очень много молодежи. Расскажите о программах по привлечению студентов из колледжей или профильных школьных классов?

— В первую очередь мы работаем с медицинскими колледжами, институтами, университетами. Наша задача — показать студентам, что экстренная медицина наиболее интересная. С колледжами у нас тесное взаимодействие, в последнее время так же активно сотрудничаем и с вузами. Конечно, у нас большая часть работников скорой помощи — это фельдшеры, но и с институтами мы работаем, так как это резерв откуда могут прийти к нам работать ребята пока они учатся, а кто то из них останется у нас и после его окончания.

Как мы их привлекаем? У нас проходят различные встречи с ребятами. Мы рассказываем о скорой помощи, мы их приглашаем к себе. В колледжах преподают наши сотрудники, врачи, фельдшеры — готовят их на этапе еще обучения. У нас предусмотрена практика, после которой к нам возвращаются работать 75-80% выпускников.

Сейчас мы активно работаем также с врачами. На период прохождения интернатуры и ординатуры студенты могут работать на скорой помощи врачами. И это для них очень интересно, особенно активно идут в бригады неотложной помощи.

Кроме того, с четвертого курса вуза ребята могут сдать специальные экзамены и работать на скорой помощи в качестве медицинской сестры. Про эту возможность сейчас хорошо известно, поэтому много ребят, еще обучаясь в институте, приходят к нам работать.



КАК ВЕСТИ СЕБЯ, ЕСЛИ ЧЕЛОВЕКУ РЯДОМ СТАЛО ПЛОХО? КАК НЕ СДЕЛАТЬ ХУЖЕ ДО ПРИЕЗДА СКОРОЙ?

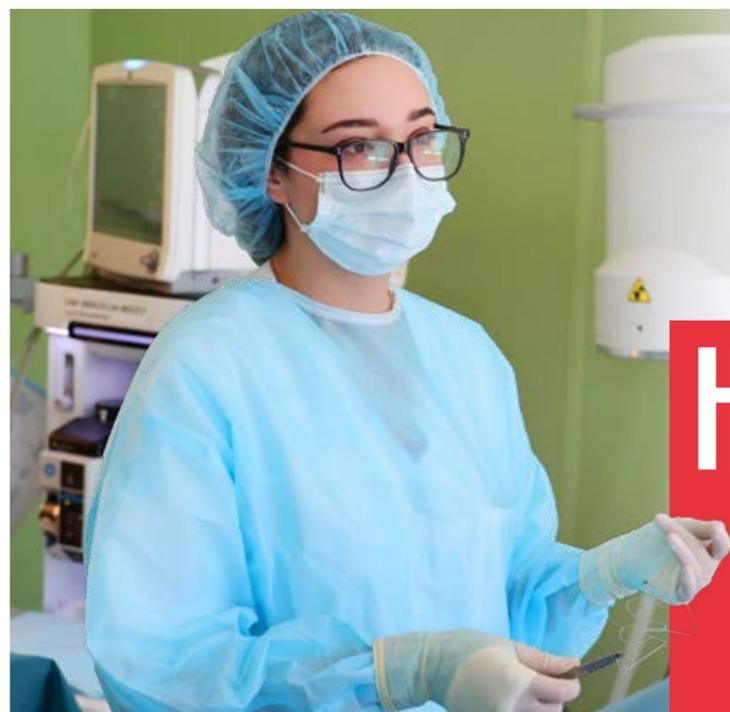
▶ На самом деле, самому без специальных навыков лучше ничего не делать.

▶ Главное — как можно быстрее вызвать скорую помощь по телефону 103. Медицинский работник, с которым вы будете говорить, может подсказать, что и как вы можете предпринять в конкретной ситуации.

▶ Максимально, я думаю, что вы можете сделать это остановить кровь. Если у пациента судороги — повернуть его на бок. Если произошла остановка сердца, и вы прошли курсы первой помощи, можно провести реанимационные мероприятия, в режиме поддержки с нашим врачом.

▶ Неправильными действиями можно ухудшить состояние. Например, человек побледнел, кажется будто он теряет сознание и прохожие кладут ему в рот нитроглицерин. А может быть у человека и так низкое давление, он начнет терять сознание. Категорически нельзя давать никакие таблетки! А при судорогах нельзя ничего класть в рот, только положить на бок. Самое лучшее решение — следовать советам специалиста скорой помощи и, по возможности, дожидаться прибытия бригады.





ПОМОЧЬ, УСЛЫШАТЬ, НЕ ВЫГОРЕТЬ: КАК РАБОТАЮТ МЕДСЕСТРЫ В МОСКВЕ

Профессия медицинской сестры — это высокий уровень профессионализма и компетенций, ответственность, внимание к деталям, забота о психологическом состоянии пациента и, конечно, сила духа. Мы поговорили с медсестрой-анестезистом ММКЦ Коммунарка Алиной Дроновой о том, как всё начиналось, почему пациентам важна поддержка, как не выгорать на работе и зачем участвовать в конкурсе «Московская медицинская сестра».



“
Мы следим, чтобы всё шло согласно плану.”

АЛИНА ДРОНОВА

Медсестра-анестезиолог ММКЦ Коммунарка

– Расскажите, как Вы решили стать медсестрой?

– Это решение пришло классе в седьмом или восьмом — меня всегда привлекала медицина, даже в детском саду я играла в медсестру. И я всегда хотела, чтобы человеку не страшно было идти в больницу, а уколы были безболезненными. После 9 класса я поступила в медицинский колледж. Учеба давалась мне легко, было очень интересно. Особенно в хирургии и анестезиологии.

