

ХАРКІВСЬКИЙ МІСЬКИЙ ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ У РЕЖИМІ ОНЛАЙН ВЗЯВ УЧАСТЬ У КОНГРЕСОВИХ СЛУХАННЯХ НА ТЕМУ: «ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЯ. ЗАКОНОПРОЄКТ № 4298 ПРО МІСЦЕВІ ДЕРЖАВНІ АДМІНІСТРАЦІЇ». ЗАХІД БУВ ОРГАНІЗОВАНИЙ ОФІСОМ КОНГРЕСУ МІСЦЕВИХ ТА РЕГІОНАЛЬНИХ ВЛАД ПРИ ПРЕЗИДЕНТОВІ УКРАЇНИ.

Профільний парламентський Комітет минулого місяця розглянув законопроект і рекомендував Верховній Раді ухвалити його в другому читанні та в цілому. Тому на засіданні конгресу слухали фінальні доповнення, оскільки остаточна версія законодавчого акта влаштовує не всіх.

Під час слухань Ігор Терехов підтримав ухвалення законопроекту, який передбачає оновлення прав та функцій місцевих державних адміністрацій:

— Я за те, щоб у нас під час війни і по-

тім, у післявоєнний період, була жорстка вертикаль влади.

Це дуже важливий закон, і одразу хочу сказати, що я підтримую його ухвалення. Та є певні зауваження.

Мені як міському голові і моїм колегам, я в цьому впевнений, вистачає повноважень. Що стосується ОВА, якщо є потреба скорегувати якісь повноваження, це потрібно зробити.

Водночас між гілками влади має бути баланс. Потрібно, щоб усі повноваження були детально вписані. Цей закон важливий, і його потрібно ухвалити якнайшвидше.

ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЯ: ШЛЯХ УПЕРЕД



ПРОТИСТОЯТИ ТЕРОРУ МАЄ ВЕСЬ СВІТ

СВІТ ЗНАЄ, ЩО МОЖНА ПРОТИСТАВИТИ ТЕРОРУ. СВІТ МАЄ ДОСТАТНЬО СИСТЕМ ППО, СИСТЕМ ЗАХИСТУ ВІД «ШАХЕДІВ» І РАКЕТ. І ЗАТЯГУВАННЯ З ПОСТАЧАННЯМ ЗБРОЇ ДЛЯ УКРАЇНИ, ППО ДЛЯ ЗАХИСТУ НАШИХ ЛЮДЕЙ ПРИЗВОДИТЬ, НА ЖАЛЬ, ДО ВТРАТ, ДО ТОГО, ЩО ПЕРЕЛІК ДІТЕЙ, ЧІЙ ЖИТТЯ ЗАБИРАЄ РОСІЯ, ПОСТІЙНО ЗРОСТАЄ, — НАГОЛОШУЄ ПРЕЗИДЕНТ УКРАЇНИ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ.

— Україна не просила нічого більше, ніж треба, щоб захистити життя. А коли життя втрачаються, а в партнерів просто внутрішні політичні ігри чи суперечки, які обмежують наш захист, це неможливо зрозуміти. Із цим неможливо погодитись. І буде неможливо забути — світ пам'ятатиме це.

Якщо комусь ще не вистачає мотивації, «шахеда» щоночі — це мотивація. російські ракети, російське зло. Кожна наша втрата. Кожен наш воїн, який віддав своє



життя заради незалежності України. Чітке розуміння ворога і реальна, не удавана повага до наших героїв — усе це мотивація битись. Знищувати окупантів. І працювати

заради нашої держави і людей. Заради зміцнення України.

Кожен, хто працює на державу, повинен бути в державі, за державу, дбати про державу. Про спільні інтереси, а не про якісь особисті. Особисті інтереси — після війни. Зараз усі мають підтримувати оборону, дбати про людей, про збереження життя. Кожен щодня має щось додавати Україні — нашій спільній силі.

Щодня я в комунікації з партнерами, щоб ми могли отримати саме те, що необхідно. Щодня — доповіді військових. Щодня Головком та командувачі на фронті, саме там, де потрібно. У Головкома — карт-бланш на кадрові зміни в армії, в штабах — будь-які.

Я дякую кожному й кожній, хто зараз у бою, на бойових постах, на бойових завданнях!

Дякую всім воїнам мобільних вогневих груп, усім, хто захищає наше небо!

Дякую всім, хто працює в оборонці та щодня збільшує наше власне виробництво зброї. Це надзвичайно важливо.

НОВА СПІВПРАЦЯ

ПАРТНЕРСЬКІ ЗВ'ЯЗКИ МОЛОДІЖНОЇ РАДИ ПРИ ХАРКІВСЬКОМУ МІСЬКОМУ ГОЛОВІ ДАВНО НЕ ОБМЕЖУЮТЬСЯ УКРАЇНОЮ.

Нещодавно хлопці та дівчата підписали Меморандум про співробітництво з міжнародною компанією Qela, яку заснували українці для підтримки громадських організацій зі всього світу.

Застосунок від Qela — гейміфікована платформа для створення спільнот, залучення прихильників та управління волонтерами. Це інтерактивний простір, в якому можна створювати завдання, виконувати їх, заробляти за це бали та спільно ухвалювати рішення. Така система має сприяти ефективній взаємодії команди та розвитку спільноти.

— Ми раді появі нового співробітництва в діджитал-сфері. Воно допоможе нам оптимізовано розвивати команду і швидше досягати поставлених цілей. Разом з Qela ми зможемо робити більше! — зазначили у Молодіжній раді.



ПОТРЕБА В ПОСИЛЕННІ СИСТЕМИ ППО ЗАЛИШАЄТЬСЯ НАДЗВИЧАЙНО ГОСТРОЮ

У межах постійного діалогу з союзниками Керівник Офісу Президента України Андрій Єрмак провів телефонну розмову з радником Президента Сполучених Штатів Америки з питань національної безпеки Джейком Салліваном.



Співрозмовники обговорили поточну ситуацію на фронті та дії Сил оборони України задля відсічі російському вторгненню.

Керівник Офісу Глави держави акцентував, що кожного дня та ночі українські міста й громади страждають від витриваних атак росії, тож потреба в посиленні системи ППО України залишається надзвичайно гострою.

Джейк Салліван запевнив співрозмовника, що адміністрація Президента Сполучених Штатів Америки продовжує вести діалог із конгресменами обох партій, щоб якомога швидше досягти згоди Конгресу щодо схвалення фінансування для України.

Андрій Єрмак висловив подяку Джейку Саллівану, команді Президента США Джоозефа Байдена, обом палатам і партіям Конгресу Сполучених Штатів та всьому американському народові за постійну увагу та незмінну підтримку України, яка протистоїть російській агресії та бореться за свободу й демократію у Європі.

Також за дорученням Президента України Володимира Зеленського та Керівника Офісу Глави держави Андрія Єрмака й на виконання Спільної декларації G7 про підтримку України розпочалися переговори з Іспанією щодо укладення двосторонньої безпекової угоди.

Було обговорено структуру майбутньої угоди та узгоджено графік подальших перемовин.

СПОРТИВНА ПЕРЕМОГА ХАРКІВ'ЯНОК

ЮНІ ГІМНАСТКИ З ХАРКОВА ЗДОБУЛИ ПЕРЕМОГУ НА МІЖНАРОДНОМУ ТУРНІРІ MISS VALENTINE В МІСТІ ТАРТУ (ЕСТОНІЯ).

У змаганнях взяли участь спортсменки з 45 країн світу. Команда Харківської області представила Україну у віковій категорії 10–12 років. До її складу увійшли Мішель Киянська, Марія Фоменко, Ксенія Кондратенко, Любов Менів, Катерина Ткач, Варвара Харківська, Софія Черепанова та Варвара Бондар.

Спортсменок привітав міський голова Ігор Терехов: — Щоразу проймає неймовірна гордість, коли харків'яни на п'єдесталі підіймають синьо-жовтий стяг. Цього разу скарбниця перемог харківських спортсменів поповнилася Гран-прі з естетичної групової гімнастики.

Пишаюся нашими юними талантами! Попри виклики війни, ви вражаєте та захоплюєте своїми виступами весь світ. Дякую вам, вашим тренерам та батькам. Бажаю успіхів та подальших спортивних досягнень!



