



Вівторок, 13 серпня 2024 року, № 97 (856)

У ХАРКОВІ ВІДБУЛИСЯ ЗАХОДИ,
ПРИСВЯЧЕНІ ДНЮ МОЛОДІ. МІСЬКИЙ
ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ, ВІТАЮЧИ ХАРКІВ'ЯН
ЗІ СВЯТОМ, ЗАЗНАЧИВ, ЩО МАЙБУТНЄ
ХАРКОВА — ЗА ЙОГО МОЛОДДЮ.

— Сьогодні саме молодь є рушійною силою нашого міста, яка кидає виклик усталеній системі й розширює межі уявлень старшого покоління про те, яким може і має бути сучасний світ.

Своєю боротьбою за країну на передовій, виступами на міжнародних змаганнях, волонтерством, науковими досягненнями, працею у школах, лікарнях, службах порятунку на місцях молоді люди щодня доводять здатність українців протистояти будь-яким викликам і, незважаючи ні на що, пробивати дорогу вперед.

І я впевнений, що з таким запалом та загартованістю, які мають наші хлопці та дівчата, у нас все обов'язково вдасться!



МАЙБУТНЄ ХАРКОВА — ЗА МОЛОДДЮ!



ЗАСТОСУНОК «АРМІЯ+» СТАРТУЄ З БАЗОВИХ ФУНКЦІЙ

СЬОГОДНІ УКРАЇНА РОБИТЬ КРОК ДО СУЧАСНОСТІ ТА ЕФЕКТИВНОСТІ — ПОЧИНАЄ ПРАЦЮВАТИ ЗАСТОСУНОК «АРМІЯ+», ЗАЯВИВ ПІД ЧАС ЙОГО ПРЕЗЕНТАЦІЇ ПРЕЗИДЕНТ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ.

Мета цього застосунку в тому, щоб звільнити українську армію від марудної паперової роботи. Щоб командири й солдати не витрачали свій час на застарілу й нікому не потрібну бюрократію та заповнення паперів.

— Ми починаємо з рапортів: спочатку — електронні рапорти, а продовжимо обхідними та всіма іншими паперами, — сказав Володимир Зеленський.

Зокрема, буде Армія ID та опитування, щоб бачити реальну ситуацію із забезпеченням підрозділів. Також з'являться функції, які допоможуть воїнам реалізувати всі необхідні соціальні та комунікативні потреби на службі.



— У застосунку будуть курси та навчальні програми, які потрібні. Українці зможуть отримувати без бюрократії всі соціальні послуги, які держава надає воїну та громадянину. Транспорт — можна буде купити квитки або замовити інші потрібні послуги. Медицина й медичні документи — усе це має бути та буде зручним. Банкінг і кредитування — держава створює та буде збільшувати пакет фінансових можливостей для наших українських воїнів, — наголосив Президент.

Глава держави зазначив, що в застосунку буде надійна комунікація між військовими за допомогою захищених чатів.

Володимир Зеленський також зауважив, що «Армія+» має стати вже другим елементом нашої цифрової держави — після Єдиного порталу державних послуг «Дія». Крім того, у вересні презентують застосунок для дітей, батьків та вчителів «Мрія».

Президент подякував усім, хто розробляє цифрові сервіси для України, та закликав командирів армії й усі Сили оборони та безпеки допомагати у впровадженні змін.

ЄВІДНОВЛЕННЯ У ХАРКОВІ

МЕХАНІЗМ ВИПЛАТИ КОМПЕНСАЦІЇ ЗА ПРОГРАМОЮ ЄВІДНОВЛЕННЯ ПОЧАВ ПРАЦЮВАТИ З 2023 РОКУ. У ХАРКОВІ НА ОТРИМАННЯ ГРОШОВОЇ ДОПОМОГИ ДЛЯ РЕМОНТУ ПОШКОДЖЕНОГО ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ ЖИТЛА ЗА ЦЕЙ ЧАС НАДІЙШЛО 16 ТИСЯЧ ЗАЯВ, ГОВОРІТЬ ГОЛОВА ПРОФІЛЬНОЇ КОМІСІЇ.

— Опрацьовано практично всі, — зауважує голова комісії з обстежень об'єктів, пошкоджених внаслідок збройної агресії рф Олег Армейський. — Схвалено 8 тисяч заяв, на відновлення пошкодженого майна людям нараховано орієнтовно 700 мільйонів гривень. З січня цього року запрацювала програма на відновлення знищеного майна.

Надано приблизно 2,5 тисячі заявок, опрацьовано 1800. Більш ніж 160 харків'янам надано сертифікати на отримання нового житла на суму 300 мільйонів грн.

Харків'яни поділилися історіями відновлення житла. Родина пані Тетяни мешкає на околиці Харкова. Сами в цьому напрямку 24 лютого 2022 року російські війська проривалися до міста. Бої були запеклими, розповідає жінка, тож її будинок, як і все навколо, перебував під постійними обстрілами з усіх видів зброї.

— До нашого двору й поблизу сталося десь 20 прильотів. Тут було пекло, яке неможливо передати словами. Горіло все, побиті вікна, двері, — ділиться власниця понівеченого будинку Тетяна Момот. — У нашому будинку полягало все наше життя. Ми з чоловіком будували його своїм трудом, здоров'ям.

До державної програми «Відновлення», розповідає Тетяна, звернулись одразу, подавши заявку через портал Дія.

— Приїхала комісія, склали акт. І, дякуємо, ми отримали кошти, — згадує пані Тетяна. — Ми обрали бригаду, яка нам допомогла. За допомогою програми «Відновлення» здійснено дуже великий обсяг робіт. Гроші від «Відновлення» ще не всі витрачені, і попереду ще багато роботи. Зокрема, потрібно робити дах.



А це вже про багатопверхівку в центрі Харкова. Сюди ракета влучила у січні 2024-го, розповідає власник розореної квартири.

— Руйнація була досить жакливою. Ударною хвилею понівечило наш балкон, вибиті вікна, — говорить мешканець пошкодженої квартири Олександр Фролов. — По всій квартирі пішли тріщини, навіть плитка у ванній потріскалась.

Зараз в квартирі працюють спеціалісти — роблять заміри вікон та балкону, щоб якнайшвидше розпочати ремонт.

— Після прильоту ми звернулись за допомогою до державної програми «Відновлення». Прийшла відповідна комісія. Дуже кваліфіковані спеціалісти. Оглянули наше помешкання, зробили відповідні записи, склали акти і направили документацію, що потрібна, далі. Через деякий час надійшли кошти, які ми от зараз, дасть Бог, направимо на відновлення нашої оселі, — зазначає Олександр Фролов.

Розмір компенсації залежить від ступеня руйнації. За програмою, максимальна сума допомоги на відновлення пошкодженого житла — 200 тис. грн. Отримавши кошти, власники квартири чи будинку витрачають їх на будівельні матеріали або послуги підрядників, які є учасниками програми «Відновлення». Подати заяву щодо ремонту пошкодженого житла можна в застосунку Дія.



СПОДІВАЄМОСЯ НА ДОПОМОГУ

Керівник Офісу Президента Андрій Єрмак зустрівся із заступником радника з питань національної безпеки Прем'єр-міністра Індії Паваном Капуром.



Андрій Єрмак розповів про ситуацію на фронті та обстріли цивільної інфраструктури, зокрема про російську атаку на Костянтинівку.

Керівник Офісу Президента наголосив на важливості відновлення справедливого миру для України та участі Індії в цьому процесі. Він висловив сподівання, що Прем'єр-міністр Індії Нарендра Моді зможе докласти до цього зусиль.