– Что входит в обязанности медсестер и насколько их работа важна для оказания эффективной медицинской помощи?

– Каждое звено в больнице занято своим делом. Не важно, большое оно или маленькое — от этого зависит здоровье пациента.

В частности я, как медицинская сестра-анестезист, работаю в операционной во время операций под наркозом: готовлю помещение, проверяю препараты, осуществляю контроль за состоянием пациента в процессе операции, отслеживаю дозировку, подключаю мониторинг: ЭКГ, пульсоксиметрия, давление и т.п.

– Сейчас много публикаций посвящено тому, что современная медицина должна учитывать не только физические потребности пациента, но и его психологическое состояние. Насколько медсестры это сейчас учитывают в своей работе?

– Я считаю, что медсестры всегда были эмоционально ближе к пациентам, в особенности работая в операционной. Мы с ними общаемся, разговариваем, пытаемся отвлечь, стараемся поддерживать, быть рядом. Это важно, в том числе и потому, что от настроения пациента зависит его выздоровление. Поэтому, например, в реанимации сейчас детки лежат вместе с родителями — так им гораздо спокойнее.

– Это правда, сейчас проводят много обучающих курсов и можно узнавать что-то новое. Московская медицина не стоит на месте, используются новые современные технологии, оборудование. Город дает огромное количество возможностей для развития и профессионального роста.

– Почему решили принять участие в конкурсе «Московская медицинская сестра»? Как вы готовитесь? Какие у вас ожидания?

– В этом году конкурс станет самым масштабным за всю историю! Он подчеркивает престижность нашей специальности. Я хочу попробовать свои силы, проверить знания и умения. У меня 8 лет опыта работы, 7 из которых — медицинской сестрой, поэтому решила принять участие, это интересно. Я активно готовлюсь, мне не так важна победа, как участие. Хотя будет замечательно, если я выиграю!

– Ваша работа – это, прежде всего, взаимодействие с людьми. Как получается не выгорать?

– Ответ суперочевидный. Обязательно нужно отдыхать, проводить время с семьей и близкими, а также заниматься любимым хобби.

– В Москве сейчас уделяют огромное внимание повышению квалификации среднего медперсонала. Можете рассказать об этом?

– Это правда, сейчас проводят много обучающих курсов и можно узнавать что-то новое. Московская медицина не стоит на месте, используются новые современные технологии, оборудование. Город дает огромное количество возможностей для развития и профессионального роста.

– Почему решили принять участие в конкурсе «Московская медицинская сестра»? Как вы готовитесь? Какие у вас ожидания?

– В этом году конкурс станет самым масштабным за всю историю! Он подчеркивает престижность нашей специальности. Я хочу попробовать свои силы, проверить знания и умения. У меня 8 лет опыта работы, 7 из которых — медицинской сестрой, поэтому решила принять участие, это интересно. Я активно готовлюсь, мне не так важна победа, как участие. Хотя будет замечательно, если я выиграю!

– Ваша работа – это, прежде всего, взаимодействие с людьми. Как получается не выгорать?

– Ответ суперочевидный. Обязательно нужно отдыхать, проводить время с семьей и близкими, а также заниматься любимым хобби.

– В Москве сейчас уделяют огромное внимание повышению квалификации среднего медперсонала. Можете рассказать об этом?

– Это правда, сейчас проводят много обучающих курсов и можно узнавать что-то новое. Московская медицина не стоит на месте, используются новые современные технологии, оборудование. Город дает огромное количество возможностей для развития и профессионального роста.



КАЖДОМУ РЕБЕНКУ — ШАНС НА СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО И БУДУЩЕЕ!



ЦЕНТРЫ ЛЕЧЕНИЯ — ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Специализированные клиники открылись в крупнейших детских многопрофильных стационарах. Здесь сосредоточены как кадровые, так и технологические ресурсы, возможности круглосуточного и дневного стационара, амбулаторной помощи. В каждом ЦЛ юные пациенты могут получить комплексное лечение и диагностику. Врачи центров имеют большой опыт работы с данными патологиями, могут вовремя обнаружить заболевание, поставить точный диагноз и разработать эффективный план лечения и последующего наблюдения.

А для юных пациентов с пороками сердца, которым требуется оперативное лечение, открыты детские центры кардиохирургии. В этих ЦЛ высококвалифицированные специалисты готовят детей с нарушениями работы сердца к операциям, а также проводят послеоперационное наблюдение, для того чтобы максимально снизить риск осложнений. Центры кардиохирургии работают при Морозовской больнице и больнице им. Н.Ф. Филатова, именно здесь доступна высокотехнологичная кардиохирургическая помощь, применяются инновационные методики, проводятся хирургические вмешательства даже тем малышам, которые родились раньше срока.

С КАКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ РАБОТАЮТ В ЦЕНТРАХ ЛЕЧЕНИЯ?

ЦЕНТРЫ ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИИ

В центрах гастроэнтерологии помогают детям с синдромом «короткой кишки», фиброзом и циррозом печени, портальной гипертензией, хронической печеночной недостаточностью, с целиакией (непереносимость глютена), болезнью Крона и многим другим. Это Центр лечения воспалительных заболеваний кишечника и печени в Морозовской детской больнице, Центр лечения целиакии в детской больнице им. З.А. Башляевой и Центр лечения заболеваний гепатобилиарной системы и синдрома «короткой кишки» в детской больнице им. Н.Ф. Филатова. На базе именно этих стационаров работают также эндоскопические центры, где в максимально комфортных условиях дети могут всего за пару часов, под мягкой седацией, пройти необходимые исследования.

