



ХАРКІВ ДОПОМАГАЄ ЖИТЕЛЯМ МІСТА ВПОРАТИСЯ З ЙМОВІРНИМИ ТРУДНОЦЬМИ МАЙБУТНЬОЇ ЗИМИ. ЗА НИНІШНІХ УМОВ ВАЖЛИВО ДАТИ ЗМОГУ ВСІМ БАГАТОКВАРТИРНИМ БУДИНКАМ ПІДГОТУВАТИСЯ ДО ОПАЛЮВАЛЬНОГО СЕЗОНУ, ЗАБЕЗПЕЧИВШИ СЕБЕ РЕЗЕРВНИМИ ДЖЕРЕЛАМИ ЖИВЛЕННЯ У РАЗІ ТРИВАЛИХ ВІДКЛЮЧЕНЬ ЕЛЕКТРОПОСТАЧАННЯ.

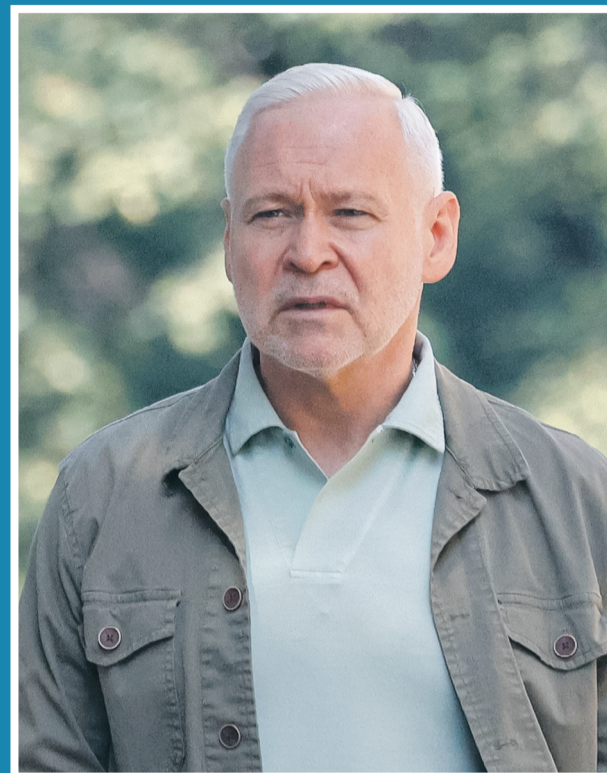
Днями Харківська міська рада затвердила Порядок часткового відшкодування вартості незалежних джерел електроенергії, які придбані ОСББ, ЖБК, ЖК. Мета цього рішення — напередодні опалювального сезону забезпечити безперебійне постачання електроенергії в умовах воєнного стану, повідомив міський голова Ігор Терехов.

— Ця програма розроблена таким чином, що 30% вартості генератора платить ЖК, ОСББ, а 70% компенсує місто

за кошти міського бюджету. Вона діятиме до 2027 року.

Крім того, можливість отримати компенсацію мають підприємці, які за договором із співвласниками забезпечують належне утримання та ремонт спільного майна багатоквартирного будинку і прибудинкових територій.

Також до початку зими у місті планується встановити більше 140 нових об'єктів вироблення енергії. Це включає генераційні та когенераційні установки, а також



блочно-модульні котельні, що забезпечать місто теплом та електроенергією.

(Продовження на стор. 3)

ХАРКІВ ДОПОМОЖЕ ОСББ, ЖБК, ЖК ПРИДБАТИ ГЕНЕРАТОРИ



ЗМІЦНЕННЯ ОБОРОНОЗДАТНОСТІ ТА РЕАЛІЗАЦІЯ ФОРМУЛИ МИРУ

ПРЕЗИДЕНТ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ ПРОВІВ ЗУСТРІЧ ІЗ ДЕЛЕГАЦІЄЮ КОНГРЕСУ СПОЛУЧЕНИХ ШТАТІВ АМЕРИКИ У СКЛАДІ СЕНАТОРІВ ЛІНДСІ ГРЕМА ТА РІЧАРДА БЛЮМЕНТАЛЯ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ З ВІЗИТОМ В УКРАЇНІ.

Глава держави відзначив, що вчергове візит двопартійної делегації Конгресу свідчить про незмінну підтримку України з боку Сполучених Штатів.

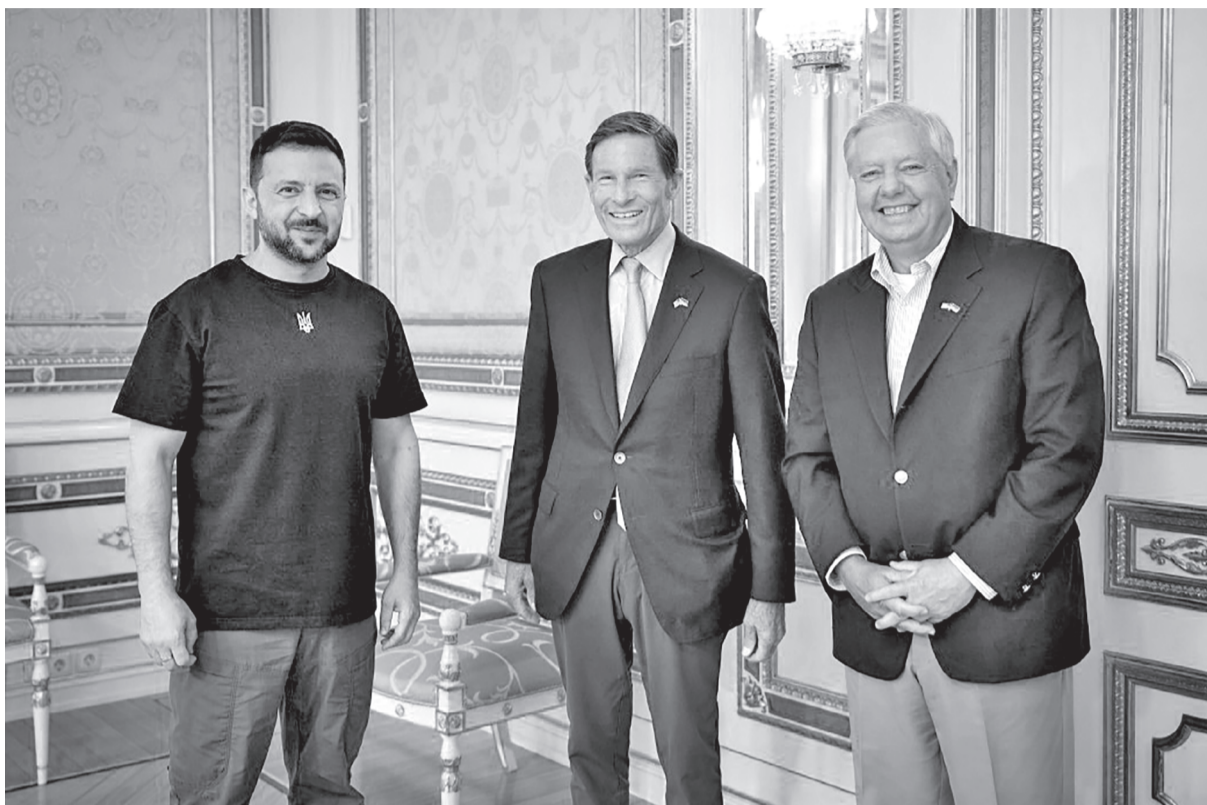
— Ми дякуємо за допомогу всьому американському народу, Президенту Байдену, обом палатам Конгресу та обом партіям. Ми вдячні, що вже не вперше за час війни ви надаєте нам важливий сигнал — підтримуєте Україну та українців, — сказав Володимир Зеленський.

Президент розповів про ситуацію на полі бою, першочергові потреби Сил оборони України та кроки в реалізації Формули миру.

Володимир Зеленський наголосив на важливості отримання військово-технічної допомоги від партнерів, зокрема систем ППО та ракет до них.

