



ДО ПОЧАТКУ НОВОГО НАВЧАЛЬНОГО РОКУ В САЛТІВСЬКОМУ РАЙОНІ ХАРКОВА ПЛАНУЮТЬ ВІДКРИТИ ЩЕ ТРИ ПІДЗЕМНІ ШКОЛИ. ЗАРАЗ У МІСТІ ВЖЕ ФУНКЦІОНУЮТЬ ЧОТИРИ ТАКИХ ЗАКЛАДИ.

Днями під час відкриття підземної школи у Шевченківському районі мер Ігор Терехов поспілкувався з батьками учнів, відповів на нагальні запитання і поділився планами щодо розвитку міста на майбутнє.

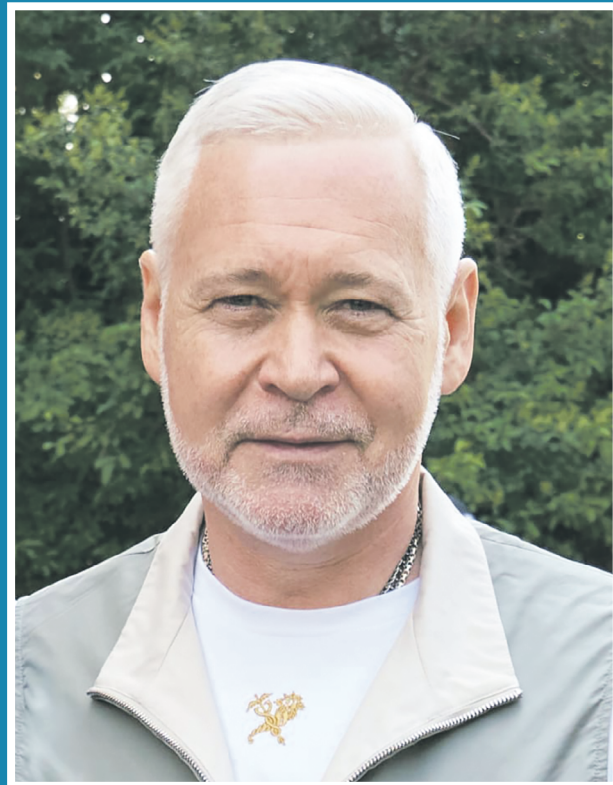
Мер акцентував, що питання збереження якісної освіти стоїть дуже гостро, тому що майже п'ять років, зважаючи на роки пандемії, діти навчаються переважно через екран комп'ютера, що призводить до певних освітніх втрат. Тому будівництво безпечних просторів навчання дуже актуальне і затребуване:

— Підземна школа — це не лише про безпеку, а й про любов до дітей, про силу громади, про незламність міста.

Усі школи, що зараз діють, побудовані за кошти міського бюджету. На кожну витрачається приблизно сто мільйонів. Багато, але нас не зупинить. У планах також збудувати і підземний садочок для наймолодших харків'ян. Робимо все можливе, щоб ви і ваші діти залишалися у рідному місті.

Ми безплатно годуємо дітей у школах, роздаємо гарячі обіди нужденним. Починали з 30 тис. осіб, зараз — вже 50 тис. Цифра зростає, тому що дуже багато людей, зокрема ВПО, досягли похилого віку і все більше потребують турботи і допомоги.

Також у місті уже четвертий рік діє безплатний проїзд у громадському транспорті. Ми розуміємо, що людям бракує



коштів, тому будемо підтримувати містян, особливо під час війни, стільки, скільки вистачить ресурсу.

(Закінчення на с. 2)

ПРО СИЛУ ГРОМАДИ І ПРО НЕЗЛАМНІСТЬ МІСТА



ВІЙСЬКОВА ПІДТРИМКА УКРАЇНИ ТА ПІДГОТОВКА НОВОГО ПАКЕТА САНКЦІЙ ПРОТИ АГРЕСОРА

ПРЕЗИДЕНТ УКРАЇНИ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ
ПРОВІВ ЗУСТРІЧ ІЗ ПРЕЗИДЕНТКОЮ
ЄВРОПЕЙСЬКОЇ КОМІСІЇ УРСУЛОЮ ФОН ДЕР ЛЯЄН.

Глава держави подякував Європейському Союзу та країнам — учасникам ЄС за підтримку України, передусім військову.

Президент розповів про ситуацію на полі бою та російські ракетні й дроніві удари по українських містах. Попри всі дипломатичні зусилля України, США, Європи та інших партнерів у світі для встановлення повного, безумовного припинення вогню росія не зупиняє своєї агресії. Володимир Зеленський поінформував про оборонні потреби України для захисту людей, зокрема в системах ППО.

Крім того, ішлося про реалізацію плану ReArm Europe, зміцнення безпекової співпраці між Україною та ЄС і співробітництво в галузі оборонних інновацій і технологій. Унікальний досвід України може підвищити оборонні спроможності всієї Європи.

Президент також зазначив, що Україна цінує підтримку Європейського Союзу на шляху до членства в ЄС. Саме



тому так важливо зробити все для того, щоб розблокувати відкриття першого переговорного кластера. Наша держава здійснює всі необхідні кроки та розраховує на подальше сприяння.