Глава ОП зазначив, що весь фронт не залишається без уваги. Кожен напрямок, всі точки бойових зіткнень. Сумщина, Харківщина, всі напрямки на Донеччині, зокрема найбільш жорсткі — Покровський, Торецький, Краматорський, — і південь нашої держави.

— Всюди є за що подякувати українським воїнам, які забезпечують фронт і витискання війни на територію агресора. Також я хочу подякувати партнерам — усім тим, хто зробив тиждень результативним у санкціях проти росії та осіб, що з нею пов'язані. Готуємо нові рішення, які обмежать рф.

Також дякую за нові оборонні пакети для України. Працюємо заради вчасної логістики, щоб допомога була відчутною на фронті якнайшвидше. І дуже очікуємо рішень щодо далекобійності — і від Сполучених Штатів, і від Великої Британії, і від Франції — сильних рішень, які наблизять справедливий мир.

ІГОР ТЕРЕХОВ: «ЙДЕМО ШЛЯХОМ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ПОВІТРЯНИХ ТРИВОГ»

СТВОРИТИ МАКСИМАЛЬНО КОМФОРТНЕ ТА БЕЗПЕЧНЕ ЖИТТЯ ДЛЯ ЖИТЕЛІВ ПРИФРОНТОВОГО МІСТА. МЕР ІГОР ТЕРЕХОВ РОЗПОВІВ УКРАЇНСЬКИМ ЗМІ ПРО ОСНОВНІ ВИКЛИКИ, ЯКІ СТОЯТЬ ПЕРЕД ХАРКОВОМ.

Важливим завданням на сьогодні очільник Харкова вважає диференціацію повітряних тривог у місті.

— Ми йдемо шляхом диференціації повітряних тривог. Сьогодні для харків'ян занадто важливо мати таку систему, і над цим ми працюємо. Ми вже пройшли більше ніж половину шляху для того, щоб зробити диференційовані повітряні тривоги, і вони з'являться у Харкові, — зазначив Ігор Терехов. — Для Харкова це необхідно, бо бувають випадки, коли тривога триває декілька діб, — наприклад, 50 годин. Це неможливо. По-перше, люди до цього звикають і вже зовсім не реагують на повітряні тривоги. Це виклик для нас усіх, бо ми повинні бути дуже обережними: це — життя людей. По-друге, є установи, наприклад банки, в яких заборонено працювати під час повітряних тривог, тому люди не можуть користуватися їхніми послугами. Ми розуміємо, що це потужний тиск на людей. При диференційованих повітряних тривогах люди знатимуть: якщо лунає сигнал — це означає небезпеку саме для Харкова. Вони мають бути дуже обережними і спускатися у бомбосховища, у підземні паркінги, у метрополітен, який ми використовуємо як потужне укриття.

Справжнім викликом для Харкова стало створення комфортних та головне — безпечних умов для офлайн-навчання дітей. Наразі за неможливості закрити небо над містом діти змушені навчатися під землею. Харків став першим мегаполісом, де побудували так звані метрошколи. Але на цьому зупинитися не планують.

— У нас сьогодні 5 станцій метрополітену переобладнані під метрошколи. Крім цього, до 1 вересня ми переобладнаємо ще 1 станцію метрополітену — буде 6 таких стан-



цій, — зазначив Ігор Терехов. — Побудували і використовуємо й справжню підземну школу, розраховану на навчання 900 учнів у дві зміни. Жодного вільного місця там вже немає. Щоб більше дітей мали можливість навчатися очно, ми розпочали будівництво трьох справжніх підземних шкіл, які будуть розраховані на 450 учнів в одну зміну. Так, сьогодні для Харкова це занадто мало. У місті зараз перебувають 60 тисяч школярів, які мають бажання навчатися вічна-віч. Для нас це виклик, і ми повинні зробити все можливе, щоб діти вчилися.

Підземними у Харкові стануть не тільки школи та класи, але й операційні та палати лікарень. Міський голова Ігор Терехов зазначив, що в планах міста побудувати окремі медичні блоки, які будуть функціонувати під землею.

— Ми вже розробили проектно-кошторисну документацію і збудуємо у двох лікарнях підземні операційні, реанімаційні блоки, палати, які будуть розташовані під землею. Це світовий досвід, який, до речі, має Ізраїль, — говорить мер.

Очільник Харкова зазначив, що мова не йде про переведення всіх лікарень під землю, а лише про створення окремих медичних блоків, які будуть функціонувати за будь-яких обставин.

ОБЛИЧЧЯ ХАРКОВА

НІХТО КРІМ НАС

ТЕТЯНА ВОВК — СОЦІАЛЬНИЙ РОБІТНИК ТЕРИТОРІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ НАДАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ НЕМИШЛЯНСЬКОГО РАЙОНУ.

На початку війни у місті, яке опинилося під жорстким бомбардуванням росіян, на Тетяну чекали 16 безпорадних харків'ян, вона залишилася їх останньою надією, і це було найскладніше.

— Харків не кинув людей напризволяще. Ми знали: якщо не ми, — до наших пенсіонерів ніхто не прийде, — ділиться Тетяна Вовк. — Звісно, намагалися берегти власне життя, але виходили до людей кожен день. Бігли від тривоги до тривоги, від бомбардування до бомбардування. Коли починався обстріл, ховалися у найближчі під'їзди: перебікували, коли скінчиться.

У ті важкі перші дні війни мер Харкова Ігор Терехов створив міську програму евакуації підопічних соціальних, якою всім їм пропонували скористатися.

— Мобільний зв'язок зникав, ми не могли додзвонитися до підопічних, — каже Тетяна Вовк, — тому бігали до них, стукаючи у двері, — робили опитування і складали списки тих, хто готовий на евакуацію з подальшим безплатним харчуванням. Хтось з пенсіонерів бажав виїхати. Приміром, старенька з I групою інвалідності скористалася пропозицією переїхати у лікарню, а потім у хоспіс: жінка була прикута до ліжка і потребувала постійного догляду. Більшість пенсіонерів від евакуації відмовлялася. Казали: «Якщо вмрвати — то краще у рідних стінах».



Для всіх війна теж стала неабияким випробуванням. Люди боялися вибухів, хвилювалися. Соцробітниця відволікала їх від тривожних думок, націлюючи на головне — на збереження життя.

— Мої підопічні маломобільні, вони не можуть піти до укриття або до підвалу. До того ж вони хотіли залишатися у рідних домівках, — говорить соцпрацівник. — Насамперед я просила їх не стояти біля вікон, дотримуватися правила двох стін, стежити, щоб телефон завжди був заряджений, щоб були запаси води, яку ми їм заздалегідь наносили.

У надважкі часи великою підтримкою

для самотніх немічних людей стала допомога міської влади. За словами пані Тетяни, запрацювала спеціальна гаряча лінія, яка приймала від пенсіонерів та людей з інвалідністю заявки на отримання продуктивних наборів. Бідою прифронтового Харкова стало руйнування житла. Потерпають і домівки підопічних Тетяни Вовк. Але, зазначає соцпрацівниця, з перших днів війни комунальники реагують швидко: ліквідовують наслідки пошкоджень, закривають вибиті вікна ДСП, з часом міняють на металопластик.

Для стареньких кожен візит соцпрацівника — завжди подія:

— Вони дуже на нас чекають, щоб про все розповісти, поділитися тим, що турбує. Готують списки покупок, квитанції для оплати комунальних послуг. Говорять, що їм де болить, який артеріальний тиск — ми маємо контролювати стан їхнього здоров'я і, якщо треба, звертатися до сімейного лікаря. Ми й вислухаємо, й підкажемо, й допоможемо.