ЦЕНТРЫ КАРДИОХИРУРГИИ

В центре лечения кардиологических заболеваний у детей оказывают комплексную медпомощь, лечение и диагностику, ребятам с патологиями кардиологического профиля, среди них легочная гипертензия, кардиомиопатия, семейные формы гиперхолестеринемии и другие заболевания. При этом специалистам этого ЦЛ доступны обширные ресурсы крупного многопрофильного стационара — больницы имени З.А. Башляевой.

ЦЕНТРЫ КАРДИОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

В центре лечения кардиологических заболеваний у детей оказывают комплексную медпомощь, лечение и диагностику, ребятам с патологиями кардиологического профиля, среди них легочная гипертензия, кардиомиопатия, семейные формы гиперхолестеринемии и другие заболевания. При этом специалистам этого ЦЛ доступны обширные ресурсы крупного многопрофильного стационара — больницы имени З.А. Башляевой.



ЧТО ТАКОЕ «ЗОЛОТОЕ ВРЕМЯ» В ЖИЗНИ КАЖДОГО МАЛЫША И КАК МОСКВА ПОМОГАЕТ СВОИМ МАЛЕНЬКИМ ЖИТЕЛЯМ ПОЛУЧИТЬ НЕОБХОДИМУЮ МЕДПОМОЩЬ КАК МОЖНО СКОРЕЕ?

В этом материале мы расскажем вам о новых специальных Центрах лечения, в которых дети с хроническими и наследственными заболеваниями сердца и органов пищеварения могут получить всю необходимую помощь с первых месяцев своей жизни.

Ежегодно в столице на свет появляются более 120 тысяч малышей — хочется, чтобы детство каждого из них было наполнено только радостью, счастьем и улыбками. Именно поэтому развитие детского здравоохранения является одной из приоритетных задач Правительства Москвы. Модернизируются больницы и поликлиники, создаются новые медицинские объекты, внедряются инновационные методики и оборудование. Сегодня, благодаря такой масштабной работе, в городе созданы все условия, чтобы оказывать необходимую медицинскую помощь маленьким москвичам на новом уровне качества и комфорта.

Забота о здоровье ребенка начинается даже не с первых дней его жизни, а уже на этапе беременности. Так, в столице москвичкам доступны широкие возможности пренатальной диагностики, бесплатные скрининги и неинвазивное тестирование в центрах женского здоровья и женских консультациях. Врачи заранее просчитывают риски осложнений и выстраивают тактику лечения и наблюдения. Кроме того, функционируют современные перинатальные центры, специализированные клиники, в которых ведут сложные случаи беремен-

ности, выхаживают детей, которые родились преждевременно, с очень низкой массой тела.

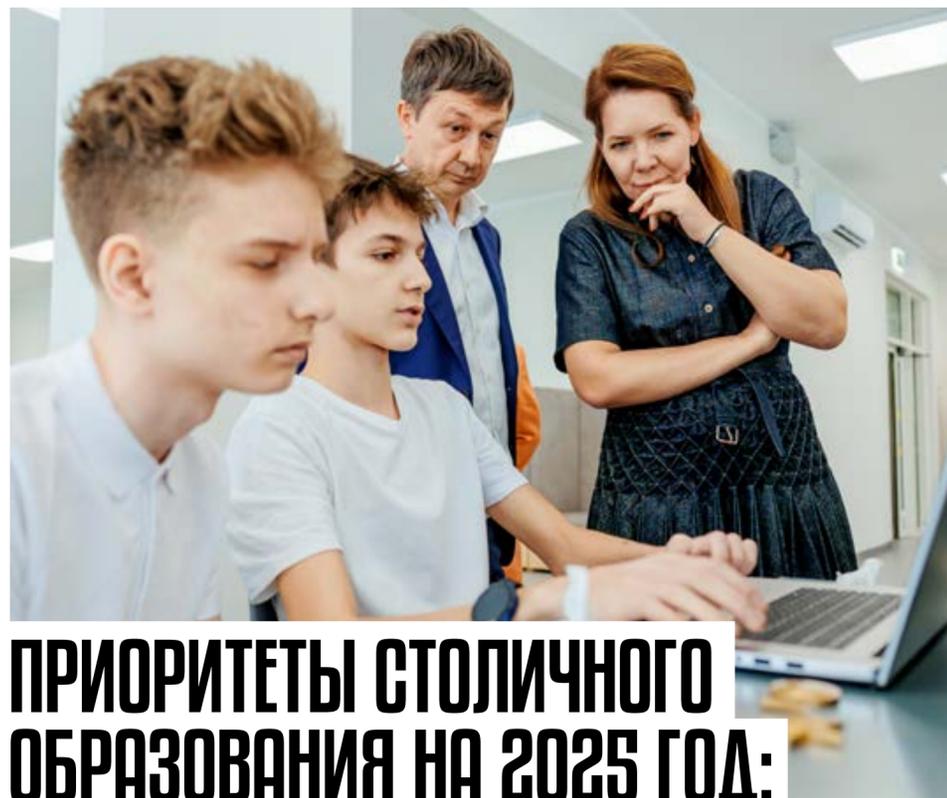
Такие малыши требуют особого внимания, часто у них выявляют врожденные патологии и заболевания. При этом первые годы жизни — это «золотое время», когда закладывается фундамент здоровья детей, определяется характер их роста и развития. Очень важно вовремя обнаружить проблемы и как можно скорее начать оказание необходимой медпомощи — от этого зависит будущее малыша. Именно этому посвящен новый проект московского здравоохранения — Центры лечения для детей с хроническими и наследственными заболеваниями сердца и органов пищеварения.