Володимир Зеленський і Урсула фон дер Ляєн окремо

обговорили підготовку 17-го пакета санкцій ЄС проти росії. Президент зазначив, що він має бути спрямований на ключові сектори російської економіки: металургію, ядерну та хімічну промисловість, ІТ і фінансовий сектор, а також на тіньовий танкерний флот

У ХАРКОВІ ВШАНУВАЛИ ПАМ'ЯТЬ ГЕРОЇВ-ЧОРНОБИЛЬЦІВ

26 КВІТНЯ З НАГОДИ 39-Ї РІЧНИЦІ ТРАГЕДІЇ НА ЧАЕС У ХАРКОВІ ВІДДАЛИ
ШАНУ ПАМ'ЯТІ ЗАГИБЛИМ ЛІКВІДАТОРАМ АВАРІЇ.



Міський голова Ігор Терехов поклав квіти до пам'ятника ліквідаторам аварії.

Мер подякував чорнобильцям за їхній подвиг і самопожертву та зазначив, що завдяки їхній мужності було врятовано життя мільйонів людей:

— Минуло вже 39 років з того часу, але пам'ять про ті трагічні події жива. Дуже важливо сьогодні, що ми збира-

ємося разом з чорнобильцями, бо тоді ці люди захистили нас від такої чуми, що загрожувала всьому світу. Хтось із них поклав своє життя за те, щоб ми жили. І це важливо знати. І особливо зараз, коли йде жорстока війна. Я дуже вдячний сьогодні всім чорнобильцям, які допомагають, волонтерять, стали до лав ЗСУ, і тим, хто не зміг прийти, але теж перебуває в Харкові, працює. І це приклад для всіх нас.

ОБОВ'ЯЗКОВО ВИСТОЇМО!

ТИЖДЕНЬ, ЩО МИНУВ, БУВ НАДЗВИЧАЙНО
ВАЖКИМ ДЛЯ ХАРКОВА. ЗА СІМ ДНІВ МІСТО
ПЕРЕЖИЛО 54 ОБСТРИЛИ — УДАРИ ВДЕНЬ І ВНОЧІ.
ЛИШЕ ПОНЕДІЛОК І НЕДІЛЯ БУЛИ ВІДНОСНО
СПОКІЙНИМИ. В ЦІЛОМУ Ж ІНТЕНСИВНІСТЬ АТАК
ЗРОСЛА В РАЗИ, НАГОЛОСИВ МЕР ІГОР ТЕРЕХОВ:

— 24 квітня ворог одночасно випустив 10 ракет і 14 дронів. Це була наймасованіша комбінована атака з початку повномасштабного вторгнення. Та найгірше, що росія забрала ще одне безневинне життя. Чоловік, чия машина опинилася в епіцентрі вибуху «шахеда», помер у лікарні. Медики робили все можливе, аби його врятувати, але дива не сталося. Мої найщиріші співчуття родині загиблого!

Крім того, поранень зазнали 18 людей, серед них — дитина.

Руйнації — жакливі. Знову під обстрілами житлові будинки, знову — школи, садочки, лікарні. Знову — виробничі підприємства.

Особливо гостро стоїть проблема вибитих вікон — близько півтори тисячі. Це величезна кількість. Вже закрили всі пошкоджені. Але питання повноцінного скління залишається дуже актуальним. Ведемо перемовини з міжнародними фондами — шукаємо підтримку для Харкова.

Комунальні служби працювали без упину на кожній зруйнованій локації і зараз продовжують роботи там, де ще не все відновлено.

Тепер щодо тривог: за останній тиждень тривалість повітряних тривог у Харкові скоротилася на 32 години — це на 34% менше, ніж середня тривалість тривог по області. І загалом за два місяці повітряні тривоги в місті тривали на 230 годин менше.

Це спільна заслуга наших військових, сил ППО, всіх, хто захищає наше небо. Дякую кожному за витримку, мужність, віру та любов до рідного міста! Ми обов'язково вистоїмо!

УКРАЇНА ЗАХИЩАТИМЕ СВОЇ ПРИНЦИПОВІ ПОЗИЦІЇ

У Лондоні відбулася зустріч української делегації зі спеціальним представником Президента Сполучених Штатів Америки з питань України Кітом Келлогом.

З українського боку в зустрічі взяли участь Керівник Офісу Президента України Андрій Єрмак, міністр закордонних справ Андрій Сибіга, міністр оборони Рустем Умеров.



Українська сторона донесла свою позицію та наголосила на тому, що негайне, повне та безумовне припинення вогню має стати першим кроком до початку переговорів про досягнення справедливого й тривалого миру, та висловила сподівання на те, що це відповідає баченню Президента США Дональда Трампа.

Водночас Андрій Єрмак зазначив, що за будь-яких обставин Україна захищатиме свої принципові позиції під час переговорів, оскільки вони становлять основу її суверенітету й територіальної цілісності.

Сторони домовилися продовжувати діалог і регулярні контакти.

ПРО СИЛУ ГРОМАДИ І ПРО НЕЗЛАМНІСТЬ МІСТА

(Закінчення. Початок на с. 1)

Зустріч із мером Ігорем Тереховим, яка зібрала 100 мам і тат, перетворилася на справжній відкритий діалог. Батьки ставили запитання щодо життєдіяльності прифронтового мегаполіса. Порушувалися теми відкриття та організації роботи творчих гуртків на базі підземної школи, святкування випускних, диференціації повітряних тривог, відновлення житла, розвитку бізнесу.