У ХАРКОВІ ПРИВІТАЛИ БУДІВЕЛЬНИКІВ

З ПОЧАТКОМ ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ У ХАРКІВСЬКИХ БУДІВЕЛЬНИКІВ ДОДАЛОСЯ РОБОТИ. ВОНИ НЕВПИННО ПРАЦЮЮТЬ НАД ВІДНОВЛЕННЯМ БУДИНКІВ, МОСТІВ, ШКІЛ ТА ЛІКАРЕНЬ.



Вітаючи працівників і робітників галузі з професійним святом, міський голова Ігор Терехов підкреслив непрості умови, в яких їм доводиться працювати.

— Пам'ятаю ті важкі часи. Коли почалася війна, я звернувся насамперед до будівельників, бо потрібно було унеможливити захоплення Харкова. Ми зібралися і відпрацювали все, що казали нам військові — будували навколо мегаполіса захисні споруди. Завдяки нашим військовим і завдяки вам, сьогодні Харків — це Україна, — звернувся до будівельників мер. — Дуже вдячний за вашу нелегку працю, бо добре знаю, як це, коли незважаючи на зної, дощ, сніг потрібно працювати, відбудовувати, відновлювати, будувати нове. Я розумію, як нелегко вам, особливо під час війни, але без вас Харків неможливий.

Багато спеціалістів відбудовують зруйновану інфраструктуру на деокупованих територіях.

— Працюю будівельником вже 14 років на посаді старшого дільниці — рік, — розповідає будівельник Олександр Бут. — Зараз відновлюємо після російської агресії будову Ізюмської адміністрації. Після ворожих ракетних ударів сталися жадливі пожежа, руйнування стін. Довелося все посилювати і відновлювати, щоб будинок не впав. Все робимо наново під ключ, тобто й внутрішні роботи, комунікації.

Олександр — житель Ізюма. Пережив окупацію, був свідком того, як росіяни руйнували його рідне місто.

— Не можу передати словами, що я в той час відчував, — ділиться Олександр. — Ізюм сильно зруйнований, тому місто ще довго треба відновлювати, і на це необхідно буде багато зусиль та коштів, але все відбувається.

Пані Галина присвятила роботі у компанії «Житлобуд-1» практично все життя. За сумлінну працю вона та інші робітники будівельної сфери отримали на честь професійного свята відзнаки і нагороди.

— Працюю в «Житлобуді» вже 50 років, — говорить завідувачка складських приміщень у «Житлобуді-1» Галина Хомутова. — Була й табельницею, й мотористом, а зараз — завідувачка складами.

Жінка розповідає, що продовжувала свою роботу і після початку повномасштабного вторгнення, хоча через постійні обстріли міста робота давалася складно. Відзначення багаторічної праці стало для неї значною подією.

— Я дуже рада, — ділиться Галина Хомутова. — А як же? Це нагорода, яку дають не всім.

Харків'яни вдячні будівельникам за їхню невинну та складну працю.

Втрачене свідоцтво про право власності на житло від 17.09.1997 р., реєстраційний номер 5-97-100792, видане Харківським міським центром приватизації державного житлового фонду Грязевій Ганні Іванівні та членами її родини Мироненку Петру Васильовичу, Резніковій Оксані Петрівні, Резнікову Петру Володимировичу за адресою: м. Харків, вул. Блюхера, №20, кв. 231, **вважати недійсним.**



МАЯК НАДІЇ ТА НАТХНЕННЯ

У ІВЦ «БУЗОК» ПРОХОДИТЬ ГРУПОВА ВИСТАВКА «СВІТЛО НАДІЇ» ТВОРЧОГО КЛУБУ РУКОДІЛЛЯ «НАТХНЕННЯ».

Творчий клуб «Натхнення» існує вже більше 10 років та об'єднує зовсім різних людей — за віком, професією, вподобаннями. Проте всі вони схожі в одному — це любов до творчості, інтерес до нових способів самовираження через те прекрасне, що можна зробити своїми руками.

Цю виставку майстрині присвятили рідному місту-герою Харкову.

— Багато з цих робіт народилися в цей непростий час, і тому для нас вони мають особливе значення. Хочемо хоч трохи принести радість і гарний настрій відвідувачам, поділитись теплом наших сердець, — кажуть організатори.

На особливу увагу заслуговує унікальне панно, яке складається з 48 маяків. Їх вишила кожна учасниця нашого клубу за унікальними схемами з журналів минулого сторіччя.

— У вишивальному світі маяк є символом віри, надії та здійснення мрій. Кожна з нас вклала у свій маяк одну особисту найзаповітнішу мрію та єдине бажання для всіх українців. На панно представлені навіть маяки, виповнені учасницями, які знаходяться за кордоном, таким чином ми навіть на відстані залишаємось єдиними у нашій творчості, — розповіла керівник клубу Маргарита Ніколаєва.

Виставка триватиме до 25 серпня з 10 до 18 години (у неділю до 17-00, понеділок — вихідний).



6 НАЙМОДНІШИХ КОЛЬОРІВ ОСЕНІ

НАБЛИЖАЄТЬСЯ ОСІНЬ, ТОМУ ЧАС ДІЗНАТИСЯ ПРО ТРЕНДОВІ КОЛЬОРИ, ЯКІ БУДУТЬ ПАНУВАТИ В НОВОМУ СЕЗОНІ. ЗАГАЛОМ ВОСЕНИ В МОДІ БУДЕ 6 КОЛЬОРІВ, ТОЖ РАДИМО ДОДАТИ ОКРЕМІ РЕЧІ У СВІЙ ГАРДЕРОБ.

► МАСЛЯНО-ЖОВТИЙ

Повірте, цей колір вам настільки сподобається, що ви будете носити його впродовж всієї осені, а от взимку відтінок стане чудовою альтернативою білому.

► ГАРЯЧИЙ ШОКОЛАД

Восени особливо загострюється любов до відтинку гарячого шоколаду. Коричневий є чудовим заміником чорному кольору.

► НЕБЕСНО-БЛАКИТНИЙ

У холодну пору року небесно-блакитний має дуже привабливий вигляд. Ми звикли носити цей відтінок влітку, втім спробуйте його додати в осінній гардероб, щоб освіжити звичні осінні образи.

► ТЕМНО-СИНИЙ

А от темно-синій стане гарною альтернативою чорному в офіційному прочитанні цього відтинку. Купуйте



темно-синій жакет, костюм чи штани, які вдало поєднуються з усіма аутфітами.

► ЧЕРВОНИЙ

Як бачимо, червоний не здає своїх позицій, тож буде популярним ще наступного сезону. Він сподобається всім, хто захоче створити яскравий look.

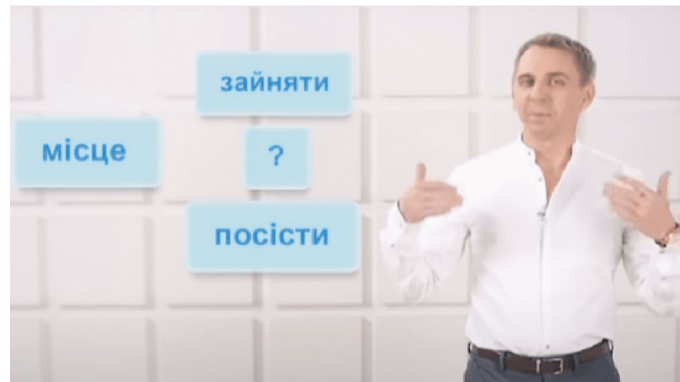
► РОЖЕВИЙ

Восени спробуйте урізноманітнити свої образи через ніжно-рожевий відтінок. Можете придбати рожеві кроєвки, сорочку чи спортивний костюм.

