



Вівторок  
25 квітня 2023 року  
№ 49-50 (652-653)

Харківська міська газета

# ХАРЬКОВСЬКІЯ ИЗВѢСТІЯ

Заснована у 1817 році



## З ТУРБОТОЮ ПРО ВСІХ І КОЖНОГО

*У 38 ШКІЛЬНИХ ІДАЛЬНЯХ ВЖЕ 5-Й МІСЯЦЬ ПОСПІЛЬ КУХАРІ ПРАЦЮЮТЬ У РЕЖИМІ НОН-СТОП. ШІСТЬ ДНІВ НА ТИЖДЕНЬ ВОНИ ГОТУЮТЬ ОБІДИ, ЩОБ НАГОДУВАТИ ХАРКІВ'ЯН СМАЧНОЮ ТА КОРИСНОЮ ЇЖЕЮ*

**Д**ля харків'ян 1 грудня 2022 року запрацювали пункти гарячого харчування. Харківський міський голова Ігор Терехов повідомив, що Харків забезпечений певним резервом продуктів, які передаються містами-партнерами та волонтерськими організаціями. Їжу планувалося роздавати до кінця зими. Однак пункти харчування працюють і сьогодні.

— Ми бачимо, що з кожним днем дедалі більше харків'ян користуються нашою пропозицією. Це говорить про те, що рішення роздавати гарячу їжу було абсолютно правильним. Я вдячний працівникам шкіл, які задіяні у роздачі гарячих обідів, та особливо хочу відзначити кухарів комунального підприємства «Комбінат дитячого харчування» за смачну їжу, яку вони готують для городян,— наголосив Ігор Терехов. Перше, друге, чай чи кава, а в переддень Великодня ще

35000 смачних та запашних пасок — все приготовлено з душою. Аби отримати їжу, необхідно прийти до одного з пунктів гарячого харчування з 11 до 14 години дня з понеділка до суботи.

— За розпорядженням Харківського міського голови Ігоря Терехова з 1 грудня 2022 року у місті було відкрито 36 пунктів видачі гарячого харчування для мешканців Харкова. Почали з 13 тисяч обідів. З кожним днем їх кількість зростала, людей, що приходили за їжею, ставало більше. Пункти розташовані у навчальних закладах на базі шкільних їдалень. Організовує приготування страв КП «Комбінат дитячого харчування». До війни ми годували харківських учнів,— розповідає головний технолог КП «Комбінат дитячого харчування» ХМР Ірина Гонтаренко.— Че-



рез певний час було відкрито ще два пункти гарячого харчування. Тож на сьогодні їх налічується вже 38. За декілька місяців число бажаючих отримувати обіди зросло до 35 тис на день. Технологами комбінату розроблено єдине меню для всіх пунктів. Комплекс страв змінюється щодня залежно від продуктів, які надходять. Меню різноманітне. З огляду на те, що кількість споживачів обідів постійно збільшується, робимо висновок, що ми на правильному шляху. Наші страви подобаються харків'янам, на них є попит.

*Продовження на стор. 3*

# ШВИДКІСТЬ Є КРИТИЧНО ВАЖЛИВИМ ЕЛЕМЕНТОМ

ПРЕЗИДЕНТ УКРАЇНИ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ ПРОВІВ ЗУСТРІЧ ІЗ ПРЕЗИДЕНТОМ ЄВРОПЕЙСЬКОГО БАНКУ РЕКОНСТРУКЦІЇ ТА РОЗВИТКУ (ЄБРР) ОДІЛЬ РЕНО-БАССО

Глава держави подякував ЄБРР за підтримку України та реалізацію важливих проєктів під час повномасштабного російського вторгнення. Володимир Зеленський наголосив на пріоритетності інвестицій ЄБРР саме у приватний сектор і проєкти розвитку України, також він закликав банк звернути увагу на житловий сегмент і стимулювання житлового будівництва в Україні, зокрема в контексті реалізації державної іпотечної програми.

Президент акцентував на необхідності прискорення реалізації всіх проєктів ЄБРР у нашій країні.

— Швидкість сьогодні, в умовах війни та нагальної відбудови, є критично важливим елементом, — наголосив Глава держави.

Також Президент України Володимир Зеленський провів чергове засідання Ставки Верховного Головнокомандувача.

Головнокомандувач ЗСУ доповів про актуальну ситуацію на полі бою. Особливу увагу було приділено найскладнішим напрямкам фронту — районам Бахмута, Авдіївки, Мар'їнки на Донеччині.

Начальник Головного управління розвідки Міністерства оборони Кирило Буданов поінформував учасників засідання про плани ворога на найближчий період.

Було проаналізовано забезпечення українських військ озброєнням і боєприпасами та їх розподіл за підрозділами. Особливо учасники розглянули питання комплектування особовим складом і технікою новостворених бригад.

Крім того, члени Ставки продовжили розгляд питання про налагодження виробництва ракет і боєприпасів вітчизняними підприємствами й підвищення ефективності ремонту бронетанкового, артилерійського та іншого озброєння.



## НЕ ЧЕКАТИ КІНЦЯ ВІЙНИ

У ХАРКОВІ ВІДБУЛОСЯ ЗАСІДАННЯ ТИМЧАСОВОЇ СПЕЦІАЛЬНОЇ КОМІСІЇ ВЕРХОВНОЇ РАДИ З ПИТАНЬ МІЖНАРОДНОГО ГУМАНІТАРНОГО ТА КРИМІНАЛЬНОГО ПРАВА В УМОВАХ ЗБРОЙНОЇ АГРЕСІЇ РФ ПРОТИ УКРАЇНИ

Серед основних питань — фіксація воєнних злочинів окупантів, розмінування деокупованих територій Харківщини, а також — допомога місцевій владі громадянам, які постраждали внаслідок російського вторгнення.



Норми міжнародного гуманітарного права продовжують застосовуватись і після припинення збройних конфліктів — аж до миті вирішення усіх, пов'язаних із ними, гуманітарних проблем. Тому, на моє переконання, подальша робота тимчасової спеціальної комісії є вкрай необхідною і має продовжуватися, — зазначив голова Верховної Ради України Руслан Стефанчук.

Спочатку обговорили дотримання міжнародного гуманітарного права під час поводження з полоненими. Конститували: Україна регулярно фіксує звірства росіян проти наших військових. Наразі фахівці й досі збирають докази російських злочинів проти цивільних та військових. Катівні, масові поховання, фільтраційні табори, — сліди варварства є в багатьох населених пунктах.

— За фактами порушення законів та звичаїв війни слідчими та прокурорами розслідується понад 10,5 тисячі злочинів, пов'язаних із нападами й бомбардуваннями цивільної інфраструктури, 93 — з умисними вбивствами, 355 — незаконним позбавленням волі. Зараз зареєстровано понад 2300 випадків мародерства. Розслідується 16 фактів згвалтування. За фактами порушення законів і звичаїв війни 36 осіб вже отримали підозру. Та попереду ще багато роботи, — акцентує прокурор Харківської області Олександр Фільчаков.

Водночас, кажуть учасники заходу, ретельно стежать за тим, аби окупанти отримували в полоні гідні умови. Якщо ж з'являються скарги — їх одразу реєструють і розпочинають розслідування.

— З'ясували всі обставини, хто що розповів. З'ясували, що всі обставини насправді були іншими. Проведення закрито. Як тільки росіянам вдасться довести, що «Ні, ми теж маємо воєнних злочинців, порушуємо гуманітарне право», працювати із Заходом буде набагато складніше. Відповідно, нам потрібно не тільки максимально ефективно документувати воєнні злочини, але й самим максимально дотримуватись міжнародного гуманітарного права, — повідомив міністр юстиції України Денис Малюська.

Не менше завдань мають і сапери. Коли саме вдасться очистити всю територію області від вибухонебезпечних предметів — спеціалісти наразі не беруться прогнозувати. Пріоритетними для розмінування залишаються інфраструктурні та житлові об'єкти, поля. Проте ситуацію ускладнюють обстріли й повторні дистанційні мінування.

— Уже очищена територія, площею 3200 гектарів. Близько 1,5 тисячі пройдено автомобільних доріг, перевірено 630 кілометрів газопроводів. У квітні цього року необхідно провести підключення до електромережі 37 населених пунктів, це — 7209 абонентів. Для цього необхідно перевірити 610 кілометрів ЛЕП, розповів начальник Головного управління ДСНС в Харківській області Олександр Волобуєв.

Значних руйнувань унаслідок російської агресії зазнав і обласний центр. У Харкові зруйновано більше половини багатоповерхівок, 55% закладів освіти, 60% — лікарень та поліклінік.

— Якщо казати про сферу водопостачання, то зруйновано більше 100 інфраструктурних об'єктів, по теплопостачанню, на жаль, більше — 120. По об'єктах культурної спадщини — руйнування також є: пошкоджено чи зруйновано близько 40 об'єктів, — повідомив перший заступник Харківського міського голови Олександр Новак.

Крім того, пошкоджено і громадський транспорт. Загалом зруйновано близько 40 одиниць трамваїв, тролейбусів і автобусів. Проте, додає Олександр Новак, попри все, місто продовжує функціонувати. Встигають забезпечувати гідні умови проживання не лише для харків'ян, а й для переселенців — у місті зареєстровано майже 170 тисяч ВПО. Більше 100 тисяч із них переїхали до Харкова саме під час повномасштабного вторгнення РФ. До того ж, мегаполіс не чекає на закінчення війни, а вже відновлюється — ремонтуються будинки та інфраструктура.

## НЕОБХІДНИЙ ГЛОБАЛЬНИЙ САМІТ МИРУ

За дорученням Президента України Володимира Зеленського керівник Офісу Глави держави Андрій Єрмак провів телефонні переговори із зовнішньополітичними радниками голів урядів Швеції, Норвегії, Данії, Ісландії та зовнішньополітичним радником Президента Фінляндії. Сторони обговорили формати подальшої підтримки України.

— Хочу відзначити вагомий внесок країн Північної Європи у прискорення перемоги України й наголосити на важливості подальшої координації для посилення політичної та практичної підтримки нашої країни в боротьбі з російською агресією, — сказав Андрій Єрмак на початку розмови.

Очільник Офісу Глави держави також виклав українське бачення можливого обсягу та конкретних механізмів реалізації гарантій, які відображені в Київському безпековому договорі, розробленому міжнародною експертною групою Єрмака-Расмуссена. На переконання Андрія Єрмака, на Вільнюському саміті НАТО має бути запропоновано чіткий алгоритм руху України до членства в Альянсі.

Андрій Єрмак поінформував представників країн Північної Європи про українську Формулу миру, а також зазначив, що Україна сподівається на готовність цих держав брати участь у її реалізації та заохочувати до приєднання якомога більше інших країн. Він укотре наголосив на важливості проведення Глобального саміту миру, забезпечення участі в ньому на найвищому рівні та закликав розглянути пропозицію щодо можливості його проведення в одній зі Скандинавських країн.

Окремо співрозмовники зупинилися на питаннях розширення оборонної підтримки України, включно з протиповітряною обороною, далекобійною артилерією, бойовими літаками й боєприпасами.

Керівник Офісу Президента окремо подякував Фінляндії за рішення про надання Україні 15-го пакету оборонної допомоги обсягом 78 млн євро, який збільшив загальну вартість пакетів оборонної допомоги до 990 млн євро.



# З ТУРБОТОЮ ПРО ВСІХ І КОЖНОГО

Продовження. Початок на стор. 1

Я постійно сюди приходжу. Все подобається: і борщ, і суп, і випічка. А які смачні паски! Молодці кухарі! — у захваті Лідія.