Одне з нагальних запитань — чи є надія на те, що Харків буде такий само, як до війни?

Відповідаючи на це запитання, міський голова наголосив, що зараз немає жодного дефіциту з інвесторами:

— Дуже багато хто сьогодні хоче вкладати кошти, але для

цього треба, щоб війна скінчилася. Вони потребують безпекових гарантій. Як тільки будуть домовленості щодо миру, починається велика робота. Насправді, сьогодні немає жодних сумнівів щодо фінансування. І повірте мені, що буде така конкуренція серед внутрішніх інвесторів, що наші західні партнери почнуть нервувати. Отже, поки всі вичікують.

Мер також повідомив, що міська влада робить все можливе для підтримки бізнесу:

— Ми скасували підприємцям всі місцеві податки і збори, а на найближчій сесії пролонгуємо це рішення, щоб представники бізнесу мали змогу розвиватися і заробляти.

Окрім цього, під час батьківських зборів увагою не оми-

нули і тему успішного проходження опалювального сезону, потребу в створенні власної енергетичної бази для міста, дієві муніципальні програми підтримки, відкриття бюветів з безплатною чистою питною водою, харчування за кошти мегаполісу для всіх, хто цього потребує, та низка інших нагальних питань.

Наталія Теплова, директорка КЗ «Харківський ліцей № 105 ХМР»:

— Зустрічі з мером завжди є актуальними. Батьки їм радіють, адже можна отримати відповіді на усі хвилюючі запитання безпосередньо з перших вуст. Ігор Олександрович завжди дає вичерпні пояснення, які задовольняють батьків. Тому спілкування потрібне.

ДОПОМОГА ВІД ЮНІСЕФ

У ХАРКОВІ З ВІЗИТОМ ПОБУВАЛИ
ПРЕДСТАВНИКИ ДИТЯЧОГО ФОНДУ ОРГАНІЗАЦІЇ
ОБ'ЄДНАНИХ НАЦІЙ (ЮНІСЕФ) В УКРАЇНІ.

З головою представництва Муніром Мамедзаде зустрівся Харківський міський голова Ігор Терехов. Вони обговорили поточні ініціативи і плани співпраці на 2025 рік. Серед них забезпечення безперерйного водопостачання, модернізація систем теплопостачання, облаштування безпечних освітніх просторів, розвиток медичної інфраструктури та підтримка психосоціального здоров'я дітей.

Міський голова подякував ЮНІСЕФ за підтримку і поділився своїм баченням пріоритетів. Особливий акцент він зробив на важливості довгострокового підходу до відновлення міста:

— Передусім вже працюємо у сфері охорони здоров'я. А саме зусилля стосуються облаштування лікарень, зокрема свердловин для автономного водопостачання, і також облаштування підземних шкіл. Надзвичайно важливо, що партнери допомагають нам і в модернізації тепломереж. Ми сподіваємося на продовження розпочатої роботи. Вже є конкретні результати, і я вдячний ЮНІСЕФ за ту вагому підтримку, яку Харків отримує в непрості часи.

За словами Муніра Мамедзаде, за минулий рік Харкову



була надана значна допомога, яку не планують припиняти й надалі:

— Склалася гарна співпраця, ми доповнюємо роботу місцевої влади. У 2025 році прагнемо поглибити партнерство, приділяючи особливу увагу добробуту, освіті та психосоціальної підтримці дітей. Разом ми не просто реагуємо на виклики сьогодення, а допомагаємо будувати більш безпечне та інклюзивне майбутнє для кожної дитини в Харкові.

Під кінець зустрічі на честь пошани та на згадку Ігор Терехов вручив гостям пам'ятний подарунок — книгу про історію Харкова.

ХАРКІВ, ЯК ЛОНДОН: ПРОЄКТИ, ЩО ЗМІНЯТЬ МІСТО

ПІД ЧАС КОНФЕРЕНЦІЇ FORBES
DEVELOPMENT ВСЕСВІТНЬО
ВІДОМИЙ АРХІТЕКТОР НОРМАН
ФОСТЕР ПРЕДСТАВИВ СВОЄ
БАЧЕННЯ ГЕНЕРАЛЬНОГО ПЛАНУ
ВІДНОВЛЕННЯ ХАРКОВА.



На запрошення Харківського міського голови Ігоря Терехова команда Фостера працює над розробкою плану ще з 2022 року. Головна ідея його у тому, щоб не просто відбудувати, а створити нову концепцію бачення майбутнього.

— Мене запитували: «Як можна працювати з Харковом під час війни і жакливих руйнувань?» Відповідаю: Лондон, яким ми захоплюємося сьогодні, — є надбанням генерального плану, який уряд замовив у 1943–1944 роках, у розпал Другої світової війни. Наш генеральний план для Харкова — це довгострокове бачення, котре ураховує думки громадян. Ми проводили анкетування, зустрічі груп інтересів, запитували, що робити, що змінити. Йдеться про житло високої якості, підтримку розвитку кварталів

і збереження історичного Харкова, — зазначив архітектор.