А ще пам'ятайте, що чорно-біле вбрання завжди в тренді, це безсмертна класика, яка ніколи не вийде з моди.

ПОСІСТИ ЧИ ЗАЙНЯТИ МІСЦЕ?

ГОВОРЯЧИ НА ТАКУ, ЗДАВАЛОСЯ Б, ПРОСТУ І АКТУАЛЬНУ ТЕМУ, ЯК СПОРТИВНІ ЗМАГАННЯ, МОЖНА ПРИПУСТИТИСЯ ЗНАЧНОЇ КІЛЬКОСТІ ПОМИЛОК, НАВІТЬ НЕ ПОМІТИВШИ ЦЬОГО.



На деякі з поширених неправильних мовних конструкцій звернув увагу лінгвіст Олександр Авраменко.

— Нещодавно наша збірна блискуче виступила на спортивних змаганнях, зайнявши (чи посівши?) третє місце у загальнокомандному заліку.. Запам'ятайте мовне кліше: місце в змаганнях посідають, а не займають, — зазначив Авраменко в ефірі Сніданок з «1+1».

Також мовний експерт зауважив, що коректним буде написання назви міжнародних спортивних змагань для людей з інвалідністю «Параолімпійські ігри», хоча поширеним є варіант «Паралімпійські», який є калькою з англійської мови.

— Хоч спортивні чиновники використовують цю кальку, я все ж таки раджу грамотно називати ігри Параолімпійськими — з буквою о, — сказав він.

ЩО ПИТИ, ЩОБ НЕ ТОВСТІТИ

У СПИСКУ Є БАГАТО ПОПУЛЯРНИХ НАПОЇВ, З ЯКИМИ ДОВЕДЕТЬСЯ РОЗПРОЩАТИСЯ, ЯКЩО ВИ ХОЧЕТЕ ВЛІЗТИ В УЛЮБЛЕНІ ДЖИНСИ.



Дієтолог Джорджія Чілтон поділилася п'ятьма напоями, яких варто уникати, щоб підтримувати форму або скинути вагу, пише Mirror. Насамперед Чілтон порадила уникати пива. За словами експертки, у пінті може бути до 300 калорій.

Далі йде Піна колада. Ці коктейлі можуть містити до 400 калорій на порцію через великий вміст жиру в інгредієнтах. Напій зроблений із жирних кокосових вершків та ананасового соку, що швидко збільшує вміст цукру.

Ще один популярний літній коктейль із високим вмістом калорій — це дайкірі. Він може містити до 300 калорій у напої. Їх часто готують із заздалегідь приготованих сумішей, які відомі високим вмістом цукру.

У списку також є чай з льодом Long Island. Він не тільки має дуже високий вміст алкоголю, а й дуже калорійний — приголомшливі 500 калорій на порцію.

Espresso Martini також не на користь організму. Незважаючи на те що в напої 200 калорій на склянку, проблема полягає в суміші кофеїну та алкоголю, яка має безліч протидіючих ефектів, оскільки алкоголь є депресантом, а кофеїн — стимулятором.

ДЕ ЗНАХОДИТЬСЯ НАЙБРУДНІШЕ МІСЦЕ В ДОМІ

НА ДУМКУ ВЧЕНИХ, КУХНЯ — ЦЕ НАЙНЕБЕЗПЕЧНІШЕ МІСЦЕ. ЯКЩО БУТИ ТОЧНІШИМ, ТО ЦЕ — КУХОННА РАКОВИНА. САМЕ ТУТ БЕЗЛІЧ ХВОРОБОТВОРНИХ БАКТЕРІЙ, І ЇХ ТУТ НАВІТЬ БІЛЬШЕ, НІЖ У ГРОМАДСЬКОМУ ТУАЛЕТІ.

Звідки беруться мільйони небезпечних мікроорганізмів? Просто згадайте, у скількох процесах задіяна раковина на кухні: у ній миють посуд, овочі та інші сирі продукти, іноді розморожують м'ясо. Частина бактерій, які на них містяться, змиваються разом із водою, але багато з них, зокрема сальмонела і кишкова паличка, осідають на раковині,

а в процесі приготування їжі можуть поширитися практично по всіх поверхнях.

Експерти радять особливо ретельно стежити за чистотою саме кухонної раковини. Крім неї, на кухні є ще кілька речей, які облюбували бактерії:

◆ губка для посуду — через свою пористу структуру може накопичувати і потім переносити бактерії;

◆ обробна дошка — мікроби накопичуються в її вм'ятинках і борозенках;

◆ дерев'яний посуд — має пористу структуру і на ньому швидше з'являються тріщинки, де, як і на дошці, збираються небезпечні мікроорганізми.

Тому дуже важливо якомога частіше міняти губки і особливо ретельно мити обробну дошку і дерев'яне начиння.



У ЯКІ ДНІ МОЖНА ЗМІНЮВАТИ ПОСТІЛЬ

ЩЕ ВІД НАШИХ ПРЕДКІВ ПЕРЕДАЛАСЯ ДУМКА, ЩО У ДЕЯКІ ДНІ ТИЖНЯ НЕ ВАРТО МІНЯТИ ПОСТІЛЬ. КАЖУТЬ, ЩО ТАК ВИ ПРИТЯГНЕТЕ У ЖИТТЯ НЕГАТИВНІ ПОДІЇ. ЗОКРЕМА, ЙДЕТЬСЯ ПРО П'ЯТНИЦЮ, НЕДІЛЮ ТА ВЕЛИКІ РЕЛІГІЙНІ СВЯТА.

Якщо міняти постільну білизну у п'ятницю, то можуть розпочатися проблеми зі сном, наприклад, будуть приходити нічні кошмари. Неділя та церковні свята є несприятливими днями, адже з'явиться чимало буденних труднощів.

Найкращий день для зміни постільної білизни — це субота.

Тоді навколо панує позитивна енергетика, яка притягує у сім'ю достаток та здоров'я. Якщо ви хочете налагодити сон, то зробіть це у понеділок. Проте зауважте, що у перший день тижня не рекомендується прати.

Оновлювати постіль можна у четвер, аби привабити удачу. У ваш будинок, крім того, прийде процвітання, а фінан-



сові проблеми зникнуть. До речі, для залучення грошей у спальні бажано розмістити квіти та ароматичні свічки.

Вдалим днем для зміни постелі також є середа. Тоді це особливо рекомендується робити людям, які хочуть повернути гармонію та спокій у родину. Середа тижня, крім того, сприятлива для відпочинку.

УКРАЇНА
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
ВИКОНАВЧИЙ КОМІТЕТ
ВІД 07.08.2024 № 367

РІШЕННЯ

ПРО ПЕРЕДАЧУ МАЙНА В ГОСПОДАРСЬКЕ ВІДАННЯ КОМУНАЛЬНОМУ СПЕЦІАЛІЗОВАНОМУ ПІДПРИЄМСТВУ «ХАРКІВМІСЬКЛІФТ»

На підставі статей 78, 136 та 137 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 та Департаменту охорони здоров'я Харківської міської ради, звернення комунального спеціалізованого підприємства «Харківміськліфт» та комунального некомерційного підприємства «Міська стоматологічна поліклініка № 5» Харківської міської ради, керуючись статтею 59 зазначеного Закону, виконавчий комітет Харківської міської ради

ВИРІШИВ:

1. Вилучити з оперативного управління комунального некомерційного підприємства «Міська стоматологічна поліклініка № 5» Харківської міської ради нежит-

лові приміщення підвалу № VI-:-XI, VIa, приміщення 1-го поверху № 4-1, 4-1a, 4-2, 4-2a, 5-1, 5-2, 6-1, 6-2, 7-1, 8-1, 8-2, 9-1, 9-2, 10-1, 11-1, 11-2, 12-2, 13-1, III, VI, VII, приміщення 2-го поверху № 9-:-13, 14-1, 14-2, 15-:-17, VI та місця загального користування № I, Ia, V, загальною площею 848,4 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «А-2» по вулиці Северина Потоцького, 8.