— Тут все самі готують. І пампушки печуть, і хлібчик дуже смачний. Перші страви, другі — бездоганні. Я та мої колеги, дворові робітники, із задоволенням приходимо сюди за обідами. Навідуємося практично кожен день. Це

була дуже гарна ідея організувати такі пункти.

Дякуємо меру Ігорю Олександровичу Терехову за турботу про містян, — каже Микола.



— У важкі воєнні часи це велика підтримка для кожної людини. Прийти та отримати смачний обід, приготований з душею, якісно, і так щодня — не може не тішити. Хочу подякувати всім, хто нас годує. Ще хочу відзначити культуру обслуговування: ніхто не кричить, усі ввічливі, турботливі. А на Великдень ми

отримали смачнющі паски. Це було приємно до сліз. Також висловлю подяку нашій мері та особисто очільнику міста Ігорю Терехову за те, що турбуються про всіх і кожного. Це не тільки про обіди, у нас і транспорт безплатний, і відновлюються пошкоджені обстрілами будинки,



і ремонтуються дороги, у місті чисто. У всьому відчувається любов до Харкова. Тому низький уклін всім, хто це робить, — дякує Юрій.



— Настільки все це організовано з турботою, тактовністю та повагою до пересічних громадян. А що ми можемо навзаєм? Тільки подякувати. Гарний задум, організація і втілення, все бездоганно. Все це ще раз доводить, що харків'яни — одна велика родина.

Таке є не в кожному місті. Ми сюди приходимо вже не тільки за обідами, а й трохи поспілкуватися, відтяти душею, тому що у наш час важко та страшно залишатися сам на сам. Дуже важливо відчувати, що є підтримка, що про тебе хтось дбає, — зізнається Тетяна.



## «ХАРЬКОВВОДОКАНАЛ» — РЕАГУЄМО ОПЕРАТИВНО

С початку року в КП «Харківводоканал» Департаменту по вопросам забезпечення життєдіяльності міста ХГС поступило більше 1,5 тис. звернень громадян, зв'язаних з роботою систем водопостачання та водоотведення.



Начальник управління інформаційного забезпечення та контролю документооборота

Светлана Рагімова повідомляє, що всі звернення негайно беруться до уваги. Заявки комунальщики стараються виконати в термін 3–5 днів.

Основні питання, з якими звертаються харківчане, стосуються заміни внутрішніх систем водопостачання та водоотведення, якості води, перебоїв у квартирах, відключення водопостачання на час проведення ремонтних робіт на мережах. Також актуальним питанням є затоплення підвалів, що нерідко відбувається внаслідок порушення роботи системи каналізації самими жителями.

— Воєнні дії та обстріли об'єктів інфраструктури призводять до перебоїв у роботі насосних станцій, а це, в свою чергу, створює незручності для абонентів. В зв'язі з цим з'явилися скарги на недостатню кількість води в мережі, відсутність та перебої в подачі води, а також на проведення перерахунку за послуги у громадян, які тимчасово відсутні в місті. Керівники та фахівці підприємства навіть у складних умовах воєнного часу стараються своєчасно реагувати та оперативно вирішувати проблеми, виникаючі у харківчан, — підкреслила Светлана Рагімова.

### ▶ КОНТАКТНІ ТЕЛЕФОНИ

Харків'яни можуть дзвонити в диспетчерську КП «Харківводоканал» за єдиним коротким номером 15-33, доступним безкоштовно.

◆ **Аварійна диспетчерська: водопостачання, зовнішня мережа (цілодобово)** — 15-33 (зі стаціонарних телефонів і всіх мобільних операторів, безкоштовно), 712-08-40

◆ **Аварійна диспетчерська: водовідведення, внутрішньодомова мережа (цілодобово)** — 15-99 (зі стаціонарних телефонів), 704-14-46, 704-14-47, 704-14-48, 734-91-53, 739-95-05

◆ **Інформаційний центр** — 707-57-57, 757-82-80 (з 8:00 до 17:00 понеділок-четвер, з 8:00 до 15:45 у п'ятницю, окрім суботи та неділі)

◆ **Автоматичний прийом показань** приладів обліку води — 707-58-51 (цілодобово)

◆ **Спеціальний номер Viber для прийому показань** приладів обліку в форматі повідомлень — (050) 355-12-12

У разі виникнення технічних питань щодо роботи сайту/особистого кабінету звертатися на e-mail [feed\\_back@vodokanal.kharkov.ua](mailto:feed_back@vodokanal.kharkov.ua) (обов'язково вказувати свої контактні дані — ПІБ і адресу). Поштова адреса підприємства: 61013, Україна, м. Харків, вул. Шевченка, 2.

## РАПТОМ ВЛАСНИКИ ЗНАЙДУТЬСЯ

У Харкові на двох майданчиках зберігаються пошкоджені обстрілами та вибухами автівки. Зараз на одному з них близько 500 таких понівечених, згорілих вщент цивільних легкових автомобілів містян.

Таке собі кладовище машин. Наче кадри з фільму жахів. Німі свідки злочину з боку російської федерації проти мирного населення. Ліквідуючи наслідки ракетних ударів у Харкові, розтрощені автівки, точніше, те, що залишилося від них, вирішили прибрати з дворів та вулиць, і, зібравши докупи, поки що розмістити в одному місці.

— На початку війни внаслідок масованих обстрілів у місті, особливо на Салтівці та Горизонті, стало накопичуватися багато пошкоджених легковиків. Вони заважали працювати пожежникам, рятувальникам, медикам, працівникам комунальних служб. Харківський міський голова Ігор Терехов дав завдання прибрати ці авто на якийсь майданчик. Робота ще не закінчилася, є якась кількість авто, які знаходяться десь в районах, і їх власники не бажають, щоб їх забрали, розповів директор Департаменту будівництва та шляхового господарства ХМР Дмитро Липовий.

Щодо подальшої долі пошкоджених машин, то рішення поки що немає:

— Я думаю, вони тут будуть стояти доти, доки будуть прийняті якісь юридичні механізми щодо їхнього існування, — каже Дмитро Липовий.

При бажанні власник має право забрати свою автівку з майданчика, говорять у міськраді, але наразі такі випадки поодинокі. Бо всі ці авто агресор перетворив на купу металобрухту. Також варто зазначити, що на сьогодні розробка оптимального механізму компенсації за знищення чи пошкодження транспортного засобу тільки розпочалася. Крім цього, Україна зможе підрахувати завдані збитки державі та громадянам і звернутися до Міжнародного суду ООН з позовом про репарації, до яких можуть входити також і суми завданих збитків фізичним особам.

## ЗАДЛЯ ВЛАСНОЇ БЕЗПЕКИ

В сучасних реаліях правила мінної безпеки повинен знати кожен, ці знання допоможуть зберегти власне життя і вберегти близьких від біди. Земля приховує безліч небезпечних знахідок, наштотхнутися на які можна в найнесподіваніших місцях. Їх активація відбувається від найменшого зовнішнього впливу: удар, тертя, струс, нагрівання.

Основною причиною нещасних випадків є грубе порушення елементарних правил безпеки: спроби взяти в руки, пересунути або розібрати предмет, биття по ньому, кидання у відкритий вогонь або у воду.

На харківських підприємствах та в установах проходять тренінги з мінної безпеки.

Тренінг для співробітників КП «Харківські теплові мережі» департаменту Департаменту з питань забезпечення життєдіяльності міста ХМР провів інструктор ГО «Асоціація саперів України» Дмитро Філіппов. Він, зокрема, наголосив на тому, що при виявленні підозрілих предметів необхідно не чіпати їх і відразу повідомляти про це за тел.: 101.

За словами заступника начальника служби безпеки, режиму та зв'язку КП «ХТМ» Артема Коваленка, для підприємства, де щодня проводяться земляні роботи, ця тема є дуже актуальною. Адже навіть до повномасштабного вторгнення комунальникам кілька разів на рік доводилося викликати піротехніків на місця розривів, де під трубами знаходили снаряди років Другої світової війни.

— А в липні минулого року операторка ЦТП, яка опинилася в окупації, підірвалася на міні в рідному селі, коли пішла набрати води. Тож співробітники ХТМ з особливою увагою ставляться до такої інформації, яка фактично може врятувати життя у найскладніших ситуаціях, — повідомили на підприємстві.

Навчання з правил поведінки під час обстрілів та бомбо-ракетних ударів організували також для колективу Міської клінічної дитячої лікарні № 16 ХМР.

— За оцінками експертів, для розмінування своєї території Україні знадобиться мінімум 10 років. Прискорення цього процесу дасть можливість швидше відновити економіку країни, а найголовніше — зберегти життя людей, — зазначили у Департаменті охорони здоров'я.

У бібліотеці-філії № 11 сімейного читання Шевченківського району пройшов інтерактивний тренінг «Мінна безпека. Що це таке, і як ми можемо з нею впоратися?». Його провів фахівець з мінної безпеки Микита Світличний. У занятті взяли участь учні шкіл № 29 і 135. «Діти отримали знання про те, як виявляти потенційну загрозу, що робити у випадку знаходження підозрілого предмета, та як уникнути небезпеки. Наприкінці заходу їм подарували книжки «Прогулянка з Патроном», — розповіли у бібліотеці.

**Задля власної безпеки варто запам'ятати основні правила поводження з вибухонебезпечними чи незнайомими предметами. У разі виявлення підозрілої знахідки потрібно:**

- ◆ зупинитися;
- ◆ не наближатися, відійти на безпечну відстань (від 20 м і більше);
- ◆ не торкатися: не переміщувати і не розбирати на складові;
- ◆ попередити оточуючих;
- ◆ повідомити фахівцям із ДСНС: зателефонувати на номери 101 чи 112.

# РОБОТА, ЩО РЯТУЄ

ЗГІДНО З РІШЕННЯМ ВИКОНКОМУ ХАРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ, ДО ВИКОНАННЯ ГРОМАДСЬКИХ РОБІТ У 2023 РОЦІ ЗАЛУЧЕНО ТРИ ГРОМАДСЬКІ ОРГАНІЗАЦІЇ

Громадські роботи — соціальний проєкт, що покликаний забезпечити роботою харків'ян в межах міської Програми сприяння безпечній життєдіяльності у сфері соціального захисту населення міста Харкова. Серед організацій і Центр реабілітації людей з інвалідністю та членів їх родин «Право вибору», що вже більше п'яти років є частиною таких соціальних проєктів.

Узагалі «Право вибору» більше 20 років опікується літніми, людьми з інвалідністю



та з вадами зору. З квітня на базі Центру «Право вибору» розпочалися громадські роботи.

— Люди, що працевлаштувалися у наш центр, будуть отримувати зарплатню. Вона становить мінімальні 6700 грн. Зараз робота для них складається з упаковки і розпаковки, вантажу та доставки гуманітарної допомоги людям з інвалідністю, яких десь 350–500, серед них є евакуйовані, — повідомила представниця Центру «Право вибору» Олена Зутева.

Тут через центр зайнятості роботу знайшли 30 харків'ян. Кожен офіційно працевлаштований і отримує за свою працю заробітну



плату. Хоч вона у тих, хто погодився на громадські роботи, не висока, але, кажуть люди, це краще, ніж сидіти вдома в умовах війни, ще й без роботи.

— Я була менеджеркою із зовнішньої реклами. Підприємство зараз не працює. Тож я без роботи. Війна нас всіх залишила без роботи. Стояла на обліку у центрі зайнятості. Ось направили сюди і дали роботу. Мені це подобається. Дома сидіти вже дуже набридло. А так і приємно, і корисно, — розповіла Валентина Волкова.