Під час зустрічі також обговорили подальшу підтримку у зміцненні обороноздатності нашої держави, посиленні економічної стійкості та відновленні справедливого миру для України.

Окрему увагу приділили євроатлантичній інтеграції нашої держави.



ЩОБ НЕ ПОСТРАЖДАЛИ ВІД БЛЕКАУТІВ

УКРАЇНСЬКИЙ БІЗНЕС МОЖЕ ПРИДБАТИ ТА ВСТАНОВИТИ ЕЛЕКТРОГЕНЕРАЦІЙНІ УСТАНОВКИ, ЩО ПРАЦЮЮТЬ НА ГАЗУ. ВІДПОВІДНИЙ ПРОЄКТ З КІНЦЯ ЛИПНЯ ПРАЦЮЄ У МЕЖАХ ДЕРЖАВНОЇ ПРОГРАМИ «ДОСТУПНІ КРЕДИТИ 5-7-9%».



ширити можливості для розвитку підприємства у незламному місті.

До прикладу, рішенням сесії Харківської міськради були скасовані всі місцеві податки та збори, а у квітні цього року Kharkiv Business Hub, за підтримки міського голови Ігоря Терехова та міжнародних партнерів, анонсував початок роботи програми Quick Help. У межах

проєкту підприємці отримали ваучери на придбання генераторів та старлінків.

— Ми розуміємо, що у підприємців зараз нелегкі часи: ворог постійно і цілеспрямовано руйнує бізнес-інфраструктуру, є проблеми з електропостачанням. За дорученням Харківського міського голови місто активно працює над тим, щоб допомагати підприємцям. Можливістю для розвитку стала програма Quick Help, що дозволяє отримати на конкурсній основі генератор чи старлінк. На цей час їх отримали понад 150 підприємців з різноманітних сфер бізнесу. Це тільки початок, будуть з'являтися нові програми. До кінця літа хочемо запустити програму з відновлення бізнесу: щоб підприємці, які постраждали від російської агресії, могли отримати грант на відновлення свого діла. З іншого боку, розширюємо програми, що вже існують. Наприклад, через Quick Help будемо надавати ще й бронеплівку для вікон. Також до кінця року плануємо реалізувати програму «Купуй харківське!». Ми хочемо, щоб інші міста побачили класних підприємців, які є у Харкові, і почали у них купувати товари чи послуги. Проєкт буде містити цільний комплекс різноманітних способів допомоги бізнесу: від участі у ярмарках до реклами на бордах, щоб доступитися до цільової та платоспроможної аудиторії, — розповів директор КУ «Офіс реформ Харкова» Дмитро Давидянці.

Отримані кредитні кошти підприємці зможуть витратити на фінансування будівництва та улаштування газотурбінних, газопоршневих та біогазових генераторних установок. Максимальна сума пільгового кредиту на відповідні цілі становить до 150 млн гривень, а строк кредитування може бути до 10 років під 5–9% з кредитними канікулами 6–12 місяців.

— Закликаємо бізнес долучатися до цієї програми. Ми зараз багато спілкуємося з підприємцями з прифронтових територій, і передусім для них запровадили в межах програми «5-7-9» більш пільгові умови для того, щоб бізнес мав більше можливостей отримати кредит. У перший та другий роки треба виплатити 1% річних. А з третього року — вже 5%. Такі пільги створені якраз для того, щоб підприємства змогли скористатися цією можливістю, — пояснила перша віцепрем'єрка, міністерка економіки Юлія Свириденко.

За інформацією урядовців, розширена програма «Доступні кредити 5-7-9%» передбачає можливість для підприємців використати кредитні кошти на придбання сонячних та вітрових електростанцій, а також обладнання для накопичення електричної енергії.

Водночас у співпраці із державною владою Харків, як прифронтове місто, довгий час працює над тим, щоб роз-

ГОТУЄМО ДРУГИЙ САМІТ МИРУ

Що стосується другого Самміту миру: Президент України наполягає, що він може відбутися тільки тоді, коли буде готовий спільний план, зауважив очільник Офісу Президента України Андрій Єрмак.



— «Формула миру» Зеленського з десяти пунктів була анонсована у 2022 році. Але тоді це були просто назви пунктів. Після зустрічі на рівні радників з нацбезпеки у Джемді було узгоджено рішення створити тут, у Києві, десять робочих груп, які вже напрацювали реалізацію кожного з цих пунктів.

Серед 10 пунктів «Формули миру» є ті, щодо яких у світі є спільна позиція — з них ми почали на першому саміті. І є більш важкі — такі як відповідальність, виведення російських військ, відновлення територіальної цілісності тощо.

Зараз є завдання президента працювати над організацією тематичних конференцій, які б зафіксували ці напрацювання робочих груп на високому рівні, щоб у підсумку скласти цей спільний план.

Ми не хочемо, щоб ця робота тривала місяцями. Але не треба ставитися до другого саміту як до чемпіонату світу. Мовляв, зустрічі на рівні радників — це відбірковий етап, перший саміт — півфінал, другий саміт — фінал, і на ньому все закінчиться. Звісно, дуже б цього хотілося, але ми реалісти.

Я сподіваюся, що робота з країнами, які наразі не приєдналися до комюніке, приведе до того, що вони підтримають наш план, бо він відповідає тому, що ці країни озвучують публічно. І їхня підтримка важлива для тиску на рф.

Дійсно, можлива участь у другому Саміті миру представника росії, якому може бути переданий оцей план. Але це не означає початку перемовин з росією. Ні, не про це йдеться!

Ми хочемо, щоб навіть ось така зустріч, на якій можна передати цей план, відбувалася не у форматі Україна-росія, а за присутності всіх країн, які підтримали наш план.

ХАРКІВ ДОПОМОЖЕ ОСББ, ЖБК, ЖК ПРИДБАТИ ГЕНЕРАТОРИ

(Продовження. Початок на стор. 1)

Генератори знадобляться насамперед у будинках з автономними котельнями, які не підключені до централізованого опалення. На сьогодні у Харкові 147 таких будинків, зазначив заступник начальника відділу з контролю за діяльністю об'єднань співвласників багатоквартирних будинків житлово-будівельних і житлових кооперативів та з питань енергоефективності Управління житлового господарства Департаменту житлово-комунального господарства ХМР Олександр Беляцький.

У Департаменті докладно роз'яснили, як забезпечити будинок генератором, отримати за нього компенсацію та який пристрій треба придбати.

— Варто знати, що ціна генератора не має перевищувати середню вартість аналогічних пристроїв, що склалися в регіоні на час їхнього придбання. Одна з умов купівлі — оплата через банківську установу. Важливі й базові характеристики пристроїв.

Передбачається компенсація на відшкодування вартості бензинових, дизельних, газових та інших генераторів з потужністю не менш 3 кВт. Саме такі генератори проходять по нашій програмі, — зауважує Олександр Беляцький. — 30% вартості придбаних у поточному або наступних роках генераторів співвласники сплачують самі, а 70% компенсує Харківська міська рада, але не більше 100 тисяч грн для одного будинку. Бо є великі об'єднання, які потребують генераторів великої потужності. Ми моніторили вартість незалежних джерел електроенергії і з'ясували, що для невеликого будинку генератор середньої потужності коштує приблизно 70–80 тисяч грн.

До речі, після старту перша заявка з пакетом документів від ОСББ вже надійшла до Департаменту ЖКГ для опрацювання та подальшого відшкодування коштів.

► ЦО ПОТРІБНО ДЛЯ ВІДШКОДУВАННЯ КОШТІВ

Першим кроком має стати купівля генератора, урахувавши всі вимоги муніципальної програми.

