



РОСІЙСЬКИЙ АГРЕСОР НЕ ПРИПИНЯЄ ТЕРОР ПРОТИ МИРНОГО НАСЕЛЕННЯ ХАРКОВА. У НІЧ ПРОТИ 28 ЖОВТНЯ ПІД ВОГНЕМ ОКУПАНТІВ ОПИНИЛИСЯ КІЛЬКА РАЙОНІВ МІСТА, ПОВІДОМИВ МІСЬКИЙ ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ.

— Вибухи пролунали близько одинадцятої вечора. Окупанти завдали ударів одразу по трьох районах: Шевченківському, Салтівському, Холодногірському. Били по мирних житлових кварталах, по будинках, де немає і бути не може будь-яких військових об'єктів! Цю цинічну тактику агресор активно застосовує протягом останніх місяців.

Маємо інформацію про сімох постраждалих, зокрема дівчину 16 років. Двоє постраждалих були госпіталізовані. Усім, хто отримав поранення різного ступеня тяжкості, надається необхідна медична допомога.

Що стосується руйнувань. Внаслідок

масованої атаки пошкоджені 26 житлових будинків, здебільшого приватних. Там були вибиті вікна, пошкоджені дахи. Комунальні служби всю ніч ліквідували наслідки обстрілів, а зранку почали ремонтувати дахи, бо деякі мають сильні пошкодження. Крім того, один приватний будинок був зруйнований вщент.

Також у Холодногірському районі внаслідок удару КАБом частково зруйновано 9-поверховий житловий будинок. У багатопверхівці пошкоджено перекриття між 8-м й 9-м поверхами, зруйновано три квартири. Сталася пожежа, яку ліквідували працівники ДСНС.



На місцях прильотів працюють усі відповідні служби та волонтери. Відновлювальні роботи продовжуються.

ВОРОГ АТАКУЄ ХАРКІВ



НАЙБІЛЬШИЙ ПРІОРИТЕТ — ЦЕ ДРОНИ

ПРЕЗИДЕНТ УКРАЇНИ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ ДАВ ДОРУЧЕННЯ ВІЙСЬКОВИМ ТА УРЯДОВЦЯМ ЗА ПІДСУМКАМИ ЗУСТРІЧІ З ПРЕДСТАВНИКАМИ ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА.

Глава держави провів нараду з військовими, розвідкою, секретарем РНБО та урядовцями за підсумками нещодавньої зустрічі з представниками громадянського суспільства.

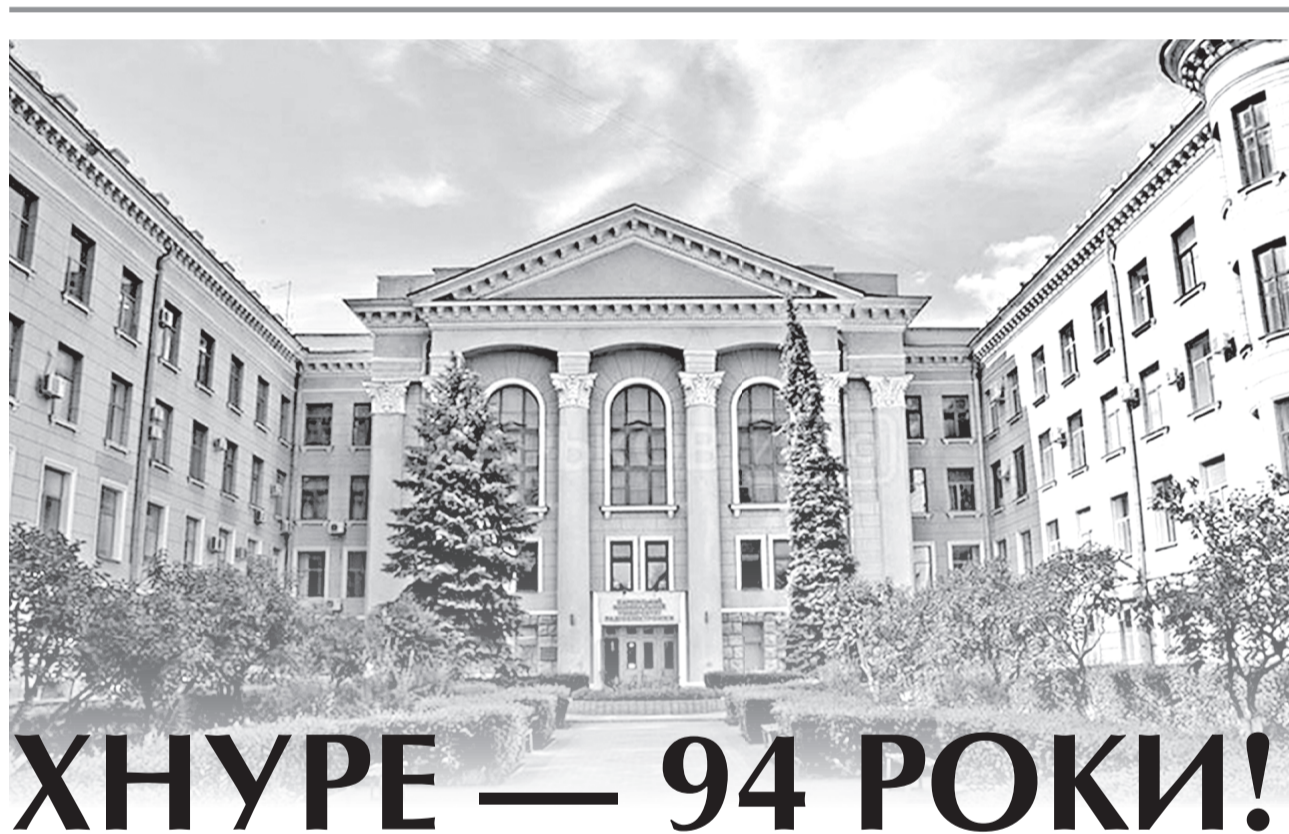
Зокрема, Глава держави доручив зробити формат технологічної Ставки, що має сприяти більшим і сучасним можливостям для Сил оборони України. Це одна з ініціатив, про які йшлося під час зустрічі з представниками громадянського суспільства.

— Найбільший пріоритет — це дрони, звісно. Зокрема дрони, що можуть збивати «шахеда» та інші ударні безпілотники, — зазначив Президент.

Володимир Зеленський також доручив ГУР та СБУ особливо опрацювати питання щодо визволення цивільних українців та українок із російського полону.

— Опрацювали й питання деяких законодавчих змін, які потрібні, а також санкційної політики, нашої дипломатії. За кілька тижнів заслухаю результати, — зауважив Президент.

23 жовтня Володимир Зеленський зустрівся з 26 представниками громадянського суспільства та обговорив із ними План перемоги, важливість єдності українців, питання безпеки та оборони, звільнення з російського полону військових і цивільних, а також адвокацію вступу України до ЄС і НАТО.



ХНУРЕ — 94 РОКИ!

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ РАДІОЕЛЕКТРОНІКИ СВЯТКУЄ РІЧНИЦЮ ВІД ДНЯ ЗАСНУВАННЯ. З ЦІЄЮ ПОДІЄЮ КОЛЕКТИВ ВИШУ ПРИВІТАВ МІСЬКИЙ ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ.

Мер наголосив, що Харків завжди був столицею студентства, а ХНУРЕ — одним із провідних вишів України, який готує висококваліфікованих фахівців у сфері ІТ. Він подякував викладачам за роботу та студентам за те, що залишаються в Харкові:

— Ваш університет є фундаментальним для Харкова. Фахівці, яких ви випускаєте, сьогодні працюють над важливими проектами у сфері оборони та технологій. Вони не тільки сприяють захисту України, а й активно допомагають Харкову триматися на передовій сучасних розробок. Бажаю вам успіхів, нових ідей та розвитку! Хай наступний рік принесе нові досягнення та справедливий мир, на який ми всі так чекаємо!

Історія становлення вишу від будівельного інституту до університету, беззаперечно, унікальна. Наразі ХНУРЕ є одним з профільних університетів України, в якому основна увага приділяється прикладним інформаційним технологіям та інноваціям. Він виступає постійним партнером у спільних проектах в рамках міжнародних грантових програм Європейського Союзу, Програми розвитку ООН, Британської Ради, НАТО. В університеті навчається майже 7 тисяч студентів за різними формами навчання за 46 спеціальностями із 7 галузей знань.



Ігор Рубан, в. о. ректора:

— 94 роки — це не ювілей, але ми вирішили відсвяткувати, тому що університет пройшов дві війни. Університет за час повномасштабного вторгнення зміг зібратися і, дійсно, не втратити свої позиції, тому я хочу подякувати міському голові Ігорю Терехову за можливість брати участь в міських заходах і розвивати інфраструктуру ІТ в Харкові.

Владислав Кашев, в. о. голови студентського самоврядування:

— Наш виш — дуже гарний технічний університет, всі студенти з задоволенням навчаються, беруть участь у різних заходах. Навіть зараз ми влаштовуємо кіновечори, посвяти, знайомство з університетом, зі студентським сенатом, різні квести, ігри, щоб вони розуміли, що їхнє студентське життя не втрачено.

ВИВЕДЕННЯ РОСІЙСЬКИХ ВІЙСЬК І ПРИПИНЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

Керівник Офісу Президента України Андрій Єрмак узяв участь у тематичній конференції, присвяченій шостому пункту Формули миру «Виведення російських військ і припинення бойових дій».



Захід організували Україна та Литва як співголова робочої групи з реалізації цього пункту. На конференції були присутні представники 56 країн та організацій.

Андрій Єрмак зазначив, що повне виведення російських військ із суверенної території України — це необхідна передумова для відновлення справедливого й тривалого миру.

— Не варто сподіватися, що ця війна закінчиться, коли ворогуючі сторони почнуть говорити між собою. Не обманюйтеся. Бо ця війна закінчиться, коли останній солдат армії загарбників повернеться додому, — сказав Глава ОП.

Керівник Офісу Президента також наголосив, що спільний міжнародний тиск на росію може й має стати прецедентом.

— Це доведе всьому світові: прагнення до територіальних загарбань у XXI столітті є аморальним і безглуздим. Вилучене доведеться повернути законним власникам. Бо хоч би якою сильною була військова міць агресора, міжнародна спільнота завжди буде сильнішою, — зазначив Андрій Єрмак.

Ця конференція стала восьмою з тих, які проводять у продовження першого Саміту миру. Результатом кожного такого заходу є Спільне комюніке. Після конференцій на основі всіх десяти пунктів Формули миру будуть сформовані пропозиції до другого Саміту миру.