— Я працювала натирачем підлоги у приміщеннях облдержадміністрації. Ця клята війна все життя перевернула. Один син зараз захищає Україну. Другий — працює, та пів зарплатні віддає на ЗСУ. Третій ще школяр. Тож робота потрібна, будемо допомагати, чим зможемо, — каже Ольга Євсюкова.

З лютого 2022-го, коли цей центр перетворився на гуманітарний хаб, тут дуже бракувало рук.

— Спершу допомогу, від харчів до життєво необхідних препаратів для 300 харків'ян, надавали вчотирьох. Усе робилося в умовах постійних обстрілів, інколи без світла та опалення, — розповіла співробітницею центру Валентина Скредьова.

Цього місяця програма залучення харків'ян до громадських робіт знову відновлена. Тому у центрі поповненню в своїх рядах дуже радіють. Мовляв, їм легше буде надавати соціальну допомогу нужденним. А люди, які тут працюватимуть, принесимуть не лише користь іншим, а й матимуть роботу і дохід, що є зараз дуже актуальним.



## РЕМОНТИ НОН-СТОП

Щодня комунальники виконують ті чи інші ремонти: або аварійні, які вимагають оперативного втручання, або поточні, що йдуть відповідно до складених заздалегідь планів.

Наприклад, триває поточний ремонт приміщення, де розміщується обладнання, що опалює прилегли будинки у Київському районі. Виконавці КП «ХРБП» ХМР Євген Ємець повідомив, що працівники ремонтують теплову рамку:

— Опалювальний сезон вже закінчився, і наше підприємство розпочинає підготовку до наступного сезону. Тут не було перекриття теплової рамки. Наразі хлопці його відновлюють. Поклали швелера, арматуру, а до цього виставили опалубку, змонтували дрібні і великі металеві конструкції. Тобто це буде повноцінна плита перекриття, яка зараз заливається. Потім зробимо ремонт саме зовнішньої та внутрішньої теплової рамки, щоб тепловикам нею можна було користуватися і люди були з теплом.

КП «ХРБП» провадить також і аварійні роботи. Це ремонти дахів з м'якою або твердою покрівлею, перекриттів, вхідних груп, сходів, дверей.



— Продовжуємо закриття контурів, вікон: так чи інакше трапляються прильоти і треба якось людям жити у своїх квартирах. Силами підприємства закрито понад 6000 контурів, відремонтовано близько трьохсот дверей, 450 сходиночок. Також ремонтуємо вхідні групи, водостоки. Харків має функціонувати, люди мають жити, безпечно пересуватися, щоб ніде нічого не падало, не руйнувалося, тому робимо великі та дрібні ремонти, — зазначив Євген Ємець.



ВІЙНА СТАЛА СПРАВЖНІМ ВИПРОБУВАННЯМ ДЛЯ ВСІХ УКРАЇНЦІВ, І ХАРКІВ'ЯНИ НЕ ВИНЯТОК. МИ ЯК НІКОЛИ ЗГУРТУВАЛИСЯ ПЕРЕД НАВАЛОЮ АГРЕСОРА І ПРОДОВЖУЄМО ПЛІЧ-О-ПЛІЧ ТРИМАТИ СТРИЙ. А ВЧАСНО НАДАНА ПІДТРИМКА ВІД СПРАВЖНІХ ДРУЗІВ, ЯКІ НЕ ПОКИНУЛИ У ЧАС СКРУТИ, ЩОРАЗУ СТАЄ У ПРИГОДІ. ЯК-ТО КАЖУТЬ: «ПРИ ГОРІ ТА В ЛИХУ ГОДИНУ ПІЗНАЄШ ВІРНУ ЛЮДИНУ»

# НЕ СЛОВОМ, А ДІЛОМ

На щастя, у Харкова таких вірних друзів, які давно вже стали побратимами, багато, чим ми не можемо не пишатися.

До речі, рух міст-побратимів стихійно виник у роки Другої світової війни. Після неї, 1957 року, у Франції на спеціальному засновницькому конгресі було створено Всесвітню федерацію поріднених міст. Головною метою цього руху проголошувалося налагодження дружніх зв'язків незалежно від розходжень суспільно-політичних систем. А 1963 року було ухвалено рішення — кожну останню неділю квітня відзначати як Всесвітній день поріднених міст. Всесвітня федерація поріднених міст сьогодні нараховує понад 3,5 тисячі досить великих населених пунктів, які є її членами. У Харкова налічується понад двадцять побратимів та партнерів в країнах зі всього світу: США, Німеччини, Польщі, Чехії, Албанії, Туреччини, Франції та інших. Тож маємо нагоду ще раз широко подякувати нашим містам-побратимам за їхню допомогу та висловити сподівання на подальшу співпрацю та підтримку.

## ▶ НА ЗНАК СОЛІДАРНОСТІ

Французьке місто Лілль одним з перших простягнуло руку допомоги і відгукнулося на біль харків'ян. Упродовж минулого і вже цього років місто постійно підтримує Харків. Зокрема, у взаємодії зі своїм польським містом-партнером Вроцлавом воно прийняло багато українців, зокрема харків'ян, які евакуювалися на початку війни через масовані обстріли. Також за закликом мера міста Мартін Обрі до Благодійного фонду Лілля надійшли 215 тис. євро, завдяки чому торік влітку до Харкова відправили два гуманітарних конвої медикаментів та предметів першої необхідності. Мартін Обрі запевнила, що жителі Лілля солідарні з українським народом та готові продовжити надання допомоги Харкову.

У жовтні минулого року відбулася вчергове передача гуманітарного вантажу від французьких партнерів. Гуманітарна допомога була надіслана в межах акції «Корабель для України». За словами посла Франції в Україні Етьєна де Понсена, Харкову та Харківській області призначалося 58 тонн харчових продуктів, 38 тонн будівельних матеріалів і сім тонн медикаментів та медичного приладдя.

— У збиранні цієї допомоги взяли участь як державні органи, так і місцеві громади, зокрема міста Лілль та Париж. Уся Франція демонструє свою підтримку та солідарність з Україною, — акцентував посол Франції.

Також він зазначив, що французький народ і надалі підтримуватиме українців. Крім того, у грудні в Парижі була проведена міжнародна конференція, спрямована на на-

дання підтримки Україні з метою пережити зиму в прийнятних умовах.

Міський голова Ігор Терехов подякував народу Франції за допомогу в цей нелегкий для Харкова та всієї України час. За його словами, обстріли критичної інфраструктури міста — це черговий доказ геноциду українського народу:

— Сьогодні ми стоїмо ще перед одним викликом, коли руйнується критична інфраструктура. Є перебої з енергопостачанням і, відповідно, з транспортом та подачею води. Але в цей складний час разом з нами — народ Франції, за що ми вам безмежно вдячні. Дякую за гуманітарну допомогу та вашу позицію.

Харкову був наданий статус Почесного громадянина міста Лілль. Ініціювала питання про надання цього статусу його мер. В історії побратимських та партнерських відносин питання про надання статусу Почесного громадянина не окремій людині, а місту, трапилося вперше.

Тоді, в березні 2022 року, пані мер про це повідомила у листі, який надіслала Харківському міському голові Ігорю Терехову. В ньому вона зазначила, що пропонує надати Харкову статус Почесного громадянина міста Лілль на знак повної та цілковитої підтримки харків'ян: «Я хотіла б зробити це для того, щоб продемонструвати всю нашу солідарність та братерське ставлення міста Лілль до нашого міста-побратима Харкова. А також для того, щоб підкреслити Вашу мужність та мужність усіх мешканців. Ваша рішучість посилює нашу повагу та захоплення. Ця пропозиція буде офіційно внесена до порядку денного засідання міської ради міста Лілль, яке відбудеться 8 квітня цього року».

24 лютого у Ліллі, як і в інших містах Франції, пройшли заходи на знак солідарності з Україною під гаслом «Минув рік. Ми залишаємося з вами».

У Департаменті міжнародного співробітництва ХМР повідомили, що роковини повномасштабного вторгнення об'єднали представників міської влади, громадських організацій, мешканців Лілля та українців, які там зараз проживають.

Зокрема, громадська акція, в межах якої Мартін Обрі поклала квіти з символами Франції та України до таблички з назвою споруди, а французькі школярі заспівали українську пісню, яку вивчили у позашкільний час, надаючи допомогу у центрі Lalo-Clément, пройшла на Харківському мосту.

А напередодні річниці повномасштабного вторгнення мерія міста на чолі з Мартін Обрі спільно з Благодійним фондом Лілля знов звернулася до громади із закликом про організацію чергового гуманітарного конвою.

Нагадаємо, поновлена угода про побратимські зв'язки була підписана у червні 1998 р. З того часу було організовано та проведено багато зустрічей у Харкові та Ліллі, а також декілька стажувань у таких сферах, як організація місцевого самоврядування, фінанси, управління персоналом, загальне управління та урбанізм, використання міських та промислових відходів, будівництво, відбудова житла.

## ▶ ПОПОВНЕННЯ

Торік міська рада Любліна (південний схід Польщі) під час сесії 28 квітня ухвалила рішення визнати Харків містом-побратимом.

Обґрунтовуючи це рішення, мер Любліна Кшиштоф Жук зазначив, що раніше Харків активно підтримував кандидатуру польського міста на обрання Молодіжною столицею Європи 2023 року:

— Зараз страждають його мешканці, на місто падають бомби та ракети російських загарбників. Символічним жестом підтримки ми хотіли підняти

статус нашої співпраці до партнерства між містами. Завдяки прийнятій сьогодні міськрадою постанові, Харків став восьмим українським містом-партнером Любліна, — заявив Жук.

Як відомо, в 2017 році Харків та Люблін підписали декларацію про встановлення дружніх відносин.

## ▶ ЗАРАДИ СПІВПРАЦІ

У січні представники Харківської міської ради побували на Форумі муніципального партнерства ЄС-України, що проходив у Войновіце (Польща). У ньому взяли участь представники понад 60 українських, німецьких, польських та інших громад з ЄС, зокрема — міста-партнери Харкова Познань та Люблін. Під час заходу відбулася робоча зустріч з представниками муніципалітету міста Познань — директором відділу розвитку міста та міжнародної співпраці Івоною Матушак-Шульц та керівником відділу охорони здоров'я і соціалістики Магдаленою Петрусік-Адамською. Сторони обговорили пріоритетні сфери подальшої співпраці між містами. Польська сторона виступила з пропозицією щодо створення спільної робочої групи для допомоги Харкову.

Також обговорили проекти, які заплановані на цей рік у сфері спорту, та можливість організації виїзду дітей із Харкова на канікули до Познань.

Крім того, в межах форуму пройшла робоча зустріч з віцепрезидентом Європейської асоціації місцевої демократії Бартеком Островськи, який висловив зацікавленість у спільному вирішенні питання щодо відкриття Представництва зазначеної асоціації у Харкові.

# МИ ВСІХ ПЕРЕМОЖЕМО!



**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АКАДЕМІЧНИЙ ТЕАТР ОПЕРИ І БАЛЕТУ — ОДИН З НАЙСТАРІШИХ ВІТЧИЗНЯНИХ МУЗИЧНИХ ТЕАТРІВ, НАЩАДОК КРАЩИХ ТРАДИЦІЙ УКРАЇНСЬКОЇ І СВІТОВОЇ КУЛЬТУРИ. З ПОЧАТКОМ РОСІЙСЬКОЇ АГРЕСІЇ ПРОТИ УКРАЇНИ ХАРКІВ ЗАЗНАВ ЗНАЧНИХ БОМБАРДУВАНЬ І РУЙНУВАНЬ, А БУДІВЛЯ ТЕАТРУ ОПИНИЛАСЯ У САМОМУ ЕПІЦЕНТРІ ОБСТРІЛІВ. ПОПРИ ВСЕ БУДІВЛЯ ВСТОЯЛА, КОЛЕКТИВ МАЙЖЕ В ПОВНОМУ СКЛАДІ ВДАЛОСЯ ЗБЕРЕГТИ. А КОНЦЕРТНА ДІЯЛЬНІСТЬ НАБУЛА ГЕТЬ ІНШОГО ХАРАКТЕРУ — ОДНІ АРТИСТИ ПІДТРИМАЛИ СВОЇМИ ВИСТУПАМИ МІСТЯН ТА НАШИХ ВОЇНІВ, ІНШІ — ЗАЯВИЛИ ПРО УКРАЇНУ НА ВЕСЬ СВІТ**

Виконуючий обов'язки генерального директора — художнього керівника Харківського національного академічного театру опери та балету ім. М.В.Лисенка Ігор Тулузов детально розказав про сьогоднішня ХНАТОБу.