Щоб отримати часткову компенсацію, ОСББ, ЖБК, ЖК та управителям необхідно надати до ЦНАПу Харкова заяву за спеціальною формою, а також пакет завірених ними документів. В нього входять:

- ◆ копія витягу з Єдиного державного реєстру юридичних осіб, фізичних осіб — підприємців та громадських формувань, що підтверджує реєстрацію юридичної особи, яка забезпечує утримання будинку;

- ◆ документ, який підтверджує повноваження юридичної особи на управління спільним майном (копія договору та витяг з протоколу);

- ◆ копії платіжних документів (первинні документи, які підтверджують факт отримання незалежного джерела електроенергії та здійснення оплати за наданий товар);

- ◆ копія документа із зазначенням технічних характеристик, серійного номера незалежного джерела електричної енергії (або іншого заводського маркування) та гарантійного талона;

- ◆ перелік потреб, на які буде використовуватися незалежне джерело електричної енергії.

Після перевірки та реєстрації документів спеціалісти ЦНАПу передають їх до Департаменту житлово-комунального господарства ХМР для подальшого опрацюван-



ня. Відшкодування здійснюється перерахуванням коштів на банківські рахунки заявників.

— Намагатимемося зробити максимально швидко те, що від нас залежить, щоб до опалювального сезону всі охочі встигли отримати генератори, — зазначає Олександр Беляцький.

ВАЖЛИВО!

— Якщо пакет документів буде неповним або вказані дані щодо вартості придбаних генераторів недостовірні, ОСББ, ЖБК, ЖК та управителі не мають права на отримання відшкодування.

— Генератори, за які отримано часткову компенсацію, не можна відчужувати протягом документально встановленого строку їхньої експлуатації. У разі порушення отримувачі компенсації зобов'язані повернути кошти до бюджету Харківської міської територіальної громади.

ЕНЕРГІЯ Й ІМПУЛЬС НАШОГО МІСТА

МОЛОДЬ ХАРКОВА — СЕРЦЕ МІСТА, ЯКЕ Б'ЄТЬСЯ В УНІСОН З РИТМОМ ЗМІН. ЕНЕРГІЯ МОЛОДІ, ЇЇ БАЖАННЯ ТВОРИТИ НОВЕ РОБЛЯТЬ НАШ МЕГАПОЛІС ОСОБЛИВИМ, ЗАЗНАЧИВ ХАРКІВСЬКИЙ МІСЬКИЙ ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ, ВІТАЮЧИ МОЛОДИХ МІСТЯН ЗІ СВЯТОМ.

Активна громадянська позиція, волонтерська діяльність та підтримка ЗСУ, любов до свого рідного міста вражають і надихають всіх харків'ян, наголосив мер:

— Ми завжди пишалися нашою молоддю. Сьогодні, коли Харків переживає дуже складні часи, молодь захищає Україну і захищає наше славне місто-герой. Хочу найперше подякувати вам, молодим людям, які зараз живуть і перебувають у Харкові. Під час війни ви робите все можливе, а іноді навіть і неможливе для того, щоб Харків жив і Харків працював. Хочу подякувати кожному з вас, бо ви того варті. Ви — енергія і ім-



пульс нашого міста! Я дуже хочу, щоб у нас з вами було славне щасливе майбутнє. Разом переможемо і будемо відбудувати рідне місто.

Міський голова висловив впевненість, що Харків, як і до війни, буде студентським, науковим, інтелектуальним містом, де кожна молода людина зможе розвиватися і щасливо жити. За активну громадянську позицію і вагомий

внесок у формування молодіжної політики Харкова, Подяки і Почесні Грамоти отримали молоді люди, які своєю працею у різних напрямках і сферах наближають Перемогу України.

На жаль, не перший рік своє свято молодь відзначає в умовах війни. Та попри всі виклики, хлопці і дівчата щодня доводять, що вони — незламна сила, здатна вже сьогодні впевнено будувати своє майбутнє, майбутнє свого рідного міста і держави загалом.

Максим Сергієнко, студент:

— Ми, молодь Харківщини, залишаємося тут, попри високу небезпеку. Продовжуємо розвиватися та долучатися до молодіжної політики міста. На мою думку, роль молоді в теперішні часи у волонтерстві, причетності до різних громадських ініціатив. Молодь — потужний механізм, потужна зброя нашої держави, яка розвиває наш економічний потенціал.

Євгеній Дворник, студент:

— Молодь — і є Україна, вона буде створювати майбутнє нашої держави. Ми хочемо захищати наші права, історію нашої держави, щоб довести, що Україна — незалежна, суверенна держава. І ми доведемо, ми переможемо!

Євгеній Капран, студент:

— Убачаю своєю основною місією збереження статків нашої держави, щоб в подальшому їх можна було збільшити. Ми — це фундамент нашої країни, яку маємо відродити, зробити ще сильнішою. Ми маємо бути першими в Європі, в світі! Усе надбаємо, проженемо ворога, і все у нас буде добре!





УКРАЇНСЬКА ПІСНЯ — ТО ЖИВИЙ СКАРБ

12 СЕРПНЯ УКРАЇНА ВІДЗНАЧИЛА ДЕНЬ УКРАЇНСЬКОЇ ПІСНІ. СВЯТО ЦЕ НЕОФІЦІЙНЕ, ІНІЦІЙОВАНЕ ЖУРНАЛІСТАМИ ТА ПІДТРИМАНЕ ВІЙСЬКОВИМИ, ВОЛОНТЕРАМИ ТА ГРОМАДСЬКИМИ АКТИВІСТАМИ.

До цієї дати для користувачів Центральної бібліотеки ім. Г. Ф. Квітки-Основ'яненка Холодногірського району лунали українські пісні у виконанні викладачки музики й сольного співу школи сучасних театральних напрямів Лариси Дрозд та співачки Валентини Шевченко.

Учасники творчої зустрічі зауважили, що українська пісня — то живий скарб, що йде від покоління до покоління, несучи радість чи смуток, чаруючи людську душу, даючи їй силу й натхнення.

Видання «Інфосіті», зі свого боку, нагадає вам про українські народні пісні, знайомі кожному.

Уявіть собі, за даними етнографів, в Україні налічили 200 тисяч народних пісень. І це лише офіційно! А скільки ще творчості наших предків не дійшло до наших днів?

Аби народні пісні жили, їх необхідно передавати із покоління в покоління. Пропонуємо вашій увазі 15 неймовірних композицій на різний смак, які розкривають всі грані української душі.

▶ РОЗПРЯГАЙТЕ, ХЛОПЦІ, КОНЕЙ

Українська народна пісня, відома в записах фольклористів з XIX ст. Вона була маршем загонів Нестора Махна.

Іван Негребецький, якого вважали автором пісні, отримав за неї 25 років заслання в Магадані.

▶ ОЙ НЕ ХОДИ, ГРИЦЮ

Українська народна пісня середини XVII століття. Авторство приписують Марусі Чурай. Композицію перекладали багатьма мовами й використовували в різних творах світової музики. Наприклад, за мотивами «Ой не ходи, Грицю» записаний американський хіт Yes, My Darling Daughter.

▶ ТИ Ж МЕНЕ ПІДМАНУЛА

Вважається, що перша згадка пісні датується 1897 роком. Тоді вона була «триндичкою», тобто жартівливою молодіжною піснею. Зараз же «Ти ж мене підманула» — одна з найпопулярніших у світі українських пісень, яку не втомлюються переспівувати.

▶ ОЙ У ВИШНЕВОМУ САДУ

Досі невідомо, хто був автором цієї пісні, але точно не знайдеться жодної людини, яка б її не чула. Деякі історики вважають, що композиція була створена в радянські часи, проте напевно цього ніхто не знає.

▶ ЇХАВ КОЗАК ЗА ДУНАЙ

Авторство романсу приписують козаку Харківського полку та поету Семену Климовському. Найбільшої популярності пісня набула десь в середині XVIII ст. Згодом, як і багато іншого, її намагалися привласнити росіяни, створивши безліч різних варіацій.

▶ НЕСЕ ГАЛЯ ВОДУ

Ще одна українська народна пісня, відома всім з дитинства. Напевно, артистів, які б не намагалися переспівати цю композицію, можна перелічити по пальцях.