ПІВНІЧНУ САЛТІВКУ БУДЕ НЕ ВПІЗНАТИ

ПОПРИ ТЕ ЩО ВОЄННІ ДІЇ ТРИВАЮТЬ, ОБСТРИЛИ НЕ ПРИПИНЯЮТЬСЯ, МІСЬКА ВЛАДА, З НЕПОХИТНОЮ ВІРОЮ У ПЕРЕМОГУ, ВЖЕ ЗАРАЗ ГОТУЄТЬСЯ ДО ГЕНЕРАЛЬНОЇ ПІСЛЯВОЄННОЇ ВІДБУДОВИ ХАРКОВА.

Починатися відбудова буде з найбільш понівеченого району, а саме з Північної Салтівки. Це рішення підтримують і місцеві жителі. За їхніми словами, таким чином харків'яни зможуть віддячити району, який прийняв на себе основний ворожий удар на початку війни та захистив собою весь мегаполіс.

Тож міська влада спільно з Фондом Нормана Фостера ініціювала Міжнародний архітектурний конкурс із відновлення Північної Салтівки, підсумки якого були оприлюднені 21 жовтня. У трійку проєктів-переможців увійшла й концепція китайських розробників «Квітучість назустріч Сонцю». Автори наголошують, що у дизайні хотіли втілити комплексну стратегію, яка працює одночасно на кількох рівнях. Зокрема, проєкт передбачає, що пошкоджені будівлі будуть не лише реставруватися, а й укріплюватися та модернізуватися за допомогою розлогої модульної системи. Родзинкою задуму є вирощування на дахах житлових багатоповерхівок соняшників. На думку китайських архітекторів, ці рослини зможуть не лише повернути Україні статус провідного експортера сільськогосподарської продукції, а й стануть символом національної ідентичності для містян.

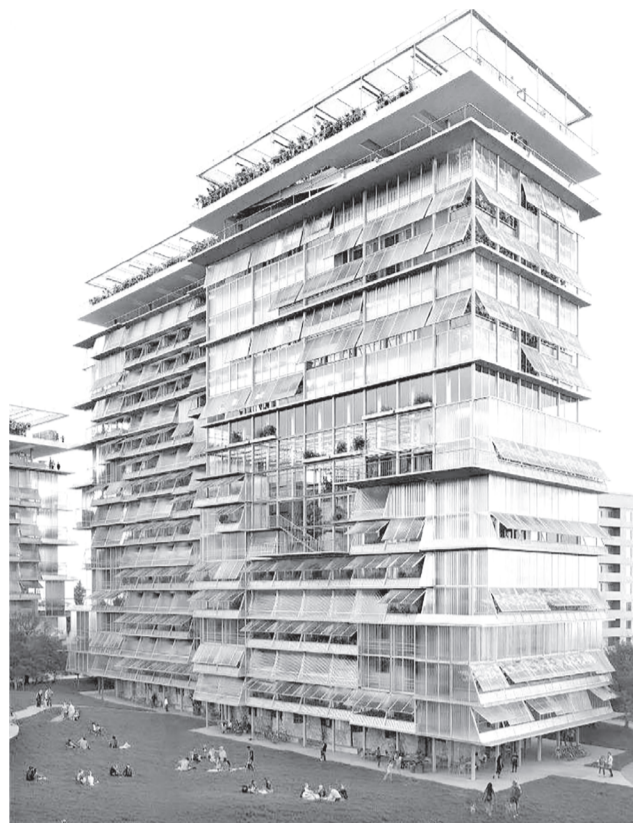
Ця концепція припала до душі мешканцям Північної Салтівки.

Лариса:

— Так, знайомі ми з цим проєктом. Чесно кажучи, нам сподобалося. Хоча ми всіма зусиллями намагаємося і двори впорядкувати, і квіти висадити, було б добре, щоб їх стало ще більше.

► РАЙОН ОЧИМА ТУРЕЦЬКИХ ФАХІВЦІВ

До трійки переможців журі зарахувало і концепцію Modus Vita, у перекладі «Модуль життя», яку запропонувала команда фахівців із Туреччини.



Проєкт має на меті подарувати друге дихання пошкодженим війною будинкам за допомогою модульного підходу. Кожна деталь розроблена у такий спосіб, що дозволяє конструкціям бездоганно взаємодіяти між собою. Зокрема, після війни на Північній Салтівці доцільно буде впровадити модульну систему підземних укриттів із використанням високоміцних бетонних панелей.

Також проєктом передбачено створення громадських зон з акцентом на гнучкість та функціональність. Тобто, завдяки модульній структурі, концепція є і швидкою у впровадженні, і адаптивною до потреб населення, що постійно змінюються.

На думку мешканців Північної Салтівки, реалізація цього задуму в їхньому районі цілком можлива.

Людмила Андріївна:

— Хочеться такого, і щоб будинки відновили, і щоб вони були утеплені, економні. Щоб простір навколо був комфортним і для нас, пенсіонерів, і для дітей. Щоб всі почували себе добре.

Валентина Іванівна:

— Я чула від нашого мера, що це дуже будуть великі вливання грошей, що це будуть будинки з бомбосховищами. Ми і самі тоді пристанемо до відбудови, будемо допомагати. От тоді буде правильно. Тільки зараз — головне війну закінчити, щоб була перемога, а не тільки якийсь перемир'я. Нам потрібен надійний мир.

ВІДНОВЛЕННЯ ЖИТЛОВИХ БУДИНКІВ

НАРАЗІ ТРИВАЄ ЕКСПЕРТИЗА ДРУГОГО ПІД'ЇЗДУ БУДИНКУ ПО ВУЛИЦІ НАТАЛІЇ УЖВІЙ, 82. ЩЕ У 2022 РОЦІ ВОРОГ ВДАРИВ ПО БАГАТОПОВЕРХІВЦІ АВІАБОМБОЮ. КАДРИ ЗРУЙНОВАНОЇ ВИСОТКИ БАЧИВ ЧИ НЕ ВЕСЬ СВІТ. ВЩЕНТ РОЗБИТИЙ ПЕРШИЙ ПІД'ЇЗД ДЕМОНТУВАЛИ ЧЕРЕЗ НЕПРИДАТНІСТЬ БУДІВЛІ. А ДОЛЯ ДРУГОГО ПІД'ЇЗДУ БУДЕ ВІДОМА НАЙБЛИЖЧИМИ МІСЯЦЯМИ ПІСЛЯ УХВАЛИ ЕКСПЕРТІВ.

— Ми розпочинаємо нову детальну експертизу по цьому будинку, щоб встановити, як він себе поводить вже після демонтажу якихось частин будинку. Буде з'ясовано, яка ступінь руйнації і що потрібно зробити з будинком: або відновити шляхом капітального ремонту, або демонтувати у зв'язку з тим, що він не придатний до експлуатації, — зазначив директор Департаменту з благоустрою, відбудови та реконструкції ХМР Костянтин Лиска.

І подібних понівечених будинків у Харкові орієнтовно 5 тисяч, прямого влучання зазнали приблизно 600. Якщо рахувати у грошовому еквіваленті, то руйнації на більше ніж 10 мільярдів доларів США. І ці цифри кожного разу змінюються, адже прифронтове місто постійно потерпає від обстрілів. Втім муніципалітет робить все можливе для того, щоб відновити житло там, де можливо, аби люди змогли повернутись додому. Є також і будинки, доля яких поки невідома через значний ступінь руйнації. У таких випадках міськрада чекає висновок експертів і, залежно від цього, обирає подальший план дій. Дуже часто ремонтним роботам заважають обстріли окупантів — це також додає витрат. Іноді будинки, на яких реконструкція тривала місяцями, потрібно відновлювати знову.



ЗАВЖДИ ПРОКОНСУЛЬТУЮТЬ ТА ДОПОМОЖУТЬ

У ХАРКОВІ ЗА РОЗПОРЯДЖЕННЯМ МІСЬКОГО ГОЛОВИ З МЕТОЮ ІНФОРМУВАННЯ ХАРКІВ'ЯН ЩОДО ПОРЯДКУ НАДАННЯ КОМПЕНСАЦІЇ ЗА ПОШКОДЖЕНЕ ЧИ ЗРУЙНОВАНЕ ЖИТЛО ВНАСЛІДОК РОСІЙСЬКОЇ ЗБРОЙНОЇ АГРЕСІЇ У КВІТНІ 2024 РОКУ СТВОРИЛИ КОНТАКТ-ЦЕНТР ПРИ ДЕПАРТАМЕНТІ ЖКГ ХМР.

Спеціалісти центру підкажуть, як правильно подати заявку до програми «Відновлення», дізнатися, на якому етапі розгляду знаходиться заява, яких документів не вистачає тощо, для того, щоб кожен харків'янин використав можливість відновити своє житло за кошти державної програми «Відновлення».

За цей час за консультацією звернулося 2100 містян. Мешканка Салтівського району, власниця приватного будинку Жанна Зверева прийшла на прийом до консультанта, щоб зрозуміти, як діяти далі, бо частину компенсації за пошкоджене обстрілом житло вона вже отримала та розпочала ремонт:

— Приліт стався 23 квітня. Дахи пошкодило, паркани, всі шибки повибивало. У той самий день вікна нам закрили, а потім запропонували одразу оформити «Відновлення». Нам в цьому дуже допомагали, крок за кроком поясню-



вали, що робити, які документи потрібні. Ми швидко все зробили і наразі вже отримали перший транш — 70% коштів. Сьогодні прийшла дізнатися, що робити далі.

Зокрема, пані Жанну цікавило питання, як оформити підзвітні папери про проведені ремонтні роботи, на які і були витрачені кошти. Фахівці контакт-центру говорять, що найпоширенішою проблемою, з якою звертаються харків'яни, — невнесення майна у Реєстр речових прав. Також харків'яни часто запитують, коли ж надійдуть кошти за пошкодження, тож фахівець контакт-центру пояснює, що Харків не має важелів впливу на «Відновлення». Це виключно державна програма. Місто лише допомагає людям у ній розібратися.

Ірина Пащенко, головний спеціаліст відділу Департаменту ЖКГ ХМР:

— Реєстратори допоможуть зареєструвати майно в реєстрі речових прав. Або допоможуть зробити через портал «Дія». Нагадую, міська рада не є розпорядником нарахування компенсації, ним є міністерство інфраструктури. Тому, коли нарахують компенсацію, на жаль, від нас не залежить. У цьому разі ми радимо дочекатися sms-повідомлення від банкіну, в якому зареєстрована картка «Відновлення», про нарахування компенсації.