**— Пам'ятаєте перші дні війни? Мабуть, їх важко згадувати. І все ж... Пане Ігорю, розкажіть, як їх пережив театр та яка ситуація на сьогодні?**

— Згадувати ті часи не дуже приємно. Напружений і складний період — лютий-березень минулого року. Наш театр опинився майже в епіцентрі бомбардувань. Ні для кого не секрет, що ми розташовані в самісінькому центрі, довкола було багато прильотів і вибухів. Глобальних руйнувань будівля театру не зазнала. Пошкоджено скління загальною площею 2 тис. кв. м. Були потрапляння уламків ворожих снарядів на покрівлю, що призвело до локальних пожеж. Та, на щастя, їх вдалося загасити зусиллями наших працівників, охорони театру і хлопців ДСНС-ників. Через військове вторгнення рф і постійні бомбардування Харкова значна частина трупі і робітників театру покинула місто, роз'їхалася по території України, опинилася в Європі, одним словом, наші зірки розлетілися по світу. У театрі залишилася група людей, яка підтримувала його життєзабезпечення. Серед них опинився і я. На щастя, нам удалося зберегти всі матеріальні цінності театру.

**— Як ви організовуєте роботу театру під час війни?**

— Ще торік в березні ми почали з'ясувати місцезнаходження всіх наших співробітників. І саме в цей час народилася ідея, яка була підтримана нашими литовськими колегами, зібрати трупі і повезти її у благойдійно-гастрольний тур Європою. На початку квітня нам це вдалося. І ми рушили у тріумфальний гастрольний тур за підтримки наших друзів з Литовського національного театру опери і балету у Вільнюсі.

Спочатку був тур по самій Литві. Ми зрозуміли, що такі виступи — один зі способів збереження трупі. Мабуть, ви пам'ятаєте, що до осені ворожі атаки тривали, і в Харкові неможливо було проводити масові заходи, тому ми ще активніше виступали за кордоном. У той час було прийняте рішення локалізуватися в одній з країн Європи — Словаччині. Уряд держави пішов нам назустріч — виділив окремі ресурси, щоб ми могли вести активну репетиційну діяльність в центрі для українських біженців. Звідси почалась активна гастрольна діяльність Європою. З тих пір і до сьогодні наші артисти відвідали 50 міст в 9 країнах, провели 153 виступи минулого року. І цього року все триває у такому ж темпі.

Крім трупі, яка виступає за кордоном, частина акторів залишилася тут, у Харкові. Це був наш так званий бойовий кістяк. На початку війни в міських концертах брали участь приблизно 12 осіб. Концертна програма, певна річ, була скорочена, проте різноманітна: змішана хітова європейська оперна програма, українські народні пісні, українська класика, інструментальні та вокальні твори. Виступи наших артистів проходили на високій патріотичній нозі, піднімали дух людей у різних локаціях — навіть у підземці. Загалом можу сказати, що 50 відсотків трупі гастролювали за кордоном, 30 — в Харкові, доля інших — поки не визначена.

**— Поділяють, що у Молдові теж найближчим часом радо зустрічатимуть наших артистів?**

— Так, наразі оголошено, що 2023-й — Рік української культури в Молдові. В межах цієї події з 26 квітня в Кишиневі пройде фестиваль Sound of Ukraine, зокрема концерт VIVA KHARKIV!

VIVA UKRAINE! Нам повністю віддали сцену Національного театру опери та балету імені Марії Бієшу. Наш колектив має виступити там з гала-концертом, покаже чотири балети і дві опери.

**— Ви вже будете плани на післявоєнний час?**

— Звісно. Незважаючи на всі негаразди, ми відкриті для Європи. До речі, культурологічний ринок Європи наразі зазнав суттєвих змін. Першочергово через те, що російський продукт піде з цього ринку, а якщо не піде повністю, то буде значно потіснений.

Тож цю нішу треба посісти нам. Наразі одне лише слово Харків відчиняє для нас будь-які двері. Навіть замислююся, а чи не повернутися до бренду Харківська опера. Ми відтепер дуже впізнавані в Європі. Цей факт дає нам можливість активізувати гастрольну діяльність і залучити глядача сюди, в Харків, на наші спектаклі вже після перемоги. Завдяки цьому наше місто після війни має стати свого роду центром івентурізму. Проте наш рідний Харків уже став брендом воєнної міцності, хоча це пов'язано з нашими бідами, з війною та стійкістю мегаполісу. Але треба ситуацію перевернути і зробити так, щоб цей бренд у майбутньому спрацював на позитив, щоб наше місто стало ще більш квітучим.

**— Яке, на вашу думку, значення має культура в тій боротьбі, яку веде країна з російським агресором?**

— Ми мусимо зізнатися собі в тому, що до війни ми досить зневажливо ставилися до питання нашої культурної ідентичності. Ми відчували комплекс меншовартості, нам постійно нав'язувалася думка, що українська культура другорядна, низькопробна. І це явище можна було спостерігати не тільки в культурологічних процесах. Цей комплекс другорядності, на жаль, формувався і в Європі. Але війна все змінила. Багато політичних та культурних діячів тепер чітко розуміють, наскільки важлива наразі культура з погляду побудови нового післявоєнного суспільства.

А наш театр, своєю чергою, в Харкові піднімає бойовий дух городян і захисників, а в Європі наша трупі виконує функцію культурної дипломатії.

**— Ви корінний харків'янин, яку роль у вашому житті відіграє Харків?**

— Так, я корінний харків'янин! З одного боку, я добре знаю Харків як представник інвестиційного та інноваційного середовища. З іншого — як представник культури, освіти і науки. Це дійсно унікальне місто у всіх відношеннях: з погляду його ментальності, структури економіки, високої інтелігентності населення. Для мене все це має цінність. Я гадаю, що будь-якого харків'янина впізнаю, де б він не був, якою б мовою не говорив. Коли дивишся на Харків сьогодні, серце сповнюється гордістю за своє місто, яке вистояло і буде відроджене!

**— Ваш театр національний і перебуває у сфері управління МКП, але ХНАТОБ — це, перш за все, про Харків, отже декілька слів про взаємодію з міською владою.**

— Неймовірна вдячність міській владі і особисто меру Харкова Ігорю Терехову, з яким ми знайомі давно. Що стосується театру, то ми з очільником міста побудували партнерські стосунки. Коли міська влада до нас звертається з певними пропозиціями — ми йдемо назустріч, у свою чергу і міська влада є відкритою для співпраці з нами. Особливу підтримку і допомогу наш театр відчув під час війни. Я вважаю нашого мера Терехова дуже потужним менеджером, адже утримати стабільне функціонування міста в тих складних умовах навесні 2022 року і по цей час — це неймовірний менеджерський подвиг. Ми всі бачимо, яке зараз місто на вигляд. І я, як менеджер з 30-річним досвідом, цілком розумію, про що кажу. Адже наразі всі комунальні служби міста працюють, як годинник, не дивлячись на всі катаклізми. І театр це відчуває протягом всього військового часу. До речі, у ці важкі для нас часи моє гасло звучить так: «Ми всіх перемаємо!»



# НЕЗАМІННІ У ВИХОВАННІ. УКРАЇНСЬКІ КАЗКИ ДЛЯ НАШОЇ МАЛЕЧІ

НІ ДЛЯ КОГО НЕ СЕКРЕТ, ЩО НАЙКРАЩИЙ СПОСІБ ЗОСЕРЕДИТИ УВАГУ ДИТИНИ ЧИ РОЗВАЖИТИ, ОСОБЛИВО У ТЯЖКІ ВОЄННІ ЧАСИ, — ПОЧИТАТИ ЇЇ КАЗКУ. У ТОМУ, ЩО УКРАЇНСЬКА КАЗКА ВІДІГРАЄ ЧИМАЛУ РОЛЬ У ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ТА НАВІТЬ ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ВПЕВНЕНА І ХАРКІВСЬКА БАТЬКІВСЬКА РАДА ДЕПАРТАМЕНТУ ОСВІТИ ХМР

Цей особливий вид національної творчості зрозумілою для дитини мовою демонструє багатство рідної культури, розширює словниковий запас і формує світогляд. Крім цього, батьки радять дотримуватися деяких правил читання казок:

- ◆ читати вдумливо, пояснюючи дитині незнайомі слова, обговорюючи основні епізоди;
- ◆ вислуховувати думки самої дитини про почуті події з казковими героями;
- ◆ не говорити дитині, що її судження неправильне, або засуджувати її позицію;
- ◆ зважати на вік дитини, особливості характеру та темпераменту;
- ◆ подбати про сприятливу психологічну атмосферу під час читання чи розповідання казки.

Ми знайшли для вас підбірку найкращих народних казок та запрошуємо з нею ознайомитися.

## КИРИЛО-КОЖУМ'ЯКА

Сюжет казки розповідає про однойменного народного героя, який спас своє місто від сильного підступного Змія, визволив княжу Красуню та одружився з нею. З огляду на цю казку ваша дитина зможе зрозуміти, що кожна особистість має бути готовою до боротьби за справедливість, щастя та добробут рідної землі. *Казка сподобається дітям віком від 3 до 8 років.*



## ІВАСІК-ТЕЛЕСІК

Івасик-Телесик — сміливий, розумний хлопчик, якого підла зм'я-Олена хотіла запекти в печі. Але головний герой виявився кмітливим, розігравши з себе дурня та вкинувши зм'юку в піч. Втекти з хати йому допомогло маленьке Гусеня. Добрий Телесик віддячив йому, коли нагодував, напоїв та дав відпочити. Ця казка навчить вашого малюка бути добрим, сміливим та вдячним. А також вірити, що добро завжди перемає зло. *Казка для дітей молодшого шкільного віку від 6 до 8 років.*



## ЛЕТЮЧИЙ КОРАБЕЛЬ

Цар організує бенкет, на якому хоче одружити дочку, але висуває умову: наречений має прибути на летючому кораблі. Двоє розумних братів вирішили випробувати своє щастя, дурний також проситься, але з нього сміються. Тоді він бере торбу з черствим хлібом та пляшку води і йде світ за очі. З цього і розпочинається найцікавіше. Казка вчить дитину, що немає безвихідних ситуацій, а справжні друзі завжди прийдуть на допомогу. *Оповідь для дітей середнього та шкільного віку (від 7 до 12 років).*



## КОЗА-ДЕРЕЗА

Казка розпочинається з покупки Кози Дідом. Надалі він кожного дня посилає пасти Козу одного зі своїх близьких (доньки та баби), але шоразу після пасовиська коза жалілася, нібито вона не їла, не пила. Розв'язка цієї історії неймовірна.