2. Передати в господарське відання комунальному спеціалізованому підприємству «Харківміськліфт» нежитлові приміщення підвалу № VI-:- XI, VIa, приміщення 1-го поверху № 4-1, 4-1a, 4-2, 4-2a, 5-1, 5-2, 6-1, 6-2, 7-1, 8-1, 8-2, 9-1, 9-2, 10-1, 11-1, 11-2, 12-2, 13-1, III, VI, VII, приміщення 2-го поверху № 9-:-13, 14-1, 14-2, 15-:-17, VI та місця загального користування № I, Ia, V, загальною площею 848,4 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «А-2» по вулиці Северина Потоцького, 8.

3. Управлінню комунального майна та приватизації Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради (О. КРАВЧЕНКО) 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 (Ю. СІДОРЕНКО) 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 М. ФАТЄЄВА.

Міський голова Ігор ТЕРЕХОВ

УКРАЇНА
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
ВИКОНАВЧИЙ КОМІТЕТ
ВІД 07.08.2024 № 366

РІШЕННЯ

ПРО ПЕРЕДАЧУ МАЙНА В ГОСПОДАРСЬКЕ ВІДАННЯ КОМУНАЛЬНИМ ПІДПРИЄМСТВАМ

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 спеціалізованого комунального підприємства «Харківзеленбуд» Харківської міської ради, комунального підприємства «Житлокомсервіс» та комунального підприємства електромереж зовнішнього освітлення «Міськвітло» Харківської міської ради, керуючись статтею 59 зазначеного Закону, виконавчий комітет Харківської міської ради

ВИРІШИВ:

1. Вилучити з господарського відання комунального підприємства «Житлокомсервіс» нежитлове приміщення 1-го поверху № I та нежитлові приміщення 2-го

поверху № I, 18-:-20, 22-:-32, загальною площею 235,50 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «А-2» по вулиці Польовій, 130-А.

2. Передати в господарське відання спеціалізованому комунальному підприємству «Харківзеленбуд» Харківської міської ради нежитлові приміщення 2-го поверху № 25-:-31 та 1/2 частини місць спільного користування 1-го поверху № I та 2-го поверху № I, 24, 32, загальною площею 118,40 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «А-2» по вулиці Польовій, 130-А.

3. Передати в господарське відання комунальному підприємству електромереж зовнішнього освітлення «Міськвітло» Харківської міської ради нежитлові приміщення 2-го поверху № 18-:-20, 22, 23 та 1/2 частини місць спільного користування 1-го поверху № I та 2-го поверху № I, 24, 32, загальною площею 117,10 кв. м, у не-

житловій будівлі літ. «А-2» по вулиці Польовій, 130-А.

4. Управлінню комунального майна та приватизації Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради (О. КРАВЧЕНКО) здійснити в установленому порядку передачу нерухомого майна згідно з пунктами 1-3 рішення.

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

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

Міський голова Ігор ТЕРЕХОВ

УКРАЇНА
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
ВИКОНАВЧИЙ КОМІТЕТ
ВІД 07.08.2024 № 365

РІШЕННЯ

ПРО ПЕРЕДАЧУ МАЙНА В ГОСПОДАРСЬКЕ ВІДАННЯ СПЕЦІАЛІЗОВАНОМУ КОМУНАЛЬНОМУ ПІДПРИЄМСТВУ «ХАРКІВЗЕЛЕНБУД» ХАРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ

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 спеціалізованого комунального підприємства «Харківзеленбуд» Харківської міської ради та комунального підприємства «Житлокомсервіс», керуючись статтею 59 зазначеного Закону, виконавчий комітет Харківської міської ради

ВИРІШИВ:

1. Вилучити з господарського відання комунального підприємства «Житлокомсервіс» нежитлові приміщення підвалу № 21-2-:-21-14, 26-1, 26-2, приміщення 1-го поверху № 12-3, 14-1, 14-2, 16-1-:-16-6, 17-1-:-17-3, 17-3a, 21-1-:-21-6, приміщення 2-го поверху № 19-1-:-19-6, 19-4a, 19-4b, 19-5a, 19-5b, 20-1-:-20-6, 21-1-:-21-10, 21-12-:-21-15, XI, XIa, приміщення антресолі 2-го поверху

№ 231, 23-2, XIII та місця загального користування 1-го поверху № II, IIa та 2-го поверху № I, XIV, XV, загальною площею 700,1 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «Б-2» по провулку Класичному, 10.

2. Передати в господарське відання спеціалізованому комунальному підприємству «Харківзеленбуд» Харківської міської ради нежитлові приміщення підвалу № 21-2-:-21-14, 26-1, 26-2, приміщення 1-го поверху № 12-3, 14-1, 14-2, 16-1-:-16-6, 17-1-:-17-3, 17-3a, 21-1-:-21-6, приміщення 2-го поверху № 19-1-:-19-6, 19-4a, 19-4b, 19-5a, 19-5b, 20-1-:-20-6, 21-1-:-21-10, 21-12-:-21-15, XI, XIa, приміщення антресолі 2-го поверху № 231, 23-2, XIII та місця загального користування 1-го поверху № II, IIa та 2-го поверху № I, XIV, XV, загальною площею 700,1 кв. м, у нежитловій будівлі літ. «Б-2» по провулку Класичному, 10.

3. Управлінню комунального майна та приватизації Департаменту економіки та комунального майна Харківської міської ради (О. КРАВЧЕНКО) 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 (Ю. СІДОРЕНКО) 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 М. ФАТЄЄВА.

Міський голова Ігор ТЕРЕХОВ

УКРАЇНА
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
ВИКОНАВЧИЙ КОМІТЕТ
ВІД 07.08.2024 № 356

РІШЕННЯ

ПРО ДЕМОНТАЖ СПЕЦІАЛЬНИХ КОНСТРУКЦІЙ

З метою життя заходів щодо недопущення порушення законодавства України про рекламу та благоустрій населених пунктів, унеможливлення розміщення зовнішньої реклами без отриманих у встановленому порядку дозволів, звільнення території міста Харкова від спеціальних конструкцій зовнішньої реклами, власників яких не встановлено, на підставі законів України «Про адміністративну процедуру», «Про рекламу», «Про благоустрій населених пунктів», Типових правил розміщення зовнішньої реклами, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 29.12.2003 № 2067, Правил благоустрою території міста Харкова, затверджених рішенням 11 сесії Харківської міської ради 6 скликання від 16.11.2011 № 504/11, Порядку виявлення, демонтажу, обліку, зберігання спеціальних конструкцій зовнішньої реклами, розміщених на території міста Харкова з порушенням законодавства про рекламу та благоустрій

населених пунктів, подальшого розпорядження ними, затвердженого рішенням виконавчого комітету Харківської міської ради від 22.06.2011 № 444, керуючись ст. 59 Закону України «Про місцеве самоврядування в Україні», виконавчий комітет Харківської міської ради

ВИРІШИВ:

1. Департаменту з питань забезпечення життєдіяльності міста Харківської міської ради (І. КУЗНЕЦОВ) організувати проведення демонтажу спеціальних конструкцій згідно з додатком.