В ІМ'Я ЖІНОК

УРОЧИСТИЙ ЗАХІД, ПРИСВЯЧЕНИЙ МІЖНАРОДНОМУ ЖІНОЧОМУ ДНЮ, ВЛАШТУВАЛИ ЖІНКАМ САЛТІВСЬКОГО РАЙОНУ, ЯКІ, ПОПРИ ВІЙНУ, ЖИВУТЬ І ПРАЦЮЮТЬ У ХАРКОВІ.

Харківський міський голова Ігор Терехов у вітальному слові наголосив:
— Я пишаюсь жінками, які зараз знаходяться в Харкові, по-своєму захищають нашу землю. Я пишаюся вчителями, які навчають дітей, лікарями, які рятують життя, жінками, які працюють на комунальних підприємствах. Усі ви — справжні герої! Дякую вам за те, що, попри жахи війни, ви посміхаєтесь і даруєте нам, чоловікам, надію та віру. Хочу побажати, щоб наші захисники якнайшвидше повернулися додому, щоб нарешті настав мир і всі родини були щасливими. Кращих працівниць було відзначено Почесними грамотами та Подяками за сумлінне виконання своїх професійних обов'язків під час війни, за вагомий внесок у відбудову та майбутній розвиток міста.

Тетяна Репіна, працівниця Центру позашкільної освіти «Мрія» Салтівського району:

— Мені здається, що з приходом весни, коли жінки почали більше чепуритися, взули підбори, скоро прийде і перемога. В нас все буде добре, повернуться наші чоловіки, життя налагодиться.



Анастасія Євмінова, завідувачка дошкільного навчального закладу Салтівського району:

— Мабуть, всі дуже чекають на весну. Вона всім дає надію, надію на перемогу насамперед. Мрія у нас у всіх одна! Ми всі працюємо заради цього і дуже, дуже чекаємо гарних новин!

Під час свята зафіксували новий національний рекорд «Материнське серце б'ється за Україну». 250 жінок, матерів та дружин військових в одному з бомбосховищ власноруч виготовили окопні свічки для захисників. А перед тим, як відправити їх на фронт, вирішили влаштувати акцію. Під час свята виклали найбільше зображення серця із окопних свічок. Далі свічки поїхали на Куп'янський напрямок.

Рекорд зафіксували у Національному реєстрі рекордів України як такий, що наближає перемогу. Задум реалізували за підтримки адміністрації Салтівського району та Харківського міського голови.

Лана Ветрова, керівниця Національного реєстру рекордів:

— Це не просто окопні свічки — це світло, тепло і захист від жінок синам, чоловікам, братам.

ЩЕ ТРИ КОТЕЛЬНІ ПРАЦЮЮТЬ НА ВЛАСНІЙ ЕЛЕКТРОЕНЕРГІЇ

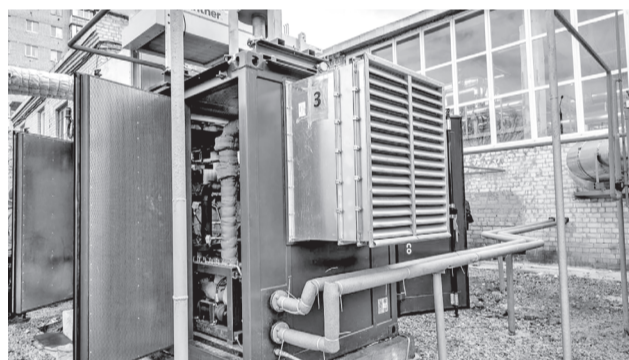
ФАХІВЦІ ТРЬОХ ФІЛІЙ КП «ХАРКІВСЬКІ ТЕПЛОВІ МЕРЕЖІ» ДЕПАРТАМЕНТУ З ПИТАНЬ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МІСТА ХМР ЗАВЕРШИЛИ МОНТАЖ КОГЕНЕРАЦІЙНИХ УСТАНОВОК І ЗДІЙСНИЛИ ПРОБНІ ЗАПУСКИ.

Устаткування надано підприємству з огляду на спеціальну програму від USAID.

— Установку монтували приблизно два тижні, але підготовчі роботи проводили заздалегідь. Я маю на увазі бетонування та підключення всієї тепломеханічної частини. Тож, коли обладнання привезли, ми одразу стали до його встановлення, — повідомив начальник АДС Основ'янської філії КП «ХТМ» Назарій Гаврилюк.

Отже, монтажні роботи завершені. Тестовий режим пройшов без збоїв. Персонал навчили тонкошам експлуатації установки.

Тож після всіх цих етапів котельня, яка обслуговує понад 40 будинків, має цілком автономне джерело електроживлення. Представники фірми, яка є сертифікованим парт-



нером чеської компанії GEN TEC, відверто зізнаються, — це технологічний прорив, який мав би статися навіть без війни і який нарешті здійснили через Агентство Сполучених Штатів з міжнародного розвитку.

У Харкові за програмою USAID вже під час поточного опалювального сезону було встановлено 6 когенераційних установок виробництва чеських фірм потужністю від 70 до 135 кіловат. До речі, всі вони з позначкою ЕКО, яка свідчить про екологічність обладнання і наднизькі викиди вуглецю.

КОМУ НАДАЛИ ПІЛЬГИ НА ЗЕМЛЮ

БІЗНЕСУ, ЩО ПРАЦЮЄ У ХАРКОВІ, ПОПРИ БЛИЗЬКІСТЬ ДО ФРОНТУ, МІСЬКА ВЛАДА НАДАЛА ПІЛЬГИ НА ЗЕМЛЮ.

Відповідне рішення ухвалили на сесії Харківської міської ради. Пільги на землю для підприємців будуть тимчасовими — до завершення воєнного стану.

— Бізнес отримав зараз знижку від 30% до 50% за певними категоріями. Вони не охоплюють всі категорії бізнесу. У грудні очільником міста Ігорем Тереховим була створена спеціальна робоча група з розгляду земельних питань, на якій визначаються пріоритетні напрями надання пільг. Намагаємося тримати баланс, щоб і бізнесу допомогти, і не отримати дуже великий відсоток падіння надходження до бюджету саме щодо цієї діяльності, — пояснив заступник Харківського міського голови з питань цифрової трансформації Сергій Кузьмін.

На пільги можуть сподіватися підприємства найбільш постраждалих через обстріли земельних ділянок, зокрема,



на яких розташовані об'єкти промисловості, адміністративні, офісні, складські будівлі та готелі. А також ділянки землі, що надані в користування для будівництва та реконструкції об'єктів.

— Це тільки перший крок. Якщо бізнес буде надавати нам інформацію і запроцює

зворотний зв'язок щодо того, як діє пільга, як допомогла, — звичайно, це буде також підставою, підґрунтям для того, щоб працювати над цим питанням далі, з іншими категоріями бізнесу і іншими категоріями використання земельних ділянок. Будемо намагатися охопити всіх і всім допомогти, — пообіцяв Сергій Кузьмін.

Такі рішення ухвалили для того, аби бізнес та харків'яни хотіли залишатися в місті. У міськраді не виключають, що перелік отримувачів подібних пільг буде розширений.



НЕ ВІДКЛАДАЙТЕ ШЛЮБ НА ПОТІМ

ВЕСНА — ЧАС ЗАРОДЖЕННЯ ВСЬОГО НОВОГО І УНІКАЛЬНИЙ ЧАС ДЛЯ ТОГО, ЩОБ СКАЗАТИ «ТАК» СВОЇЙ КОХАНІЙ ЛЮДИНІ!



У Департаменті адміністративних послуг та споживчого ринку ХМР нагадують, що сказати «так» ви також можете в Регіональному центрі послуг (проспект Тракторобудівників, 144), де фахівцями Четвертого відділу державної реєстрації актів цивільного стану у Харкові Східного міжрегіонального управління Міністерства юстиції буде зареєстровано шлюб.

Окрім реєстрації шлюбу, у центрі надаються такі послуги:

- Державна реєстрація народження.
- Державна реєстрація зміни імені.
- Державна реєстрація розірвання шлюбу.
- Державна реєстрація смерті.
- Внесення змін до актових записів цивільного стану, їхнє поновлення та анулювання.
- Видача витягу з Державного реєстру актів цивільного стану громадян.
- Повторна видача свідоцтва про державну реєстрацію акта цивільного стану.