Впевнені, що ваша дитина має це почути. Казка має велике виховне значення, а саме засуджує брехливість, хижість, насильство. Також вчить захищати скривджених та допомогти слабшим. *Казка сподобається дітям дошкільного та молодшого шкільного віку (від 3 до 6 років).*

## ЛИСИЧКА І ЖУРАВЕЛЬ

Ця казка дуже проста і повчальна. В ній розповідається про те, як Лисиця запросила Журавля до себе у гості, але пригостила кашею на блюді. Зрозуміло, що Журавель не в змозі це їсти. Він вирішив помститися, запросивши до себе пригостивши холодником у глечичку. Тепер Лисиця пішла ні з чим. Мораль казки полягає у прислів'ї: «Не роби іншим того, чого собі не бажаєш». *Казка підійде для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку від 3 до 8 років.*



## КОТИГОРОШКО

Котигорошко — один із прообразів українського переможця над злом. Казка розповідає чудову історію, як Котигорошко народився з горошини та пішов у небезпечну подорож, аби визволити братів та сестру від поневолення хижого Змія. На його шляху трапляється багато пригод, які з задоволенням послухають діти. Казка вчить попри все пробачати своїм кривдникам, бути добрими та чуйними. *Сподобається дітям віком від 7 до 12 років.*



## КРИВЕНЬКА КАЧЕЧКА

У казці розповідається про чарівне перетворення птаха зі зламаним крилом на вродливу дівчину. Але через хитрість та підступність діда і баби дівчина покинула їх та обернулася назавжди Качечкою. Казка навчить вашу дитину бути доброю, працюючою та приязною. *Оповідь призначена дітям від 3 до 5 років.*



## КІТ, ЦАП ТА БАРАН

Казка розповідає, як господарка дуже розлютилася через те, що Кіт з'їв її сметану, котру вона приготувала для гостей. Натомість хотіла зарізати Цапа та Барана, але Кіт попередив їх про це і вони втекли до лісу. Звідси й розпочинаються їхні пригоди. Казка вчить дитину допомагати один одному, не кидати друзів у важкій ситуації та бути чесними та кмітливими будь-коли. Мораль казки: «Там, де сила не зможе, розум допоможе». *Сподобається дітям дошкільного віку від 3 до 7 років.*



## РІПКА

Це одна із найпоширеніших народних українських казок. Сюжет розповідає про те, як дід посадив ріпку, а коли настав час збирати врожай, він помітив, що самостійно не впорається та й покликав на допомогу свою дружню сім'ю. Лише завдяки дружності, згуртованості та наполегливості вони змогли здолати ріпку. Казка вчить бути працюючими, чуйними, ну і, звичайно, не забувати про важливість дружби у колективі. *Казка буде повчальною для усіх дітей, навіть наймолодших.*



## ПАН КОЦЬКИЙ

Господар відвів свого старого Кота у ліс, бо той вже не в змозі ловити мишей. У лісі Кіт зустрічає Лисицю та одружується з нею. Лісові звірі хочуть побачити, хто такий цей пан Коцький. Лисиця погоджується привести Кота на обід за умови, що звірі підготують велику кількість різноманітних страв та заховаються. Коли прийшов пан Коцький і почав нявчати, звірам здалося, що він нібито каже: «Мало, мало». Лісові звірі втекли, перелякані майже до смерті. Мораль казки — ніколи не треба здаватися, інколи коли здається, що все погано, то розпочинається нове краще життя. *Для дітей середнього шкільного віку від 8 до 12 років.*



# НЕ КИДАТИ НАПРИЗВОЛЯЩЕ



ПІДЛІТОК — ЦЕ ЗГУСТОК КОНТРАСТІВ: ЧАСТА ЗМІНА НАСТРОЮ, САМООЦІНКА ТО ПАДАЄ, ТО ЗЛІТАЄ ДО НЕБЕС, ДИТИНА БУНТУЄ, ЗМІНЮЄ СТИЛІ ОДЯГУ, ІНТЕРЕСИ ТА СМАКИ

Батьків це лякає, спантеличує. Як серед нормальних поведінкових проявів підлітка розпізнати тривожні дзвіночки: ризиковану поведінку, думки про самогубство? І коли щось дійсно пішло не так, як діяти батькам? Психологиня Ольга Кухарук пропонує дієву інструкцію для батьків, щоб зрозуміти, коли варто хвилюватися, а коли — просто видихнути.

## ▶ ПІДЛІТОК ПОТРЕБУЄ ДОПОМОГИ

Батьки мають дати дитині відчуття підтримки і розуміння його проблем та потреб. Ось кілька правил такого спілкування:

◆ **Розмовляйте спокійно** — без звинувачень і засудження.

◆ **Дайте дитині знати**, що ви любите її, піклуетесь про неї, вона для вас важлива, саме тому ви й почали цю розмову.

◆ **Намагайтеся проявляти** співпереживання, розуміння та не засуджувати почуття підлітка. Спробуйте допомогти конкретними діями. Найпростіший спосіб — це запитати, яка саме допомога потрібна, не нав'язуючи своє рішення. Заохочуйте до дій, які допоможуть змінити ситуацію і домовитися про те, чого дитина робити не буде, щоб не нашкодити собі. Наприклад, домовтеся про те, що ви разом спробуєте розгребти завали в школі, пошукаєте потрібну інформацію про проблему, яка турбує дитину, що дитина не буде погіршувати свій фізичний стан і спробує

повернутися до звичного графіка життя або почне краще харчуватись (якщо був знижений апетит). Це можна закріпити як добре проговорений словесний чи навіть письмовий договір.

◆ **Спробуйте зберігати спокій**, тримаючи під контролем свої почуття, фокусуючись на емоціях, переживаннях і запитах дитини.

◆ **Вірте своїй дитині**: не знецінюйте її думки і почуття. Можливо, з висоти дорослого досвіду ці переживання здаються незначними чи неважливими, але для дитини вони справжні, реальні і єдині, які зараз у неї є.

Допомога, що зцілює, а не травмує, має багато варіантів. Якою б вона не була, це завжди про зв'язок батьки-дитина, у якому батьки — дорослі, стійкі, надійні, терплячі, такі, що розуміють, люблять, приймають, готові захистити і дати опору.

## ▶ НАТРЕНУВАТИ БАТЬКІВСЬКИЙ «ДЗЕН»

Уже від одного цього списку батьківських характеристик може стати страшно навіть без підліткових криз. Адже бути такими батьками — не проста праця. У більшості

випадків ще й непосильна — ніхто з нас не ідеальний. Коли накриває страх, біль, виснаження, сором і безпорадність, почути і допомогти підлітку стає надзвичайно важко. У підготовці військових є таке правило: у стресі ми не підіймаємося до рівня своїх очікувань, а падаємо до рівня своєї натренованості. Це правило можна взяти до уваги і батькам.

Ось кілька важливих речей, які батьки можуть зробити для себе перед тим, як рятувати свою дитину (звісно, якщо не йдеться про екстремальну, загрозливу для життя ситуацію, що потребує нагального вирішення).

◆ **Візьміть паузу**. Спробуйте заземлитися: відчуття землі під ногами, перемикнути увагу на те, що довкола вас: що ви бачите, чуєте, чого можете торкнутися, які запахи відчуваєте.



◆ **Назвіть тільки проблему**, ніби відкладаючи вбік усі думки і переживання, пов'язані з нею. Наприклад: «Дитина кілька днів не виходить з кімнати і відмовляється спілкуватися». А не: «Дитина не виходить з кімнати, у неї, напевно, депресія і можливо навіть суїцидальні думки. Вона там думає і робить щось жахливе, а я тут сиджу і нічого не роблю». Наші оцінки та емоції підігрують проблему, роблять її страшнішою, ніж вона є насправді. І тоді ми реагуємо не на саму ситуацію, а на страхи і картинки, які малює наша батьківська уява.

◆ **Знайдіть підтримку**. Якщо переживаннями накриває, варто пошукати, з ким ви можете це обговорити і пережити. Нести свої емоції до дитини шкідливо, але лишатися з ними на самоті — нестерпно. Щоб не бути із ситуацією сам на сам, потрібні інші дорослі: чоловік/дружина, батьки, друзі, спільнота в соціальній мережі.

◆ **Звертайтеся по професійну допомогу і роз'яснення**. Самостійний пошук інформації часто спрямований на підтвердження вже усталеної у вас думки. А вам слід поглянути на ситуацію під різними ракурсами. Наприклад, психолог може прояснити, чи насправді поведінка вашого підлітка загрозлива та як шукати шляхи комунікації з ним.

Це лише мінімум, який може зробити доросла людина, щоб упевненіше почуватися в батьківській ролі. Правило кисневої маски діє не лише для пасажирів літака і батьків маленьких дітей, а й для тих, хто має справу з підлітками. І пам'ятайте найважливіше: ніхто з батьків не ідеальний. Ідеальних батьків не існує, а ми — найкращі батьки, які є в наших дітей.

## ▶ ДОПОМОГТИ ПІДЛІТКУ

Департамент освіти Харківської міської ради продовжує надавати психологічну допомогу та емоційну підтримку всім учасникам освітнього процесу в межах проекту «Психологічна підтримка учасників освітнього



процесу в умовах війни». У квітні практичними психологами комунального закладу «Харківський інклюзивно-ресурсний центр № 1 Харківської міської ради» (Ковальчук О.В., Соболев Т.А.) був проведений комунікативний тренінг для підлітків за темою «Самооцінка».

Під час онлайн-зустрічі учасники ознайомилися з поняттям «самооцінка», методами формування адекватної самооцінки, пройшли діагностику «Яка в тебе самооцінка?».

У процесі бесіди підлітки дійшли висновку, що самооцінка — це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і статусу серед інших людей. Вона є важливим вмінням для саморозвитку та самореалізації, значущим регулятором поведінки. Від самооцінки залежать взаємовідносини людини з оточуючими, її критичність, вимогливість до себе, ставлення до успіхів і невдач. Вона впливає на ефективність діяльності людини і подальший її розвиток. Є засобом самовираження, здатністю особи оцінити особливості свого характеру, етичні якості, природні здібності, вчинки, зовнішність.

Під час тренінгу підлітки виконали декілька вправ: «Мої сильні сторони», «Мій ресурс», а також навчилися способам і прийомам розвитку позитивного мислення та прийшли до розуміння важливості любові до себе.



# ПРИСТОСУВАТИСЯ ДО ВЕСНИ

БІЛЬШІСТЬ ЛЮДЕЙ ЧЕКАЮТЬ ПРИХОДУ ВЕСНИ З НЕТЕРПІННЯМ. АЛЕ ДЛЯ АЛЕРГІКА ВОНА, ЯК СТРАШНИЙ СОН. СЕЗОННА АЛЕРГІЯ ПОЗБАВЛЯЄ БАГАТЬОХ ЛЮДЕЙ МОЖЛИВОСТІ НЕ ТІЛЬКИ НАСОЛОДЖУВАТИСЯ ПРИРОДОЮ, А Й ПРОСТО ПОВНОЦІННО ЖИТИ

Існує інтерактивна карта, яка може допомогти відстежувати цвітіння та зорієнтуватися, на що саме у вас може бути наразі алергія. Переглянути її можна тут: <http://allergy.in.ua/>



Алергія — це певна негативна реакція організму, а саме, імунної системи на певний алерген. Щоб з'явилась алергія, недостатньо лише зустрічі із якимось збудником із навколишнього середовища. Потрібно, щоб організм був високочутливий до цього збудника, який надалі стане алергеном. Ним можуть бути харчові продукти, рослини, пилюка, тварини. За типом розповсюдження розрізняють дихальну, харчову та контактну алергію.

Весною алергічні реакції активізуються і спричиняють сезонну алергію, або поліноз (анг. Pollen — пилок), — це алергічне захворювання, яке викликане рослинним пилюком і характеризується гострими запальними змінами слизової оболонки дихальних шляхів та очей.