2. Комунальному підприємству «Харків-Сигнал» (А. КУРЛОВ) та комунальному підприємству електромереж зовнішнього освітлення «Міськвітло» Харківської міської ради (О. КУЯН) здійснити у встановленому порядку:

2.1. Демонтаж спеціальних конструкцій згідно з додатком.

2.2. Публікацію щомісячно до 10 числа інформації про демонтовані спеціальні конструкції за минулий місяць.

3. Департаменту у справах інформації та зв'язків з громадськістю Харківської міської ради (Ю. СІДОРЕНКО) забезпечити оприлюднення рішення у встановленому порядку.

4. Рішення набуває чинності через десять робочих днів з дня його опублікування на офіційному сайті Харківської міської ради, міського голови, виконавчого комітету.

5. Рішення може бути оскаржене до адміністративного суду в порядку та строки, передбачені Кодексом адміністративного судочинства України.

6. Контроль за виконанням рішення покласти на директора Департаменту з питань забезпечення життєдіяльності міста Харківської міської ради І. КУЗНЕЦОВА.

Міський голова Ігор ТЕРЕХОВ

ДОДАТОК
ДО РІШЕННЯ ВИКОНАВЧОГО КОМІТЕТУ
ХАРКІВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ
ВІД 07.08.2024 № 356

ПЕРЕЛІК КОНСТРУКЦІЙ ЗОВНІШНЬОЇ РЕКЛАМИ, ЯКІ ПІДЛЯГАЮТЬ ДЕМОНТАЖУ

№ з/п	Найменування розповсюджувача реклами	Адреса розташування конструкції	Тип конструкції	Розмір, м	Дата припису	Номер припису	Інформаційне поле	Район
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Власник невідомий	Вул. Різдяна — вул. Полтавський Шлях, 12/6	Щит на фасаді	1.00 x 0.80 x 1			Ремонт одягу	Холодногірський
2.	Власник невідомий	Вул. Академіка Павлова, 1-А	Щит на огорожі	5.00 x 2.50 x 1			Кардан	Київський
3.	Власник невідомий	Вул. Благовіщенська, 2/15	Щит на фасаді	0.60 x 0.40 x 1			Адвокат	Холодногірський
4.	Власник невідомий	Вул. Благовіщенська, 1	Щит на фасаді	2.00 x 0.70 x 1			Магазин книги	Холодногірський
5.	Власник невідомий	Вул. Різдяна — вул. Полтавський Шлях, 12/6	Кронштейн на фасаді	1.00 x 2.00 x 2			Ремонт взуття, ключ	Холодногірський
6.	Власник невідомий	Просп. Героїв Харкова, 39	Щит на фасаді	2.00 x 0.50 x 1			Parketti	Салтівський
7.	Власник невідомий	Просп. Героїв Харкова, 39	Щит на фасаді	1.00 x 1.20 x 1			Зображення	Салтівський
8.	Власник невідомий	Вул. Академіка Павлова, 307	Щит на фасаді	2.50 x 0.60 x 1			Ремонт обuvi	Київський
9.	Власник невідомий	Вул. Академіка Павлова, 307	Щит на фасаді	1.20 x 1.80 x 1			Изготовление ключей	Київський
10.	Власник невідомий	Вул. Благовіщенська, 2/15	Щит на фасаді	0.60 x 0.40 x 1			Продажа авиа билетов	Холодногірський
11.	Власник невідомий	Пров. Короленка, 19	Щит на фасаді	4.00 x 9.00 x 1			Рекламне поле відсутнє	Київський
12.	Власник невідомий	Вул. Різдяна — вул. Полтавський Шлях, 12/6	Щит виносний	0.50 x 1.00 x 2			Ремонт взуття	Холодногірський
13.	Власник невідомий	Вул. Амосова, 25	Щит на фасаді	1.70 x 1.70 x 1			Кофе с собой	Немишлянський
14.	Власник невідомий	Просп. Героїв Харкова, 90-А	Щит на огорожі	1.40 x 1.00 x 1			Аренда	Основ'янський
15.	Власник невідомий	Просп. Героїв Харкова, 90-А	Кронштейн на опорі	1.00 x 1.20 x 2			Рекламне поле відсутнє	Основ'янський
16.	Власник невідомий	Вул. Григорія Сковороди, 40	Щит виносний	0.60 x 1.00 x 2			Kizhi	Київський
17.	Власник невідомий	Вул. Римарська, 23	Щит на фасаді	0.60 x 2.00 x 1			Рекламне поле відсутнє	Шевченківський
18.	Власник невідомий	Вул. Квітки-Основ'яненка, 3	Кронштейн на фасаді	1.00 x 0.45 x 2			Аренда	Шевченківський
19.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 14	Щит на фасаді	2.50 x 0.80 x 1			Аренда	Холодногірський

№ з/п	Найменування розповсюджувача реклами	Адреса розташування конструкції	Тип конструкції	Розмір, м	Дата припису	Номер припису	Інформаційне поле	Район
1	2	3	4	5	6	7	8	9
20.	Власник невідомий	Вул. Сумська, 48	Щит на фасаді	7.00 x 3.00 x 1			Гральн	Київський
21.	Власник невідомий	Вул. Благовіщенська, 2/15	Щит на фасаді	0.70 x 0.50 x 1			Обмен валют	Холодногірський
22.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 25	Щит на фасаді	3.00 x 0.35 x 1			Срочное фото	Холодногірський
23.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 25	Щит на фасаді	0.70 x 1.20 x 1			Фото 5	Холодногірський
24.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 25	Щит на фасаді	0.70 x 1.20 x 1			Фото 5	Холодногірський
25.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 25	Щит на фасаді	0.25 x 1.20 x 1			Срочное фото	Холодногірський
26.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 20/321-А	Щит на фасаді	0.70 x 0.50 x 1			Ключі	Київський
27.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 20/321-А	Щит на фасаді	1.80 x 0.30 x 1			Ламинирование	Київський
28.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 20/321-А	Щит на фасаді	1.20 x 0.30 x 1			Ключі	Київський
29.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 20/321-А	Щит виносний	0.60 x 1.00 x 2			Ключі	Київський
30.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 12	Щит на фасаді	1.50 x 1.40 x 1			Наши услуги	Київський
31.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 12	Щит на фасаді	1.80 x 1.60 x 1			Салон красоты	Київський
32.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 12-Г	Щит на фасаді	2.20 x 0.70 x 1			Салон Elen	Київський
33.	Власник невідомий	Вул. Нескорених, 12-Г	Щит на фасаді	1.80 x 0.50 x 1			Салон Elen	Київський
34.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 29-А	Щит на фасаді	0.70 x 2.20 x 1			Закусочная	Холодногірський
35.	Власник невідомий	Вул. Різдяна, 29-А	Щит на існуючій опорі	0.50 x 0.25 x 2			Закусочная	Холодногірський
36.	Власник невідомий	Вул. Харківських Дивізій, 14	Щит на фасаді	4.00 x 0.90 x 1			Хозяюшка	Немишлянський
37.	Власник невідомий	Вул. Харківських Дивізій, 14	Щит на фасаді	4.00 x 0.90 x 1			Хозяюшка	Немишлянський
38.	Власник невідомий	Вул. Полтавський Шлях, 42	Щит на фасаді	4.00 x 0.30 x 1			Стоматологическая клиника	Холодногірський
39.	Власник невідомий	Вул. Полтавський Шлях, 42	Щит на фасаді	0.50 x 0.70 x 1			Mamont	Холодногірський
40.	Власник невідомий	Салтівське шосе, 141	Щит на фасаді	3.00 x 0.50 x 1			Берлин	Салтівський
41.	Власник невідомий	Салтівське шосе, 141	Щит на фасаді	0.60 x 3.00 x 1			Техника из Европы	Салтівський
42.	Власник невідомий	Салтівське шосе, 141	Щит на фасаді	0.60 x 3.00 x 1			Новое сток б/у	Салтівський
43.	Власник невідомий	Вул. Полтавський Шлях, 27	Кронштейн на фасаді	0.70 x 0.50 x 2			Цветы	Новобаварський
44.	Власник невідомий	Вул. Полтавський Шлях, 27	Щит на фасаді	2.00 x 0.60 x 1			Цветы	Новобаварський
45.	Фізична особа — підприємець Федорова Вікторія Валеріївна	Вул. Полтавський Шлях, 41	Щит на фасаді	4.00 x 0.50 x 1	26.06.2024	1/73	Копейка	Новобаварський