ОТРИМАТИ ПОСЛУГИ ШВИДКО І ЯКІСНО

ПРИ ОФОРМЛЕННІ ПАСПОРТА ГРОМАДЯНИНА УКРАЇНИ ДЛЯ ВИЇЗДУ ЗА КОРДОН ДИТИНИ, ЯКА НЕ ДОСЯГЛА 12-РІЧНОГО ВІКУ, ЗОВСІМ НЕ ОBOB'ЯЗКОВА ІЇ ПРИСУТНІСТЬ. ПРО ЦЕ ПОВІДОМИЛИ У ЦНАП ДЕПАРТАМЕНТУ АДМІНІСТРАТИВНИХ ПОСЛУГ ТА СПОЖИВЧОГО РИНКУ ХМР.



Законному представнику потрібно мати одну фотокартку розміром 10x15 см. Фото повинно відповідати вимогам до відцифрованого образу обличчя особи, фотокартки, що затверджені наказом МВС від 18.10.2019 № 875.

— Для нас дуже важливо, щоб ви отримали послуги швидко і якісно.

Не турбуючи дитину дорослими справами, заощаджуйте свій час! — зазначили у ЦНАПі.

Загалом, починаючи з 24 лютого 2022 року фахівці центрів були з харків'янами 24/7 онлайн та опрацювали 332260 електронних звернень, які надійшли через соціальну мережу Facebook, месенджер «телеграм» та електронну пошту ЦНАПу.

Наразі 77 із 210 адміністраторів надають 228 адміністративних послуг із загальної кількості 233 (у травні 2022 їх було 22).

Громадянами отримано 1197175 послуг та безпосередньо адміністраторами ЦНАПу надано 525522 консультацій.

Операторами Call-центру за допомогою голосових каналів зв'язку надано 370250 консультацій з питань отримання адміністративних послуг.

ДО ПИТАННЯ ПРО НАРОДЖУВАНІСТЬ

НАРОДЖУВАНІСТЬ В УКРАЇНІ ТА ІНШИХ ЗАХІДНИХ КРАЇНАХ ПРОДОВЖУЄ ЗНИЖУВАТИСЯ. ЦЕ ТРИВАЛА ТЕНДЕНЦІЯ, ВПЛИНУТИ НА ЯКУ СЬОГОДНІ СКЛАДНО. КРАЇНИ ЄВРОПИ ВПРОВАДЖУЮТЬ РІЗНОМАНІТНІ ПРАКТИКИ, АБИ ЗБІЛЬШИТИ ПОПУЛЯЦІЮ. ЧОМУ В УКРАЇНІ СКОРОЧУЄТЬСЯ НАРОДЖУВАНІСТЬ ТА ЩО МОЖЕ ВИПРАВИТИ СИТУАЦІЮ?

Сьогодні на рівень народжуваності в Україні впливає не лише війна, а й багато інших факторів. Наприклад, дорожня утримання дітей, відсутність доступних послуг, бажання молоді спершу стати на ноги, саморозвиватися тощо. Цей перелік можна продовжувати досить довго.

Сукупний коефіцієнт народжуваності в Україні — 1,2. Це середня кількість дітей, яку може народити жінка впродовж життя. От у нас вона найнижча у Європі. Найвищий коефіцієнт у країнах Африки — 6–7, а найнижчий у Республіки Корея — до 1. Станом на квітень 2023 року в Україні проживало 33 млн осіб — дані, не урахувавши жителів тимчасово окупованих територій і біженців.

Наразі через загибель на фронті наших захисників і захисниць кожна українка мала б народити щонайменше

За інформацією Департаменту охорони здоров'я ХМР, у Харкові щотижня народжується приблизно 50–60 немовлят. Загалом з початку війни в Харкові з'явилося на світ 4326 дітей.

двох дітей, аби відтворити необхідну кількість населення. А для повної компенсації загиблих та тих, хто виїхав, у кожній родині мало б бути по троє дітей.

Скорочення народжуваності суттєво вплине на економічний розвиток, можливими наслідками можуть стати колапс системи соціального захисту, дефіцит робочої сили, навантаження на пенсійну систему.

Одним з найбільш дієвих способів підвищити народжуваність у країні є доступ до недорогих і якісних послуг догляду за дітьми, тобто — дитячих садочків. Реальний результат показало і забезпечення гендерно рівного підходу до відпусток.

Тобто можливість батькові отримувати фіксовану кількість оплачуваних вихідних, які він має обов'язково використати на догляд за дитиною. Це дає можливість матерям відпочити, навчатися та не «випадати» з життя на тривалий час.

Підвищити народжуваність можуть і заходи від роботодавців, що будуть дозволяти віддалену роботу та гнучкий графік, страхування та якісні медичні послуги для матерів.

Прикладом, який могла б наслідувати Україна, є Франція. Вона має найвищий показник серед ЄС у сукупному коефіцієнті народжуваності — 1,8. Країна запровадила ефективну політику підтримки сімей, на яку витрачає до 3,5% ВВП щороку.

Франція надає родинам можливість віддавати малюків до садочків з двох місяців, користуватися погодинними послугами соціального працівника, податкові пільги, грошову підтримку для малозабезпечених родин.



Норвегія, до прикладу, побудувала мережу дитячих садочків та запровадила великі грошові виплати (більш як \$5000 на місяць) упродовж 4–5 місяців, що позитивно вплинуло на народжуваність.

Україна нині теж має політику соціальних виплат та компенсацій. Маються на увазі виплати при народженні, пакунок малюка, виплати для багатодітних родин, програма «муніципальна няня» та одноразова виплата матерям-героїням.

Від держави пропонують програми оздоровлення у таборах та підтримку малозабезпечених родин. Проте успіхів у народжуваності не спостерігається.

Тому, на думку фахівців, левову частку коштів варто спрямовувати на підтримку програм державного або муніципального рівня.

Наприклад, компенсації за послуги соціальних працівників або приватних дитсадків, розбудову дитячих садочків. Крім цього, треба врегулювати законодавство щодо гендерно рівного підходу по догляду за дитиною, аби і батько дитини брав оплачувану відпустку.

Також ефективним рішенням буде збільшення доступу до якісних медичних послуг для вагітних та батьків новонароджених, боротьба з домашнім та акушерським насильством, збільшення ролі батька у вихованні.

НЕ В КАПУСТІ ЗНАЙШЛИ! КОРИСНІ КНИГИ ПРО СТАТЕНЕ ВИХОВАННЯ ДЛЯ ДІТЕЙ

СТАТЕНЕ ДОЗРІВАННЯ — ВАЖЛИВИЙ ЕТАП РОЗВИТКУ ДИТИНИ, ПІД ЧАС ЯКОГО ФОРМУЄТЬСЯ НЕ ЛИШЕ ТІЛО, А Й СПРИЙНЯТТЯ СВОЄЇ СТАТІ, НОРМ ПОВЕДІНКИ. У ЦЕЙ ЧАС ЗАКЛАДАЄТЬСЯ ВАЖЛИВЕ РОЗУМІННЯ КОРДОНІВ, ДИТИНА ПОЧИНАЄ УСВІДОМЛЮВАТИ, ЯК ВЛАШТОВАНИЙ ЇЇ ОРГАНІЗМ.

Для багатьох батьків тема статевого дозрівання залишається незручною, табуованою. На допомогу їм можуть прийти відповідні книги для дітей будь-якого віку, які детально та простою мовою розповідають про фізіологічні особливості розвитку дівчаток та хлопчиків.

► «УСЕ ПРО ТВОЄ ТІЛО» (ВІД 3 ДО 5 РОКІВ)

Нідерландська письменниця створила кілька енциклопедичних книг для дітей різного віку. Книга «Усе про твоє тіло» детально пояснює дітям фізіологію тіла та його дорослішання, не уникаючи незручних питань.

Також серія книжок «Дітям про інтимне» дає змогу поговорити про все це із малечю на різних етапах.

Крім того, авторка також написала книги «Моя родина, твоя родина», «Так і Ні. Почуття», «Звідки беруться діти».