ХАЙ ІЩЕ 100 РОКІВ СТОІТЬ

ПАНІ АННА, ДИВЛЯЧИСЬ НА ДАХ СВОГО БУДИНКУ, РАДІЄ, АДЖЕ ТЕПЕР ДО НЕЇ В КВАРТИРУ ПІД ЧАС НЕГОДИ НЕ БУДЕ ПОТРАПЛЯТИ ДОЩОВА ВОДА ЧИ ІНШІ ОПАДИ.



Їй та сусідам пощастило, адже російські снаряди поки оминули цей дім, проте покрівля не витримала випробування часом і почала протікати:

— Будинку більше 100 років, дах ремонтували востаннє у 2012 році. Згодом з'явилися нові пробої, дощі нас заливали. Сусіду довелося навіть підлогу знімати. Тому ми дуже вдячні, що комунальники відгукнулися, ми навіть не сподівалися, що нам так швидко почнуть ремонт. Хлопці, як прийжджають зранку, так і працюють. Навіть ніколи не бачила, щоб вони пили каву чи на перекури ходили, все дуже вчасно. Якраз над моєю квартирою хлопці замінили покриття, і вже не тече — дощ, що був нещодавно, не потрапив в оселю.

Про відновлення покрівлі довго просити не довелося, достатньо було зателефонувати в інформаційно-диспетчерську службу Харкова 15–62 та розповісти про стан будинку. І ось уже понад два тижні на цій локації тривають ремонтні роботи. Вже встигли навести лад, зняти старе покриття та застелити гідробар'єром половину даху.

Віталій Корсаков, покрівельник:

— Нам треба повністю зробити весь дах, посилити кроквяну систему, яка не мінялася зі спорудження цього будинку. Ще треба було прибрати горище, тому що місцеві жителі наносили туди всіякий непотріб. Зараз уже виконано десь 25% робіт. Сподіваюся, що ми за місяць впораємося.

Наразі на даху працює 8 ремонтників. Більш швидкому відновленню заважають несприятливі погодні умови, адже після дощу на слизькому даху працювати неможливо. Окрім цього, в процесі з'являються й інші ускладнення. До речі, як говорять самі ремонтники, попри всі труднощі, вони намагатимуться завершити розпочаті роботи якомога скоріше, щоб жителі триповерхівки змогли провести зиму в теплих та сухих квартирах.



СПРАВЖНІЙ ПРИКЛАД ДЛЯ НАСЛІДУВАННЯ

ХАРКІВСЬКИЙ МІСЬКИЙ ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ ВІДЗНАЧИВ НАГОРОДАМИ СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ БРАЛИ УЧАСТЬ У МІЖНАРОДНИХ ЗМАГАННЯХ STRONGSPIRIT'S GAMES СЕРЕД ВЕТЕРАНІВ ТА ВІЙСЬКОВИХ.

Ігор Терехов подякував захисникам за їхню мужність та гідний результат. Вітаючи спортсменів-воjakів, він повідомив, що Харків активно працює над муніципальною ветеранською програмою та поліпшенням вулично-дорожньої інфраструктури, урахувавши стандарти безбар'єрності:

— Ви справжні герої і на полі бою, і на спортивній арені. Надзвичайно важливо, щоб усі, хто повертається з війни, мали можливість тренуватися, працевлаштовуватися, активно та з користю проводити свій час. Ми розробляємо відповідні програми, аналізуємо світовий досвід. Дякую вам за вашу самовідданість і ці досягнення! Ви є гідним прикладом для нашої молоді.

Збірна України складалася з 50 учасників, які виступали в шести дисциплінах: жим штанги на кількість, жим штанги на максимальну вагу, ривок гири, айрбайк, веслування на тренажері (100 метрів та 100 секунд), а також командне веслування. Харківську область на цих змаганнях представляли шестеро військових. Вони вибороли 11 золотих, 11 срібних та п'ять бронзових медалей на міжнародних змаганнях зі стронгмену.

Едуард Петряєв, військовий, учасник змагань:

— Я брав участь у кількох дисциплінах. Перше місце посів за жим лежачі на рази, друге — командне веслування. Змагання були дуже серйозні, були представники



інших країн: Сполучені Штати Америки, Нідерланди... Там також сильні бійці, які свого часу отримали поранення. Я найбільше радію, що ми обійшли США у веслуванні на цілих 9 метрів і посіли 2-ге місце. Ми вчергове довели, що харків'яни, П'ята Слобожанська бригада, міцні і можуть після поранення долати труднощі і демонструвати результат!

Родіон Мерчанський, військовий, учасник змагань:

— Я теж показав непоганий результат у своїй категорії, причому у своїй ваговій групі був найлегший, тому мені було найважче. Але не став останнім, як зміг, так до перемоги і боровся. Хотів попросити владу, щоб створювалися умови для життя, розвитку, роботи, особливо тим, у кого тяжкі поранення, з втратами кінцівок. Хоча я також був тяжко поранений, але на ногах і з руками, знову працюю у своєму підрозділі. А як їм існувати? Коли ми їздимо на різні змагання, люди кажуть: «Ви дивні люди, харків'яни. У вас будинок зруйнували, але ви миттєво там навели лад, поприбирали, почали ремонт». Вважаю, що передусім це заслуга мера. Поспілкувавшись із ним, бачу, що він звичайна людина, яка вболіває за наше місто, за те, щоб людям тут було комфортно жити. Це людина, яка створена для Харкова, а Харків для нього, так само, як і ми всі.

ОБЛИЧЧЯ ХАРКОВА

«ВІРЮ, ЩО ВСЕ БУДЕ ДОБРЕ»

ОЛЕНА САНЖАРЕВСЬКА — МАЙСТЕР ЗЕЛЕНОГО ГОСПОДАРСТВА НОВОБАВАРСЬКОГО РАЙОНУ СКП «ХАРКІВЗЕЛЕНБУД». НА ПІДПРИЄМСТВІ ПРАЦЮЄ 23 РОКИ.

Завдання її команди — піклування про зелене господарство району: висадка квітів, обрізання кущів та дерев, турбота про доглянутість вулиць, парків і скверів.

— Ця робота мені цікава і близька. Я сільська людина, з родини лісника. Коли приїхала у Харків і влаштувалася на підприємство, мене направили на навчання у технікум зеленого будівництва, — ділиться Олена Санжаревська.

Територія, за яку відповідає підрозділ пані Олени, охоплює більше 100 гектарів — від Холодної гори до Карачівки. Доглядати за величезним господарством непросто, а повномасштабна війна додала ще й іншої роботи.

У березні 2022-го Олена Санжаревська брала участь у порятунку від обстрілів символічних для міста цінностей: обкладала мішками з піском монумент Незалежності, пам'ятники Тарасу Шевченку, козаку Харьку. В той період скажений сусід шільно накривав Харків вогнем.

— До нас підходили представники іноземної преси, — згадує Олена Санжаревська. — Якось італійський журналіст запитав в мене: «Чи боїтеся?» Я відповіла: «Звісно, боюся. Ми живі люди».

Упродовж війни команда Олени працює на місцях обстрілів у Новобаварському районі. До того ж періодично виїжджає й на ракетні удари по всьому Харкову: кожен район створює бригаду, яка чергує у місті у вихідні дні. Працівники «Харківзеленбуд» допомагають рятувальникам і іншим комунальникам ліквідувати страшні наслідки руйнацій.

У важкі часи «Харківзеленбуд» продовжує опікуватися охайністю міста. Чимало роботи було влітку, але осінь і зима теж не дають розслабитися.

— Зараз прибираємо сушняк, намагаємося у міру можливостей виконувати заявки, що надходять на службу «1562». Робимо також обрізку, бо в цей час зупиняється рух соку у деревах, — каже пані Олена. — Але наразі основна робота — прибирання листя на вулицях, у скверах, парках. На деяких видах дерев листя ще тримається, але широколистяний клен рясно осипається.

Узимку обрізка дерев продовжиться. А ще до робіт додасться й чищення снігу, й посипання доріжок піском.

— Працюємо рік поспіль: постійно щось треба робити. Я сміюся, для мене що дача, що великий город, що моє місто — робота однакова, — зазначає пані Олена. — Люблю саджати квіти. Хочеться хоч трошки підняти людям настрій. Цього літа не було дощів, з поливами було дуже важко — наші поливалки часто забирали на лік-



відацію пожеж. Підтримували квіти, як могли, хотіли зберегти красиві орнаменти. Вірю, що наступного року все буде добре, і ми висадимо рослини ще краще, ніж в цьому році. Мені дуже подобається, як у складні часи мер Харкова Ігор Терехов організує життя міста. До речі, у мене є фотографія, де ми стоїмо поруч. Наші кажуть: «Та ти з Тереховим подружилася!», а мій чоловік шуткує, що я вже знаменитість.



МОВА ЄДНАЄ

25 ЖОВТНЯ З НАГОДИ ДНЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПИСЕМНОСТІ ТА МОВИ МІСТЯНИ ДОЛУЧИЛИСЯ ДО НАПИСАННЯ ВСЕУКРАЇНСЬКОГО РАДІОДИКТАНТУ НАЦІОНАЛЬНОЇ ЄДНОСТІ.

Для диктанту був обраний текст «Магія голосу» української письменниці Оксани Забужко. У прямому ефірі його читав письменник, музикант та захисник України Павло Вишебаба.

У заході взяли участь школярі, студенти, педагоги, волонтери, співробітники Харківської міської ради, районних адміністрацій, працівники комунальних підприємств, установ та організацій міста.

Директор Департаменту у справах сім'ї, молоді та спорту ХМР **Олександр Власенко** зазначив, що участь у написанні радіодиктанту актуальна не лише для учнів та студентів, а й для всіх жителів Харкова:

— Це більше, ніж просто перевірка грамотності. Це символ того, що українці, незалежно від місця проживання, об'єднані навколо мови та спільної мети — побудови сильного, незалежного та освіченого суспільства.

Харківські школярі писали диктант у метрошколі, демонструючи згуртованість та любов до рідної мови.

Анастасія Христофорова, школярка:

— Це не тільки про грамотність, а це й про об'єднання українців. Диктант пишуть люди з різних країн, із різних куточків України. Мені здається, таких заходів треба більше. Ми об'єднуємось, ми пишемо. У нас є, звичайно, цей мовний бар'єр, його треба прибирати. Так сталося, що Харків вважають російськомовним містом. Але ж вже час в суспільстві розмовляти українською.

Олександр Біловоленко, школяр:

— Таким чином ми розвиваємо свою мову, вчимося. До диктанту я ретельно готувався: читав вірші, твори, аудіокниги слухав та намагався писати диктанти.