Тож Фундація Нормана Фостера, а також провідні фахівці з України й університетів Оксфорда і Кембриджа активно працюють над створенням не просто плану відновлення, а дієвого стратегічного документа. Він містить покроковий план відновлення економіки міста, зокрема, передбачає створення індустріальних та наукових парків:

— Ідея не просто відбудувати, а виростити місто з перспективою — створювати нові концепції. Наприклад, не науковий парк, а науковий квартал, переглянути, як розміщуються університетські корпуси, як вони інтегруються у міський простір. Наш майстер-план — це п'ять пілотних проєктів по напрямках: промисловість, наука, природа, історія, житло.

Своєю чергою міський голова Ігор Терехов наголошує, що у Харкова є чіткий план дій, але яким би гарним він не був, без фінансування відбудова триватиме довго. Тож головне завдання муніципалітету — залучати кошти, шукати інвестиції, і робота активно триває.

НЕ НЕХТУЙТЕ СИГНАЛАМИ ТРИВОГИ

ОСТАННІМ ЧАСОМ ВОРОГ ЗМІНИВ ТАКТИКУ НАНЕСЕННЯ УДАРІВ ПО ХАРКОВУ, ЗАЗНАЧИВ В ЕФІРІ
«РАДІО ХАРТІЯ» ДИРЕКТОР ДЕПАРТАМЕНТУ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ХМР БОГДАН ГЛАДКИХ:
В АТАКАХ НА МІСТО ЗАДІЯНІ БІЛЬШ ПОТУЖНІ БЕЗПІЛОТНИКИ І КАСЕТНІ РАКЕТИ.

Прикладом нової тактики може бути один з нещодавніх наймасштабніших обстрілів. Тоді одне влучання касетної боеприпасу поблизу багатоповерхівок призвело до великої кількості постраждалих — 113 осіб.

— Є загиблий, четверо людей досі знаходяться в критичному стані, у них травматичні ампутації кінцівок і поранення грудної клітки, тобто дуже серйозні ушкодження. Ракета з касетним боеприпасом несе велику загрозу, тому що за досягнення цілі, ще у повітрі випускає багато уражаючих елементів, які руйнують усе довкола.

Богдан Гладких зауважив, що не вперше по Харкову випускають касетні снаряди — подібні атаки завдавалися агресором по цивільних підприємствах і торік:

— Але те, що ворог запустив крилату ракету «Іскандер» саме по житловому мікрорайону, треба розцінювати виключно як військовий злочин, тому що така тактика націлена суто на те, щоб завдати максимальної шкоди мирному населенню, посіяти паніку, змусити покидати місто.

Аби якось себе убезпечити, не можна забувати про правило двох стін, радить директор департаменту, бо воно працює, і досить ефективно:

— Однозначно можу сказати, що правило двох стін у 90% випадків, якщо це не пряме влучання в будинок,

рятує життя. Людина, що загинула, була у ліжку, її уразив уламок боеприпасу, тому шансів вижити не було. За факторами ураження багатоповерхівок можна зробити висновки, що несучі стіни, конструктиви ушкоджень майже не зазнали. Є багато вибитих вікон, є питання і щодо перегородок. Тобто якщо б перед тою людиною була хоча б одна повноцінна стіна, трагедії вдалося б уникнути. Тому не треба нехтувати сигналами безпеки. Тим більше наразі в місті працює диференційована система сповіщення про загрози. А ще раніше було створено Єдиний ситуаційний центр, на базі якого ми об'єднали абсолютно всі екстрені служби міста, маємо прямий зв'язок зі штабами пунктів управління військових. Тривоги даємо завчасно, коли загроза тільки наближається, а не так, як це було раніше: вже прилетіло, а ми тільки сирени ввімкнули. До речі, хочу привести приклад останнього завданого ворожого удару. Три «Іскандери», які летіли на місто, засікли буквально за хвилину до того, як вони досягли цілі, і одразу була ввімкнена тривога. А стара система, яка ще працює в області, включилася в області вже після того, як стався удар. Крім того, сьогоденні системи спостереження, які використовує ситуаційний центр, дозволяють завчасно виявити безпілотики всіх видів, а відповідно, і попередити містян про загрозу.

ВІДТЕПЕР БЕЗ ПЕРЕСАДОК

УПЕРШЕ ЗА ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ
ТРАМВАЙ №5 ПОВЕРТАЄТЬСЯ НА РЕЙКИ.
МАРШРУТ ЗНОВУ БУДЕ З'ЄДНУВАТИ ВОКЗАЛ
«ХАРКІВ-ПАСАЖИРСЬКИЙ» ТА ОДЕСЬКУ,
ПЕРЕТИНАЮЧИ ПІД ЧАС РУХУ ЦЕНТРАЛЬНУ
ЧАСТИНУ МЕГАПОЛІСА.

До війни «п'ятірка» курсувала за скороченою схемою — із парку Машинобудівників до Одеської, а от до вокзалу не доїжджала вже понад 5 років, що стало викликом для міста. Муніципалітет взяв за мету не лише повернути маршрут, а й зробити його ширшим за довоєнну варіацію.