► «МАЛЕЧІ ПРО ІНТИМНІ РЕЧІ» (ВІД 3 ДО 8 РОКІВ)

Ця книга розповідає дітям простою мовою про органи чоловіка та жінки.

До того ж авторки Юлія Ярмоленко та Мар'яна Гілевич розкривають важливі теми та дають відповіді на запитання, як правильно називаються статеві органи, як правильно ходити до вбиральні та дбати про свою гігієну, що таке певні фізіологічні процеси у жінок та чоловіків, звідки беруться діти.



Книга має три перевидання, останнє з яких — за 2022 рік.

► «ПРО ІНТИМНЕ ПРОСТО ПІДЛІТКАМ І ДОРОСЛИМ» (ВІД 9 ДО 12 РОКІВ)

Зовсім нова книга авторки Катерини Яновської розповідає дітям підліткового віку про їхнє статеве дозрівання, перехідний вік та його фізіологічні й психологічні особливості, а також детально та без стереотипів пояснює важливість контрацепції.

Видання також допоможе батькам більш відверто говорити з підлітками про інтимні речі та зробить тему про статеве виховання простішою та менш табуованою для дітей та дорослих.

► «ЕНЦИКЛОПЕДІЯ СТАТЕНЕГО ЖИТТЯ» (ВІД 10 ДО 13 РОКІВ)

Енциклопедію для підлітків уклали гінекологи та інші фахівці Жан Коен, Крістіан Верду, Жаклін Кан-Натан, тож книга містить науково підтвержену інформацію для дітей. Там багато ілюстрацій, які наочно показують відмінність між чоловіками та жінками, а ще доступною мовою та доказово розповідають про статеве життя.



► «ЯК Я ДОРОСЛІШАЮ. ПОСІБНИК ДЛЯ ДІВЧАТ/ХЛОПЦІВ» (ВІД 9 ДО 12 РОКІВ)

Автори Аніта Найк та Філ Вілкінсон зробили чудові книги про дорослішання підлітків. Обидві є гарним інструментом, який допомагає зрозуміти процес дорослішання.

Також книги містять поради, як впоратися з тими чи іншими ситуаціями.

Педагогиня та сексологиня Юлія Ярмоленко ділиться власним топом книг для дітей щодо статевого виховання.

1. «**Моє дивовижне тіло**» для віку 2–3 роки. Авторки Рут Мартін і Аллан Сандерс відповідають на запитання про гігієну, вбиральню, звідки беруться діти.
2. «**Не в капусті й не лелека**», від 2 до 8 років. Анна Герцог та Жоель Турлоніас створили красиву ілюстровану книгу для дітей різного віку. Книга буде корисною й для сімей, де виховують двох чи більше дітей.
3. «**Велика книга почуттів**», від 3 років. Польський письменник Гжегож Касепке створив одну із найкращих книг для дітей та батьків, що вчить молодших дізнаватися про свої емоції.
4. «**Відверта розмова про це**», від 6 до 12 років, для глибокого вивчення важливих тем про статеве дозрівання та сексуальні стосунки.
5. «**Звідки я взявся? Правдиві відповіді на незручні запитання**», від 5 до 10 років. Авторки Хосе Р. Діас Морфа, Катерина Марассі Кандія, Пілар Мігальон Лопесоса та Мерседес Палоп Ботелья створили чудову книгу про фізіологію, вагітність і пологи, контрацепцію.
6. «**#Я не боюся сказати. Найвідвертіша книга для підлітків**». Книга Насті Мельниченко створена не лише для підлітків, а й для батьків.



АЛЬФОНС НАДУРИВ ЖІНКУ НА МІЛЬЙОН

ЖИТЕЛЬ СЕЛИЩА ДОНЕЦЬ ІЗЮМСЬКОГО РАЙОНУ ЧЕРЕЗ СОЦМЕРЕЖУ INSTAGRAM ПОЗНАЙОМИВСЯ З ЖІНКОЮ. ЧОЛОВІК УВІЙШОВ ДО НЕЇ У ДОВІРУ І СТАВ ВИМАНЮВАТИ ГРОШІ В БОРГ.

Шахрай надіслав потерпілій фейковий скрін з інформацією, що у нього на банківському рахунку нібито 1,5 млн грн. Але рахунок заблокований, і поки його не розблокували, чоловік просив гроші в борг на їжу, проїзд, новий телефон та інші потреби. У такий спосіб він виманив у потерпілої близько мільйона гривень.



Жінка понад рік переказувала чоловікові гроші. Не отримавши гроші назад, вона звернулася до правоохоронців.

ПСЕВДОВОЛОНТЕР СЯДЕ ЗА ҐРАТИ

ПРОТЯГОМ ПІВРОКУ 39-РІЧНИЙ ЖИТЕЛЬ ХАРКОВА ВИДАВАВ СЕБЕ ЗА ВОЛОНТЕРА ТА ОБКРАДАВ УКРАЇНЦІВ ДЛЯ ВЛАСНОГО ЗБАГАЧЕННЯ.



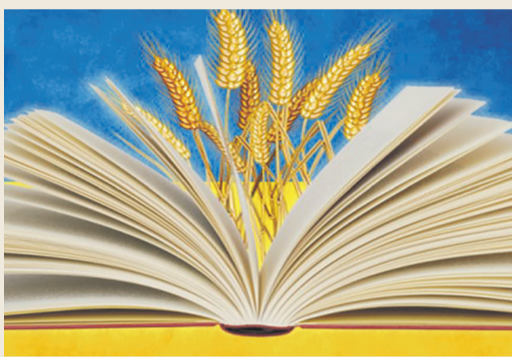
Він поширював у соцмережах збори на ЗСУ, використовуючи маніпулятивні заголовки. Наприклад, «для бійців, які стоять під Харковом». Він просив гроші у людей нібито на дрон, бронезилети, рації, каски, генератор, акумулятори тощо. Проте військові ці гроші так і не отримали. Насправді ж шахрай витрачав отримані «донати» на ігри в онлайн-казино. Загалом він ошукав понад 20 громадян на загальну суму майже 150 тисяч гривень.

ОБІЙДЕМОСЯ БЕЗ «ЖАРКОГО»

НЕРІДКО УКРАЇНЦІ У ПОВСЯКДЕННОМУ ЖИТТІ ПОСЛУГОВУЮТЬСЯ СУРЖИКОМ. АЛЕ ЯКЩО ВИ ХОЧЕТЕ ПРАВИЛЬНО РОЗМОВЛЯТИ УКРАЇНСЬКОЮ, ТО ВІД СУРЖИКІВ ТРЕБА ВІДМОВЛЯТИСЯ.

Один із поширених суржиків, який вживають українці, це слово «жарке». Так називають м'ясу запечену страву з овочами. Але насправді це помилка.

«Жарке» походить від російського «жаркое». Натомість в українській мові такого слова нема. На позначення страви з м'ясом та овочами використо-



вують інші слова. Є три варіанти і всі вони колоритні та милозвучні — «печення», «смаженина» та «душенина».

Звісно, слово «печення» більш поширене, але можна використовувати і категоріями «смаженина», і «душенина», цим самим поповнюючи свій словниковий запас. Тож надалі готуйте «печеню», а не «жарке».

НАУКОВЦІ В ШОЦІ

ВЛАДА ЄГИПТУ ВИРІШИЛА ВІДРЕСТАВРУВАТИ ОДНУ З ГОЛОВНИХ ПІРАМІД В ГІЗИ, ЧИМ СПРИЧИНИЛА ОБУРЕННЯ ВЧЕНИХ ПО ВСЬОМУ СВІТУ.



Як повідомило Міністерство туризму і старожитностей Єгипту, чиновники хочуть реконструювати та надати первісного вигляду піраміді фараона Мікеріна (Менкаура) — найпізнішої з трьох головних пірамід Гізи.

Спочатку піраміда була оздоблена червоним асуанським гранітом. Проте з плином часу більше половини оздоблення зникло. Гранітне оздоблення планується відновити, використовуючи блоки, що знаходяться біля півніжної піраміди. Вважається, що вони і є те саме зникле оздоблення, що, імовірно, впало і залишилося біля півніжної. Втім у соцмережах проєкт зустріли не так однозначно. Під роликami, де показаний процес підготовки до реконструкції, користувачі залишали обурені коментарі і пропонували заодно «випрямити Пізанську вежу» і поклеїти на піраміді шпалери.

