

От и мороз.

Как носить

маску на улице?

ВЗНО ЗНАТЬ

на улице защитная маска нужна при большом скоплении людей, в остальных случаях надевать её не стоит, так как она быстро намокает и охлаждается. Об этом сообщила врач-инфекционист научно-клинического центра Московского городского Центра профилактики и борьбы со СПИДом департамента здравоохранения столицы Елена БЕЛОВА.

Зачем человек надевает маску? Чтобы не быть среди людей в состоянии защиты. Маска - не согревающий в мороз элемент. Тому, если идёшь по безлюдной улице - сними маску. Важно помнить, что, когда мы дышим и разговариваем, с той стороны лица, которая прилегает к лицу, образуется влага. А с самого начала нашего «инструктажа» по правильному ношению масок мы обращали внимание на то, что, если маска влажная, её надо снять и выбросить, - рассказала она.

По словам врача, носить маску стоит там, где есть большое скопление людей, например, на остановке. Дальше она не нужна.

Если человек надыхал, накашлял, начихал в маску, образуются капли. При низких температурах они начинают охлаждаться, вместе с ними и человек, зачем ему это надо? Маску надо выбросить, - сказала БЕЛОВА, отвечая на вопрос, может ли ношение маски на улице спровоцировать простуду.

Врач уточнила, что также можно обойтись без маски, если человек находится в помещении один.

Врач-инфекционист, профессор Николай МАЛЫШЕВ согласен с коллегой, что на улице ношение маски не требуется. А кто советует, чтобы на улице носили маски? Люди стараются соблюдать социальную дистанцию. На морозе маска может стать мокрой, это уже не является защитой. Если маска становится влажной, её надо обязательно менять, а на улице, например, одиночный прохожий, какие там показания для маски? - сказал он.

Врач подчеркнул, что и для обогрева дыхательных путей маска не подходит.

Если человек хочет согреться, то лучше всего - это шарф. Маска быстро будет мокрой - и совершенно не будет иметь никакого эффекта, и не согреешься, - заключил он.

Советы от врача

Рекомендация №1

Для зимы лучше всего купить тканевую маску с защитным фильтром. Меньше оставляет конденсата и тканевая маска. Другими словами, она влажной становится не так быстро, как одноразовые. Плюс ещё и в том, что она многоразовая. То есть её можно снимать, постирать и погладить - обработать для повторного использования. Купите маску из «дышащего» материала, через неё легче дышать.

Рекомендация №2

Носите с собой не только тканевую маску, но и несколько одноразовых для помещения. К примеру, вы ходите по улице и надеваете в транспорте в тканевой маске, а в магазин зашли и надели сухую. Выходя на улицу - снова наденьте сухую.

Рекомендация №3

Меняем паспорт через МФЦ

Жители Российской Федерации вправе получить паспорт гражданина РФ в отделениях многофункционального центра. Как заменить паспорт через МФЦ и какие документы для этого нужны?

МОИ
документы 

Основания для замены паспорта гражданина РФ:

- достижение гражданином РФ 20-ти или 45-летнего возраста;
- изменение гражданином РФ в установленном порядке фамилии, имени, отчества, даты рождения, места рождения;
- изменение гражданином РФ пола;
- непригодность использования паспорта гражданина РФ вследствие его износа или повреждения, отсутствия чистых страниц для внесения отметок, предусмотренных действующим законодательством;
- исправление обнаруженной неточности или ошибочности произведённых в паспорте записей;
- существенное изменение внешности.

Документы, необходимые для замены паспорта гражданина РФ:

- заявление о выдаче (замене) паспорта, заполненное по форме 1П (заполняется непосредственно в МФЦ);
- паспорт, подлежащий замене;
- две личные фотографии размером 35*45 мм,
- квитанция об оплате госпошлины (реквизиты квитанции).

Также могут потребоваться дополнительные документы:

- военный билет;
- свидетельство о заключении брака или свидетельство о расторжении брака;
- свидетельство о перемене имени;
- иные документы, подтверждающие основания для замены паспорта гражданина РФ.

Размер государственной пошлины за выдачу паспорта гражданина РФ:

- выдача паспорта гражданина Российской Федерации - 300 рублей;
- выдача паспорта гражданина Российской Федерации взамен утраченного или пришедшего в негодность - 1500 рублей.

Срок подачи заявления и документов для замены паспорта гражданина РФ и ответственность за замену не в установленные сроки:

Установленный срок для замены паспорта составляет 30 дней, после наступления обстоятельств, предусматривающих получение или замену паспорта.

За нарушение данного срока предусмотрена административная ответственность в виде штрафа:

- для жителей регионов России - наложение административного штрафа в размере от двух до трёх тысяч рублей.
- для жителей городов федерального значения: Москвы или Санкт-Петербурга - наложение административного штрафа в размере от трёх до пяти тысяч рублей.

Подать документы на замену паспорта гражданина РФ можно в любое отделение МФЦ, независимо от места жительства, но необходимо учитывать, что при обращении не по месту жительства срок изготовления паспорта гражданина РФ увеличивается с 10 до 30 дней.

Наталья КАПУСТИНА.

Начальник отделения по Ленскому району ГАУ АО «МФЦ».

«Горячая линия»

по предоставлению услуг Росреестра

23 декабря Кадастровая палата по Архангельской области и Ненецкому автономному округу проведёт телефонную «горячую линию» по вопросам предоставления услуг