▶ ОЙ ЛЕТІЛИ БІЛІ ГУСИ

Чуттєва пісня полюбилася слухачам далеко за межами України завдяки Соломії Крушельницькій. Славна оперна співачка часто завершувала концерти виконанням українських народних композицій, серед яких неодноразово була ця.

▶ ЧОРНІ БРОВИ, КАРІЇ ОЧІ

Ще один народний хіт, імовірно, залишив нам поет середини XIX ст. Костянтин Думитрашко. Не так вже й давно історики вийшли на автора пісні, який створив її в умовах тотальної заборони української мови, а українці добре постаралися зберегти надзвичайну композицію.

рив її в умовах тотальної заборони української мови, а українці добре постаралися зберегти надзвичайну композицію.

▶ ПЛИНЕ КАЧА ПО ТИСИНІ

Відомості про цю тужливу пісню датуються десь кінцем 1930-х років. Вважається, що її створили повстанці Карпатської України. Нове життя «Кача» отримала під час Революції Гідності.

▶ ОЙ НА ГОРІ ТА Й ЖЕНЦІ ЖНУТЬ

Появою так званого «Запорозького маршу» вважають період у другій половині XVII ст. Пісня могла бути пов'язана з Дорошенком або Конашевичем-Сагайдачним.

▶ ОЙ НА ГОРІ ДВА ДУБКИ

Жартівлива народна пісня «Ой на горі два дубки» чудово демонструє одну із головних легальних зброй українського народу — гумор. Автор хіта невідомий.

▶ ОЙ МАРІЧКО, ЧИЧЕРІ

Запальна пісня про Марічку та Іванка, слухати яку не пританцьовуючи просто неможливо. Діалоги між парю такі кумедні, що українці навіть створили нецензурну версію пісні, то це вже інша історія.

▶ ОЙ СЛУЖИВ Я В ПАНА

Це ще одна пісня, яку вважають взірцем українського гумору. Водночас дехто вбачає в тексті ноти сексизму, ймовірно не враховуючи історичний контекст. Композиція має широку популярність і поза Україною, багато хто намагався її переспівати.

▶ ОЙ ЧОРНА Я СИ, ЧОРНА

Не Галя єдина, хто ходить по воду в українській творчості. «Ой чорна я си, чорна» — пісня про кохання Іванка та Марусі, яка також змушує зірватися в танок на перших секундах прослуховування.

▶ ГОРІЛА СОСНА, ПАЛАЛА

Пісня заснована на весільному обряді наших предків. За стародавньою традицією, гілки сосни втикали в коровай, прикрашали різним цвітом, стрічками й запалювали свічки, приєднані до гілок. Тож і виникло поняття про сосну, яка горіла.

Також символічний у пісні образ нареченої, яка ховає коси під білий вельон.



«КРИПТОВАЛЮТНИКИ» ОПИНИЛИСЯ ЗА ҐРАТАМИ

У ХАРКОВІ ЛІКВІДУВАЛИ ШАХРАЙСЬКИЙ КОЛ-ЦЕНТР, ЯКИЙ ОШУКАВ ГРОМАДЯН ЛАТВІЇ МАЙЖЕ НА 11 МЛН ГРН.



Організував шахрайську схему 27-річний харків'янин, який залучив до участі ще сімох посібників й виконавців.

Фігуранти телефонували латвійцям і пропонували вкласти гроші в криптовалюту або акції та заробляти на відсотках. Якщо потерпілі погоджувалися, їм надавали посилання, по якому вони переходили, а злочинці отримували доступ до їхніх комп'ютерів і встановлювали на них особистий кабінет шахрайської платформи.

Переказані кошти надходили на підконтрольні криптовалютні гаманці учасників злочинної організації та в подальшому виводилися в готівку через підконтрольні обмінні пункти.



КОЖНЕ ЖИТТЯ ВАЖЛИВЕ

ВИХІДНИМИ У СЕЛИЩІ ВЕЛИКИЙ БУРЛУК КУП'ЯНСЬКОГО РАЙОНУ СТАЛАСЯ ПОЖЕЖА. НА ВІДКРИТІЙ ТЕРИТОРІЇ ЗАГОРИЛИСЯ ОЧЕРЕТ І СУХА ТРАВА.

Коли на місце приїхали рятувальники, вогонь охопив площу 1,8 гектара. Вогнеборці загасили пожежу. Під час гасіння виявили та врятували пташеня.

— Птаха постраждала від диму, її передали небайдужим дітям, які взяли на себе зобов'язання піклуватися про неї. Не забувайте, що екосистеми — це чийсь дім! Тварини й пташки також мають право на життя! Не вбивайте їх! — закликали у ГУ ДСНС у Харківській області.

ФЕЄРИЧНЕ ЗАКРИТТЯ ОЛІМПІАДИ

НА ОФІЦІЙНІЙ ЦЕРЕМОНІЇ ЗАКРИТТЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР-2024 В ПАРИЖІ СВОЄЮ ПОЯВОЮ ВРАЗИВ ВІДОМИЙ ГОЛЛІВУДСЬКИЙ АКТОР ТОМ КРУЗ.

62-річний чоловік у стилі фільму «Місія нездійсненна» зробив небезпечний трюк: спустився на канаті з даху стадіону Стад де Франс. Актор пройшов повз спортсменів, які брали участь в Олімпійських іграх, потиснув їм руки та зробив селфі.

Потім він опинився на головній сцені, де взяв з рук мера Парижа та багаторазової олімпійської чемпіонки Сімоні Байлс олімпійський прапор, сів на мотоцикл і з прапором виїхав зі стадіону. На екранах з'явилися кадри, як Том на шаленій швидкості їздить вулицями Парижа і заїжджає прямісінько в літак. Після цього актор зістрибує з парашутом вже

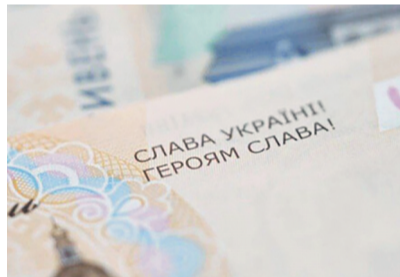


в Лос-Анджелесі біля напису HOLLYWOOD. Мить стала символічною, адже саме в цьому місті пройде наступна літня Олімпіада. Вона відбудеться з 14 до 30 липня 2028 року.

ОНОВЛЕННЯ ДО ДНЯ НЕЗАЛЕЖНОСТІ

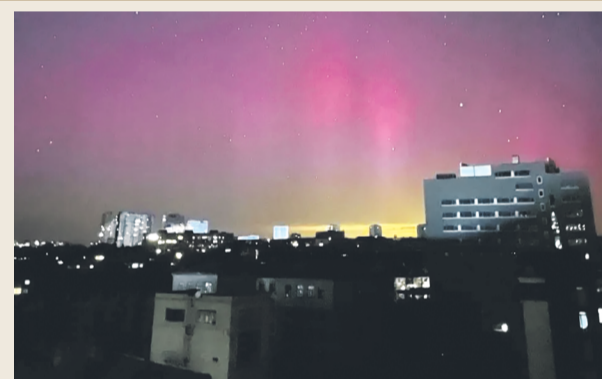
НАЦІОНАЛЬНИЙ БАНК ДО 33-Ї РІЧНИЦІ НЕЗАЛЕЖНОСТІ УКРАЇНИ ВИПУСТИВ МОДИФІКОВАНІ БАНКНОТИ НАЦІОНАЛЬНОЇ ВАЛЮТИ, ДОПОВНИВШИ ЇХНІЙ ДИЗАЙН УКРАЇНСЬКИМ ГАСЛОМ.

У правій верхній частині на зворотному боці модифікованих банкнот розміщено патріотичне гасло: «Слава Україні! Героям Слава!».



В обіг модифіковані банкноти НБУ вводитиме поступово. З 8 серпня 2024 року вже пішли гроші номіналами 500 та 1000 грн; з 23 серпня 2024 року — номіналом 50 грн; у наступні роки — номіналами 20, 100 та 200 грн.