Піраміди Гізи внесені в Список об'єктів Всесвітньої спадщини ЮНЕСКО, тому просто так міняти їхній вигляд не можна. Наразі роботи призупинено.

ЧЕРВОНИЙ ХІДНИК ВЖЕ ЧЕКАЄ

ГОЛОВНУ 96-ТУ КІНОПРЕМІЮ «ОСКАР» БУДЕ ВРУЧЕНО У НІЧ ПРОТИ 11 БЕРЕЗНЯ У ТЕАТРІ ДОЛБІ.

Ведучим вчоргове буде американський комік Джиммі Кімел. Також треба очікувати на виступ співачки Біллі Айліш з піснею What Was I



Made For?, а ще анонсований номер актора Райана Голінга, який виконає композицію I'm Just Ken з фільму «Барбі».

Всього заявлено номінантів у 23 категоріях. Рекордсменом серед номінацій є фільм «Оппенгеймер», який представлений у 13 категоріях. Друге місце за кількістю номінацій у кінострічці «Бідолашні створіння». До речі, українська стрічка Мстислава Чернова «20 днів у Маріуполі» буде змагатися за лідерство у категорії «Найкращий документальний повнометражний фільм».

Церемонію вручення престижної кінопремії можна буде побачити 11 березня о 20:00 за американським часом, а для України це буде 3-тя година ночі. Трансляція відбудеться на американському телеканалі ABC. Раніше українці могли переглядати захід на телеканалі «Суспільне Культура», проте поки невідомо, чи буде це також у 2024 році.

ШУКАЛИ 29 РОКІВ

ПОЛІЦІЯ ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ ВИЯВИЛА ВИКРАДЕНИЙ АВТОМОБІЛЬ FERRARI TESTAROSSA F512M, ЯКИЙ ПЕРЕБУВАВ У РОЗШУКУ З 1995 РОКУ.

Цей суперкар був одним із двох викрадених автомобілів у пілотів Ferrari — Герхарда Бергера і Жана Алезі. Інцидент стався під час Гран-прі Сан-Маріно 1995 року, причому Бергер навіть спробував надгогнати злодіїв на скромному Volkswagen Golf.

Після викрадення автомобілі зникли і про них довгий час нічого не чули. Лише у 2023 році поліція встановила, що Ferrari F512M майже одразу переправили до Японії,



а торік він опинився у Великій Британії.

Пізніше колекціонер із США намагався купити Ferrari Testarossa. Під час перевірки за базою даних і було виявлено, що авто перебуває в розшуку. Суперкар конфіскували.

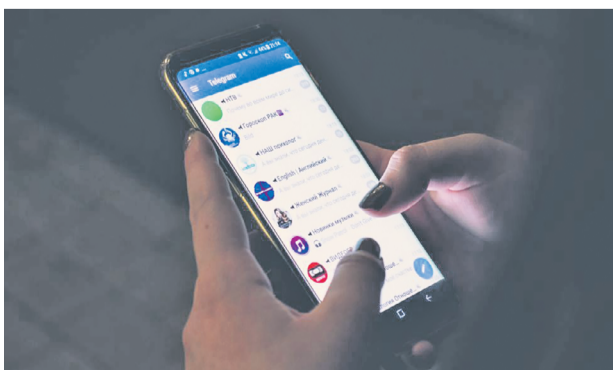
МЕСЕНДЖЕР ЦІЛКОМ БЕЗПЕЧНИЙ

НА ТЛІ РОЗМОВ ПРО ПОШИРЕННЯ РОСІЙСЬКОЇ ПРОПАГАНДИ ТА ВКИДІВ ЧЕРЕЗ TELEGRAM ЙОГО ПРЕДСТАВНИК РЕМІ ВОНГ РОЗПОВІВ ПРО ЗАХИСТ ДАНИХ КОРИСТУВАЧІВ.

Він зазначив, що компанія вживатиме заходів і аналізуватиме список «потенційно проблемних» каналів, який отримала від української влади. Проте Вонг не уточнив, хто саме надав цей список та які

конкретно канали входять до нього. Він зауважив, що Telegram є безпечним месенджером для українців та користувачів в інших країнах світу: «Telegram був спеціально створений для захисту користувачів від російського стеження», — заявив представник компанії.

Додатки мають відкритий вихідний код, а протокол шифрування повністю задокументований, тому будь-який дослідник може самостійно перевірити його цілісність і реалізацію.



РУШІЙНА СИЛА СВІТУ

ХАРКІВСЬКІЙ ОБЛАСНІЙ ВЕТЕРАНСЬКІЙ ОРГАНІЗАЦІЇ — 37 РОКІВ. БАГАТО ЇЇ ПРЕДСТАВНИКІВ — ЖІНКИ РІЗНИХ СФЕР І ПРОФЕСІЙ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ, МОТИВУЮТЬ І ДОПОМАГАЮТЬ.



Тому днями святкували відразу два свята: річницю створення ветеранської організації та Міжнародний жіночий день.

— Від імені Харківського міського голови Ігоря Терехова хочу привітати чарівних жінок — наших активістів ветеранського руху з прийдешнім святом. Я хочу побажати, щоб ви продовжували робити ту важливу роботу, яку виконуєте сьогодні. Ви є прикладом для молодого покоління: коли в країні почалися складні часи, ви показали своїм прикладом, як треба жити, діяти, творити, бо серед вас є і багато творчих людей. Тому прийміть щирі вітання і знайте, що ми завжди поруч, завжди будемо допомагати, — запевнив директор Департаменту по роботі з громадськими об'єднаннями Нікіта Стерін.



Валентина Лобко-Лобановська, голова медико-соціальної обласної комісії ХООВУ:

— На своїй посаді намагаюся все зробити для того, щоб у наших ветеранів війни, праці, бійців життя ставало кращим. Допомагаю всім чим можу. Мене надихає віра у перемогу. Дуже люблю своє місто, рідну Україну. І це не просто слова. Хочу, щоб наше місто, наша країна були якнайскоріше звільнені.

Наталія Раріна, голова правління БФ «Крок у нове життя»

— Мене дуже надихають наші військові, захисники, які в часи важких випробувань самовіддано виконують свій обов'язок. Наша команда не тільки допомагає військовим, але й допомагає долати гуманітарну кризу в Україні. Це поклик мого серця. Я не зупинюся, допоки не настане перемога.



КОМУНАЛЬНИКИ УСУВАЮТЬ НАСЛІДКИ ВИБУХУ

МІСЬКІ КОМУНАЛЬНИКИ ОПЕРАТИВНО, ЩЕ У СУБОТУ, ПОЧАЛИ УСУВАТИ НАСЛІДКИ РУЙНУВАНЬ, ЩО ЗАВДАВ ВОРОЖИЙ БПЛА.

Зараз у дворі у Шевченківському районі основні проблеми вирішено, виправляються недоліки, виявлені під час відновлювальних робіт.

— Передусім усунули аварійність, закрили контури, а це більше 200 контурів житлових будівель. Також обстежили покрівлі, зараз приводимо до ладу пошкоджені. Ми дуже оперативно спрацювали: аварійність об'єктів ліквідували у перший же день, — розповів майстер КП «Харківспецбуд» ХМР Кирило Раєвський.

— Після прильоту «шахеду» робітники Шевченківської філії з 7 ранку стали до роботи. Було дуже багато

розбитого скла, віконних рам. Ми повигрибали, прибрали, винесли у контейнери все сміття. Тільки скла було вивезено майже 10 кубів. Сьогодні ми вже виконуємо повсякденні справи. У нас стартує акція «Зелена весна», тож ми прибираємо наш район і місто в цілому. І робимо його ще кращим! — зазначила начальниця Шевченківської філії КП «Харківблагоустрій» ХМР Світлана Рибнікова.



НІКОЛИ СІДІТИ СКЛАВШИ РУКИ

ХАРКІВСЬКІ КОМУНАЛЬНИКИ ЗАКЛИКАЮТЬ МІСТЯН ДО СПІВПРАЦІ, БО ПОТРІБНО ЯКНАЙШВИДШЕ ПРИБРАТИ ПІСЛЯ ЗИМИ РІДНЕ МІСТО.