Такие малыши требуют особого внимания, часто у них выявляют врожденные патологии и заболевания. При этом первые годы жизни — это «золотое время», когда закладывается фундамент здоровья детей, определяется характер их роста и развития. Очень важно вовремя обнаружить проблемы и как можно скорее начать оказание необходимой медпомощи — от этого зависит будущее малыша. Именно этому посвящен новый проект московского здравоохранения — Центры лечения для детей с хроническими и наследственными заболеваниями сердца и органов пищеварения.

Прямо сейчас в специализированных центрах помогают > 4 тысячам детей.

Это не фрагментарные, разрозненные случаи лечения, а полный цикл профильной медпомощи в рамках единой системы: это лабораторные и инструментальные исследования, многоэтапное консервативное и оперативное лечение, пред- и послеоперационное наблюдение, контроль состояния малышей в амбулаторном режиме. Специалисты центров лечения сделают все возможное, чтобы обеспечить каждому ребенку шанс на счастливое полноценное детство, высокое качество жизни.

В фокусе внимания столичного образования на следующие год будут средняя школа, развитие математического и естественно-научного профиля, развитие школьных пространств: от капитального ремонта до открытия новых зданий. Наши эксперты объясняют, почему 5-9 классы так важны для развития ребенка и как ему помочь успешно перейти из начальной школы в среднюю.



ПРИОРИТЕТЫ СТОЛИЧНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА 2025 ГОД:

ШКОЛА НАШЕЙ МЕЧТЫ:

Московское образование — это бренд и гарантия качества, поэтому оно требует постоянного развития.

В 2025 году на московское образование выделено дополнительные 46 миллиардов рублей. Это позволит увеличить финансирование школ на 13%.

Базис знаний молодых москвичей закладывается в начальной и средней школе. Эти ступени образования станут не меньшим приоритетом, чем обучение в старших классах, чтобы каждый школьник мог раскрыть свои таланты за счет повышения качества образования на этом этапе.

Кроме того, дополнительные бюджетные средства направят на повышение качества математической и естественно-научной подготовки школьников, которое определяет достижение технологического лидерства столицы.

Более того, математика развивает у ребят логику, тренирует мышление, что помогает в освоении и других предметов: от музыки до иностранного языка.

Юные москвичи сами проявляют все больше интереса к математике и информатике, все чаще выбирая их для сдачи ЕГЭ. И физика, долгое время не привлекавшая внимания выпускников, тоже возвращается в топ популярных предметов — она заинтересовала более 10 тысяч выпускников.

С нового, 2025/2026 учебного года в школах организуют городские учебные курсы по математике, науке и технологиям для первых — шестых классов. Ребята будут решать творческие задачи, развивая логику, пространственное и аналитическое мышление. Появятся также новые городские олимпиады, в том числе экспериментальные, для раннего выявления талантов детей и их последующего индивидуального сопровождения. Уже в апреле следующего года на олимпиаде «Готов к жизни в умном городе» ученики третьих — четвертых классов смогут продемонстрировать умения, полученные на дополнительных занятиях.

С 2024 года реализуется масштабная программа «Моя школа», в рамках которой планируется модернизировать до 100 школьных корпусов в год.

Сейчас после реконструкции открыты первые четыре здания. К началу нового учебного года в Москве модернизируют 51 школу. Учиться в современных, комфортных и высокотехнологичных классах будут более 35 тысяч детей. Важно, что, если школа участвует в проекте, это не повлияет на занятия: уроки переносятся в другие корпуса этой же или ближайшей школы.

В Москве также планируется построить пять современных школ будущего. Новые учебные корпуса возведут по инновационным стандартам, включающим создание комфортных пространств для проведения научных экспериментов, выставочных зон для проектов, медиатеки с атриумом и зонами рекреации.

Город уже входит в пятерку лидеров мирового школьного образования, и новые меры помогут сохранить и приумножить эти достижения, а также обеспечить высокую конкурентоспособность выпускников московских школ на рынке труда в условиях цифровизации и трансформации профессий.



СЕРГЕЙ СОБЯНИН

Мэр Москвы

«С нового учебного года в школах организуем городские учебные курсы по математике, науке и технологиям.»

Учащиеся 1–6 классов будут решать творческие задачи, развивая логику, пространственное и аналитическое мышление.

Появятся новые городские олимпиады, в том числе экспериментальные, для раннего выявления талантов детей и их последующего индивидуального сопровождения.

Уже в апреле 2026 года пройдет олимпиада «Готов к жизни в умном городе» (3–4 классы).

Такие нововведения — ответ на рост интереса столичных школьников к точным наукам. Например, в этом году ЕГЭ по профильной математике планируют сдавать рекордные 60% выпускников»



На что повлияет увеличение внимания столичных властей к финансированию и образовательному процессу к средней школе? Интересно ли современным детям математика и физика? На наши вопросы ответил АЛЕКСАНДР МАЛАХОВ, зам. директора Лицея «Вторая школа» имени В.Ф. Овчинникова

ЗНАКОМСТВО С ПРЕДМЕТОМ ДОЛЖНО БЫТЬ ПОЗИТИВНЫМ

— Как Вы оцениваете вклад именно средней школы в общий процесс получения знаний учениками?