Це захворювання спостерігається у час цвітіння окремих рослин, має виражену сезонність. На сьогодні відомо, що полінозом хворіють 3–4% людей земної кулі. Пилок — це у більшості білок, який розноситься вітром або комахами на великі відстані. Тому полінозом хворіють як у місті, так і у сільській місцевості.

## ◆ Симптоми алергії

Симптоми весняної алергії, полінозу можуть бути досить різноманітними. Найчастіше зустрічаються такі:

- ✓ нежить;
- ✓ набряк слизової носа;
- ✓ слезотеча, припухлість очей;
- ✓ посилене чхання;
- ✓ кашель, хрипи;
- ✓ різь в очах, свербіж в очах;
- ✓ у 20% алергіків спостерігаються напади бронхіальної астми.

## ◆ Фактори, що сприяють розвитку алергії:

- ✓ спадкова схильність (якщо у обох батьків є алергія, то у дитини ризик захворіти алергією складає 70%, якщо лише один — 40%);
- ✓ довкілля (кількість та природа алергенів, кліматичні, географічні, екологічні умови);
- ✓ незбалансоване харчування, супутні захворювання, загальний стан здоров'я, стреси.

## ◆ Які рослини спричиняють алергію

Перелік досить широкий, але серед найпопулярніших: амброзія, медова трава м'яка, тимофіївка лучна, костриця, житня трава, стокос, пажитниця багаторічна, мітлиця, пахуча трава звичайна, китник лучний.

## ◆ Як виявити причину алергії

Це питання допоможе вирішити алерголог та молекулярна діагностика. Її проводять навіть під час вживання

антигістамінних препаратів, якщо вони життєво необхідні для вас. Якщо ж препарати не приймає — спеціалісти рекомендують прик-тест. Коли дослідження виявлять причину алергії, лікар може призначити АСІТ-терапію.

## ◆ Чи зменшується кількість пилюки після дощу

Ні! Дощова погода лише збільшує прояв алергії, сезонної астми чи набряку, оскільки алергенність білкової структури підвищується.

## ▶ МІНІМІЗУВАТИ РИЗИКИ

Найкращий спосіб позбутися алергії — це уникати алергену, але у разі наявності пилюки рослин — це може бути важко, зауважують у Департаменті охорони здоров'я Харківської міської ради.

Проте є способи полегшити симптоми алергії та покращити якість життя:

- ✓ Носіть маску на вулиці. Вона зменшить кількість частинок пилюки, який ви вдихаєте.
- ✓ Залишайтеся вдома, якщо на вулиці сильний вітер. Закрийте у вітряну погоду вікна. Уникайте прогулянок з 10-ї до 15-ї години.
- ✓ Після прогулянок ретельно мийте руки, приймайте душ, виперіть одяг.
- ✓ Частіше проводьте вологе прибирання в приміщеннях.
- ✓ Також хоча б на час загострення алергії відмовтеся від алкоголю та тютюну і спробуйте дотримуватися гіпоалергенної дієти.

Існує чимало продуктів, які пом'якшують імунну відповідь організму на алергени, а відтак, і на симптоми алергії.

### 1. Яблука

Яблука багаті кверцетином — біологічно активною речовиною, яка пригнічує запальні реакції і викид гістаміну. Це натуральне «алергічне гальмо» також міститься в цибулі, часнику і капусті, тому під час цвітіння лікарі рекомендують включити їх в раціон.

### 2. Полуниця

Алергія на полуницю — явище поширене, проте якщо вам пощастило мирно ужитися з цією ягодою, вона принесе вашому здоров'ю величезну користь. Вітамін С в полуниці не тільки зміцнює імунну систему, а й «втихомирює» гістамін, відповідальний за ваші алергічні нежить, свербіж в очах і напади чхання. Не виходить з полуницею? Не біда, вітамін С також міститься в шипшині, солодкому перці, смородині, обліпсці, ківі, капусті та часнику.

### 3. Куркума

Індійська приправа куркума вже давно прославилася своїми протизапальними властивостями, а її активний компонент куркумін може блокувати вивільнення гістаміну, пом'якшуючи симптоми алергії. Куркумін показав потужну здатність пригнічувати всі види запалень, тому

сміливо додавайте куркуму в супи, овочеві та м'ясні страви, фруктові коктейлі, молоко або ранкову каву. Увага! Куркума «не любить» термообробки.

## 4. Гарбузове насіння

Усього чверть склянки сирого гарбузового насіння забезпечать вас половиною добової норми магнію, дефіцит якого підвищує рівень гістаміну в крові. Також цей мінерал підтримує нормальне функціонування нервової системи, серцевих м'язів, судин, розслаблює м'язи і полегшує дихання, що особливо важливо, якщо алергія супроводжується набряком носових пазух або кашлем.

Крім насіння гарбуза, магній також міститься в кунжуті, горіхах, висівках, темному шоколаді і зелені. Вивчайте календар цвітіння для алергіків і плануйте здорове меню на кожен потенційно небезпечний день!

## 5. Менше вживайте перероблених продуктів

Технологічно перероблені продукти (бекон, сосиски, котлети з фаст-фуду, ковбаса, напівфабрикати) містять велику кількість Омега-6 жирних кислот. І хоча вони так само важливі для нашого організму, як і Омега-3, їх надлишок призводить до запальних реакцій, пов'язаних з алергією. Відмовившись від рафінованих вуглеводів на користь свіжих продуктів, ви знизите швидкість утворення вільних радикалів і отримаєте більше антиоксидантів, що зменшують запалення.

Слідкуйте за своїм харчовим раціоном, не забувайте, що навіть, якщо харчова алергія у вас відсутня, низка продуктів посилює симптоми весняної алергії.

## ▶ ЯКІ ЛІКИ МОЖЕ ПРИЗНАЧИТИ ЛІКАР?

- ✓ Антигістаміни. Деякі з них сричиняють сонливість. Тому попередьте лікаря, якщо ви багато часу проводите за кермом.
- ✓ Гормональні препарати. Які можуть стати у пригоді, якщо ви страждаєте на алергічний риніт і у вас весь час забитий ніс
- ✓ Сольові розчини для промивання носа. Можуть полегшити алергічний нежить, вимиваючи частинки пилюки зі слизової.
- ✓ Користуйтеся очисниками повітря або кондиціонерами з фільтрами.

Якщо ви відчуваєте симптоми алергії, зверніться до свого лікаря. Не вдавайтеся до самолікування.

З народних засобів полегшити алергію можуть ехінацея, кульбабка, лопух лікувальні, кропива дводомна та коров'як. Ці засоби особливо дієві проти симптомів дихальної алергії. Приймайте їх у вигляді настоянок, чаїв чи капсул. Важливо — не приймати «народні» засоби разом з аптечними препаратами від алергії.

# ЧАС СЕБЕ УБЕЗПЕЧИТИ

КВІТЕНЬ — МІСЯЦЬ, КОЛИ АКТИВІЗУЮТЬСЯ КЛІЩІ. ЛЮДИ НЕРІДКО ВВАЖАЮТЬ, ЩО КЛІЩІ ЖИВУТЬ ЛИШЕ В ПАРКАХ, СКВЕРАХ, ЛІСАХ. ЦЕ МІФ, АДЖЕ ПІЙМАТИ НЕПРОХАНОГО ГОСТЯ НА ОДЯГ ЧИ ТІЛО МОЖНА Й НА БУДЬ-ЯКОМУ ГАЗОНІ ЧИ ОБАБІЧ ДОРОГИ



У Департаменті охорони здоров'я ХМР нагадали основну інформацію про цих маленьких злодюжок.

◆ Кліщі живуть у високій траві та кущах. Чутки про те, що вони стрибають на вас з дерева — це неправда.

◆ Якщо ви зібралися на прогулянку, насамперед подбайте про відповідне вбрання: найбільш безпечним буде одяг із довгими рукавами світлого кольору, дуже бажано вдягнути штани і заправити їх у шкарпетки. Голову прикрийте головним убором.

◆ Поки ви рухаєтесь, вони не вчепляться в вас. Їжу вони почнуть шукати, коли ви нарешті присядете відпочити. Рухаються кліщі знизу догори — досить повільно.

◆ Чим довше кліщ на тілі — тим більше ризиків, що він передасть якусь інфекцію. Вони можуть переносити такі небезпечні хвороби, як кліщовий енцефаліт, туляремія, пропасниця, хвороба Лайма. Багато захворювань мають високий ризик смерті чи важких наслідків для здоров'я. Від деяких із цих хвороб є вакцини. Лікарі рекомендують оновлювати щеплення від кліщового енцефаліту кожні 5 років.

◆ Кожні 2 години оглядайте себе та дітей на наявність кліщів. Перевірте себе вже без одягу й після прогулянки. Небезпека криється в тому, що укуси кліща практично невідчутні — тварина виділяє анестетик під час укусу.

Почніть огляд знизу, від стопи і поступово піднімайтеся вгору:

- лінія шкарпеток;
- підколінна впадина;
- нижня лінія трусів (пах), верхня лінія трусів;
- нижня лінія бюстгальтера, верхня лінія бюстгальтера;
- комір сорочки;
- лінія волоссяного покриву на голові, вуха;
- волосся та шкіра голови — промацайте їх руками.

## ▶ ВИКОРИСТОВУЙТЕ РЕПЕЛЕНТИ!

Зверніть увагу на активну речовину, в складі має бути хоча б одна з переліку:

- ✓ DEET (ДЕТА);
- ✓ пікарідін (KBR3023);
- ✓ IR3535;
- ✓ OLE (ефірна олія лимонного евкалипту);
- ✓ PMD (параментан-діол);
- ✓ 2-undecanone;
- ✓ перметрін.

Не зайвим буде обробити захисним засобом взуття. Також ефективно буде обробити одяг зсередини.

## ▶ ЯКЩО ВАС ВКУСИВ КЛІЩ

Забудьте про застарілі правила типу помазати кліща олією/лаком/вазеліном. Не треба його викручувати пальцями чи випалювати. Вам потрібна дієва зброя: це або пінцет з гострими кінчиками або спеціальна ручка-ласо (от нею якраз можна кліща прокрутити). Купити це все можна в аптеці або у ветеринарних крамницях.

Кліщ може триматися на тілі людини або тварини до 12 діб. Дорослих кліщів, що присмокталися, найчастіше помічають через 2–3 дні: на місці укусу з'являються припухлість, свербіж, почервоніння, а сам кліщ збільшується в розмірах.

Після укусу кліща варто протягом трьох тижнів спостерігати за своїм станом: щоденно вимірювати температуру тіла. Якщо вона підвищена чи є почервоніння на шкірі, яке продовжує збільшуватися, негайно зверніться до лікаря.

Щоб знизити ризики хвороби Лайма протягом 72 годин після укусу, ви можете випити 1 таблетку антибіотика доксицикліну. Такі поради дає Центр з контролю та профілактики захворювань США (CDC). Це особливо доречно, якщо кліщ пробув у тілі понад 36 годин. Обов'язково перед цим порадьтеся з лікарем/кою!

### АЛГОРИТМ ДІЙ У РАЗІ УКУСУ КЛІЩА

- ◆ Не тиснути.
- ◆ Не виривати.
- ◆ Не заливати олією або спиртом.
- ◆ Аккуратно викрутити обертальними рухами пінцетом.
- ◆ Продезинфікувати місце укусу.
- ◆ Віднести кліща в лабораторію.
- ◆ Здати кров на антитіла.
- ◆ За потреби пройти імунотерапію.