Модифіковані банкноти будуть на одному рівні з відповідними номіналами попередніх років випуску, тому громадянам не потрібно спеціально обмінювати купюри старого зразка.



НЕЙМОВІРНЕ ВИДОВИЩЕ

У НІЧ ПРОТИ ВІВТОРКА, 13 СЕРПНЯ, УКРАЇНЦІ МАЛИ МОЖЛИВІСТЬ СПОСТЕРІГАТИ ДВА НАДЗВИЧАЙНО КРАСИВИХ ЯВИЩА.

У небі над низкою регіонів можна було побачити північне саяво, на тлі якого відбувався зорепад — один із найяскравіших метеорних дощів у році під назвою Персеїди.

Якщо полярне саяво змогли побачити не всі — його найкраще було видно на фото, зроблених із витримкою, то із зорепадом жителям України пощастило більше. Його можна було побачити з усіх куточків країни. Особливо гарне видовище було за містом та в селах, де набагато менше світлове забруднення. Світлина та відео в мережу виклали жителі Харківської, Львівської, Дніпропетровської, Запорізької та інших областей.

До речі, метеорний потік Персеїди можна спостерігати щороку з середини липня й аж до кінця серпня. Попри те що зараз Місяць освітлений на 50%, найкращий час для спостереження — саме після опівночі до світанку.

СУВЕНІР З КАНІКУЛ

ПІД ЧАС ЛІТНЬОЇ ПОДОРОЖІ БАТЬКО І СИН, ВІЛЛ І МАРШАЛЛ БАРНЕТТИ З АРІЗОНІ, В ПАРКУ «КРАТЕР АЛМАЗІВ» ЗНАЙШЛИ ДІАМАНТ У 2 КАРАТИ.

У зоні пошуку алмазів вони наповнили спеціальні ємності брудом з поля і вирушили до мийного павільйону, сподіваючись виявити бодай якусь цінність.

І справді — коли просіювали бруд на мийці, батько хлопчика закричав: «Маршале, ти повинен на це поглянути!»

Родина віднесла камінь до Центру відкриття алмазів парку, і там співробітники підтвердили — це справді великий діамант прямокутної форми, фізичним розміром приблизно у гумку олівця, світло-коричневого кольору, що нагадує чай, вагою у 2 карати.



Відвідувачі парку можуть давати імена камінцям, які вони знаходять. Тож цей назвали «Невелика знахідка», з відсилкою на вік хлопчика і його статус «неповнолітнього старателя».

Звісно, в парку діє правило «Хто знайшов — той і має». Тобто люди, які знаходять діаманти в парку, мають право залишити їх собі.

НЕСПОДІВАНИЙ СЕКРЕТ ДОВГОЛІТТЯ

ЖИТЕЛЬКА АМЕРИКАНСЬКОГО МІСТА НЬЮ-ЙОРКА ЛУІЗА ДЖИН СИНЬОР У СВІЙ 112-Й ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ ПОДІЛИЛАСЯ КІЛЬКОМА ПОРАДАМИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ, ЯКІ ХОЧУТЬ ЖИТИ ТАК САМО ДОВГО, ЯК ВОНА.

Один з її секретів довголіття виявився несподіваним. Довгожителька стверджує, що пережила своїх молодших братів і сестер та увійшла до не-

численного клубу «суперстолітніх», тобто людей, які живуть понад 110 років, бо не вийшла заміж.

— Тому й живу (так довго). Мені добре, тому що я не вийшла заміж... ні заміжжя, ні дітей. Я віддаю перевагу самотності. Коли ви одружені, у вас багато проблем, — каже вона.

Це твердження суперечить тому, що говорять більшість довгожителів, які частково приписують секрет свого довголіття тісним родинним зв'язкам.



ЯК ХАРКІВ'ЯНИ МОЖУТЬ ПІДТРИМАТИ МІСТО

ХАРКІВ ЖИВЕ, ПОКИ В НЬОМУ ЖИВУТЬ ЛЮДИ. ХАРКІВ'ЯНИ БЕЗМЕЖНО ЛЮБЛЯТЬ СВОЄ МІСТО, НАПОВНЮЮТЬ ЙОГО ЕНЕРГІЄЮ І СИЛОЮ ЧЕРЕЗ СВОЇ ПОВСЯКДЕННІ СПРАВИ.

А найкраща підтримка життєдіяльності міста, говорять вони, — це сумлінно виконувати свої професійні та громадські обов'язки.

— Ми маємо робити той внесок, який можемо на цю мить, з огляду на відповідальність, що несе кожен, — вважає психологиня Лариса. — Ми інтегрували війну в своє життя і робимо все від нас залежне для власного виживання і для виживання міста.

Сьогодні, під час війни, важливою є участь в житті міста кожного жителя. Комунальники забезпечують чистоту і комфорт Харкова, поряд з рятувальниками ліквідовують наслідки ворожих ударів, військові захищають його кордони, медики рятують життя. А ще харків'яни активно беруть участь у волонтерстві.

— Донатимо, допомагаємо плести сітки, волонтеримо. Всього потрошку. Працюємо на «Укрзалізниця», — розповідає машиніст крану Раїса.

— Першочергово кожен харків'янин може допомогти донатом для наших Збройних сил і всіх, хто захищає нашу територію, — вважає студентка Єлізавета. — Пишаюся тими харків'янами, які, попри щоденні обстріли, залишаються у Харкові, продовжують підтримувати економіку, сплачують податки і не дозволяють цьому неймовірному місту пе-

ретворитися у пустку.

Реєстрація бізнесу у місті, сплата податків, підтримка харківських підприємців через придбання товарів чи послуг теж є показником участі жителів в житті міста, говорить соціологиня, співзасновниця ГО «Дослідницьке бюро соціологіст» Поліна Алпатова. Харків'яни прибирають свої двори, влаштовують культурні заходи, благодійні акції, допомагають рідним, сусідам, переселенцям, стареньким, покинутим тваринам — і це теж підтримка міста.

— Місто живе, поки в ньому живуть люди, — зазначає Поліна Алпатова. — У дослідженні ми також побачили, що сам факт того, що люди живуть, працюють у Харкові, сплачують податки, купують харківські товари — це і є дуже важливим фактором того, що місто тримається, живе й розвивається.

Сила міста в єдності жителів, говорять харків'яни. І яскравим прикладом спільної участі в житті мегаполісу є навіть така дія, як своєчасна оплата комунальних послуг. За даними соцдослідження, 70 відсотків харків'ян незалежно від того, де вони наразі проживають, намагаються вчасно оплачувати комуналку, як би складно їм це не було за теперішніх умов. І цей факт, на думку соціологів, свід-



чить про те, що харків'яни відповідальні і переймаються долею міста. А також про те, що більшість харків'ян працевлаштовані. Дослідження також показало, що й ті, хто знаходяться в інших містах чи за кордоном, теж намагаються

допомагати. І насамперед це донати.

— Вони допомагають харківським бригадам, людям, які перебувають зараз в Харкові і потребують фінансової підтримки. На харківські збори реагують перш за все люди, які знаходяться в Харкові чи в Україні, але ми бачимо й участь людей, які виїхали за кордон. Тобто це дуже важливо — виходити на мітинги у підтримку України та Харкова, говорити про Харків, не забувати про його потреби, — наголосила соціологиня. — Це апеляція до людей за кордоном, які не завжди знають, як допомогти на відстані. Це дійсно дуже корисна порада, як це зробити. Тобто треба підтримувати Харків своїми словами, активними діями, наскільки це можливо зробити на дистанції.

Отже, сьогодні харків'яни свідомо намагаються чим тільки можуть допомогти місту — фізично, інформаційно, фінансово. І це — один з факторів сили, єдності і незламності Харкова.