Міські дворники та озеленувачі стали до робіт з благоустрою територій, як от у Новобаварському районі.

— Прибираємо залишки опалого листя, піску після зими, підрізаємо кущі, дерева. В подальшому, коли стане тепліше, наведемо лад у квітниках та на клумбах. Будемо сіяти траву на газонах, — розповіла начальник дільниці Новобаварської філії КП «Харківблагоустрій» ХМР Євгенія Титаренко.

— З настанням весни у нас побільшало роботи з благоустрою і санітарного прибирання. Ми приводимо до ладу територію біля понад 7000 багатоквартирних



будинків. Здійснюємо все, що прописано у правилах благоустрою: обрізаємо дерева, піклуємось про інші зелені насадження, які потребують догляду. У нас є дуже

талановиті дворники, які самотужки роблять елементи благоустрою і прикрашають у такий спосіб територію біля будинків. Їм нерідко допомагають небайдужі місцеві, тому що всі хочуть, щоб навіть в таких важких умовах двори були гарні та затишні. Ми запрошуємо всіх мешканців міста до співпраці: якщо біля вашого будинку є квітники та клумби, на яких би ви хотіли щось висадити, ви можете звернутись до нас за допомогою. Ми допоможемо вам, а ви — нам. Отже, спільно зробимо

Харків ще кращим, щоб тут хотілося жити! — закликала менеджерка зі зв'язків з громадськістю КП «Харківблагоустрій» ХМР Олена Мінакова.

НОВЕ ОБЛАДНАННЯ ПОЛЕГШИТЬ РОБОТУ

ОДНА З НАЙБІЛЬШИХ НАСОСНИХ СТАНЦІЙ, ЯКА ПІДПОРЯДКОВАНА КП «ХАРКІВВОДОКАНАЛ» ДЕПАРТАМЕНТУ З ПИТАНЬ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МІСТА ХМР, ОБСЛУГОВУЄ 200 ТИСЯЧ АБОНЕНТІВ ПЛЮС КРИТИЧНУ ІНФРАСТРУКТУРУ.

Єтут обладнання, якому більше 60 років, є таке, що налічує більше 20. Проте станція працює. Тож сучасний насос, який вдалося придбати завдяки підтримці німецьких партнерів, забезпечить потужнішу і стабільну роботу станції.

Нове насосне обладнання є надійним і енергоефективним, розповідає заступник директора Комплексу з перекачування стічних вод КП «Харківводоканал» Тимур Горбунов:

— Раніше встановлювалися насоси, які працювали від

6 кіловольт, це устаткування працює від 0,4 кіловольта, що дає суттєву економію електроенергії та, як наслідок, економію коштів. Зважаючи на нове обладнання,

будемо вчасно виконувати роботи з перекачування стоків в місті. Нове устаткування надане нам шведською корпорацією «Флюкшелен», придбати його допомогла благодійна організація «Баварська громада».

Керується агрегат автоматично, розповідає спеціаліст комунального підприємства. Таким способом регулюється потужність електродвигуна та контролюється процес відкачування стічних вод. Насос спроможний перекачувати до 16 тисяч кубів стоків протягом доби.



ЦЕ ВІЙНА ЗА ДЕМОКРАТИЧНІ ЦІННОСТІ

ВЖЕ ТРЕТІЙ РІК ТРИВАЄ РОСІЙСЬКЕ ВТОРГНЕННЯ В УКРАЇНУ. ПУБЛІЧНІ БІБЛІОТЕКИ ХАРКОВА ЗБИРАЮТЬ КНИГИ, ЯКІ ПОБАЧИЛИ СВІТ ПІД ЧАС ВІЙНИ ТА ВАРТІ ТОГО, ЩОБ ПРОЧИТАТИ ЇХ ЗАРАЗ ТА ПЕРЕЧИТАТИ ПІСЛЯ ПЕРЕМОГИ.

В бібліотеці-філії №17 для людей з вадами зору ім. Л.Л. Гіршмана ЦБС Шевченківського району Департаменту культури ХМР відкрилася виставка книги британського журналіста, іноземного кореспондента The Guardian Люка Гардінга «Вторгнення: кривава війна росії та боротьба України за виживання» (Invasion: Russia's Bloody War and Ukraine's Fight for Survival).

Ця книжка — перша книга репортажів із передової в Україні. Вона є не тільки уособленням важливої для нас історії, але і заклик до дії!



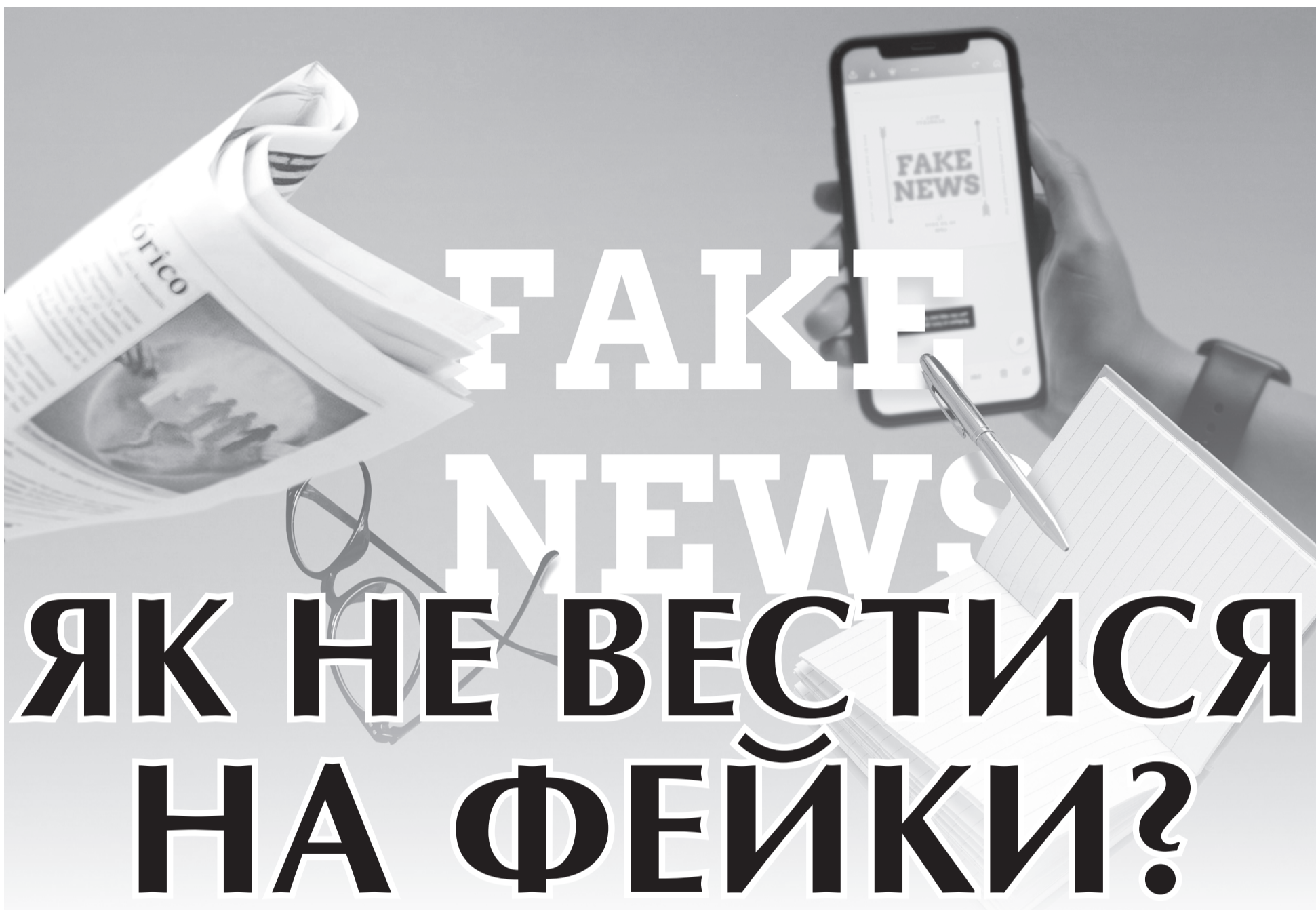
24 лютого 2022 року Люк Гардінг був у Києві. Він відвідував Бучу, лінію



фронту, Харківську область, бачив, як звільняють території від окупантів...