Денис Медведєв, студент:

— Вважаю, що дуже важливо долучитися до таких заходів, та, загалом, читати українською, спілкуватись українською, адже мова — це наш скарб, кожне українське слово — крок до перемоги, до майбутнього миру!



Марія Ясенюк, студентка:

— Це дуже важливо для молоді. Для мене диктант — це покращення навичок мови та вміння говорити українською мовою чисто.

Олександр Пелюх, студент:

— Українська мова є для мене рідною, я використовую її повсякденно у спілкуванні, як з рідними, так і на роботі. Радий, що маю можливість долучитися до написання диктанту. Насамперед цей захід вкотре є актом підтвердження нашої незалежності та єдності, ідентичності, і, крім того, це чудова можливість перевірити свої знання та володіння рідною мовою та зрозуміти, над якими аспектами потрібно працювати, аби її покращувати.

Володимир Котковський, голова Адміністрації Шевченківського району:

— Це дуже добра традиція. Ми маємо можливість зібратися всі разом, перевірити свої знання. Сьогодні, коли триває широкомасштабна війна на території нашої України, — це спосіб кожного з нас висловити свою позицію. Це дуже добра справа. До речі, вся наша адміністрація не вперше бере участь у написанні всеукраїнського диктанту.

Світлана Кіриченко, депутатка ХМР:

— Вважаю, що диктант української єдності — найважливіша подія, саме тому, що сьогодні всі українці, де б вони не знаходилися, будуть робити спільну справу. Це об'єднує! Українська мова — код нашої нації!



ДІЗНАТИСЯ БІЛЬШЕ ПРО КУЛЬТУРУ НІМЕЧЧИНИ

БІБЛІОТЕКИ-ФІЛІЇ ЦБС НОВОБАВАРСЬКОГО РАЙОНУ СТАЛИ УЧАСНИКАМИ ПРОЄКТУ «НІМЕЦЬКА КНИЖКОВА ПОЛИЦЯ В УКРАЇНІ» ТА ОТРИМАЛИ У ПОДАРУНОК ЧУДОВІ КНИГИ.

«Німецька книжкова полиця в Україні» — частина проекту в межах обміну між німецькою та українською книжковою та літературною індустрією, що фінансується Уповноваженою федерального уряду Німеччини з питань культури та засобів масової інформації. Також проект реалізується Гете-Інститутом, Німецькою асоціацією видавців та книгорозповсюджувачів і Українським інститутом книги.

Завдяки небайдужим партнерам проекту книжковий фонд поповнився чудовими книгами, які відкриють читачам нові горизонти та допоможуть дізнатися більше про культуру і літературу Німеччини. Бібліотекарі вдячні партнерам за підтримку та запрошують харків'ян прочитати нові примірники.





В ХАРКОВІ ПРОВЕЛИ ТУРНІР З СУЧАСНОГО ТАНЦЮВАЛЬНОГО СПОРТУ



ДНЯМИ ПІД ПАТРОНАТОМ МІСЬКОГО ГОЛОВИ ІГОРЯ ТЕРЕХОВА ПРОЙШОВ ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ТУРНІР З СУЧАСНОГО ТАНЦЮВАЛЬНОГО СПОРТУ KHARKIV DANCE FLAVA-24. У ЗАХОДІ ВЗЯЛИ УЧАСТЬ 350 ТАНЦЮРИСТІВ З 13 ТАНЦЮВАЛЬНИХ КЛУБІВ.

Турнір був заснований у 2018 році Всеукраїнською громадською організацією «Асоціація сучасного та естрадного танцю України», танцювальним центром STYLE та Дмитром Смірновим. За час існування у змаганнях взяли участь танцюристи та судді з Харкова, Дніпра, Києва, Одеси, Полтави та інших міст України.

З початку повномасштабного вторгнення Kharkiv dance flava знов об'єднав керівників, тренерів та танцюристів, які попри все бажають займатися своєю улюбленою справою.

Організаторами конкурсу цього року виступили: Всеукраїнська громадська організація «Асоціація сучасного та естрадного танцю України», Департамент у справах сім'ї, молоді та спорту ХМР, танцювальний центр STYLE, Олександра Калініна та Дмитро Смірнов. Головний суддя турніру — Ірина Подмарьова.



АСТРОНАВТИ НОСЯТЬ PRADA



ВІДОМИЙ ДІМ МОДИ У СПІВРОБІТНИЦТВІ З КОМЕРЦІЙНОЮ КОСМІЧНОЮ КОМПАНІЄЮ АХІОМ СПАС СТВОРИЛИ НОВИЙ ДИЗАЙН СКАФАНДРА, ЯКІ НОСИТИМУТЬ АСТРОНАВТИ ПІД ЧАС МАЙБУТНЬОЇ МІСІЇ НА МІСЯЦЬ.

Створення скафандра потребувало кількох років. 10 фахівців модного дому постійно їздили між Міланом та базою Axiom Space у Хьюстоні (США).

Нові костюми для космонавтів мають переважно білий колір. Подекуди, як-от на ліктях на колінах, модель має сірі плями. Попри те що дизайн не містить логотипів, на ньому все ж можна побачити червоні акцентні лінії на передпліччях, талії та портативні рюкзаки системи життя, які перегукуються з визначальними рисами суббренду Prada Linea Rossa. Матеріал здатний відбивати тепло і забезпечувати захист від високих температур і місячного пилу. Творці костюму заявили, що професійні знання Prada про виробництво текстилю та техніку шиття допомогли «подолати прірву» між функціональністю та стилем.

З КИМ БУДЕМО ДРУЖИТИ

ДО ЄВРОПЕЙСЬКИХ КРАЇН УКРАЇНЦІ У ПЕРЕВАЖНІЙ БІЛЬШОСТІ СТАВЛЯТЬСЯ ДОБРЕ, СВІДЧИТЬ ОПИТУВАННЯ «ЦЕНТРУ РАЗУМКОВА».

Відповідаючи на запитання про ставлення до іноземних держав, більшість респондентів висловлюють позитивне ставлення до Латвії (87%), Литви (87%), Німеччини (87%), Великої Британії (86,5%), Франції (86%), США (84%), Канади (84%), Нідерландів (84%), Чехії (83%), Естонії (82%), Польщі (78%), Молдови (74%), Японії (72%), Словаччини (68%), Румунії (65%), Грузії (65%), Ізраїлю (58%), Туреччини (55%), Вірменії (52%).

Найбільш негативно опитані українці ставляться до Росії (94%), Ірану (85%), Білорусі (84%), Північної Кореї (76%), Китаю (73%) та Угорщини (59,5%).



Українці негативно ставляться не лише до російської влади (негативно ставляться до її президента, уряду та парламенту 96% опитаних), але й до її громадян — негативне ставлення до них висловили 77% респондентів, а позитивне — лише 3%.

СЕКРЕТ ПІЦЦИ

«№ 40»



НІМЕЦЬКА ПОЛІЦІЯ ЗРОБИЛА НЕЙМОВІРНЕ ВІДКРИТТЯ ПІД ЧАС РЕЙДУ ДО ПІЦЕРІЇ В МІСТІ ДЮССЕЛЬДОРФІ.

Інспекторам з харчової промисловості здалося, що в меню з позицією «№40» щось не так, і вони попередили поліцію.

Співробітники відділу боротьби з наркотиками почали спостерігати за рестораном і з'ясували, чому одна з піц користується особливою популярністю серед відвідувачів. Виявилося, що власник ресторану продав піцу «№ 40» не з часниковим соусом, а з кокаїном.

Коли поліція пішла його затримувати, 36-річний злочинець викинув із вікна пакет з наркотиками, який «потрапив прямо в руки поліцейським». Поліція виявила в квартирі 1,6 кг кокаїну, 400 г канабісу і 268 тис. євро готівки.

За кілька днів чоловіка випустили на волю, і він знову відкрив свій ресторан і продовжив продавати наркотики та піцу.

Слідчі скористалися можливістю дослідити ланцюжок постачання наркотиків до піцерії, що через кілька тижнів привело їх до розкриття наркогрупи в Західній Німеччині. Тож цього разу усі винні сядуть надовго.

МЕНШЕ — ЗНАЧИТЬ ЕФЕКТИВНІШЕ

ІСЛАНДІЯ ПРОДЕМОНСТРУВАЛА ВРАЖАЮЧІ ТЕМПИ ЕКОНОМІЧНОГО ЗРОСТАННЯ ТА НИЗЬКОГО РІВНЯ БЕЗРОБІТТЯ ПІСЛЯ ТОГО, ЯК В КРАЇНІ БУЛО ЗАПРОВАДЖЕНО ЧОТИРИДЕННИЙ РОБОЧИЙ ТИЖДЕНЬ.



Згідно з новим дослідженням, за підсумками 2023 року, ВВП Ісландії зріс на 5%, що є вражаюче високим показником для розвиненої економіки. Серед багатих країн Європи вищі темпи мала тільки Мальта. Для порівняння, протягом 2006–2015 років середні темпи зростання економіки в Ісландії склали лише приблизно 2% на рік.

Аналітики пов'язують економічні успіхи країни саме зі скороченням робочого тижня. Дослідники виявили, що продуктивність праці залишилася такою ж або покращилася на більшості робочих місць, тоді як самопочуття працівників «значно» зросло за низкою показників.

До 2022 року 51% працівників у країні перейшли на скорочений робочий день, або на чотириденний робочий тиждень. На сьогодні у такому форматі працюють 59% ісландців.

ДИТИНА — НЕ ЗАВАДА

В УКРАЇНІ МОЖУТЬ ЗМІНИТИСЯ ПРАВИЛА РОЗІРВАННЯ ШЛЮБУ ПРОТЯГОМ ПЕРШОГО РОКУ ПІСЛЯ НАРОДЖЕННЯ ДИТИНИ.

Відповідні зміни передбачає законопроект № 12137, зареєстрований у ВР 18 жовтня 2024 року.

Документ уже викликав дискусії серед правників та громадськості, оскільки пропонує розширити перелік підстав, за яких подружжя зможе розлучитися без очікування року після народження дитини.

Зараз позов про розірвання шлюбу не може бути поданий під час вагітності дружини та протягом одного року після народження дитини. Виключення можливе лише тоді, коли один із подружжя вчинив протиправні дії стосовно іншого подружжя або дитини.

Тепер пропонується дозволити подати позов, коли:

- ◆ подружжя не проживає спільно;
- ◆ один із подружжя, що проживає окремо, не бере участі у матеріальному забезпеченні сім'ї та ухиляється від утримання дитини.

На думку авторів законопроекту, такі зміни допоможуть



актуалізувати чинне законодавство, враховуючи сучасні соціальні реалії, включаючи випадки фактичного розпаду шлюбу, коли один із батьків не виконує своїх обов'язків щодо сім'ї.