СЕЗОН ПОЛЮВАННЯ НА ЛІЧИЛЬНИКИ ТЕПЛА

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ ОПАЛЮВАЛЬНОГО СЕЗОНУ АКТИВІЗУВАЛИСЯ МИСЛИВЦІ ЗА КОЛЬОРОВИМ МЕТАЛОМ, ЯКІ ПСУЮТЬ ОБЛАДНАННЯ КП «ХАРКІВСЬКІ ТЕПЛОВІ МЕРЕЖІ». ПІД ПРИЦІЛОМ — ЛІЧИЛЬНИКИ ТЕПЛА.

В Індустріальному районі один злочинець, перевдягнений у військовий однострій, залишив без приладів обліку одразу 6 багатоповерхівок. На щастя, його дії зафіксувала камера відеоспостереження.

— Як і щоранку, у той день о восьмій я перевіряла лічильники, чи все на місці, і все було гаразд. А ввечері сталася крадіжка. Чоловік підійшов, посмикав двері, обійшов будинок, повернувся, розігнув дріт, потім замок на наступних дверях і зняв лічильник рівно за 13 хвилин. Ми це побачили на відеозапису, — розповіла мешканка будинку Юлія Сергіївна.

У ще одній з багатоповерхівок нещодавно вкрали вже другий лічильник. Перший поцупили в жовтні, потім на його місце встановили новий. У серпні — знову розібрали на метал. Як каже майстер теплової дільниці № 3 Індустріальної філії КП «ХТМ» Ольга Лиходій, мешканці всіх будинків дуже пильні, але підвали зачиняти не можна через обстріли, а злодії цим користуються і цинічно брешуть щодо своїх намірів:



— Побачили, що з підвалу виходить молодик. Питають: «Що ви там робили?» Сказав: «Кішку шукаємо». У нього була помічниця, яка сиділа на лавці і спостерігала.

У Шевченківському районі ситуація схожа: лічильники поцупили одразу з двох теплових рамок.

— У нас буквально тиждень тому виявили крадіжку. Вкрали з будинку по вул. Шатилівській, 29, два лічильники витратоміра. Служба безпеки підприємства зреагувала швидко, виявила злочинців. Зараз вони у правоохоронців. Загалом це дуже болюча тема, — зауважив начальник Шевченківської філії КП «ХТМ» Володимир Комарницький.

Слюсар теплового району № 3 Шевченківської філії КП «ХТМ» Ігор Звягінцев каже, що найбільш прикро те, що злодії просто псують прилад вартістю у 25 тисяч гривень через шматок кольорового металу:

— Вкрали латунні вставки від теплотлічильників. Від обладнання залишилася тільки електронна частина.

Щодня персонал районних філій перевіряє теплові рамки у підвалах. Стежить за ситуацією і служба безпеки підприємства, але пара сотень гривень, яку можна вторгувати за безглуздий вандалізм, все ж таки не дає спокою злочинцям. Їм байдуже, що тягти: чи металеві труби, чи високотехнологічні прилади.

— За останні три місяці поточного року мали місце три факти крадіжок виробів з металу: два в Індустріальній філії і один у Шевченківській. Підприємству нанесені значні збитки, наприклад, по Індустріальному району 6 епізодів крадіжки лічильників коштували понад 150 тисяч гривень, — повідомив заступник начальника служби безпеки та режиму КП «ХТМ» Артем Коваленко.

Наразі особи всіх крадіїв встановлені. Рекордсмен, який зіпсував одразу 6 лічильників, перебуває у слідчому ізоляторі. Долю інших вирішуватимуть правоохоронні органи за статтею «Крадіжка у військовий час».



ОСТАННІМ ЧАСОМ ЗБІЛЬШИЛАСЯ КІЛЬКІСТЬ ЗВЕРНЕНЬ ХАРКІВ'ЯН ПРО ПОЯВУ ЛИСИЦЬ НА ТЕРИТОРІЇ МІСТА.

А ле, якщо ви побачили в місті руду красуню — не треба телефонувати та вимагати її вилу. У жодній з міських служб немає обов'язку вилування диких тварин.

ЯКЩО ПОБАЧИЛИ ЛИСИЦЮ

Для країн Північної Америки та Європи поява диких тварин в містах, що межують з лісовими масивами, — це норма, адже там контрольована ситуація зі сказом. Наприклад, в Берліні, окрім лисиць, мешкають кабани, їжаки, змії, еноти, білки, кролики, бобри та кажани.

Розростання міст виштовхує тварин із їхніх природних середовищ, які все більше скорочуються, і змушує їх жити поряд із людьми.

В Україні ситуація зі сказом напружена, але контрольована. В Харківській області під час воєнного стану заборонений санітарний відстріл лисиць для регулювання чисельності поголів'я. Тому кількість диких тварин зростає і вони виходять в місто в пошуках їжі.

► **ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ВИ ПОБАЧИЛИ НА ВУЛИЦІ ЛИСИЦЮ?**

1. Не наближатися до тварини! Червона лисиця є головним резервуаром та поширювачем вірусу сказу в природі. Будьте обережними з тваринами, що проявляють агресію, а також

і з тими, що проявляють дружелюбність, тому що для них це нетипова поведінка, яка може бути ознакою сказу!

3. Не підгодовувати! Такими діями ви будете приважувати тварин, наражаючи на небезпеку оточення. До того ж дикі тварини прекрасно вміють знаходити собі їжу самостійно.

4. Не провокуйте тварину на агресію! Дика тварина буде захищатися. Не лякайте тварину, не махайте палками та не кидайте камінням, і згодом вона просто піде далі по своїм справам.

5. Контролюйте дітей! Поясніть дитині, що чіпати лисицю небезпечно. На лисичку можна тільки дивитися здалеку.

Часто лисиці шукають їжу в сміттєвих баках, в цьому разі доречно баки закривати кришками.

Якщо покусала дика тварина, потрібно негайно звернутися у травмпункт медичної установи.

Ветеринари нагадують про обов'язкове щорічне щеплення домашніх тварин проти сказу — це єдиний захист від цієї невиліковної хвороби!



ПІКЛУЄМОСЯ ПРО ТВАРИН

ВЛІТКУ СПЕКОТНО НЕ ЛИШЕ ЛЮДЯМ: ТАК САМО, ЯК І МИ, КОЖНА ТВАРИНА ІНДИВІДУАЛЬНО ПЕРЕЖИВАЄ НЕСПРИЯТЛИВІ УМОВИ. ХТОСЬ ПОЧИНАЄ МЕНШЕ ЇСТИ ЧИ БІЛЬШЕ ЛЕЖАТИ В ТЕМНИХ КУТОЧКАХ. А ЯК ЖЕ ЗРОЗУМІТИ, ЩО ЦЕ НОРМАЛЬНА РЕАКЦІЯ ОРГАНІЗМУ, А НЕ, НАПРИКЛАД, ТЕПЛОВИЙ УДАР?

Теплий сезон в Україні зазвичай триває з кінця весни й приблизно до жовтня — і це час, коли треба приділяти улюбленцям посилену увагу, зокрема через спеку.

Серед небезпек, що чатують на собак у теплий сезон:

- ◆ надмірна спека, що може спричинити тепловий удар і нашкодити роботі серцево-судинної та респіраторної систем;

- ◆ перегрітий асфальт, що часто пошкоджує подушечки лап, і зрештою впливає на весь опорно-руховий апарат;

- ◆ цвітіння, що сприяє прояву алергічної реакції;

- ◆ колоски (остюки), що можуть потрапити в лапи, вуха, застрягти в животі;

- ◆ і, звичайно, кліщові інфекції, якщо власники тварин нехтують обробкою.

Серед таких порід, як мопс, французький та англійський бульдог, пекінес, ши-тцу й інші поширеною проблемою є заправання складок носа. Улітку туди забивається більше пилу, а через спеку з'являється більше вологи — так виникає ризик появи патогенної мікрофлори. Також варто пильнувати за собаками з довгими вухами, як-от у кокер-спанієлів чи такс, адже вухо часто може заправити всередині, через що з'являється отит.