— Если на ступени начального образования закладываются общие компетенции, необходимые для дальнейшего изучения того, как устроен мир в целом, то в средней школе происходит дифференциация и наступает важный момент знакомства с отдельными дисциплинами. Это знакомство — как первое впечатление: важно, чтобы оно было позитивным и продуктивным, ведь именно в эти годы начинают развиваться предметные компетенции, будь то математика, литература или биология.

От изучения отдельных предметов до полноценной профориентации длинный путь, так как дети не всегда видят прямую связь между тем, чем занимаются взрослые на работе и школьными предметами, но предметные компетенции необходимы для возможности проводить какую-либо профориентацию в дальнейшем.

— Что изменит обозначенное в стратегии образования в Москве Мэром Сергеем Собяниным введение единого высокого норматива для финансирования в 5-11 классах вместо двух разных на среднее и старшее звено?

— Школы почувствуют изменения, потому что значительный объем ресурсов направлен на среднюю школу, обучение в которой длится пять лет, то есть, это — самая большая по времени ступень образования, и она основная не только по времени, но и по значению. Это — фактическая большая часть ресурсов школы, и человеческая, и инфраструктурная, поэтому увеличение финансирования средней школы принципиально важно.

— Что скажете об усилении математического и естественно-научного направления? Вообще дети сейчас интересуются этим или все хотят быть блогерами?

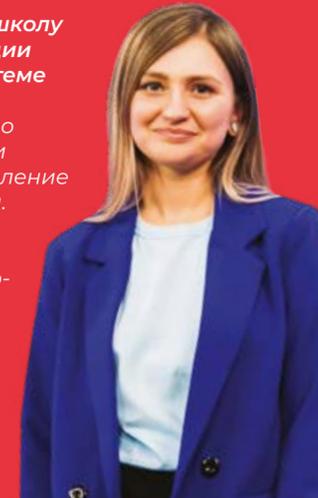
— Мы исходим из того, что маленьким детям интересно вообще все, но, когда они взрослеют, как правило естественного любопытства не хватает на развитие интереса к математическим или естественно-научным дисциплинам. Редкий пятиклассник скажет: «Я больше всего на свете интересуюсь математикой», если у него не было опыта посещения математического кружка. Тут принципиально важна роль школы и педагога, ведь одна из задач школы — это способствовать развитию естественного интереса. Это вполне возможно. Да, это тяжело, да, есть конкуренты в виде тех же блогеров, но если школы не будут предпринимать усилий, то мы вообще провалим задачу образования.

— Мэр Москвы сказал о том, что приоритет в развитие математического и естественно-научного направления в школах будет включать в себя и новые олимпиады, и новые дополнительные занятия, и новые общегородские конкурсы. Что это даст?

— Олимпиады, конкурсы, дополнительные курсы способствуют развитию у ребенка естественного интереса. Ребенок развивается в процессе знакомства с предметом. Одно дело — когда у ребенка в средней школе 4 стандартных урока математики в неделю, а совсем другое — когда есть 4 обязательных урока и два дополнительных, где рассказывают интересные вещи вне школьной программы, а еще есть кружок и олимпиада. То есть, ребенок получает возможность заниматься интересным предметом в два раза больше и кроме возможностей получить новые знания, он находит там новых друзей, формируется новый круг общения. Коллективный интерес работает только в плюс, и наличие таких возможностей позволит вовлечь в математику и естественные науки больше школьников.

АДАПТАЦИЯ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Переход в среднюю школу — это период адаптации ребенка к новой системе обучения, разным педагогам, знакомство с новыми предметами и первое самоопределение в будущей профессии. Оксана Корчагина, педагог-психолог Городского психолого-педагогического центра рассказывает, на что надо обратить внимание в средней школе с точки зрения развития ребенка.



— Чем важна с точки зрения развития ребенка средняя школа?

— Средняя школа — это переход ребят из младшей школы на другой важный этап развития. Они попадают в новые условия, меняют ведущий вид деятельности, кроме того, они вступают в подростковый возраст, что сопровождается физическими, эмоциональными и социальными изменениями. В связи с этим, средняя школа требует особого внимания со стороны педагогов и родителей, поскольку учащиеся нуждаются в дополнительной поддержке и сопровождении для успешной адаптации к требованиям.

— Как скажется увеличение внимания к средним классам на учениках?

— Ребята приходят из начальной школы, где у них один педагог, который присматривал за ними, следил, во всем помогал. В 5 классе ситуация новая: есть разные педагоги с разными требованиями, контроль ослабевает, и не всегда дети сразу понимают, как вести себя в новых условиях. Нередко бы-

вает, что дети в 5 классе начинают учиться хуже, потому что проходят период адаптации, и тут нужна дополнительная помощь специалистов, педагогов, психологов. В средней школе закладывается умение самостоятельно учиться, подстраиваться под новые правила. Если этот навык не формируется, то потом дети столкнутся с проблемами.