У більшості європейських країн обмеження на розлучення фактично відсутні, що дозволяє забезпечити рівні права подружжю та уникнути примусового збереження сімейних відносин.

СЛОВА, ЯКІ РЯТУЮТЬ

ДОСВІДЧЕНИЙ МАНДРІВНИК МАРК ВОЛТЕРС, ЯКИЙ РОЗПОВІДАЄ ПРО СВОЇ ПОДОРОЖІ СВІТОМ НА ВЛАСНОМУ YOUTUBE-КАНАЛІ WOLTERS WORLD, НАЗВАВ ДЕВ'ЯТЬ СЛІВ, ЯКІ ОБОВ'ЯЗКОВО ВИВЧИТИ МОВОЮ ТІЄЇ КРАЇНИ, ЯКУ ВИ ВІДВІДУЄТЕ. ІНОДІ ВОНИ НАВІТЬ МОЖУТЬ ВРЯТУВАТИ ЖИТТЯ.

Насамперед туристам треба вивчити ввічливі слова.

— Тож «Будь ласка» і «Дякую» — це два слова, які вам завжди варто знати. Також потрібно обов'язково вивчити такі слова, як «Вітаю» і «До побачення». Не менш важливим є знан-



ня слів «Так» і «Ні». Це працює набагато краще, ніж кивки головою, оскільки в різних країнах це може означати абсолютно різні речі.

Крім того, за його словами, важливо знати, як сказати такі слова, як «Туалет» і «Де знаходиться?»

ЧИ МОЖНА КУПУВАТИ КВАРТИРУ З БОРГАМИ?

У ПРАКТИЦІ СУДОЧИНСТВА НЕПООДИНОКИМИ Є ВИПАДКИ, КОЛИ ПОКУПЦІ РАЗОМ ІЗ НЕРУХОМІСТЮ НАБУВАЮТЬ І КОМУНАЛЬНІ БОРГИ, НЕ ЗНАЮЧИ ПРО НИХ. НЕДОБРОСОВІСНІ ПРОДАВЦІ, ЗА НЕДОСТАТНЬОЇ УВАГИ ІНШОЇ СТОРОНИ, МОЖУТЬ ПРИХОВАТИ ЗАБОРГОВАНІСТЬ АБО Ж ПЕРЕВЕСТИ ЇХ НА НОВИХ ВЛАСНИКІВ, ПРОПИСАВШИ ЦЕ ОДНИМ ІЗ ПУНКТІВ ДОГОВОРУ КУПІВЛІ-ПРОДАЖУ.

Нерідко борги за комунальні послуги — це ще і нагода для зниження ціни на нерухомість. А деякі покупці, намагаючись придбати житло якомога дешевше, не гають час на ретельні перевірки та дізнаються про борги вже після купівлі квартири. За такої умови вони ризикують стати фігурантами судових справ щодо стягнення з них заборгованості, говорять адвокати. Фахівці розповіли, чи може квартира з боргами за комунальні послуги стати об'єктом для покупки, чи треба платити борг за попереднього власника.

► ЧИ ВИМАГАЮТЬ ВІДСУТНІСТЬ БОРГІВ ЗА ПРОДАЖУ КВАРТИРИ?

На законодавчому рівні в Україні не вимагається в обов'язковому порядку надавати довідку про наявність або відсутність боргів з квартплати під час укладення договору купівлі-продажу нерухомості. Тож самі борги продавати житло не завадять.

— Виняток можуть становити лише ситуації, коли на нерухомість накладено арешт через примусове стягнення боргу, який становить понад 20 мінімальних заробітних плат, що на 1 квітня 2024 року складає приблизно 160 тис. грн, — пояснює юрист Тетяна Даниленко.

У разі якщо є заборона на відчуження нерухомості, продати її не можна, каже адвокат.

— Якщо квартиру заарештовано через борги за комуналку, то заборону можна зняти лише після погашення



заборгованості через судового виконавця. У інших ситуаціях, якщо нотаріус і покупець не просять надати виписку про оплату комунальних рахунків, покупець цього може не робити. За законодавством України продавати квартиру з боргами з комунальних послуг не заборонено, — описує ситуацію фахівець.

► ЧИ ПЕРЕХОДИТЬ БОРГ ПО КОМУНАЛЦІ ДО НОВОГО ВЛАСНИКА?

Купівля нерухомості означає, що у вас з'являється право власності, а разом з тим переходять і обов'язки, пов'язані з ним.

Але з огляду на те, що це настає з моменту реєстрації в Єдиному державному реєстрі, борг за квартиру, який накопичився раніше, ви оплачувати не повинні. Це обов'язок попереднього власника.

Споживачі зобов'язані розрахуватися за комунальні послуги лише тоді, коли вони фактично скористалися цими послугами.

— Судова практика вказує, що нові власники не відповідальні за борги щодо комунальних послуг попередніх власників. Виняток — у договорі прописано, що всі борги по нерухомості переходять новому власнику. Але на практиці ситуація може бути зовсім іншою, — каже адвокат.

► ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ВАС ПРИМУШУЮТЬ СПЛАТИТИ БОРГ ЗА ПОПЕРЕДНЬОГО ВЛАСНИКА?

Все одно потрібно бути готовим, що комунальні служби можуть пред'явити вимоги сплатити борг або почнуть спонукати до сплати, під приводом неукладення без цього договорів з новим власником. Сміливо відмовляйте їм в цьому, тому що за законом такі претензії безпідставні, закликає Тетяна Даниленко.

— Будьте впевнені, співробітники комунального підприємства, виставляючи платежі, знають, що ви не повинні їх оплачувати, але наважуються на такий крок, щоб у будь-який спосіб стягнути на свою користь кошти. Винятком є випадок, коли ви погоджуєтесь відшкодувати борг, і це зазначено в договорі купівлі-продажу. За загальними правилами, борг буде значитися за попереднім власником протягом трьох років, після чого, якщо його не погашати, він спишеться за терміном позовної давності, — пояснює вона.

Рекомендації юристів. Загалом, щоб уникнути вирішення питань з боргами попередніх власників, перед покупкою квартири наполягайте на пред'явленні продавцем довідки про відсутність заборгованості за спожиті послуги.

Тут варто також врахувати той нюанс, що у квартирі може бути кілька власників, і кожен може мати свій особливий рахунок.

— Обов'язково перевірте інформацію за кожним рахунком в обслуговуючій компанії. Це не візьме багато часу, але одночасно забезпечить від проблематичних ситуацій з керуючою компанією та постачальниками комунальних послуг в подальшому, — радить Тетяна Даниленко.



ЗАХИСТИТИ ТЕХНІКУ ВІД РАПТОВИХ ПЕРЕПАДІВ НАПРУГИ

РАПТОВІ ПЕРЕПАДИ НАПРУГИ В ЕНЕРГОСИСТЕМІ МОЖУТЬ НАШКОДИТИ НАШИМ ДОМАШНІМ ПРИСТРОЯМ. РОЗБИРАЄМОСЯ, ЯК ВБЕРЕГТИ СВОЮ ПОБУТОВУ ТЕХНІКУ — ХОЛОДИЛЬНИКИ, ТЕЛЕВІЗОРИ ТА ІНШІ ПРИЛАДИ У ВАЖКІ ЧАСИ.

► 1. АЛЬТЕРНАТИВНІ ДЖЕРЕЛА ЖИВЛЕННЯ

У осінньо-зимовий період під час війни період відключення світла може бути достатньо тривалим. Саме тому подумайте про альтернативне джерело електрики.

Придбайте потрібну кількість потужних повербанків та портативні зарядні станції або можете розглянути можливість покупки генератора. Остання опція підійде не всім, бо коштує чималих грошей. Проте якщо ви живете у приватному будинку, то саме генератор допоможе уникнути проблем зі світлом.

Зараз також є достатньо потужні зарядні станції, що здатні забезпечити живленням холодильник, бойлер або навіть котел. Не забувай-



те про джерело безперебійного живлення (ДБЖ). Деяка техніка є найбільш чутливою до стрибків електроенергії, тому краще одразу підключати такі прилади через ДБЖ.

► 2. НАДІЙНИЙ МЕРЕЖЕВИЙ ФІЛЬТР ТА РЕЛЕ КОНТРОЛЮ НАПРУГИ

Перепади напруги особливо небезпечні для гаджетів. Якісний мережевий фільтр обов'язково стане вам у пригоді у разі раптового вимкнення та увімкнення світла.

Чому це є хорошою ідеєю? Сучасні мережеві фільтри мають USB-зарядки, розетки та кнопку для вимкнення всіх підключених пристроїв. Вони здатні якнайкраще захистити прилади від перенавантаження.

Ще одним ефективним методом є встановлення автоматичного реле напруги у розподільчому щиті. Якщо спостерігається подача надто високої напруги у квартирі, пристрій автоматично вимикається.

► 3. ВИМКНЕННЯ ТЕХНІКИ З РОЗЕТКИ

Найпростіша порада завжди є найкращим рішенням. Вимикайте техніку з розетки. І хоча це може здаватися клопіткою справою, але саме це вбереже всі домашні прилади. У цій ситуації знову згадайте про мережеві фільтри, які вимикаються автоматично.

ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ ПРО МАГНІТНІ БУРІ

НА ПОЧАТКУ ЖОВТНЯ НА СОНЦІ БУЛО ЗАФІКСОВАНО НАЙБІЛЬШИЙ СПАЛАХ З ВЕРЕСНЯ 2017 РОКУ. МАГНІТНІ БУРІ ТРИВАЛИ ЩОНАЙМЕНШЕ ТРИ ДОБИ. ЧОМУ БАГАТО ХТО У ТАКІ ПЕРІОДИ СКАРЖАТЬСЯ НА ПОГАНЕ САМОПОЧУТТЯ?

► ЩО ТАКЕ МАГНІТНА БУРЯ

Сонце — розжарена постійно активна газова куля. Сплахи на поверхні Сонця призводять до викидів заряджених частинок у космос. Цим часткам зазвичай потрібно від трьох до п'яти днів, щоб досягти Землі. Магнітосфера Землі, що захищає нас від сонячної радіації, відхиляє більшу частину сонячної активності, але деякі заряджені частинки просочуються та спричиняють обурення магнітосфери. Це і є магнітна (сонячна) буря.

► ЯК ЛЮДИ ДІЗНАЛИСЯ ПРО МАГНІТНІ БУРІ?