— Обрали саме маршрут трамвая №5, тому що на нього був найбільший попит серед жителів міста. Надходило багато звернень від громадян про єдиний маршрут від вул. Одеської через вул. Морозова, Кінний ринок, центр до залізничного вокзалу. Нині на лінії працює 6 вагонів. Інтервал — близько 20 хвилин. Маршрут функціонує з ранку до вечора протягом 12 годин, забезпечуючи денний пасажиропотік. Оскільки сполучення проходить через серце Харкова — район, де транспортне навантаження завжди було значним, то й попит на «новий-старий» маршрут — відповідний, — повідомив заступник директора Департаменту будівництва та шляхового господарства ХМР Володимир Матяс.

Повернення трамвая №5 стало можливим без масштабних реконструкцій. Колії та контактна мережа були у задовільному стані — залишалось лише вдихнути в них життя. Вагони підготували, маршрут продумали, а ось із людьми, які вагонами керують, складніше. У місті — відчутний дефіцит водіїв, що стало справжнім викликом для транспортної системи Харкова.

Загалом, нині щодня по буднях на маршрутах Харкова працює 85 трамвайних вагонів. Більше, ніж самих трамваїв, у місті — їх 78. Секрет простий: частина техніки на лінії зі здвоєними складами — два вагони з'єднуються в один потяг. Щодо маршрутів, у профільному департаменті запевняють: далі буде більше. Мережу трамваїв у мегаполісі планують поступово розширювати:

— Ми зараз готуємося до запуску 23-го трамвая до ХТЗ. Там зараз тривають роботи з відновлення контактної мережі та ремонту колії.

Для багатьох відновлення маршруту №5 стало справжнім приємним сюрпризом. Передусім, ідеться про наш комфорт та повернення до звичного ритму життя, кажуть пасажирів:

— Дуже добре! Трамвай №6 давно треба було розвантажити. Я маршрутом буду користуватися кілька днів на тиждень, бо гарно пристосований для людей.

— Зручний маршрут, від вокзалу «Харків-Пасажирський» до Одеської швидше без пересадок можна дістатися. Давно чекали. Дякую меру Ігорю Терехову, що повернув його. Хай і надалі різні маршрути повертає, щоб було зручніше їхати без пересадок.



Втрачене свідоцтво про право власності на житло від 11.05.2004 р., видане Відділом приватизації житлового фонду Управління комунального майна та приватизації Головного управління економіки та комунального майна Виконавчого комітету Харківської міської ради, реєстраційний номер № 6-04-223480 на ім'я Хрущ Валентина Іванівна та членів її сім'ї: Хрущ Роман Сергійович за адресою: м. Харків, вул. Воложанівська, буд. 43, кв. 31, **вважати недійсним.**

СИМВОЛИ МИРУ І ДРУЖБИ

У ЦЕНТРАЛЬНОМУ ПАРКУ ХАРКОВА ЗАРАЗ МОЖНА СПОВНА НАСОЛОДИТИСЯ ВЕСНОЮ У ВСІЙ КРАСІ: РОЗКВІТЛИ МАГНОЛІЇ, ТЮЛЬПАНИ, СЛИВИ, ЯБЛУНИ, МИГДАЛЬ ТОЩО.

Навіть у будній день алеями парку гуляють десятки людей.

Тетяна:

— Харків зараз настільки гарний, що бракує слів, а може, у нас через війну загострилися відчуття, що квіти здаються сьогодні більш яскравими, більш духмяними? Проте така жива краса дуже допоміжна для морального самопочуття. Ми виїздили на два роки з Харкова. А відколи повернулися, не можемо надихатися рідним містом. Дуже радію, що про Харків так піклуються, не дають йому занепадати.

Окремої уваги вартує сакура. Щоб подивитися на її короткоплінне цвітіння, люди спеціально з'їжджаються у Центральний парк з різних куточків Харкова.

Тамара:

— Сакури дуже подобаються. І кожен рік приїжджаю на них подивитися, помилуватися незвичайною красою.

Алеї дерев у парку висадили не просто так. У 2017 році посол Японії і мер Харкова таким чином відзначили річницю встановлення дипломатичних відносин між країнами. Адже у Японії здавна вважаються символом миру і дружби.

Хоча сакура, або вишневе дерево, — рослина екзотична і досить вибаглива, фахівцям парку вдалося з ними порозумітися, розповів речник КП «Центральний парк» ХМР **Андрій Кравченко:**

— Щоправда, за час, що минув, ми багато турбувалися про них, переймалися, аби вони не вимерзли від наших морозів. Перші роки їх вкривали агроволокном із хвоею. І зараз дерева почуваються добре — акліматизувалися і тепер щороку тішать нас пишним цвітінням.

Спочатку алея сакур дійсно була просто алеєю — росли лише два ряди молодих дерев. Та з часом простір навколо почав перетворюватися — працівники поступово доповнювали його елементами традиційного японського саду: з'явилася невеличка інсталяція з каміння, японського



клена, характерних для країни хвойників, а поруч створена клумба у такому ж стилі. Тепер це справжня тематична локація.