Увеличение финансирования для средних классов будет способствовать созданию условий, в которых педагоги смогут уделять необходимое внимание каждому ученику, учитывая его индивидуальные способности. У ребят в средней школе есть профильные классы, есть предпрофессиональное определение, ведь средняя школа — это период, когда дети начинают определяться, какую профессию хотят получить, на каких предметах сосредоточиться, намечают свой будущий путь. Таким образом, у школ появится возможность уделять больше вниманию еще и будущему профессиональному самоопределению учеников.





ПРОФЕССИЯ — ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ:

ИСТОРИИ СОТРУДНИКОВ СОЦЗАЩИТЫ ИЗ МОСКВЫ

8 июня в России отмечается День социального работника — профессиональный праздник работников сферы социальной защиты. Специалисты помогают москвичам в семейных, реабилитационных, геронтологических центрах, социальных домах, в центрах содействия семейному воспитанию. Благодаря работе команды столичного Департамента труда и социальной защиты населения горожане с особенностями здоровья открывают для себя новые возможности, семьи выходят из конфликтных ситуаций и снова обретают гармоничные отношения, а дети-сироты находят родителей. И это лишь малая часть деятельности специалистов соцсферы.



ОЛЬГА ЖУКОВА

Помощник по уходу в социальном доме «Луговой»

Соцзащита Москвы — это целая экосистема, которая охватывает практически все сферы жизни жителя столицы: от сопровождения в больнице, поддержки в сложный момент до помощи в выборе профессии и трудоустройстве.

Психологи, соцработники, социальные координаторы, юристы, педагоги, медиаторы и другие специалисты социальной защиты попадают в профессию по-разному, порой — кардинально изменив свою жизнь и привычное дело. Но всех их объединяет готовность помогать и поддерживать тех, кто в этом особенно нуждается.

15 лет назад Ольга Жукова не думала, что работа станет делом её жизни. Сейчас она помощник по

уходу в социальном доме «Луговой». В начале пути всё пугало: отсутствие опыта, страх не справиться, сомнения в выборе профессии. Сегодня она уверена, что её призвание — дарить тепло тем, кто в нём особенно нуждается. В 2024 году Ольга победила в конкурсе «Московские мастера». Звание лучшего помощника по уходу в столице стало признанием её ежедневного труда.



«*Научилась убеждать подопечных, что всё будет хорошо, хотя и сама поначалу в это не верила. Чем больше общаюсь с людьми, тем яснее чувствую свою значимость. Когда видишь, как они начинают улыбаться, доверять, — это и есть счастье*»



ЕВГЕНИЙ ГОРЯЧЕВ

старший социальный координатор в НИИ скорой помощи им. Н.В. Склифосовского

Социальные координаторы в больницах помогают пациентам в решении немедицинских вопросов — например, в оформлении помощи на дому для одиноких пожилых горожан, сборах при выписке, поиске родных.

Евгений Горячев, старший социальный координатор в НИИ скорой помощи им. Н.В. Склифосовского, нашёл своё призвание неожиданно. Он выпускник спортивного вуза и многие годы посвятил футболу,

но решил попробовать себя в социальной сфере.

Сегодня он помогает одиноким пациентам больниц: организует связь с родными, решает бытовые вопросы, поддерживает в трудную минуту. За четыре года работы социальные координаторы оказали пациентам более 350 тысяч услуг, среди них есть и вклад Евгения.

Вне работы он остаётся верен футболу, но главное счастье находит в семье.

ЕЛЕНА ШОХИНА, психолог семейного центра «Зеленоград», на связи с подростками практически круглосуточно. Основные консультации проходят в кабинете, но порой оперативный ответ в онлайн-чате помогает удержать подростка от необдуманного поступка или дать своевременную поддержку. «Мне нравится видеть, как ребята меняются, растут, находят себя. Каждый из них — уникальная личность, и я рада быть рядом с ними на этом пути».

Елена разработала ряд авторских программ, которые успешно использует в работе: «Точка опоры» — учит подростков психологической саморегуляции, «Ровесник ровеснику» — помогает подготовиться к самостоятельному менторству (наставничеству) сверстников, «Отцы и дети» — для укрепления семейных связей и другие. Елена дает подросткам возможность быть собой — живыми, любознательными, с богатым внутренним миром.

ИРИНА ИВАНОВА уже 15 лет работает учителем-дефектологом в особом семейном центре «Роза ветров». Для нее главная мотивация — это успехи ее воспитанников и счастье в глазах родителей.

«*Когда впервые за 12 лет услышала от своего сына слово «Ма», в душе все перевернулось. Это огромный шаг для нашей семьи, и мы уверены, что дальше — больше. Потому что рядом с нами есть профессионалы, которые всегда помогут*»

— поделилась опытом мама мальчика, с которым занимается Ирина Иванова.



ОКСАНА СМОЛИНА

Руководитель Центра московского долголетия «Орехово-Борисово Южное»

«*Династия нашей семьи — моя гордость. Отсюда трудолюбие, ответственность, добросовестность. Социальный стаж нашей династии достаточно велик, и я с уверенностью могу сказать, что эти годы прошли не напрасно*»

Руководитель Центра московского долголетия «Орехово-Борисово Южное» Оксана Смолина в прошлом году отметила свой профессиональный юбилей — 20 лет работы в социальной сфере.

В семье Оксана уже не первая, для кого помощь людям стала призванием, мама Светлана Владимировна Павлова 22 года трудилась соцработником.