У нині популярної породи мальгіпу, а також у пуделів і йорків отит — теж поширене захворювання, бо у вухах росте багато шерсті. Сірка, що виділяється, може заплітати волоски у своєрідні дреди, тож ці породи варто ще з дитинства привчати до вищипування шерсті та гігієни вушок.

Якщо говорити про безпеку під час теплого сезону для котів, знову ж таки не виключаємо тепловий удар, особливо якщо власники випадково закрили тварину на балконі. Поширеною проблемою також є травми під час взаємодії з вікнами, які часто відкривають навстіж у період сильної спеки: насамперед це ризик випасти, якщо немає спеціальної сітки, або ж застрягнути між вікном і рамою, якщо те відчинене на провітрювання. Небезпечними є і протяги з вікон, коти можуть простудитися й отримати захворювання органів респіраторної та сечостатевої систем.

У котів із деформованою носовою перетинкою, зокрема в британців, персів, екзотів, через спеку часто набрякає слизова, утруднюючи дихання, що може призвести до набряку легень (чинником, що спонукає до проблеми,

є вроджені кардіопатології). Серед симптомів — відкрита паща, часте дихання й інші.

▶ ЯК ЗРОЗУМІТИ, ЩО З УЛЮБЛЕНЦЕМ ЩОСЬ НЕ ТАК

Насамперед варто звернути увагу на поведінку тварини, зважаючи на її характер. Якщо кіт чи собака зроду апатичні — усе окей, якщо ж пес під час прогулянки обожнював гратися з фрисбі, проте уже кілька днів відмовляється це робити — варто зателефонувати ветеринару.

Поганий апетит під час спеки — не завжди показник хвороби. Часто тварини в такий час просто менше їдять або й взагалі відмовляються їсти сухий корм. У такому разі краще поступово перевести улюбленця на вологий варіант або ж міксувати обидва.

Також собаки часто непомітно підбирають із землі траву, кісточки й інше, що може пошкодити шлунок.

Блювота, довготривала кволість, нерівна хода, незвичні звуки — причина негайно звернутися до ветеринара.

▶ ЧОГО КАТЕГОРИЧНО НЕ МОЖНА ВЛІТКУ РОБИТИ З ТВАРИНАМИ

Стригти

Без медичних показань тварину не стрижуть, навіть якщо хочеться, щоб їй було менш спекотно. Головне завдання господаря — гарно вичесати підшерсток. У такому разі шерсть, що залишиться, буде працювати як радіатор, відводячи тепло. Це стосується як котів, так і собак, як-от хаскі, маламутів, чау-чау й інших.

У йоркширських тер'єрів, ши-тцу чи мальтезів специфічна шерсть — у них немає підшерстка, таким породам потрібний спеціальний грумінг.

Поливати крижаною водою

Якщо надворі спекотно, не поливайте тварин водою зверху, особливо крижаною. Це створює дуже різкий перепад температури в організмі й підвищує навантаження на серцево-судинну систему.

Поїти з водоєм

Тваринам не варто дозволяти стрибати у фонтани чи водойми, а тим паче — пити з них. Навіть якщо ваш улюбленець має необхідні щеплення, вони захищають не від усіх інфекцій.

Залишати в зачинених автівках і під кондиціонерами

Під час спеки повітря в салоні авто може нагрітися до 70 °С — це неминучий тепловий удар для улюбленця.

Щодо кондиціонерів — тут протилежна ситуація. Кіт чи собака можуть переохолодитися й захворіти, так само як і людина, тому необхідно спочатку охолодити кімнату, а потім впускати чотирилапих, щоб уникати протягів.

Гуляти під фруктовими деревами

Собаки дуже часто люблять щось підбирати із землі, а під фруктовими деревами багато кісточок абсолютно

різних розмірів, що можуть дуже довго виходити з організму.

Дозволяти їсти траву

По-перше, траву на вулиці кроплять різними хімічними препаратами. Крім того, вона може пошкодити слизову, обтяжити кишківник та інші органи.

Гуляти в спеку

У теплий сезон варто переглянути графік прогулянок та обрати для них ранній ранок або пізній вечір. Якщо раніше ви гуляли о 20:00, тепер це варто робити не раніше, ніж о 22:00, щоб асфальт встиг охолотитися.

▶ ЧИМ ВАРТО ЗАПАСТИСЯ, ЩОБ УЛЮБЛЕНЦІ ЛЕГШЕ ПЕРЕЖИЛИ ТЕПЛИЙ СЕЗОН?

Зважаючи на проблеми з електропостачанням, а отже й із кондиціонерами, варто звернути увагу на охолоджувальні килимки та жилети, що можуть забезпечити комфорт у приміщенні. Якщо маєте сфінкса — подумайте про ролети або спеціальні наклейки на вікна, адже ця порода чутлива до сонця й може отримати опіки. Також котам варто придбати додому фонтанчик з водою, така форма подачі рідини стимулює їх більше пити.

Для прогулянок насамперед варто обрати правильний час, а для тварин із темною шерстю пригледіти світлу попону, що відбиватиме світло.

Обов'язково беріть із собою на прогулянки воду, але не крижану. Поекспериментуйте зі способом пиття: є собаки, що питимуть лише зі своєї миски навіть на вулиці, є ті, хто п'є з руки, і ті — кому підходить спеціальна пляшка-поїлка.

Коли повертається з прогулянки, огляньте тварину на наявність кліщів, а також остюків між пальцями, зубами, на животі й добре вимийте та просушіть лапи. Щоб більше залишилося вологи, то більше собака захоче її виллизати, провокуючи грибкову інфекцію.

Звичайно — обробка від паразитів і кліщів. Тут найкращим порадником буде ваш ветеринар, який розрахує дозування й призначить препарат.

Подбайте про мінімальну ветаптечку вдома. Туди варто покласти:

- ◆ «Дексаметазон» — проти алергічних реакцій;
- ◆ «Левомеколь» — загоювальна мазь;
- ◆ бинт Кополі;
- ◆ гемостатичні присипки;
- ◆ знезаражувальний засіб, як-от хлоргексидин;
- ◆ стерильний марлевий бинт;
- ◆ ножиці;
- ◆ шприци по 2 мл;
- ◆ препарати від діареї.

Якщо з улюбленцем щось сталося — телефонуйте ветеринарам, вони швидко пояснять, як правильно скористатися аптечкою, та в будь-якому разі прийдуть на допомогу.

Гороскоп на 15 серпня

Овен (21 березня — 20 квітня)
Представники цього знаку відчують приплив енергії, яка допоможе успішно завершити всі проекти. Вас очікує важлива зустріч, де ви можете проявити свої лідерські якості. Важливо показати себе з найкращого боку перед начальством. Увечері чекає романтичний сюрприз.

Телець (21 квітня — 21 травня)
Тільки зіткнуться з фінансовими труднощами, але не піддавайтесь тривозі та паніці, всі питання можна вирішити, зберігши контроль та самовладання. На вас чекають зміни, але важливо не приймати поспішних рішень. Другу половину дня присвятіть відпочинку, під час якого можна обміркувати всі за та проти.

Близнюки (22 травня — 21 червня)
День принесе труднощі в особистому житті. Астрологи кажуть, що цей знак дізнається про свого партнера нову інформацію, через яку подивиться на нього іншими очима. Але не поспішайте розривати стосунки, потрібно зберегти спокій та розібратися у ситуації.

Рак (22 червня — 22 липня)
Сприятливий день у робочій сфері. Раків очікує кар'єрне піднесення чи збільшення зарплати, головне — не прогаяти можливості, які пропонує Всесвіт. Вечір варто присвятити сім'ї, щоб зарядитися позитивною енергією.

Лев (23 липня — 22 серпня)
Буде насичений подіями день, але не всі вони будуть приємними. На цей знак Зодіаку чекає серйозна розмова в сімейному колі, але, щоб уникнути конфліктів, Левам потрібно тримати емоції під контролем.