Директор Департаменту з питань забезпечення життєдіяльності міста Харківської міської ради І. КУЗНЕЦОВ
Заступник міського голови — керуючий справами виконавчого комітету міської ради Т. ЧЕЧЕТОВА-ТЕРАШВІЛІ

ПЕРШИЙ ВІДПОЧИНОК БЕЗ БАТЬКІВ — ПРО ЩО ВАРТО ПОГОВОРИТИ З ДИТИНОЮ

НЕЩОДАВНО ЮНІ ХАРКІВ'ЯНИ, ЧІЇ БАТЬКИ ПРАЦЮЮТЬ НА КОМУНАЛЬНИХ ПІДПРИЄМСТВАХ МІСТА, ВИРУШИЛИ НА ВІДПОЧИНОК ДО ОДЕСИ. У ЛИПНІ РЕАЛІЗАЦІЮ ТАКОЇ ІНІЦІАТИВИ УЗГОДИЛИ ОЧІЛЬНИКИ МІСТ ХАРКОВА І ОДЕСИ. ГОЛОВНА МЕТА — ПОДАРУВАТИ ДІТЯМ ГАРНІ ЕМОЦІЇ ТА ВІДВОЛІКТИ ВІД РЕАЛІЇ ВІЙНИ. ПОГОВОРИМО ПРО ТЕ, ЯК ПРАВИЛЬНО ПІДГОТУВАТИ ДИТИНУ ДО ТАБОРУ, ПРО ЩО РОЗПОВІСТИ ТА ЧОМУ НАВЧИТИ ПЕРЕД ПОЇЗДКОЮ.

З а словами дитячої психологині Карини Іщенко, тут важливо не акцентувати увагу на негативі, а більше говорити про хороший та позитивний досвід.

Пані Карина пояснює, що не варто орієнтуватися лише на вік дитини. Краще звернути увагу на її готовність до соціалізації без допомоги батьків.

— Є діти, які уже у віці шести років готові їхати у літній табір, а комусь й у десять — ще зарано. Тому якщо батьки планують відправити сина чи доньку в дитячий табір, треба звернути увагу на кілька критеріїв:

— Чи була дитина тривалий час далеко від батьків і як минув цей досвід?

— Який у дитини рівень тривожності?

— Чи важко дитина переживає зміни навколо себе?

Якщо дитина товариська, може подбати про себе, доглянути себе та власний простір — застелити ліжко, почистити зуби, сходити в душ, — тоді її можна спокійно відпускати на відпочинок у табір.

А ось якщо дитина сором'язлива, не надто охоче заводиться розмови з іншими дітьми — краще почекати. Можливо, ліпше буде віддати у дитячий табір уже після восьми років, — зауважує психологиня.

► УПЕРШЕ В ТАБІР

Насамперед до поїздки та відпочинку в літньому таборі варто підготуватися морально. Відповідна розмова лягає на плечі батьків чи опікунів.

— Найкраще таку розмову почати за місяць або три тижні до поїздки. Це потрібно для того, щоб дитина налаштувалася на самостійний відпочинок, — пояснює Карина Іщенко.

Для початку пояснить, що малеча робитиме в таборі: гратиметься з іншими дітьми, зможе знайти нових друзів та весело проводити з ними час, отримає можливість проявити себе та власні таланти під час конкурсів чи змагань.

Також розкажіть про переваги таких поїздок: робота в команді, самостійність, напрацювання навичок комунікації.

Психологиня радить батькам докладно вивчити інформацію про табір, у який планують відправляти дітей на відпочинок.

— Тут важливо звернути увагу на список речей, що рекомендують давати із собою, скільки дітей буде спати в кімнаті. А під час війни

окрема вимога — наявність укриттів, аби дитина відчувала себе в безпеці.

Найкраще не лише говорити перед поїздкою, а й разом зібрати валізу. Покладіть із собою улюблені речі. Так твої син чи донька відчуватимуть позитивний настрій перед подорожжю.

— Краще, аби дитина мала змогу самостійно обрати речі, які хоче брати в табір, — наголошує Карина Іщенко.

Також варто обговорити правила, з якими малеча повинна буде жити протягом часу перебування у таборі. Наприклад, лягати спати та прокидатися о тій годині, яка встановлена графіком; не пропускати приймання їжі; не відходити від своєї групи, а по допомогу звертатися до вожатих.

Для додаткової мотивації можна розповісти й про власний досвід таких поїздок, якщо вони були, радить Карина Іщенко. Головне — не акцентувати на поганому, а лише ознайомити з можливими ситуаціями.

► РОЗЛУКА З БАТЬКАМИ

Звісно, розлука з батьками для дитини є стресом. Саме тому важливо стежити за її поведінкою та оцінити, наскільки вона готова до тимчасового перебування без мами й тата.



Якщо дитина готова, то варто обговорити, скільки разів на день вона може телефонувати батькам та родичам.

— Якщо у таборі є обмеження з використання телефонів, батьки мають також проговорити це з дитиною. Можливо, варто залучити психолога, аби краще зрозуміти, як налагодити відмову від гаджета.

Як варіант, можна дати в дорогу такий телефон, який не привертатиме уваги і який не так шкода загубити, — наголошує дитяча психологиня.

Щоб перебування у таборі було комфортним, також можна виходити на відеозв'язок у вільний від занять та атракцій час.

► ЧОМУ ВИНИКАЮТЬ СВАРКИ МІЖ ДІТЬМИ І ЯК ЗАХИСТИТИ СЕБЕ

У дитячому колективі часто виникають непорозуміння. Залежно від віку та темпераменту, такі ситуації нерідко перетворюються у сварки.

Під час перебування у таборі відповідальність за все, що там відбувається, лягає на вожатих та тих, хто керує закладом. Однак дитина також має вміння керувати ситуацією, захищати себе та поводитися нормально у новому колективі.

Карина Іщенко зазначає: батьки мають пояснити своїй дитині, куди та до кого прийти, якщо її ображають або якщо її щось турбує.

Треба розтлумачити, що наступні два — три тижні саме вожаті будуть захищати дитину, опікати та оберігати її.

А загалом, перший самостійний відпочинок у таборі — важливий крок для соціалізації дитини.



Гороскоп на 13 серпня

Овен (21 березня — 20 квітня)
З Овнами трапляється подія, до якої вони повністю були готові. Ви могли уявляти такий сценарій і всі можливі наслідки. Тому нічого катастрофічного не станеться. Але звісно, подія буде не надто приємною. Тому наберіться терпіння, щоб гідно подолати ці труднощі.