Сам термін «магнітна буря» був запроваджений ще німецьким натуралістом Олександром фон Гумбольдтом (1769-1859) на початку XIX століття. З його ініціативи у 30-х роках XIX століття було створено мережу магнітних обсерваторій, які вивчали зміни магнітного поля Землі. Спостереження за плямами на поверхні Сонця, які ще вивчав Галілей, дозволили встановити наявність 11-річного циклу сонячної активності. Едвард Сабайн 1852 року виявив зв'язок між циклом сонячної активності та виникненням потужних магнітних бур.

► ЯК ЧАСТО ТРАПЛЯЮТЬСЯ МАГНІТНІ БУРІ

Геомагнітні бурі можуть бути повторюваними або неповторюваними. Бурі, що повторюються, залежать від обертання Сонця і відбуваються кожні 27 днів. Але в періоди пікової активності трапляються і кілька магнітних бур щодня. В інші періоди — менше однієї бурі на тиждень. Поточний цикл активності Сонця привів у 2024 році до піку магнітних бур.

► ЯК МАГНІТНІ БУРІ ДІЮТЬ НА ЛЮДЕЙ?

Медики скептично ставляться до того, що геомагнітні бурі можуть впливати на здоров'я: космічна погода вирує надто далеко від нас, і звичайне щоденне фізичне навантаження впливає на людей набагато сильніше, ніж заряджені частинки Сонця.

Тоді чому у дні магнітних штормів болить голова та скаче тиск? Вчені, які вивчають космічну погоду, пояснюють: клітини людського тіла мають певний електричний заряд та можуть реагувати на зміну космічної погоди. Якщо частота коливань геомагнітного поля становить 1–2 секунди, це збігається з ритмом серцевих скорочень у людей із патологіями серця та судин. Відповідно, у них може погіршитись самопочуття.

До речі, приблизно 70% інсультів, інфарктів та гіпертонічних кризів відбувається під час магнітних бур.

► НАЙПОШИРЕНІШІ СИМПТОМИ ПОГІРШЕННЯ САМОПОЧУТТЯ

- Як показують спостереження, магнітні бурі можуть:
- ◆ уповільнювати капілярний кровотік, що провокує кисневе голодування тканин;
 - ◆ посилювати проблеми з тиском;
 - ◆ спровокувати безсоння;
 - ◆ спричинити тахікардію;
 - ◆ запускати тригери мігрені;
 - ◆ загострювати проблеми опорно-рухового апарату.

► ЧОМУ ПОТЕРПАЮТЬ ДЕЯКІ ЛЮДИ?

Це залежить від метеозалежності. Виражається вона у всіх по-різному, індивідуально, і пов'язана з психологіч-



ним станом людини, з сезоном року і схильністю до серцево-судинних захворювань.

Особливо сильно люди реагують на наслідки магнітних бур восени — через загальне зниження стресостійкості організму. Причина — зниження вироблення мелатоніну, що відповідає за стійкість до стресових ситуацій. Тому внаслідок магнітних бур часто виникають напади запаморочення, нервові зриви, збільшується кількість суїцидів.

Взагалі, метеозалежність носить психологічний характер, оскільки проявляється відразу після повідомлень

► ЧИ Є ЛІКИ ДЛЯ МЕТЕОЗАЛЕЖНИХ?

Одних лише видів головного болю налічується майже 300. І конкретного, пов'язаного з магнітними бурями, немає. Кожен вид головного болю зазвичай має свою фізичну причину, і лише після вивчення — де болить, як болить, як довго — лікарі з'ясовують діагноз та призначають лікування.

Те саме стосується й інших «симптомів магнітних бур». Виявивши у себе проблеми зі здоров'ям у дні магнітних бур, краще пройти обстеження та знайти реальну причину нездужання, а не валити все на погоду.

Проте під час магнітних бур варто уникати важких фізичних навантажень, повністю відмовитися від вживання алкоголю, утриматися від жирної та солодкої їжі. Людям, які страждають на серцево-судинні захворювання, рекомендується завжди тримати під рукою звичні ліки.

► НА ЩО Є ВПЛИВ

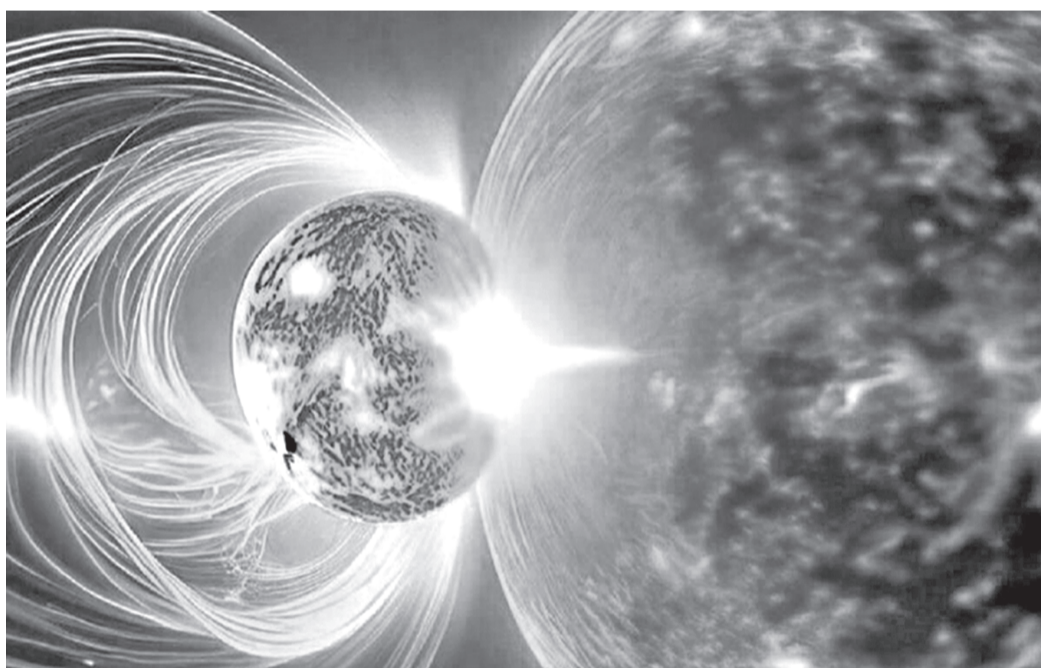
Насамперед на енергетику. Один із яскравих прикладів новітньої історії стався 13 березня 1989 року. Викид корональної маси вивів з ладу електроенергію у північно-східних районах США та Квебеку. Мільйони людей постраждали від втрати електроенергії, яка тривала трохи не дев'ять годин.

Буря 11 вересня 2005 року запам'яталася у США тим, що 50-годинні обурення магнітного поля призвели до відключення зв'язку в багатьох районах

Північної Америки та різкого зниження точності супутникової навігації.

► НАЙСИЛЬНІША МАГНІТНА БУРЯ

Так звана Подія Керрінгтона була найсильнішою геомагнітною бурєю, що обрушилася на Землю на початку вересня 1859 року, коли астроном-аматор Річард Керрінгтон з Англії помітив раптовий спалах яскравого світла. Менш ніж за 20 годин корональний викид сонячної маси пролетів 90 млн миль і досяг Землі у вигляді надзвичайно потужної сонячної бурі. Майже всі 125 тис. миль телеграфних ліній у світі було порушено, а в деяких районах відключення тривали вісім годин. Телеграфні апарати били струмом своїх операторів та підпалювали папір. Полярні сніжки освітлювали небо ледве не до півдня, до екватора. Уперше вчені побачили зв'язок між сонцем та геомагнітними бурями, а також вплив цих бур на сучасні технології та людей.



про майбутні магнітні бурі. Люди так вірять у те, що магнітне поле може нашкочити самопочуттю, що воно дійсно погіршується. Тут уже є поле діяльності для лікаря-психотерапевта.

► ЩО ПОТУЖНІШЕ — МАГНІТНА БУРЯ ЧИ ВИПРОМІНЮВАННЯ МРТ

Під час МРТ-дослідження на людину впливає дуже інтенсивне магнітне поле, що мінімум у 100 разів перевищує «природне». Отож рідко хтось скаржиться на самопочуття після магнітно-резонансної томографії. А апарат МРТ має напруженість магнітного поля 1,5 нТл, що в мільйон разів потужніше магнітної бурі.

Та й мобільні телефони, які сучасні люди практично не випускають з рук, також генерують магнітне випромінювання. Втім це не заважає годинами розмовляти по мобільному або дивитися на ньому серіали.



ЯК ЗНАЙТИ ГАРНОГО ПСИХОТЕРАПЕВТА?

ОСТАННІ ДЕКИЛЬКА РОКІВ ВІЙНА ЗМУШУЄ НАС ПРАЦЮВАТИ НА МЕЖІ МОЖЛИВОСТЕЙ, І СТАРИХ МЕТОДІВ САМОРЕГУЛЯЦІЇ МОЖЕ НЕ ВИСТАЧАТИ. ВИНИКАЄ БАЖАННЯ ЗВЕРНУТИСЯ ДО ПРОФЕСІОНАЛА, АЛЕ ЗНАЙТИ ЙОГО НЕ ТАК ПРОСТО, А СКАНДАЛИ Й РОЗКРИТТЯ В СОЦМЕРЕЖАХ ПІДСВІЧУЮТЬ РИЗИК НАТРАПИТИ НА ШАХРАЯ ТА ПРОФАНА. ЯКИМ МАЄ БУТИ ХОРОШИЙ СПЕЦІАЛІСТ І ДЕ ЙОГО ШУКАТИ? ЯК ВИБРАТИ ПСИХОТЕРАПЕВТА, РАДИТЬ ФАХІВЧИНЯ ЦЬОЇ ГАЛУЗІ АНАСТАСІЯ КАЙСИН.

▶ ПСИХОЛОГ, ПСИХОТЕРАПЕВТ, ПСИХІАТР: У ЧОМУ РІЗНИЦЯ

Для початку варто розібратися, які спеціалісти можуть бути корисні залежно від запиту

Психолог — спеціаліст із психологічною освітою, який допомагає розв'язати психологічні проблеми за допомогою розмов, вправ та інших немедикаментозних методів і працює з конкретним запитом на рівні консультації.

Психотерапевт — спеціаліст із психологічною або медичною (психіатричною) освітою, а також додатковою освітою в одному з психотерапевтичних напрямів (психоаналіз, клієнт-центрована терапія тощо), який працює з основним запитом, але в процесі роботи може виходити на глибші рівні за межами запиту.

Психіатр — спеціаліст із медичною психіатричною освітою, який може призначати ліки та працює з більш серйозними психічними розладами. За наявності додаткової освіти в одному з психотерапевтичних напрямів може працювати як психотерапевт.