НАТАЛЬЯ ТРОФИМЕНКО

карьерный наставник специализированного центра занятости «Моя карьера»

Около двух тысяч москвичей смогли найти работу благодаря Наталье Трофименко. Она — карьерный наставник специализированного центра занятости «Моя карьера». По словам Натальи, главная за-

дача — проанализировать, каких навыков не хватает кандидату для трудоустройства, и направить его в нужное русло. «К примеру, человек, проработавший бухгалтером в одной компании в течение семи лет, зачастую испытывает стресс на собеседованиях. Мы понимаем опасения наших клиентов и помогаем справиться с неуверенностью: проработаем вопросы, ожидаемые на интервью, расскажем, как подготовиться, порекомендуем посетить тренинг «Как пройти собеседование»».

«*Для начала нужно узнать, с каким запросом обращается человек: хочет ли он сменить профессию, нужна ли ему помощь в составлении резюме, или же он испытывает сложности при прохождении собеседования. Кандидатам, которые не могут определиться с направлением дальнейшего развития карьеры, мы предлагаем пройти профтестирование. Результаты тестов вносим в резюме, чтобы у работодателя была дополнительная информация о соискателе. Это позволяет и самому человеку понимать и объективно оценивать то, на что он может рассчитывать на рынке труда*»



ТАТЬЯНА ЖУРКИНА

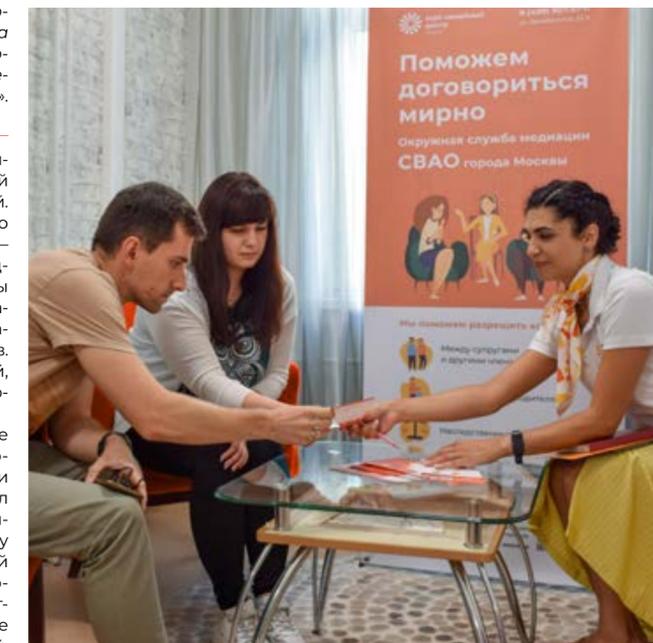
Руководитель отдела комплексной психолого-педагогической помощи

Татьяна Журкина — дважды многодетная мама: и дома, и на работе. В Центре содействия семейному воспитанию «Каховские ромашки» она

работает руководителем отдела комплексной психолого-педагогической помощи и заботится о десятках детей.

Кабинет Татьяны — не просто рабочее пространство. На стенах — яркие рисунки малышей из младшей группы, на полках — грамоты подростков, победивших в олимпиадах, а в углу стоит коробка с карандашами. «Это для душевных разговоров. Именно здесь, за теплой беседой, дети делятся страхами, мечтами, эмоциями, которые несут в себе».

Как-то раз в центр «Каховские ромашки» поступила девочка, которая стеснялась отсутствия кисти руки. Подросток замкнулся, избегал сверстников, параспортсменкой, которая решила действовать. Она организовала встречу с Еленой Манько — многодетной матерью, параспортсменкой, которая, несмотря на инвалидность детства, добилась успехов в стрельбе и воспитала замечательных детей. «Елена — живое доказательство, что недостатки не определяют нас. Её сила вдохновила девочку поверить в себя», — рассказала Татьяна.



«*Дома я воспитываю кровных детей, а здесь — тех, кому особенно нужна поддержка. Моя семья просто стала больше*»

МОСКВА. ЗАБОТА

В ЦЕНТРАХ МОСКОВСКОГО ДОЛГОЛЕТИЯ СТАРТОВАЛА ПРОГРАММА, НАПРАВЛЕННАЯ НА ПОДДЕРЖАНИЕ КОГНИТИВНЫХ НАВЫКОВ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ.

Она разработана специалистами Федерального центра мозга и нейротехнологий ФМБА России и адаптирована специально для москвичей старшего возраста.

Новые курсы в центрах московского долголетия - это своего рода тренажеры, где человек учится сам управлять своим психоэмоциональным состоянием и когнитивным здоровьем.