За словами Гардінга: «Це не велика битва між нещасливими сусідами: величезною росією та маленькою Україною. Ця війна про всіх нас. Це війна в Україні, це — наша війна. Це війна за демократичні цінності. Це війна за цивілізацію, права людини, за право людей спокійно спати уночі та прокидатися у своїх ліжках зранку й не бути вбитими російськими ракетами. Тому я б хотів сказати світу про цю війну, пояснити її. Ну і звичайно, просто написати хорошу книжку».

— І йому це вдалося! Сподіваємося, що наші місцеві читачі оцінять щирість автора, — зазначили у бібліотеці.



СЬОГОДНІ ДЕЗІНФОРМАЦІЯ, ПРОПАГАНДА, ПІДРОБКА, НЕПРАВДИВІ НОВИНИ — Є ІНФОРМАЦІЙНОЮ ЗБРОЄЮ ПРОТИ УКРАЇНЦІВ. ФЕЙКИ СІЮТЬ СУМНІВИ, ДЕМОРАЛІЗУЮТЬ, ФОРМУЮТЬ У ЛЮДЕЙ НЕВПЕВНЕНІСТЬ І СТРАХ, ПЕРЕКОНУЮТЬ У ПРАВДИВОСТІ ПОДАНОЇ ІНФОРМАЦІЇ.

На жаль, заради популярності фейки підхоплюють вітчизняні соцмережі та канали. З ними не варто боротися, їх варто спростовувати, ігнорувати та не поширювати, радить кандидатка психологічних наук, доцентка, практична психологиня вищої категорії Національного фармацевтичного університету Любов Пляка.

Відрізнити реальні новини від фейкового безглуздя допоможе вміння критично мислити.

— Критичне мислення — це система суджень, яка дозволяє накопичувати, узагальнювати та аналізувати інформацію таким способом, щоб на її підставі робити виважені припущення і приймати вивірені рішення, — говорить Любов Пляка. — Навички критичного мислення дають змогу не розгубитися, не потонути в інформаційній лавині, не піддатися маніпуляціям, приймати зважені рішення, ефективно їх вирішувати та відстоювати. Критичне мислення допомагає зробити власне життя більш осмисленим і успішним. Ця навичка потрібна або навіть необхідна будь-кому, і особливо в умовах війни.

► ЯК НАВЧИТИСЯ КРИТИЧНОМУ МИСЛЕННЮ?

На думку фахівчині, найкращий спосіб — привчити себе задавати багато запитань:

- що сталося?
- де сталося?
- коли сталося?
- хто повідомив?
- чому це сталося?

— Ці запитання вчать не лише розвінчувати фейки, а й критично ставитися до кожної новини, — вважає Любов Пляка. — З огляду на обставини сьогодення, критичне мислення надзвичайно важливе ще й для того, щоб фільтрувати інформаційне поле. Якщо ви отримали новину, яка викликає у вас бурю емоцій, варто не одразу поринати у неї, довіряючи кожному слову, а на якийсь час відкласти її прочитання. Лише 15% інформації ми сприймаємо свідомо, а от 85% будь-якого інформаційного повідомлення — в площині несвідомого. Слова формують образ, образ викликає в нас емоцію, в якій немає місця раціональним міркуванням. Лише заспокоївшись, варто дочитати новину, а потім проаналізувати, чи можете ви знайти її підтвердження на офіційних джерелах чи у інших ЗМІ. У стресових умовах під час війни люди можуть несвідомо публікувати чутки та фейки у соцмережах. Фейки закидають для того, щоб викликати емоції, посягати сумніви, маніпулювати людьми і паралізувати їхню здатність мислити критично.

5. Ознайомитися з джерелами, на які посилається новина.

6. Звернути увагу на сумнівні цитати і фотографії.

7. З'ясувати, що пишуть щодо зазначених фактів інші видання.

9. Замислитися, перш ніж робити републікацію. Новинні сайти, які поширюють дезінформацію, працюють, сподіваючись на те, що читачі поширюватимуть їхні новини.

► ЯКІ ПРИКМЕТИ МАЮТЬ ФЕЙКИ

Є кілька ознак, які допомагають виявити фейк, зазначає Любов Пляка. Така інформація здебільшого починається зі знаків оклику, а також містить слова «увага», «терміново», «перевірена інформація», «сто відсотків правда», «це просто катастрофа». Всі ці слова використовують з метою психологічного впливу та маніпуляції. Ми підсвідомо довіряємо, коли їх чуємо.

Також часто у фейках є посилання: «розповіли з передової», «написала моя родичка з місця бойових дій», «сказала людина, яка працює у відповідних структурах». Потім йде інформація, що спонукає до дії: допомогти, максимум поширити. Коли зустрічаєте такі повідомлення, їх потрібно блокувати, ігнорувати, не пересилати.

► ЧОМУ НЕБЕЗПЕЧНО ВЕСТИСЯ НА ФЕЙКИ

Зараз більшість українців знаходяться в стані втоми від війни і тривожності, тому стають особливо вразливими до інформаційної брехні.

— Фейкові новини сприяють фізичному та емоційному виснаженню. Коли людина їх читає, вона переживає певні емоції, які впливають на її дії та стан здоров'я. У стані тривожності людина стає більш довірливою до інформації, вона піддається зовнішнім впливам та маніпуляціям, бо втомилася від війни, її особистісний енергетичний ресурс майже вичерпано, — зазначає психолог.

— Важливо, щоб ми переживали більше позитивних емоцій, ніж негативних. Позитивні емоції мотивують, покращують настрій, зміцнюють імунну систему, а негативні — навпаки. Важливо, щоб все, що ви бачите, чуєте, спостерігаєте, — вас надихало. Тому раджу критично переглянути своє інформаційне поле, провести інформаційний детокс. Мудрі люди кажуть: той хто впливає на наші думки та емоції — керує нами. Боротися з фейками не варто. Їх краще спростовувати чи висміювати.



► ЯК РОЗПІЗНАТИ БРЕХНЮ?

Любов Пляка дає такі поради:

1. Не довіряти тільки заголовкам. Якщо проглянути новину до кінця, можна виявити, що назва ніяк не пов'язана зі змістом або ж у ній немає жодних даних, які підтверджують її правдивість.
2. Оцінити надійність джерела повідомлення.
3. Звернути увагу на дату публікації й час. Часто фейкові матеріали видають старі публікації за новини.
4. Поцікавитися автором новини. Ознайомитися з його попередніми публікаціями.

Гороскоп на 7 березня

♈ Овен (21 березня — 20 квітня)
Цього дня хтось повідомить вас про щось несподіване. Морально підготуйтеся до цієї новини. Вона залишить хороший відбиток на вашому житті. Якщо хтось із колег чи домашніх не збирається дотримуватися вашої точки зору, спробуйте уникнути конфліктів. Вони теж мають право на власну думку.

♉ Телець (21 квітня — 21 травня)
Інтуїція допоможе розв'язати проблеми та розібратися у собі. Намагайтеся не конфліктувати ні з ким та не витрачайте великих коштів. Вечір варто провести в компанії друзів. Незабаром ви зустрінете своє кохання.

♊ Близнюки (22 травня — 21 червня)
Ви втомилися. Варто намагатися віднайти нові джерела натхнення і відновити сили. День буде наповнений робочими справами, які можуть повпливати на вашу професійну діяльність. Ваші слова можуть ранили інших, тож будьте обережні.

♋ Рак (22 червня — 22 липня)
В цей день ви будете надто емоційними. Намагайтеся знайти гармонію в собі і не дозволяйте емоціям керувати вами. Не дозволяйте нікому псувати вам настрої та уникайте сварок. Вас будуть критикувати, проте не варто звертати на це увагу.