Іноді люди тривожаться, що можуть звернутися не до того спеціаліста. Втім, якщо ви звертаєтесь до кваліфікованого фахівця і він бачить запит, з яким не може працювати, він спрямує вас до іншого спеціаліста.

▶ МІФИ ПРО ПОШУК ПСИХОТЕРАПЕВТА

Найкращий шлях пошуку — сарафанне радіо

І так, і ні. Звісно, він найпростіший і дає всі шанси швидко знайти спеціаліста, який допоміг вашому колезі чи другу. Але, якщо мова йде не про психіатра, а саме про психотерапевта, тобто людину, з якою ви вирушите шляхом самодослідження, він може виявитися не надто дієвим. Вибір психотерапевта — це індивідуальний процес: як різним людям пасує різний одяг, так і підходять різні спеціалісти.

Я сам собі психотерапевт

У певному сенсі кожен із нас дійсно краще чи гірше володіє навичками саморегуляції. Проте, якщо ви постаєте перед труднощами, які не можете вирішити самотужки і хочете пропрацювати їхні причини й корені, у цьому допоможе професіонал. Як не крути, виривати собі зуб мудрості й оперувати апендицит, звісно, теоретично можливо, але не надто зручно.

Обирати краще психотерапевта своєї статі

Зовсім не обов'язково. Деяким людям дійсно комфортніше розкриватися перед людьми своєї статі. До того ж більшість проблем і запитів універсальні для чоловіків і жінок.

Що старший спеціаліст, то більш досвідчений

Стаж спеціаліста, звісно, важливий, але це не єдине, що робить психотерапію ефективною. У деяких випадках навіть може бути протилежний ефект: коли зі страху перед авторитетом спеціаліста буде лячно торкатися особистих тем.

▶ ЧЕКЛІСТ ГАРНОГО СПЕЦІАЛІСТА І ДЕ ЙОГО ШУКАТИ

На що звернути увагу, обираючи психотерапевта, щоб бути впевненим у його кваліфікації і не натрапити на шахрая:

- ◆ Має фундаментальну вищу освіту — медичну (психіатр) або психологічну.
- ◆ Має додаткову освіту в одному з напрямів психотерапії (психоаналіз, гештальт-терапія, системна сімейна тощо).
- ◆ Сертифікований в одному з напрямів психотерапії.
- ◆ Є членом професійної спільноти.
- ◆ Регулярно проходить супервізії, інтервізії, має особистий терапевтичний досвід.
- ◆ Внесений до професійного реєстру психотерапевтів.
- ◆ Відвідує професійні конференції та бере в них участь як спікер.

Що більше «так» у цьому списку, то краще.

Де ж знайти такого спеціаліста? Зараз є багато платформ і застосунків, які обіцяють гарантовану перевірку документів і кваліфікації спеціаліста. Найбільш довіреним ресурсом, де представлені спеціалісти, які відповідають зазначеним вище критеріям, є офіційний реєстр Української спілки психотерапевтів і його європейський аналог — EAP register. Тому свої пошуки ви можете розпочати безпосередньо з цих реєстрів або з платформи пошуку спеціалістів з подальшою звіркою з реєстром.

Оскільки в процесі терапії ключову роль відіграє особистість психотерапевта, ви можете дослідити їхні сторінки в соцмережах і обрати того, хто більше імпонує. На першій зустрічі або перед нею ви можете запитати про досвід і кваліфікацію та побачити, як спеціаліст реагує на ваші запитання. Якщо з розмитими відповідями й роздратуванням, варто розглянути інших фахівців.

▶ ЯК ОБРАТИ НАПРЯМ ПСИХОТЕРАПІЇ

Є велика кількість напрямів психотерапії, які з'являються та динамічно розвиваються в умовах свого часу й суспільства. Ще Віктор Франкл зазначив: «Кожному часу — свій невроз». Так і з підходами терапії — кожен з'явився в тому часі й історичному контексті, коли був найбільш потрібен.

Який підхід покаже найбільшу ефективність, залежить і від самого запиту. Наприклад, фобії та ПТСР чудово опрацьовуються когнітивно-поведінковою терапією. Для

дітей і дорослих, яким важко сформулювати й розрізнити почуття, можуть підійти різноманітні варіації арттерапії. Орієнтованим на результат і тим, у кого є конкретна ціль, буде корисним коучинг. Тим, хто готовий до довгої подорожі із самодослідження та пропрацювання внутрішніх конфліктів, підійдуть психоаналіз, клієнт-центрована, позитивна, гештальт-терапія тощо.

Не бійтеся помилитися підходом, адже всі напрями, затверджені Асоціацією психотерапії, дієві. Головне — знайти спеціаліста, який стане вашим довіреним провідником.

▶ ЯК ЗРОЗУМІТИ, ЩО СПЕЦІАЛІСТ ВАМ ПІДХОДИТЬ

Терапія — це про стосунки, які ви формуєте зі спеціалістом. Дослідження неодноразово підтверджували, що саме міцні й позитивні взаємини клієнта та психотерапевта визначають успішність терапії, незалежно від обраного методу. У цих стосунках важлива наявність психологічного контакту з психотерапевтом, що проявляється в почутті симпатії та довіри, готовності разом рухатися до цілі, комфорту в спілкуванні. Спеціаліст, до якого ви звернулися, може бути хорошим професіоналом, але основний інструмент психотерапевта — його особистість. За відсутності довіри й контакту ваша терапія не матиме ефективності. Це не те, що має бути компромісом, тому насамперед довіряйте внутрішньому почуттю.

▶ ЩО РОБИТИ, ЯКЩО СПЕЦІАЛІСТ ВАМ НЕ ПІДХОДИТЬ

Якщо ви не відчуваєте довіри й психологічного контакту зі спеціалістом, не бійтеся про це сказати й обговорити, що саме вам заважає. Стосунки з психотерапевтом подібні до інших стосунків у вашому житті: зворотний зв'язок і відкритий діалог — річ універсально корисна в будь-яких взаєминах. Якщо зв'язок не формується, не бійтеся завершити психотерапію з одним спеціалістом і на базі зроблених висновків знайти іншого. Заявити про напругу й дискомфорт варто й тоді, коли взаємодія йшла комфортно до певного часу, а потім щось змінилося. Активізація механізмів психологічного захисту може бути маркером того, що ви наблизилися до важливої теми, після пропрацювання якої вийдете на новий рівень.

Буває й інша ситуація, коли в силу різних обставин сам психотерапевт не може продовжити терапію з вами. Якщо ця ситуація передбачена, ви можете заздалегідь обговорити альтернативні шляхи роботи, поступовий вихід із терапії, також ваш психотерапевт може порекомендувати колега, яким довіряє. Ситуації, коли зупинка терапії стається різко й непередбачувано, менш сприятливі, оскільки переживаються як втрата близької людини. Тому якщо ця тема вас тривожить, доречно її обговорити та визначитися з можливими варіантами рішення.

Обрати кваліфікованого спеціаліста може бути непросто, але певні критерії та уважність до власних відчуттів допоможуть знайти професіонала, який стане вашим надійним партнером.

ЩОБ ОСОБИСТЕ ЗАЛИШАЛОСЯ ОСОБИСТИМ

У ЕПОХУ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ НАВРЯД ЧИ У ЛЮДИНИ ЗАЛИШАЄТЬСЯ БАГАТО ТАЄМНИЦЬ ВІД СОЦІУМУ. СВОЇМ ВІДПОЧИНКОМ АБО НОВИМИ ПОКУПКАМИ ВОНА РАДО ДІЛИТЬСЯ З ПІДПИСНИКАМИ В СОЦМЕРЕЖАХ, А ІНКОЛИ НАВІТЬ СНІДАНОК АБО ВПОДОБАННЯ У ФІЛЬМАХ НЕ ЗАЛИШАЮТЬСЯ ПРИХОВАНИМИ ВІД ІНШИХ.

Та все ж варто дбати про свою безпеку у соціальних мережах і спостерігати, щоб важливі дані не передавалися ненадійним особам або організаціям.

Є звички, які можуть нашкодити нашій безпеці в онлайн-просторі. Якщо навчитися уникати їх, можна убезпечити себе від шахрайства, сталкінгу та інших проблем.

▶ НЕ ПРИЙМАЙТЕ ЗАПИТИ НА ДРУЖБУ ВІД НЕЗНАЙОМЦІВ

Деякі користувачі за першої можливості приймають запити на дружбу від незнайомих, щоб збільшити кількість підписників. Однак згодом ці випадкові незнайомиці можуть позначити тебе в публікаціях та надсилати підозрілі посилання. Крім того, вони бачитимуть твої особисті оновлення.

Не можна захистити власну приватність, даючи дозвіл незнайомцям підписуватися на свій Instagram або інші соцмережі. Тож перевіряйте запити та переглядайте профілі, перш ніж схвалити запит.

Якщо щось тебе насторожує, краще відхилити запит або навіть поскаржитися у підтримку.



▶ НЕ ДІЛИТЬСЯ МІСЦЕМ ПЕРЕБУВАННЯ У РЕАЛЬНОМУ ЧАСІ

Любите ставити геолокації в сторіз та показувати, де саме гарно проводите час? На перший погляд здається, що у цьому немає нічого поганого. Але зловмисники можуть скористатися цим, щоб відстежувати вашу активність.

Наприклад, грабіжники інколи використовують соціальні мережі, щоб полювати на людей. А ще не забувайте про сталкінг — переслідування сторонньою людиною. Тому краще виставляти фото з геолокацією вже після того, як прийдете додому і будете у безпеці.

▶ НЕ ПЕРЕХОДЬТЕ ЗА ПІДОЗРИЛИМИ ПОСИЛАННЯМИ

Вам прислали посилання з оголошенням, що ви стали переможцем лотереї та виграли мільйон? Краще видаліть повідомлення, заблокуйте відправника, а ще напишіть скаргу у кіберполіцію.

За такими посиланнями часто ховається вірус або інші шахрайські схеми. Тому в жодному разі не відкривайте його, щоб не стати жертвою обману або навіть злочину.

▶ НЕ БЕРІТЬ УЧАСТЬ В ТЕСТАХ ТА ВІКТОРИНАХ

Вікторини та завдання в соціальних мережах здаються нешкідливими, але часто вони збирають персональні дані для маркетингових або інших цілей.

Краще не брати в них участі, якщо це не прямі дослідження чи опитування. Адже такі ігри, найімовірніше, вимагають доступу до сторінки, а отже, збирають особисті дані, які потім можна продати.