У парку мріяли відтворити японську традицію споглядання цвітіння сакур — ханамі: в країні Сонця, що сходить, тисячі людей щовесни збираються під рожевими кронами, аби насолодитися миттю краси. І щойно традиція почала приживатися, як прийшла війна. Та навіть попри ворожі обстріли, тендітні дерева стійко пережили темні часи:

— Їм трошки дісталося, оскільки 2022 року парк нещадно обстрілювали з РСЗВ. Кілька ворожих ударів бу-

ли поруч, деякі дерева пошкоджено, довелося обрізати гілки, котрі уражені уламками. Наші фахівці-озеленувачі зробили все, щоб жодна з рослин не була втрачена через війну. Тож не зволікайте, приходьте насолоджуватися цвітом сакур, бо ще півтора тижні — і вся краса залишиться лише на світлинах. До речі, у цвітінні сакур криється глибокий зміст. Зокрема, японці вважають, що вона символізує не тільки красу, а й мить життя, яке минає надто швидко, аби його не цінувати. Особливого сенсу незабутній образ набуває у місті, яке щодня вчиться жити повноцінно, попри близькість фронту і постійну тривогу.



ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕАТР ОПЕРИ ТА БАЛЕТУ ІМ. М. В. ЛИСЕНКА ДО 211-РІЧЧЯ ШЕВЧЕНКА ВИПУСТИВ ПРОВОКАТИВНУ ОПЕРУ-КАБАРЕ ПРО КОБЗАРЯ «Т.Ш. ПОДОРОЖ У ЧАСІ».

Напередодні прем'єри режисер-постановник вистави Армен Калоян розповів про задум опери і підготовку:

— Хотів зробити щось на кшталт Jesus Christ superstar. Тарас Шевченко у нас не ікона. Він — герой із своєю позицією, з пристрастями, з голосом. Із вулиці XIX століття він виривається на сцену XXI. У шкірянці, з поглядом рок-зірки і характером, що не підлягає цензурі. Це сучасна молода людина, модний чоловік, який любив жінок, і вони його любили. Ця вистава про боротьбу, яка триває. Про право бути собою — і в тодішній російській імперії,



і в сучасній Україні. У виставі є кадри звільненої Балаклії — де знімають російське гасло і залишається лише одне: «Борітеся — поборете». Це відео нас надихнуло найбільше за все. Це був знак!

Про костюми героїв опери — окрема мова. Вони не намагаються копіювати епоху — вони переносять її у XXI століття. Молодий Шевченко тут у шкіряному фракі — більше рок-зірка, ніж закам'яніла ікона. А княгиня Репніна одягнена у сукню і байкерську косуху. Майже два місяці роботи — і десятки унікальних образів готові. Костюми шили до останнього: фінальні штрихи — просто перед генеральною репетицією.

Костянтин Пономарьов, художник-постановник:

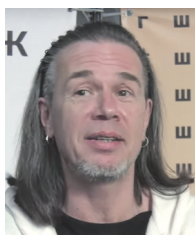
— Ми сплели в єдине XIX і XXI сто-

ліття. У нас мікс сучасного і історичного костюму, у якому перевагу віддали саме сучасності, тому що саме це є трендом у сучасному оперному театрі.

Актори розповідають, що, готуючись до постановки, вони знову занурилися в творчість Шевченка, перечитували його вірші, щоденники, листи. Шукали живого Тараса — пристрасного, вразливого, впертого.

Микита Маринчак, виконавець ролі зрілого Тараса Шевченка:

— Перше, що ми маємо зробити з Шевченком в опері, — зняти його зі стіни і представити особистістю. Ми знаємо постать, вірші, картини, але не людину. Я хочу зобразити його із проблемами, гараздами, негараздами, радощами і печальми, як і будь-кого.



ВСТУПНА КАМПАНІЯ В УКРАЇНСЬКІ ВИШИ Б'Є РЕКОРДИ

ВСТУПНА КАМПАНІЯ 2025 РОКУ ОБІЦЯЄ БУТИ МАСШТАБНОЮ: МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ОЧІКУЄ БЛИЗЬКО 250 ТИСЯЧ УЧАСНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОГО МУЛЬТИПРЕДМЕТНОГО ТЕСТУ.

Частина майбутніх студентів складатиме тестування не в Україні, а за кордоном. «Ми забезпечимо 34 пункти тестування у 14 країнах. Найбільше охочих — у Польщі, Німеччині, Франції та Італії. Але також є пункти в Канаді, США та інших країнах», — зазначив заступник міністра Михайло Винницький.

Вже не перший рік, коли українці мають можливість скласти НМТ за межами України. Торік таких вступників було близько 20 тисяч. Освітяни наголошують: не-

залежно від місця перебування, молодь повинна мати рівний доступ до української освіти. У світі, де географічні кордони стали гнучкішими, можливість навчатися в українських вишах дистанційно — не лише практично, а й патріотично.

«Ми намагаємося максимально підтримати цих громадян. Наша мета — зробити українську освіту доступною, незалежно від того, де зараз перебуває молодь», — підкреслив заступник міністра.



Інформацію про точне місце і дату складання НМТ абітурієнти зможуть знайти у особистих кабінетах. Тим часом держава продовжує технічну і логістичну підготовку до глобального етапу НМТ.