Телець (21 квітня — 21 травня)
Сьогодні ви можете посваритися з близькими людьми. Причина — різні погляди на ваше майбутнє, діяльність чи інший доленосний вибір. Тут варто проявити терпимість до чужих думок і не починати скандали. Дозвольте іншим людям мати свою думку.

Близнюки (22 травня — 21 червня)
Близнюки будуть переповнені цікавими ідеями та натхненням. Вдалий період для того, щоб пробувати нову справу або хобі. Спершу може не вдаватися, але головне — не здаватися. Будьте наполегливими й послідовними у тому, що вам потрібно.

Рак (22 червня — 22 липня)
Схоже, Раків чекають проблеми у фінансовому плані. Ймовірно, це станеться через вашу провину, тому певну суму можете втратити. Засмучуватися не варто, бо іноді так у житті буває. Просто робіть висновки та йдіть далі.

Лев (23 липня — 22 серпня)
Будьте уважними до інформації, яку отримуєте зовні. Деякі люди захочуть вас обманути з певною корисливою метою. Ви можете навіть цього не підозрювати. Вмикайте критичне мислення та аналізуйте почуте. Це буде дуже корисно і врятує від неприємностей.

Діва (23 серпня — 23 вересня)
Вам може суттєво пощастити у фінансах. З'явиться перспективний проект або можливість перейти на кращу роботу. Не бійтеся брати на себе відповідальність за своє життя. Бо є змога вийти на новий рівень та жити краще.

Терези (24 вересня — 23 жовтня)
Особисте життя потребує великої кількості часу та уваги. Пам'ятайте про це. Варто зробити певний презент коханій людині — щось матеріальне чи поїздку в цікаве місце. Час, проведений удвох, допоможе зблизитись та отримати позитивні емоції.

Скорпіон (24 жовтня — 22 листопада)
Астрологи радять проводити більше часу на свіжому повітрі. Особливо, якщо ваша робота передбачає дистанційний формат роботи. Коли ми перебуваємо поза межами дому, прогулюючись, у нас покращується настрій та ясніше відбувається мислення.

Стрілець (23 листопада — 21 грудня)
Вас супроводжуватиме рішучість та енергійність. Зникнуть усі сумніви у тому, чому приділятимуть більше уваги і як планувати майбутнє. Головне — не втрачайте оптимізму та продовжуйте рух, попри можливі невдачі. Успіх не змусить себе чекати.

Козоріг (22 грудня — 20 січня)
Час, важливий для реалізації задумів у кар'єрі. Можливо, варто шукати нову роботу, вдосконалювати свої навички, брати участь у нетворкінгу. Все це працюватиме на вас, тому не економте ні часу, ні грошей.

Водолій (21 січня — 18 лютого)
Бажано зосередитися на аналізі власного життя. Подумайте, що вам би хотілося мати у різних сферах. Може, деякі цілі тепер не є актуальними для вас. Хороший період для планування, зміни пріоритетів і цінностей, оточення.

Риби (19 лютого — 20 березня)
Сьогодні треба бути пильними до нюансів. Можете припуститися помилок, які довго доведеться виправляти. А це зовсім не те, чого б вам хотілося. Не відволікайтеся на дрібниці, які не мають значення. Утримуйте фокус уваги на роботі.



ЯКІ СПЕЦІЇ НЕ МОЖНА ПОЄДНУВАТИ В КУЛІНАРІЇ

СПЕЦІЇ ТА РІЗНОМАНІТНІ ПРИПРАВИ — ЦЕ ЧУДОВА МОЖЛИВІСТЬ ПОКРАЩИТИ СМАК ТА АРОМАТ ЇЖИ, А ТАКОЖ ЗМІНИТИ ЯКІСТЬ ПРИГОТОВАНОЇ СТРАВИ. ПОГОДЬТЕСЯ, АРОМАТ ТА СМАК Є ДУЖЕ ВАЖЛИВИМИ, АЛЕ ТАКОЖ ВАЖЛИВО НЕ ПЕРЕБОРЩИТИ ЗІ СПЕЦІЯМИ, БО МОЖНА ЗІПСУВАТИ НАВІТЬ ТАКУ ПРОСТУ СТРАВУ, ЯК КУРКА.

Дуже часто в Інтернеті жартують про біло-білу курячу грудку, яка на смак як підошва, а на вигляд рідко схожа на щось їстівне. Але у погоні за багатством смаків горе-кухар може переборщити зі спеціями та... прийти до точно такої ж «смакоти» — неїстівне на смак і неапетитне на вигляд. І це лише в найкращому випадку. Навіть найякісніші спеції, ароматні та дорогі, потрібно використовувати з розумом, інакше вони можуть увійти в конфлікт одна з одною та все зіпсувати.

Далі про те, які спеції не варто поєднувати у стравах та як треба комбінувати приправи.

▶ КЛАСИЧНІ КУЛІНАРНІ ПОЄДНАННЯ СПЕЦІЙ

У світі кулінарного мистецтва певні комбінації прянощів стали вічною класикою. Ці гармонійні поєднання смаків плекалися в різних культурах, надаючи стравам глибину та складність.

Які спеції поєднуються найкраще:

— Кмин і коріандр. Цей динамічний дует є основним продуктом індійської кухні. Землистість кмину непомітно поєднується з цитрусовими нотами коріандру, створюючи основу смаку для каррі та рисових страв.

— Базилік і помідор. Поєднання, створене в кулінарному раю, солодко-перцевий відтінок базиліка чудово доповнює кислинку стиглих помідорів. Це поєднання є серцем і душею салатів капрезе та страв з пасти.

— Кориця та мускатний горіх. Ці теплі та ароматні спеції часто зустрічаються разом у десертах та випічці. Солодкість кориці врівноважена ледь помітною горіховою ноткою мускатного горіха, створюючи симфонію затишних смаків.

— Куркума та чорний перець. В індійській кухні ці спеції часто поєднують. Гострота чорного перцю підвищує біодоступність куркуміну в куркумі, посилюючи як смак, так і користь для здоров'я.

Успіх цих комбінацій полягає в їхній здатності створювати шари смаку. Кожна спеція надає унікальні виміри, які покращують загальний смаковий профіль страви.

▶ ЯКІ СПЕЦІЇ КРАЩЕ НЕ ПОЄДНУВАТИ

Хоча світ спецій багатий і різноманітний, є кілька застережливих історій про поєднання, які можуть призвести до не дуже смачних страв. Подібно до того, як певні кольори збігаються у витворі мистецтва, деякі спеції, стикаючися, створюють суперечливі смаки.

Ці приправи краще не поєднувати:

— М'ята та орегано: прохолодна та відсвіжана есенція м'яти може перевершити тонкість орегано. Поєднання цих двох може призвести до заплутаної суміші суперечливих смаків.

— Гвоздика та духмяний перець: обидві ці спеції мають інтенсивний, сильний смак. У поєднанні вони створюють сильний смак, який маскує нюанси страви.

— Базилік і гвоздика: солодкі трав'яні ноти базиліка можуть суперечити інтенсивній гіркоті гвоздики. У парі вони можуть порушити гармонію страви.

— Кардамон і фенхель: складність кардамону може бути затьмарена сильною анісовою гіркотою фенхелю. Таке поєднання може перевищити смакові відчуття.

Експериментуючи зі спеціями, пам'ятайте, що менше часто може бути краще. Мета спецій — створити симфонію смаків, яка радує почуття, а не переповнювати їх.