## ▶ ПОДРЯПИНА МОЖЕ СТАТИ ФАТАЛЬНОЮ

Правець, або «хвороба босих ніг», як її називають в народі, — в часи війни може чатувати на кожного. Ідеальними умовами для зараження є перебої з водою, поранення, погана гігієна. Інфекція потрапляє до організму через відкриті рани та внаслідок укусів тварин чи ушкоджень гострими предметами або уламками деревини.

У МОЗ України розповіли, чому ця хвороба така небезпечна і чому дорослим варто отримати щеплення від неї саме зараз.

## ▶ ОСНОВНІ СИМПТОМИ

**Правець** — хвороба, що спричиняють бактерії *Clostridium tetani*. Живуть вони в ґрунті і кишечнику тварин (і потрапляють у ґрунт разом з їхніми фекаліями). Правець як хворобу часто недооцінюють, але його симптоми досить серйозні:

- м'язові спазми (найчастіше в шлунку);
  - стиснення щелеп;
  - проблеми з ковтанням;
  - болісна напруга, яка виникає в усьому тілі;
  - головний біль;
  - «витріцання» очей;
  - надмірне потовиділення, лихоманка;
  - прискорене серцебиття, високий артеріальний тиск;
  - мимовільне і неконтрольоване скорочення мускулатури
- голосових зв'язок;
- ускладнене дихання;
  - ламкість кісток.

Ще важчі ускладнення, до яких призводить правець:

- легенева інфекція, пневмонія;
- емболія легеневої артерії (коли закупорюється одна або кілька дрібних гілок легеневої артерії згустком крові, який потрапляє через кровообіг з інших частин тіла).

Правець може призвести до смерті. Симптоми з'являються не відразу — лише на 3-й–21-й день після зараження. Поранення отримати досить легко, а ось обробити рану можливо не завжди. Тому вакцинація — це єдиний шлях до захисту свого здоров'я.

У Департаменті охорони здоров'я ХМР повідомили, харків'яни можуть вакцинуватися проти правця у центрах первинної медичної допомоги. Першу вакцинацію проти правця діти планово отримують в 2-місячному віці, в 4 місяці та в 6 місяців у комбінації з вакцинами проти дифтерії та кашлюку. Повторна вакцинація здійснюється у 18 місяців, в 6 та 16 років. У подальшому щеплення проти правця проводять кожні 10 років. У департаменті зауважили, що з початку 2023 року в Україні було зареєстровано вісім випадків захворювання на правець, в тому числі п'ять — серед дітей. Смертність від правця в Україні в середньому складає 60%. Будьте уважними.



# НАВЧАННЯ У ВІЙСЬКОВОМУ ВИШІ: ОСОБЛИВОСТІ ВСТУПУ

КІЛЬКА РОКІВ ТОМУ ВИПУСКНИКИ УКРАЇНСЬКИХ ШКІЛ НАЙБІЛЬШЕ ПРАГНУЛИ ВСТУПИТИ НА ІТ ТА ЮРИДИЧНІ ФАКУЛЬТЕТИ, КАФЕДРИ ІНОЗЕМНИХ МОВ ТА У МЕДИЧНІ ЗАКЛАДИ. ЦІ НАПРЯМИ БУЛИ НАЙПОПУЛЯРНІШИМИ І ОБІЦЯЛИ В МАЙБУТНЬОМУ ХОРОШІ ЗАРПЛАТИ ТА КАР'ЄРНІ ПЕРСПЕКТИВИ

Але 2022 року в Україну прийшла повномасштабна війна, а разом із нею і нова реальність, де стався перерозподіл пріоритетів та орієнтирів. Тепер кар'єра в армії — це і гідна оплата, і престиж, і можливість.

Наразі чоловіки різних професій подають заяви на вступ до штурмових бригад, які звільнятимуть окуповані території. Відбір — дуже суворий, харківські чоловіки теж долучилися до числа добровольців. За інформацією офіційного Telegram-каналу ХМР, заяви ними подавалися у ЦНАПах міста, де наших хлопців консультували щодо навчання та служби фахівці Нацполіції, Нацгвардії, Держприкордонслужби. І хоча у ЗМІ вже лунала інформація про те, що претендентів до штурмових бригад набрали в досталь, запис планують продовжити, адже хлопців, охочих стати до лав наступу, ще багато. Проте жорсткий відбір проходить не кожен. А що робити молодому поколінню, яке, як то кажуть, з чистого листа, після школи хоче здобути військовий фах. Для цього слід заздалегідь визначитись із напрямом у військовій справі та вишем.

## ► ЩО ТРЕБА ЗНАТИ

В Україні вступити до військових навчальних закладів можуть як випускники 9-х класів, так і 11-х. Перші можуть навчатись у військових ліцеях (училищах), а другі — у вищих навчальних закладах Міністерства оборони України.

У чому різниця? У коледжах готують сержантів та старшинський склад, а в академіях, університетах та інститутах — офіцерів.

Вступити на навчання до військового закладу можуть хлопці та дівчата віком від 17 до 30 років. Також вибрати цей шлях можуть військовослужбовці, які зараз перебувають на службі за контрактом, і навіть строковики. Права у дівчат такі самі, як і у хлопців.

Прийом бажаних на навчання проходить на конкурентних умовах, а отже — треба здавати ЗНО. Цього року для вступу будуть дійсні сертифікати минулих років, починаючи від 2020-го до 2022 року, або результат НМТ 2023 року (комп'ютерного онлайн-тесту, який прийшов на зміну ЗНО на час дії військового стану). НМТ для вступу до військово-



го закладу передбачає складання тестів з трьох предметів — українська мова, історія України та математика.

На основі НМТ (ЗНО) на навчання до військових вишів вступають строковики, резервісти та цивільні молоді люди. Для контрактників передбачено складання іспитів. Попередній відбір вступників проводять територіальні центри комплектування, вони оформлюють документи щодо вступників до 10 червня 2023 року. А до 20 червня документи кандидатів подаються до вишів та училищ. Після розгляду документів прийнятною комісією ухвалюється рішення про виклик людини щодо вступних іспитів або ж про відмову у вступі.

Скільки треба навчатись на військового? Навчання у коледжі триває від 2 до 3 років, там готують молодших бакалаврів. У вузах готують як бакалаврів (4 роки), так і магістрів (плюс 1,5 роки).

УКРАЇНА  
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА  
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ  
ВИКОНАВЧИЙ КОМІТЕТ  
ВІД 19.04.2023 № 198

## РІШЕННЯ

### ПРО ПЕРЕДАЧУ МАЙНА В ОПЕРАТИВНЕ УПРАВЛІННЯ КОМУНАЛЬНОМУ НЕКОМЕРЦІЙНОМУ ПІДПРИЄМСТВУ «МІСЬКИЙ КЛІНІЧНИЙ ШКІРНО-ВЕНЕРОЛОГІЧНИЙ ДИСПАНСЕР № 5» ХАРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ

На підставі статей 78 та 137 Господарського кодексу України, підпункту 1 пункту а статті 29 Закону України «Про місцеве самоврядування в Україні», на виконання рішення 14 сесії Харківської міської ради 8 скликання від 25.01.2023 № 332/23 «Про реорганізацію комунальних некомерційних підприємств», урахувавши клопотання Департаменту охорони здоров'я Харківської міської ради, звернення комунального некомерційного підприємства «Міський клінічний шкірно-венерологічний диспансер № 5» Харківської міської ради, звернення голови комісії з припинення діяльності комунального некомерційного підприємства «Міський шкірно-венерологічний диспансер № 1» Харківської міської ради шляхом реорганізації, звернення голови комісії з припинення діяльності комунального некомерційного підприємства «Міський шкірно-венерологічний диспансер № 2» Харківської міської ради шляхом реорганізації та звернення голови комісії з припинення діяльності комунального некомерційного підприємства «Міський шкірно-венерологічний диспансер № 4» Харківської міської ради шляхом реорганізації, керуючись статтею 59 зазначеного Закону, виконавчий комітет Харківської міської ради

#### ВИРІШИВ:

1. Вилучити з оперативного управління комунального некомерційного підприємства «Міський шкірно-венерологічний диспансер № 1» Харківської міської ради нежитлові приміщення підвалу № 1-:-18, 11а, II, приміщення 1-го поверху № 12-:-20, 24, 25, 27-:-30, 32-:-36, приміщення 2-го поверху № 1-:-11, 13-:-30, 14а, 26а, 32, 35, загальною площею 1140,7 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «А-2» та нежитлову будівлю літ. «Б-1», загальною площею 48,6 кв. м, по вулиці Цілиноградській, 50.

2. Вилучити з оперативного управління комунального некомерційного підприємства «Міський шкірно-венерологічний диспансер № 2» Харківської міської ради нежитлову будівлю літ. «А-2», загальною площею 1121,0 кв. м, та нежитлову будівлю літ. «Б-1», загальною площею 100,0 кв. м, по вулиці Камишева Івана, 8.

3. Вилучити з оперативного управління комунального некомерційного підприємства «Міський шкірно-венерологічний диспансер № 4» Харківської міської ради нежитлові приміщення підвалу № 1-:-VII, приміщення 1-го поверху № 1, 1а, 2-:-6, 6а, 7-:-21, 23-:-29, I, 1а, приміщення 2-го поверху № 30-:-43, 30а, 30б, 31а, 36а, 37а, II, при-

міщення 3-го поверху № 44-:-46, 46а, 47-:-51, 53-:-57, 49а, III, загальною площею 1018,8 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «А-3» по вулиці Морозова, 2.

4. Передати в оперативне управління комунальному некомерційному підприємству «Міський клінічний шкірно-венерологічний диспансер № 5» Харківської міської ради об'єкти нерухомості згідно з пунктами 1–3 рішення.

5. Управлінню комунального майна та приватизації Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради (Солошкін В. М.) здійснити в установленому порядку передачу нерухомого майна згідно з пунктами 1–4 рішення.

6. Доручити Департаменту у справах інформації та зв'язків з громадськістю Харківської міської ради (Сідоренко Ю. С.) забезпечити оприлюднення рішення в установленому порядку в п'ятиденний строк з дня його прийняття.

7. Контроль за виконанням рішення покласти на заступника міського голови — директора Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради Фатєєва М. І.

Міський голова І.О. ТЕРЕХОВ

УКРАЇНА  
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА  
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ  
ВИКОНАВЧИЙ КОМІТЕТ  
ВІД 19.04.2023 № 197

## РІШЕННЯ

### ПРО ПЕРЕДАЧУ МАЙНА В ГОСПОДАРСЬКЕ ВІДАННЯ КОМУНАЛЬНОМУ ПІДПРИЄМСТВУ «ХАРКІВБЛАГОУСТРІЙ»

На підставі статей 78 та 136 Господарського кодексу України, підпункту 1 пункту а статті 29 Закону України «Про місцеве самоврядування в Україні», урахувавши клопотання Департаменту житлово-комунального господарства Харківської міської ради, звернення комунального підприємства «Жилкомсервіс» та комунального підприємства «Харківблагострой», керуючись статтею 59 зазначеного Закону, виконавчий комітет Харківської міської ради

#### ВИРІШИВ:

1. Вилучити з господарського відання комунального підприємства «Жилкомсервіс» нежитлове приміщення

підвалу № 1, площею 43,4 кв. м, у житловому будинку літ. «А-5» по вулиці Миросицькій, 61.

2. Передати в господарське відання комунальному підприємству «Харківблагострой» нежитлове приміщення підвалу № 1, площею 43,4 кв. м, у житловому будинку літ. «А-5» по вулиці Миросицькій, 61.

3. Управлінню комунального майна та приватизації Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради (Солошкін В. М.) здійснити в установленому порядку передачу нерухомого майна згідно з пунктами 1–2 рішення.