КРИЗЬ ЧАС І ПРОСТІР

Анімаційний короткометражний фільм Поліни Піддубної «МОЯ БАБУСЯ – ПАРАШУТИСТКА» ПОЗМАГАЄТЬСЯ ЗА «ЗОЛОТУ ПАЛЬОВУ ГІЛКУ» НА КАННСЬКОМУ ФЕСТИВАЛІ, ПОВІДОМИЛА АВТОРКА ФІЛЬМУ «ГВАРА МЕДІА».

Анімація розповідає про бабусю Піддубної — Альфію, яка зустріла початок повномасштабного вторгнення у Харкові та відмовилася виїжджати. Поліна декілька днів марно намагається зв'язатися з бабусею, поки місто перебуває під обстрілами. Врешті-решт на тому кінці слухавки відповідають.

«У Таджикистані 1960-х років парашутистка отримує дзвінок від своєї онуки з України 2022 року, що розпочинає міжпоколінєву подорож крізь травму, пам'ять та ідентичність. У цій розмові крізь час і простір онука намагається відновити та переосмислити сімейну пам'ять та власну етнічну ідентичність, розірвати нескінченний цикл колективної травми та помир-



кувати над сенсом людського життя», — йдеться у синапсисі.

Поліна Піддубна зазначає, що фільм є політичною заявою, переданою через особисту історію її родини.

«Золоту пальмову гілку» вручать найкращому фільму 24 травня під час церемонії закриття 78-го Каннського кінофестивалю. З майже п'яти тисяч робіт цього року в конкурсі представлять 11 короткометражних фільмів. У відбір увійшли дев'ять ігрових короткометражних і два анімаційних фільми, зокрема фільм Поліни.

ХТО ДОГОДИВ?

СОЦІОЛОГІЧНА КОМПАНІЯ ACTIVE GROUP СПІЛЬНО З ІНФОРМАЦІЙНО-АНАЛІТИЧНИМ ЦЕНТРОМ EXPERTS CLUB У КВІТНІ ПРОВЕЛА ДОСЛІДЖЕННЯ ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ ЩОДО МІЖНАРОДНИХ СИМПАТІЙ УКРАЇНЦІВ.



Звісно, за даними дослідження, найпозитивніше українці оцінюють Велику Британію — сумарно 77,2% позитивних відповідей, Канаду (76,3%) та Францію (74%). Особливо показово, що повністю негативно про Францію відгукнулися лише 1,1% респондентів. Німеччина наразі має підтримку 68,8% українців.

До Сполучених Штатів Америки українці виявляють радше помірно-позитивне ставлення: 36,1% опитаних оцінюють США позитивно, в той час як ще 31,2% дотримуються нейтральної позиції. Натомість, негативно до країни ставиться вже майже третина — 29,9%. На думку експертів, ці результати свідчать про глибоку поляризацію в сприйнятті США всередині України, що викликана змінами в американській політиці після приходу до влади нової адміністрації.



Досить критично українці налаштовані до Угорщини (на 56% негативне ставлення) та Словаччини (34,6% негативу). Не краща ситуація і з Китаєм: 42,8% українців мають негативну думку про цю країну, а позитивно її оцінює лише 19,6%. До того ж 27,6% обрали нейтральну відповідь.



НАЙКРАСИВІША ЖІНКА СВІТУ ЗА ВЕРСІЄЮ PEOPLE

ГОЛЛІВУДСЬКА АКТОРКА ДЕМІ МУР, ЯКА НЕОДНОРАЗОВО ДОВОДИЛА СВОЮ СИЛУ, ТАЛАНТ І ВИТОНЧЕНІСТЬ, СТАЛА ГОЛОВНОЮ ГЕРОІНЕЮ ЦЬОГОРІЧНОГО СПЕЦІАЛЬНОГО ВИПУСКУ WORLD'S MOST BEAUTIFUL ВІД АМЕРИКАНСЬКОГО ЖУРНАЛУ PEOPLE.

У свої 62 роки акторка прикрасила обкладинку видання, підтвердивши, що краса не має віку. Демі стала символом того, що справжня краса полягає у впевненості, досвіді, мудрості та здатності залишатися собою попри очікування суспільства. Її історія — натхнення для мільйонів жінок по всьому світу, нагадування про те, що в будь-якому віці можна бути прекрасною, успішною і щасливою.

2024 рік став знаковим для Мур, передусім завдяки її ролі у психологічному трилері The Substance (Субстанція). Картина не тільки отримала схвальні відгуки критиків, а й принесла акторці нагороди — серед яких «Золотий глобус» та премія Гільдії кіноакторів. Хоча «Оскар» дістався іншій номінантці, Демі продемонструвала витонченість і гідність, з якими прийняла цей результат, залишаючись улюбленицею публіки.

ТУТ ВЖЕ НЕ ДО ЇЖИ

АЕРОПОРТ СТАМБУЛА, ЯКИЙ ЩОДНЯ ВІДВІДУЮТЬ 220 ТИС. ПАСАЖИРІВ, БУВ НАЗВАНИЙ «НАЙДОРОЖЧИМ АЕРОПОРТОМ У СВІТІ» МАНДРІВНИКАМИ, ЯКІ ПОБАЧИЛИ ОБУРЛИВІ ЦІНИ НА ЇЖУ ТА НАПОЇ, ДОВОДИТЬ ДО ВІДОМА ЧИТАЧІВ DAILY MAIL.