▶ НЕ ІГНОРУЙТЕ НАГАДУВАННЯ ПРО ЗАМІНУ ПАРОЛЯ

Паролі варто міняти принаймні раз у декілька місяців. Деякі сервіси періодично запитують або нагадують користувачам про те, що пароль час змінити. Не ігноруй це прохання.

Крім того, активуйте двофакторну перевірку акаунта з прив'язкою сторінки до мобільного телефона, електронної пошти чи спеціальної програми-автентифікатора. Це ускладнить ймовірність отримати доступ до сторінки третім особам.

▶ НЕ НЕХТУЙТЕ КОНФІДЕНЦІЙНІСТЮ В МЕРЕЖІ

Ваш онлайн-простір повинен бути надійно захищений, інакше одного дня сторінка без вашого відома поширюватиме крипто-спам або інші фішингові повідомлення серед друзів та родичів.

Не нехтуйте порадами з поліпшення конфіденційності в мережі, налаштуйте свій профіль та приділяйте увагу періодичній перевірці та зміні паролів.

ЯК ВІДНОВИТИ СВДОЦТВО ПРО НАРОДЖЕННЯ

СВДОЦТВО ПРО НАРОДЖЕННЯ — ПЕРШИЙ ОФІЦІЙНИЙ ДОКУМЕНТ У ЖИТТІ КОЖНОЇ ЛЮДИНИ. В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ЙОГО ЛЕГКО ПОШКОДИТИ АБО ЗАГУБИТИ.

▶ ХТО МОЖЕ ПОНОВИТИ СВДОЦТВО

Свідцтво про народження — важливий документ. Насамперед він може знадобитися для підтвердження родинних зв'язків, оформлення документів, вступу до вишу, отримання громадянства або дозволу на проживання в іншій країні.

Повторно отримати свідцтво про народження може:

- ◆ фізична особа для себе;
- ◆ дитина, за наявності паспорта;
- ◆ усиновлювачі та інші визначені законодавством особи.

▶ ЯКІ ДОКУМЕНТИ ПОТРІБНІ

Для відновлення втраченого свідцтва про народження вам необхідно мати:

- ◆ заяву на відновлення документа — заявником можуть бути як батьки, так і людина, якій необхідно відновити свідцтво;
- ◆ паспорти батьків, де є позначка про дітей, або ж документ, який підтверджує факт батьківства;

◆ документи, що підтверджують родинні (сімейні) стосунки з особою, щодо якої повторно видається свідцтво (якщо звертається опікун/піклувальник);

◆ документи, які підтверджують близьку спорідненість із дитиною;

◆ квитанцію про сплату послуги на повторну видачу документа.

Для отримання послуги у ДРАЦСу потрібно сплатити державне мито та плату за послугу.

Свідцтво про народження повторно видають органи ДРАЦСів, також можна замовити документ онлайн через Дію.

▶ ЯК ОТРИМАТИ НОВЕ СВДОЦТВО ЧЕРЕЗ ДРАЦСи

Щоби відновити свідцтво, необхідно з документами звернутися до ДРАЦСу.

Повторно свідцтво про народження видається незалежно від місця державної реєстрації акта цивільного стану та місця проживання особи.

Свідцтва про народження дітей повторно видаються їхнім батькам і усиновителям незалежно від віку дитини.

Українці, які особисто звернулися до відділу ДРАЦСу, можуть отримати своє свідцтво про народження того ж дня. Необхідно лише пред'явити паспорт. Відновлене свідцтво має таку саму юридичну силу, як і втрачений документ.

▶ ЯК ОТРИМАТИ НОВЕ СВДОЦТВО ЧЕРЕЗ ДІЮ

Отримати нове свідцтво можна й онлайн. Необхідно подати відповідну заяву на порталі «Дія» та вибрати спосіб отримання.

Як отримати послугу:

- ◆ авторизуйтеся або зареєструйтеся в особистому кабінеті;
 - ◆ заповніть форму для повторного отримання свідцтва;
 - ◆ виберіть спосіб отримання документа (у відділенні ДРАЦСу або у відділенні чи кур'єром Укрпошти);
 - ◆ сплатіть за послугу;
 - ◆ очікуйте сповіщення на пошту (переглянути статус заяви також можна в особистому кабінеті в розділі Послуги — Замовлені послуги);
 - ◆ отримайте документ обраним способом.
- Термін надання послуги — орієнтовно 3 робочі дні.

ЦИФРОВИЙ ХАБ У ДОПОМОГУ

ЦЕНТРАЛЬНА ДИТЯЧА БІБЛІОТЕКА ЦБС НЕМИШЛЯНСЬКОГО РАЙОНУ ДОЛУЧИЛАСЯ ДО ПРОЄКТУ «ЦИФРОВИЙ ХАБ».

В рамках цього проєкту бібліотекарі допомагають людям поважного віку легко і просто навчитися користуватися потрібними сучасними сервісами, а саме:

— Дія — державний портал, де можна отримати всі послуги онлайн: швидко, зручно та доступно. Потрібні документи зосереджено на одній локації — у вашому смартфоні чи ноутбучі.

— Дія. Освіта — освітня платформа актуальних знань та навичок. Її місія — зробити сучасні вміння і навички доступними для всіх в Україні. Платформа доступна українською та англійською мовами.

У книгозбірні зазначили, що всі охочі завжди можуть прийти у бібліотеку та отримати консультацію. Або вивчити можливості свого смартфона самостійно онлайн за допомогою курсів цифрової грамотності за посиланням <https://osvita.diia.gov.ua/>

ЦИФРОВА ОСВІТА

Долучаємося до проєкту Немишлянської ЦБ «Цифровий ХАБ», допомагаючи нашим читачам освоїти цифрові технології.

ЦЕНТРАЛЬНА ДИТЯЧА БІБЛІОТЕКА

Дія

Здобувай знання з цифрової грамотності

Гороскоп на 29 жовтня

♈ Овен (21 березня — 20 квітня)
Небажано робити покупки, навіть якщо йтиметься лише про запаси продуктів на наступний тиждень: найімовірніше, термін їхньої придатності закінчуватиметься, а то й зовсім буде прострочений. Також небажано втручатися в будь-які конфлікти.

♉ Телець (21 квітня — 21 травня)
Сили вичерпуються, тому витратити їх необхідно економно і наполеонівських планів не будувати. Вирушаючи на шопінг, будьте максимально обережні з грошима: сьогодні можна не лише витратити значну суму, завдавши втрат своєму бюджету, але і придбати те, що вам зовсім не потрібно.

♊ Близнюки (22 травня — 21 червня)
Необхідно відмовитися від будь-яких поїздок, оскільки успішними вони сьогодні не будуть, краще — звісно, за можливості, — взагалі не залишати стіни своєї оселі. Бо віддалену роботу ніхто не скасовував.

♋ Рак (22 червня — 22 липня)
З обережністю треба ставитися до подій, що відбуваються з нами: оцінити їх об'єктивно буде дуже складно, а в деяких випадках і неможливо. Навіть якщо ваш настрій не найкращий, не варто замикатися в собі. Спілкування з іншими людьми не лише розвеселить вас, але й надасть важливу інформацію до роздумів.

♌ Лев (23 липня — 22 серпня)
Щоб поповнити запаси енергії, яка останнім часом почала стрімко вичерпуватися, дозвольте собі трохи розслабитися. Наприклад, сходите на виставку чи до театру — це гарантує вам приємні емоції.

♍ Діва (23 серпня — 23 вересня)
Зірки не відмовляють вас від фінансового ризику, а навпаки, схвалюють його — можна, наприклад, зробити ставку на тоталізаторі або купити лотерейний білет. Головне — не шаленіти і не витратити всі свої заощадження.

♎ Терези (24 вересня — 23 жовтня)
Складаючи професійний план на найближчий час, дослухайтесь до внутрішнього голосу. Підказки можуть здатися фантастичними, але згодом найімовірнішим чином збудуться.

♏ Скорпіон (24 жовтня — 22 листопада)
Чим би ви не були заклопотані вдень, вечір звільніть для дружньої вечірки. Ви чудово проведете час, а отже, зустріч залишить чудові спогади, головне — не зловживати алкоголем.

♐ Стрілець (23 листопада — 21 грудня)
Необхідно звернути увагу на знаки, які цього дня посилає Всесвіт — вони допоможуть зорієнтуватися в бурхливому потоці подій і вибрати єдине правильне рішення. Подбайте про своє здоров'я: прогулянки на свіжому повітрі та заняття фізкультурою припадуть якнайкраще.

♑ Козоріг (22 грудня — 20 січня)
Сьогодні — втім, як і завжди — вкрай важливо уникати порожніх розмов, з якими до вас чіплятимуться люди навколо. Через них ви — з великим для себе жалем — не зможете завершити заплановані справи. Не зайвим буде приділити увагу дітям, які останнім часом дуже потребують вашого піклування.

♒ Володій (21 січня — 18 лютого)
День несприятливий для фінансових операцій будь-якого масштабу. Навіть незначне придбання в супермаркеті може виявитися невдалим, що спричинить жаль про бездарно витрачені гроші. Проте сюрприз від другої половинки помітно покращить ваш настрій.

♓ Риби (19 лютого — 20 березня)
Сьогодні не найвдаліший день для спілкування з керівництвом, котре буде негативно налаштоване щодо вас, тому наслідки такої розмови виявляться прямо протилежними очікуваному. Увечері ви зможете розслабитися та відволіктися від проблем та турбот у тихому сімейному колі.



Видавець — ТОВ «ГАЗЕТА «ІНФОСІТІ»
Друковане медіа: газета «Інфосіті» м. Харків
Ідентифікатор медіа в Реєстрі суб'єктів у сфері медіа: R30-01820
Передплатний індекс: 61100
Адреса редакції: 61003, м. Харків, м-н Павлівський, буд. 10.

Тел.: +38(066) 832-37-70.
E-mail: llc.infocity@ukr.net.

Редакція не несе відповідальності за зміст і достовірність рекламних матеріалів.
R — матеріали на правах реклами.

Головний редактор — **Наталія РУБАН.**

Газета виходить друком 3 (три) рази на тиждень: у вівторок, четвер та суботу.

Замовлення № 0568.
Наклад номера 20 260.

Ціна за домовленістю.
Віддруковано у типографії ТОВ «ФАКТОР-ДРУК», 61030, м. Харків, вул. Саратовська, буд. 51.

Інфо СІТІ
ЗБЕРІГАЄМО ТРАДИЦІЇ
реклама та маркетинг
+38(066) 832-37-70
E-mail: llc.infocity@ukr.net
ЗАЛИШИ СВОЄ ІМ'Я В ІСТОРІЇ МІСТА
СТВОРЮЄМО МАЙБУТНЄ