4. Доручити Департаменту у справах інформації та зв'язків з громадськістю Харківської міської ради (Сідоренко Ю. С.) забезпечити оприлюднення рішення в установленому порядку в п'ятиденний строк з дня його прийняття.

5. Контроль за виконанням рішення покласти на заступника міського голови — директора Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради Фатєєва М. І.

Міський голова І.О. ТЕРЕХОВ

Гороскоп на 25 квітня

**♈ Овен (21 марта — 20 апреля)**  
Решительность и уверенность станут почвой для новых свершений. Даже если вы сомневаетесь, то лучше не подавайте виду. Вам необходимо показать свое умение быстро и спокойно реагировать в стрессовой ситуации. Совет: сконцентрируйтесь и смело идите вперед.

**♉ Телец (21 апреля — 20 мая)**  
Прислушайтесь к своему внутреннему голосу. Сегодня вы способны принимать правильные решения интуитивно, пользуйтесь этой возможностью. Это благоприятный день для планирования, уделите внимание своим целям и мечтам.

**♊ Близнецы (21 мая — 21 июня)**  
Звезды советуют игнорировать все, что вас сдерживает. Пришло время сделать смелый шаг вперед. Не ищите оправданий, не ждите лучшего момента и не думайте о неудаче. Сегодня вам и море по колено, и все двери открыты. Не теряйте времени, важна каждая секунда.

**♋ Рак (22 июня — 22 июля)**  
Вкладывайте в себя. Иногда необходимо отказать кому-то в пользу собственных интересов (даже если у вас просят помощи). Посмотрите, все ли сферы вашей жизни находятся на комфортном уровне. И если нет, то самое время сфокусироваться на достижении баланса.

**♌ Лев (23 июля — 23 августа)**  
Время исследования себя. Возможно, этот процесс окажется болезненным, но, поверьте, эти осознания помогут вам в будущем. Будьте честны с собой и проявите смелость, чтобы заглянуть в потаенные уголки души.

**♍ Дева (24 августа — 23 сентября)**  
Будьте аккуратны с чувствами других людей и серьезно относитесь к тому, что вам говорят. Постарайтесь быть максимально внимательны, проявляйте чуткость и не обесценивайте чужой опыт. Сохраняйте спокойствие и собранность, даже если вас застанут врасплох.

**♎ Весы (24 сентября — 23 октября)**  
Звезды советуют воздержаться от импульсивных покупок. Помните о разнице между желанием и необходимостью. А вне финансовых вопросов — поступайте ровно наоборот: руководствуйтесь лишь своими чувствами и предчувствиями.

**♏ Скорпион (24 октября — 22 ноября)**  
Скорпионам придется сделать сложный выбор. Куда вы направите свою энергию: для создания чего-то нового или помощи в сложной ситуации коллеге или другу? В любом случае вы будете довольны собой, однако принятие такого решения окажется для вас стрессом.

**♐ Стрелец (23 ноября — 21 декабря)**  
Кажется, вы так долго бежали, что уже и не замечаете, что находитесь почти у цели. Остановитесь и посмотрите на момент «здесь и сейчас». Честно ответьте себе на вопрос: актуально ли то, к чему вы стремились? Если нет, то еще не поздно скорректировать маршрут.

**♑ Козерог (22 декабря — 20 января)**  
Козероги нуждаются в прекрасном. Лучшим источником вдохновения для вас станет культура. Рекомендуем сходить на несколько онлайн-выставок или концертов, посмотреть культовые фильмы 60-х или заняться творчеством. Сегодня звезды рекомендуют забыть о рутине.

**♒ Водолей (21 января — 18 февраля)**  
Принимайте все повороты судьбы с интересом и удовольствием и подходите к решению проблем креативно. Звезды советуют пробовать что-то новое и выйти за привычный распорядок. Быть может, вы давно хотели что-то сделать и откладывали в долгий ящик?

**♈ Рыбы (19 февраля — 20 марта)**  
Постарайтесь жить настоящим. Подумайте, как уже сейчас вы можете получать удовольствие от каждого нового дня. Уделяйте больше времени себе, отдыхайте, наденьте лучшую пижаму, проведите время с любимыми.

МОЯ ДИТИНА — ПІДЛІТОК.  
ЯК ЗМІНИТИ ЇЇ ХАРЧУВАННЯ

Немає нічого неможливого: у будь-якому віці можна змінити свої стосунки з їжею. Декілька корисних порад для батьків.

◆ **Змініть своє ставлення до здорового харчування**

Це міф, що збалансований раціон — це дорого, довго і складно. Хворіти, як наслідок нездорового харчування, — ось що дійсно складно — і фінансово, і морально. Спробуємо порівняти: пачка пельменів коштує 100 грн за 800 г. На ці гроші можна купити 700 г булгуру (36 грн), 300 г курячого філе (42 грн) та 100 г брюссельської капусти (16 грн).

Збирання здорової тарілки та корисних страв — набагато простіший процес, ніж приготування свинячої відбивної чи смаженої котлети. Порізали картоплю, приправили рибу, поставили в духовку на декілька хвилин, порізали овочі — здорова вечеря готова!

◆ **Почніть з себе**

Дитина наслідує звички дорослих. Сприймайте перехід на здорове харчування як марафон, а не спринт.

Змінити різко вподобання та режим не вийде. Потрібен поступовий, але наполегливий процес зміни звичок. Перетворіть його на гру. Наприклад, сьогодні ви з дитиною граєте у ресторан. Складаєте та малюєте меню. Потім разом готуєте страви та прикрашаєте стіл. Завтра ви домовляєтеся про обмеження



солодкого до одного печива/цукерки на день. А наступного тижня прибираєте усе смажене з раціону або додаєте листя салату до кожного приймання їжі.

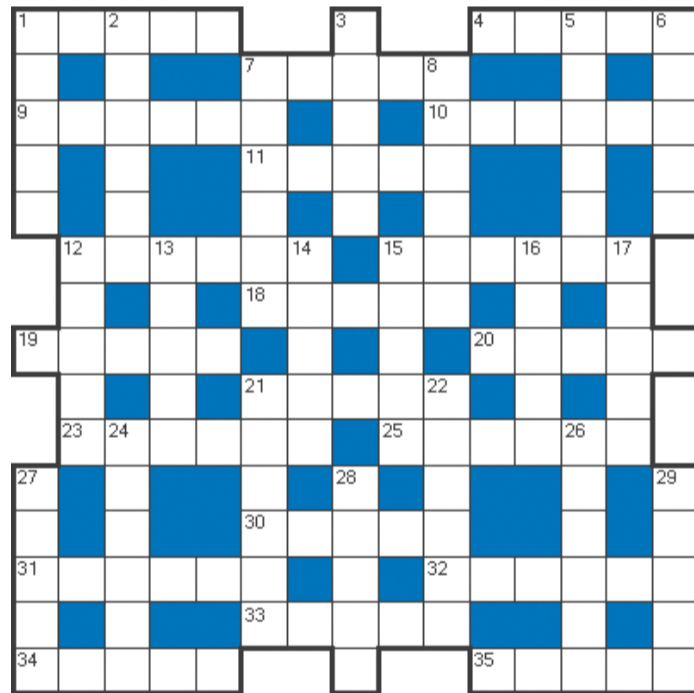
Так ви будете поступово засвоювати нові звички та повторювати опановані раніше. Це нескладно, весело та прекрасний приклад командної сімейної роботи, яка об'єднує і робить всю родину здоровішою.

◆ **Запасіться терпінням**

Дитину треба привчати до самостійного складання здорової тарілки. Але щоб досягти цієї мети, потрібно 2–4 тижні кожного дня робити це разом. Зазвичай діти сприймають цей процес як гру — конструктор для здорових продуктів. З часом вона стане щоденною звичкою, як, наприклад, чищення зубів.

**По горизонталі:** 1. Посуда для вина. 4. Жидкість с резким кислим вкусом. 7. Перерыв в звучании речи. 9. То, что получено, приобретено. 10. Материал для письма, рисования. 11. Удар, которым мяч верхом направляют в сторону ворот. 12. Одежда, защищающая от загрязнения. 15. Трехмачтовый военный корабль. 18. Трубчатый орган, по которому движется жидкое вещество. 19. Вождь племени у древних славян. 20. Расположенный станом обоз кочевников, переселенцев. 21. Приспособление в ударном механизме оружия, служащее упором для поднятого курка. 23. Небесное тело со светящимся хвостом. 25. Выделка разных узоров на твердых материалах. 30. Употребляемые в пищу внутренности животных. 31. Недалекий человек, простак. 32. Вздор, чепуха. 33. Цирковой артист, выступающий с демонстрацией силы. 34. Женское имя, распространенное в славянских странах. 35. Капроновая нить, используемая в технике, в кожевенном и других производствах.

**По вертикали:** 1. Широкое низкое деревянное ведро. 2. Кожаный футляр для пистолета. 3. Графический знак в составе алфавита какого-либо языка. 5. Место расположения военачальника. 6. Позитивное фотографическое изображение на прозрачном материале. 7. Наклонная площадка, заменяющая лестницу. 8. Бессмыслица. 12. Съедобный плод пальмы. 13. Ум, умственное развитие. 14. Украинский шипковый инструмент старинного происхождения. 15. Шум-



ный успех, вызывающий всеобщее восторженное одобрение. 16. То, что отличает, отделяет одно от другого. 17. Узкая дорожка, протоптанная пешеходами. 21. Деталь с продольным отверстием для вставки другой детали. 22. Постановление верховной власти, имеющее силу закона. 24. Мелкие частицы материала при его обработке пилой. 26. Самостоятельная предпринимательская деятельность. 27. Группа лиц, замкнувшихся в своих мелких, узких интересах. 28. Крик, шум. 29. Сосуд для питья.

Ответы на кроссворд

**По горизонталі:** 1. Бокал. 4. Уксус. 7. Пауза. 9. Добыча. 10. Бумага. 11. Навес. 12. Фартук. 15. Фрегат. 18. Сосуд. 19. Князь. 20. Табор. 21. Взвод. 23. Комета. 25. Резьба. 30. Ливер. 31. Колпак. 32. Ерунда. 33. Атлет. 34. Алина. 35. Леска.  
**По вертикали:** 1. Бадья. 2. Кобура. 3. Буква. 5. Ставка. 6. Слайд. 7. Пандус. 8. Абсурд. 12. Финик. 13. Разум. 14. Кобза. 15. Фурор. 16. Грань. 17. Тропа. 21. Втулка. 22. Декрет. 24. Опилки. 26. Бизнес. 27. Секта. 28. Гвалт. 29. Пиала.

**Видавець —**  
ТОВ «ГАЗЕТА «ХАРЬКОВСКИЕ ИЗВЕСТИЯ»  
Харківська міська газета.  
**Свідоцтво про реєстрацію:**  
ХК № 2230–971 ПР від 28.12.2018.  
**Адреса редакції:** 61003, м. Харків,  
м-н Павлівський, буд. 10, тел. (057) 771-01-50.

**Відділ реклами:** тел./факс (057) 771-01-50.  
**E-mail:** info@izv.kharkov.ua — секретар;  
reklama@izv.kharkov.ua — відділ реклами.  
Редакція не несе відповідальності  
за зміст і достовірність рекламних матеріалів.  
**R** — матеріали на правах реклами.  
Директор — **Наталія РУБАН.**

Газета виходить друком три рази на тиждень:  
у вівторок, четвер та суботу.  
Замовлення № 0346.  
Наклад номера 22 334.  
Ціна за домовленістю.  
Віддруковано у типографії ТОВ «ФАКТОР-ДРУК».  
61030, м. Харків, вул. Саратовська, буд. 51.