♌ Лев (23 липня — 22 серпня)
Доведеться оперативно вирішувати. Робіть це виважено та ретельно все обдумуйте. Довіряйте своїм внутрішнім відчуттям та інтуїції. Варто замислитися про майбутнє і скласти плани на найближчий час. Незабаром у вас з'явиться шанс розбагатіти.

♍ Діва (23 серпня — 23 вересня)
Прислухайтесь до своїх бажань. Вдома на вас чекатиме приємний сюрприз. Хороший настрій буде вас супроводжувати цілий день, хоч багато хто намагатиметься його зіпсувати. Проведіть час з друзями. Зберіть їх у себе вдома.

♎ Терези (24 вересня — 23 жовтня)
Заплануйте все завчасно і поступово виконуйте. Плід зусиль вам сподобається, принесе натхнення і нові емоції. Якщо виникнуть труднощі з фінансами, не варто перейматися — скоро вони повернуться в більшому розмірі.

♏ Скорпіон (24 жовтня — 22 листопада)
Спробуйте раніше закінчити роботу та відкладіть всі поточні справи на потім. Проведіть вечір на самоті або знайдіть джерело яскравих емоцій. Нові враження підуть вам на користь та допоможуть розслабитися. Слухайте поради рідних. Сьогодні їхні слова можуть бути дуже корисними.

♐ Стрілець (23 листопада — 21 грудня)
Цього дня можуть виникнути проблеми з грошима. З'являться незаплановані витрати або велика покупка. Це може вас засмутити, однак перейматися не варто — незабаром все налагодиться. Ввечері намагайтеся змінити обстановку.

♑ Козоріг (22 грудня — 20 січня)
Треба бути уважними до дрібниць. Зверніть увагу на те, що зазвичай здається чимось неважливим. У спілкуванні з незнайомцями можуть виникнути труднощі, але якщо докласти зусиль, можна зустріти того, хто стане для вас близьким з часом.

♒ Водолій (21 січня — 18 лютого)
Зірки принесуть вам випробування в цей день. Все вдасться здолати, якщо ви будете наполегливими. Не звертайте увагу на труднощі та негаразди — вони підуть вам на користь. Для відновлення сил варто порадувати себе шопінгом чи зустріччю з друзями.

♓ Риби (19 лютого — 20 березня)
Будьте обережними з грошима. Не робіть імпульсивних покупок та не давайте в борг. Проведіть кілька годин на самоті, щоб розслабитися. Сьогодні ви можете знайти річ, яку давно шукали, або те, про існування чого ви вже забули. Це буде приємним сюрпризом.

ЧИМ НАГОДУВАТИ КОТИКА?



ЧАСТО ВЛАСНИКАМ КОТІВ ДОВОДИТЬСЯ ЧУТИ ЗАКИДИ В ТОМУ, ЩО ВОНИ «НАДТО БАЛУЮТЬ» СВОЇХ ВИХОВАНЦІВ: КУПУЮТЬ ЇМ ГОТОВИЙ КОРМ ТА ІГРАШКИ, РЕТЕЛЬНО ВИБИРАЮТЬ ПІСОК ДЛЯ ТУАЛЕТУ І ВИТРАЧАЮТЬ КУПУ ГРОШЕЙ НА ЩЕПЛЕННЯ. КУДИ ЛЕГШЕ КИНУТИ КОТУ ШМАТОК З ЛЮДСЬКОГО СТОЛУ, МОВЛЯВ, ЯКЩО ГОЛОДНИЙ — З'ІСТЬ УСЕ, ЩО ДАДУТЬ.

На щастя, таке ставлення до мурликів поступово сходить нанівець: господарі розуміють, що шматок з їхньої тарілки може стати для Мурзика чи Мусеньки фатальним, тому ретельно вибирають корми для котів у спеціальних магазинах, незважаючи на поради дилетантів і покладаючись лише на здоровий глузд.

▶ ХАРЧУВАННЯ МАЄ БУТИ РІЗНОМАНІТНИМ

Якщо ми ставимося до котів як до молодших братів, то розуміємо, що в їхній їжі головне те саме, що і для наших дітей: сталість і збалансованість. Годувати котиків потрібно кілька разів на день потроху, і харчування має бути різноманітним, але з огляду на специфіку котячого організму.

Специфіка в тому, що коти, як колишні хижаки, отримують поживні речовини тільки з продуктів тваринного походження. Котів-вегетаріанців не існує у природі. Але й жити на одному м'ясі наші пухнасті хижаки не можуть: їхній «видобуток» має містити:

- ◆ багато білків;
- ◆ помірну кількість жиру;
- ◆ мінімальну кількість вуглеводів;
- ◆ поживні речовини (вітаміни, мінерали, жирні кислоти та амінокислоти).

Плюс, звичайно, достатня кількість води.

▶ ЯКІ БУВАЮТЬ КОРМИ

Зазвичай власники котів ламають голову над питанням «Який корм для котів краще: сухий чи вологий?» Відповідь на це запитання ветеринара: все залежить від віку кішки, її особливостей та стану здоров'я. Корм для літніх котів суттєво відрізняється від корму для кошенят, вагітні кішки харчуються інакше, ніж стерилізовані коти тощо.

Всі корми для котів діляться на три види, які різняться за вмістом води, рівнем білка, калорійністю, смаковими якостями та засвоюваністю:

- ◆ сухі корми;
- ◆ напіввологі;
- ◆ консервовані.

Також кожна лінійка кормів може мати кілька підвидів:

- ◆ для дорослих котів (Adult) та кошенят (Kittens);
- ◆ для котів із чутливим травленням (Sensitive);
- ◆ для стерилізованих котів (Sterilized);
- ◆ для підтримки сечовидільної системи котів (Urinary Health);
- ◆ з ефектом виведення вовни (Hairball Control) тощо.

Сухі корми недорогі та зручні для зберігання. Вони

містять 4%–10% води. Під час виготовлення суміш інгредієнтів об'єднують та екструдують.

Шматочки сухого корму покривають підсилювачами смаку, наприклад тваринним жиром. Тому коти мчать до пакету із сухим кормом з іншого кінця будинку. Але часто коти забраковують сухий корм, і за наявності вибору між ним та вологим віддають перевагу останньому. Якщо власник вибрав сухий корм для тварини, то поруч завжди має бути миска з водою.

Напіввологі корми для котів складаються в основному з м'яса та субпродуктів, вміст води в них приблизно 30%. Туди додаються соєвий шрот, крупи, побічні продукти зерна та консерванти. Такий корм коштує трохи дорожче за сухий, але при цьому менш зручний, бо при відкритій упаковці він може швидко висохнути.

Консервовані корми для котів містять не менше 75% води, мають тривалий термін зберігання та можуть тривалий час зберігатися відкритим у холодильнику. Якщо котик віддає перевагу консервованим кормам, то йому не треба додатково пропонувати воду. А втім є нюанс: такі корми можуть бути не зовсім повноцінними щодо поживності, і коти проситимуть ще й ще.

У будь-якому разі останнє слово щодо вибору корму залишається за котом: що йому сподобається, те й купуйте.

▶ ЧОГО ТРЕБА УНИКАТИ

Чому ветеринари не рекомендують годувати вихованців шматками з вашого столу? Ми готуємо собі їжу, використовуючи різні олії, приправи, спеції, добавки, любимо поласувати маринуваними овочами, перекусити шоколадкою або печивом. Шматочки нашої їжі можуть вплинути на шлунково-кишкову систему тварини, спричинити отруєння та алергію. І навіть якщо котик відкусив від огірка, чим викликав розчулення господарів, це не означає, що треба пропонувати йому огірки постійно. Неприємні для котячого організму речовини можуть накопичуватися, згодом призводячи до розладу здоров'я. Можна запропонувати хвостатому другу шматочок риби або птиці, але краще зупинитися на спеціальних кормах для котів, які підходять йому. А постійне годування kota рибою може призвести до сечокам'яної хвороби.

Також не варто пропонувати котам:

- ◆ бобові продукти — вони впливають на роботу серця тварини;

- ◆ сире м'ясо — можуть бути паразити або бактерії;

- ◆ «екзотичні» продукти — наприклад, фрукти, сочевицю, цибулю, часник, родзинки, шоколад.

Готові корми для котів сьогодні можна легко вибрати як на магазинних полицях, так і в інтернет-магазинах.