Діва (23 серпня — 23 вересня)
Представники цього зодіакального кола будуть дуже перейматися робочими питаннями та діловими зустрічами. Але така працьовитість принесе свої плоди. Важливо лише не забувати про відпочинок, тому що перетом погано позначатиметься на емоційному стані й принесе додатковий клопіт.

Терези (24 вересня — 23 жовтня)
Необхідно більше часу приділити собі та здоров'ю. Астрологи рекомендують переглянути свій спосіб життя, і можна відмовитися від деяких звичок. У робочій сфері все спокійно, а в особистому житті скоро відбудуться зміни.

Скорпіон (24 жовтня — 22 листопада)
Цей день краще провести у роздумах про найближче майбутнє. Потрібно чітко позначити свої плани та варіанти досягнення бажань. Варто провести переоцінку цінностей та поглянути на своє життя під іншим кутом. Настав час приймати кардинальні рішення.

Стрілець (23 листопада — 21 грудня)
У вас буде багато цікавих зустрічей по роботі. Астрологи радять прислухатися до ідей колег та оточення, щоб змінити свій підхід до звичних речей. В особистому житті на Стрільців чекає романтична поїздка, яка принесе масу позитивних емоцій.

Козоріг (22 грудня — 20 січня)
Представники цього зодіакального кола зіштовхнуться із серйозним вибором щодо особистого життя. Треба подумати, як далі вибудовувати стосунки із близькою людиною. Можливо, доцільно взяти паузу, змінити обстановку та на якийсь час відключитися від усіх проблем.

Водолій (21 січня — 18 лютого)
Зараз Водолії будуть дивувати своїми нестандартними творчими ідеями. І це матиме успіх, оскільки цей знак дуже працьовитий. Другу половину дня було б добре провести у колі друзів, вони підтримають слушною порадою.

Риби (19 лютого — 20 березня)
Доведеться розібратися з питанням, яке ви відкладали у довгий ящик. Потрібно зосередитися на вирішенні своїх завдань і не відволікатися на різні дрібниці. Ваши зусилля будуть помічені й принесуть у майбутньому фінансовий успіх.

ЧИМ КОРИСНА ЦИБУЛЯ ТА ЯКА КРАЩА: БІЛА ЧИ СИНЯ



РОСЛИНА МОЖЕ СПРИЧИНЮВАТИ СЛЬОЗИ НА ОЧАХ, АЛЕ ВИ НІКОЛИ НЕ ГОТУВАТИМЕТЕ БЕЗ НЕЇ, АДЖЕ САМЕ ЦИБУЛЯ ДОДАЄ СТРАВАМ ПІКАНТНОГО СМАКУ І ТАКОЇ ПОТРІБНОЇ ВІТАМІННОСТІ. ЧИМ КОРИСНА ЦИБУЛЯ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я І ЯКІЙ САМЕ, БІЛІЙ ЧИ СИНІЙ, ВІДДАТИ ПЕРШІСТЬ У ПОЖИВНОСТІ ТА ЦІЛЮЩОСТІ?

Цибуля належить до сімейства пряних, гострих коренеплодів і має за родичів часник, цибулю-порей і шніт-цибулю. В усіх них особливо багато сіркоорганічних сполук — саме вони надають овочу сильного запаху та характерного смаку й змушують плакати.

Про цілющі властивості «злого» коренеплоду люди знали ще тисячоліття тому і використовували його у їжу з лікувальною метою.



▶ ЯК ЦИБУЛЯ ВПЛИВАЄ НА ЗДОРОВ'Я ТА ІМУНІТЕТ ЛЮДИНИ

Для профілактики хронічних захворювань

У цибулі міститься понад 25 різних флавоноїдів — речовин, які мають антиоксидантні властивості: багато вітаміну С, іще одного важливого антиоксиданту, який підтримує здорову імунну систему. Вони протистоять запаленням та допомагають запобігти навіть таким серйозним хронічним захворюванням, як рак, діабет і хвороби серця.

Захищає від хвороб серця

Інший флавоноїд, який міститься в овочі — кверцетин — оздоровлює серце. Продукти з ним особливо корисні для людей, які страждають на зайву вагу, надмірний кров'яний тиск, високий рівень холестерину та цукру в крові. Саме ці проблеми підвищують ризик серцево-судинних захворювань.

Цибуля також має здатність розріджувати кров, що допоможе запобігти утворенню тромбів, які спричинюють інфаркти та інсульты.

Зміцнює кістки

Споживання коренеплоду є відмінною профілактикою остеопорозу, який часто виникає із віком. Страви з нього здатні суттєво поліпшити здоров'я кісток. До того ж збільшиться їхня щільність і значно зменшиться ризик перелому шийки стегна.

Бороться з бактеріями

Антибактеріальні сполуки, які присутні в цибулі, можуть сповільнити або взагалі зупинити ріст багатьох інфекцій, активні проти кишкової палички, стафілокової інфекції та інших, які призводять до виразки шлунка.

Допомагає травленню

Цибуля є багатим джерелом пребіотиків і клітковини. Кишковим бактеріям для життєдіяльності потрібна клітковина, тож овоч є для них джерелом їжі (пребіо-

тиком), і таким чином сприяє здоровому травленню.

А ще цибуля є багатим джерелом кальцію, фолієвої кислоти, заліза, калію та вітаміну В6.

▶ ЯКА ЦИБУЛЯ КОРИСНІША: СИНЯ ЧИ БІЛА

На думку медиків, біла цибуля має такі ж самі властивості, як і ріпчаста. Вона є ефективним антибіотиком і її варто активно споживати як для профілактики, так й під час лікування інфекційних хвороб та звичайних застуд.

А от синю (її ще називають червоною) лікарі вважають фаворитом серед інших видів цибулі. Вона вдвічі багатша на природні антиоксиданти та здатна потужно посилити вироблення в організмі цистеїну, речовини, яка очищує організм від токсинів і навіть сприяє схудненню.

А ще синя цибуля вважається найкориснішою, тому що містить найбільше антоціанів та кверцетинів — на їхню присутність вказує колір овочу. Вони допомагають організму боротися із запаленнями, зменшують набряки, знищують зл�кисні клітини та нормалізують рівень цукру у крові.

Найбільше користі — у зовнішніх шарах цибулі, адже саме вони містять найвищу концентрацію антоціанів. Чистячи шкірку, збережіть якомога більше цієї частини.

▶ ЯК КРАЩЕ ВЖИВАТИ ЦИБУЛЮ

Цибулю можна вживати у сирому вигляді — саме така вона найкорисніша. На жаль, клітковина в складі овочу може створювати проблеми в кишківнику. Аби цього не сталося, можна їсти не сиру, а приготовану у стравах, тушковану або смажену цибулю.

У процесі обробки частина корисних елементів в ній зруйнується. Приміром, за 15–20 хвилин тушкування овоч втрапить до 40% вітаміну С. Але й того, що лишиться — достатньо, аби вважати овоч важливим для раціону.

Шкода цибулі для здоров'я людини та протипоказання до вживання теж є.

Проте переважна більшість людей можуть їсти її, не турбуючись про будь-яку небезпеку. А от зашкодити цибуля може людям, хворим на синдром подразненого кишківника та схильним до печії.

Нагадаємо, що у Харкові проаналізували ціни на сезонні овочі.

Ще від початку липня на ринках міста подорожчали огірки (+ 30%) та капуста (+ 50%). На сьогодні вони коштують 30–35 грн/кг. Виробники та продавці пояснюють таке подорожчання дефіцитом цих овочів на ринку через несприятливі погодні умови, а також підвищенням цін на паливо.

Водночас ціни на інші сезонні овочі дещо знизилися. Отже, помідори червоні подешевшали приблизно на 25%, молода картопля — на 15%, буряк — на 10%, морква та цибуля — на 25%. Зараз помідори коштують у середньому 30–50 грн/кг, картопля — 18–22 грн/кг, буряк — 15 грн/кг, морква та цибуля — 13–17 грн/кг.