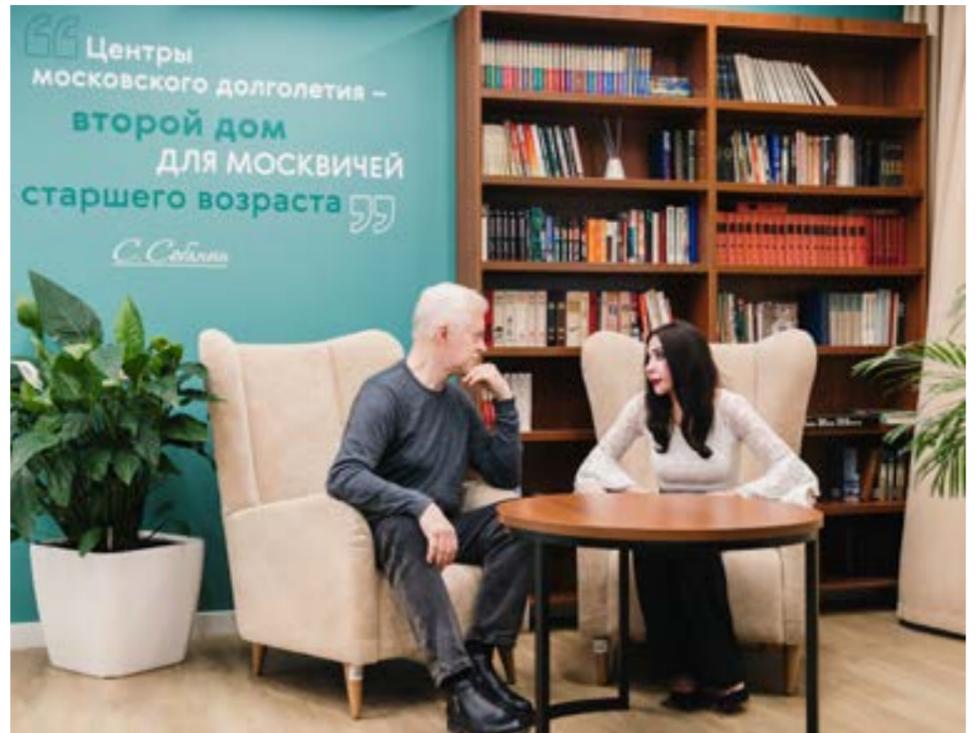
В программу входят два специализированных курса — «Нейротренировки когнитивных навыков» и «Нейрокоррекция психоэмоционального состояния».

Тренировки первого курса направлены на развитие трех основных когнитивных функций: памяти (процессов запоминания информации), внимания (способности

концентрироваться и сосредотачиваться на задачах) и мышления (умения анализировать и принимать решения).

На втором курсе - «Нейрокоррекция психоэмоционального состояния» москвичи старшего поколения смогут нормализовать эмоциональный фон и сон, снизить тревожность и повысить стрессоустойчивость. Занятия проходят с использованием нейрорегистратуры, которая регистрирует биоэлектрическую активность мозга и проводит анализ текущего состояния человека.

Занятия новых курсов проходят в сопровождении сотрудника центра московского долголетия, прошедшего обучение в Центре когнитивного и психоэмоционального здоровья ФМБА России.



«МЫ — УЧЕБНАЯ СЕМЬЯ»:

ПРЕПОДАВАТЕЛЬ РАССКАЗАЛ, ЗАЧЕМ СТАРШИЕ МОСКВИЧИ УЧАТ ФРАНЦУЗСКИЙ

Бесплатные курсы иностранных языков в рамках «Московского долголетия» привлекают все больше москвичей старшего поколения. Преподаватель проекта по французскому Евгений Родионов рассказал «Москва. Забота» о том, как обучение помогает сохранять молодость и почему его ученики любят «выходить к доске».

– Зачем вообще людям старшего возраста изучать иностранные языки?

– Я бы выделил три основные причины. Во-первых, это физиология. По первому образованию я педагог-психолог, изучал не только, как обучать детей или школьников, но и основы андрагогики — как работать со взрослыми людьми. В старшем возрасте мозг человека начинает работать менее эффективно и чтобы сохранять молодость обязательно нужно его тренировать. Это похоже на то, как мы тренируем мускулы, постоянно нужно поддерживать нагрузку.

Второй момент — это социализация и коммуникация. Мы общаемся на уроках, в чатах, ученики работают попарно. Это особенно важно для тех, кто по каким-то причинам живет один. Уроки — это еще один пункт в расписании на день.

– Старшим москвичам обучение дается сложнее, чем молодежи? В чем особенность преподавания в «Московском долголетии»?

– Хотя я не работал в школе, я могу сравнить с обучением студентов, молодыми людьми в возрасте 18-22 года. Конечно, им, в силу физиологических особенностей организма, легче запоминать информацию. Но старшие москвичи гораздо более ответственно относятся к занятиям, у них больше энтузиазма. В моей программе нет экзаменов и контрольных, но ученики тщательно готовятся, а на уроке буквально борются за право «выйти к доске». Им хочется получить знания, они приходят с четкой целью — выучить язык. У них отличная самодисциплина.

– А почему вы стали преподавать в «Московском долголетии»? Что для вас значит эти курсы?

– Преподаватель должен любить свое дело и получать от него удовольствие. Мне нравится моя работа, это сфера моей самореализации. Я много лет занимался административной работой, хотя по образованию — педагог. Но мне все время хотелось вернуться к французскому языку, самому поддерживать уровень. Сначала мне было немного непривычно работать с людьми, которые гораздо старше меня. Я переживал, что это большая ответственность. Но я понравился моим слушателям как преподаватель, набралось две группы.

Работая с участниками «Московского долголетия» я чувствую важность своей работы, вижу отдачу учеников, как им нравится и как им нужно это.

Может быть, это громко будет сказано, но это — моя условная учебная семья. Есть некоторые, с кем мы занимаемся каждую неделю уже шесть лет.

Всего в проекте «Московское долголетие» можно изучить более чем десять иностранных языков – английский, французский, немецкий, итальянский, испанский, китайский, японский, турецкий, арабский и другие.

Присоединиться к занятиям по иностранным языкам могут все желающие горожане старшего возраста. Выбрать группу и сразу в нее записаться можно **на портале mos.ru/age** или обратившись в любой центр московского долголетия.