Журналіст італійського новинного сайту L'Espresso Леонард Бербері розповів, що побачив лазанью вагою лише 90 грамів, що перебувала в холодильнику і продавалася за колосальні 24,50 євро»: «Страва більше схожа на шматок цегли



з посипкою з чогось, що нагадує тертий сир і псевдобазиліковий лист». Турист також виявив кілька круасанів, які продавалися за ціною від 14,50 євро до 17,50 євро залежно від начинки, італійські курячі салати по 17,50 євро, а ціни на пиво і зовсім були грабіжницькі. У численних закладах швидкого харчування в аеропорту справи йшли не набагато краще: у McDonald's біг-мак коштував 21,50 євро, а меню Double Quarter Pounder коштувало 25,30 євро. Тим часом Burger King брав 22 євро за порцію Whopper.

Леонард не єдиний турист, який відзначив обурливі ціни в аеропорту Стамбула. На Reddit багато мандрівників скаржилися на його дорожнечу, а один навіть стверджував, що заплатив 6 євро за банан.

ПОВЕРТАЮЧИСЬ ДО ЖИТТЯ

У ХАРКОВІ ВІДБУВСЯ ЯРМАРОК
ВАКАНСІЙ, ЦЬОГО РАЗУ З ОСОБЛИВИМ
ФОКУСОМ — ПІДТРИМКОЮ ВЕТЕРАНІВ, ЯКІ
ПОВЕРТАЮТЬСЯ ДО МИРНОГО ЖИТТЯ. ЗАХІД
ОБ'ЄДНАВ ПРОМИСЛОВІ Й КОМУНАЛЬНІ
ПІДПРИЄМСТВА, ВЕТЕРАНСЬКІ СПІЛКИ
І ГРОМАДСЬКІ ІНІЦІАТИВИ.



За словами організаторів, ситуація на ринку праці наразі парадоксальна: вакансій більше, ніж охочих працювати. Причини різні: хтось боїться працевлаштовуватись через щоденні обстріли міста, хтось не знаходить роботу з гідною для себе оплатою, а дехто просто втратив життєві орієнтири. Найважче — ветеранам, які повертаються з фронту.

— Ми не просто шукаємо працівників — ми шукаємо людей, з якими разом будемо відбудовувати країну, — каже Оксана Острогляд, директорка з праці, соціальних питань та персоналу ПрАТ «Харківський плитковий завод». — Якщо людина повернулася із фронту, це означає, що вона вже пройшла через найважче. Наше завдання — підтримати її, дати точку опори. Ми готові адаптовувати умови, допомагати, навчати з нуля. Кожен наш ветеран — це окрема особиста історія, і ми до кожного підходимо індивідуально.

Харків не просто прагне відновити виробництво — він бореться за те, щоб повернути до життя людей із досвідом, який не виміряти цифрами. І саме такі ініціативи, як цей ярмарок, демонструють, що місто не просто тримається — воно знову набирає силу.

ЩЕ ОДНА ЖАХЛИВА НІЧ

ВНАСЛІДОК МАСОВАНОЇ АТАКИ РОСІЙСЬКОГО АГРЕСОРА У НІЧ НА 24 КВІТНЯ В ХАРКОВІ
БУЛО ПОШКОДЖЕНО ЩОНАЙМЕНШЕ
70 БАГАТОПОВЕРХОВИХ І ПРИВАТНИХ БУДИНКІВ.

За інформацією міського голови Ігоря Терехова, в будинках було вибито близько 1,1 тис. вікон. Також було пошкоджено покрівлі. Комунальні служби ще вночі почали ліквідацію наслідків атаки:

— Дуже важка ніч. Ворог запустив 10 ракет, зокрема чотири «Калібри», а також 14 «шахедів». На щастя, два з них не розірвалися, але наслідки атаки важкі. Були влучання по Київському, Слобідському, Основ'янському, Салтівському і Новобаварському районах. Зокрема, на виробничому підприємстві спалахнула пожежа площею 6 тис. кв. м. Дякую працівникам ДСНС, які локалізували займання. Також було пошкоджено 70 будинків — багатоповерхових і приватних. Наші комунальні служби роблять все можливе, щоб якнайшвидше закрити контури та усунути наслідки обстрілу. 6 людей отримали поранення того чи іншого ступеня важкості. Ви знаєте, це справжній терор, потерпає мирне населення, діти, люди похилого віку. Але залякати харків'ян неможливо!

Зоя Ятло, в. о. заступника голови Адміністрації Немишлянського району ХМР з питань ЖКГ:

— У районі пошкоджено 36 будинків, зокрема 15 будинків комунальної форми власності, 5 будинків ОСББ



та 16 будинків приватної власності. Також будівля школи. Вибито 844 вікна, 2 покрівлі в приватному секторі зруйновані.

Ірина:

— Не спали зовсім через ті ракети і шахіди. Тільки стихне, повлягаємося, а воно знов. У мене онук біля вікна спав, 9 років йому, так його схопили бігом й у коридор. Дитина перелякана... Відправили до школи, хай з дітками побуде. Зараз вікна закривають. Що далі буде, хто знає.

Ігор:

— Удар стався прямо на подвір'я. Будинок разом з жінкою будували, садили квіти, дерева, але все зруйновано вщент... Хотіли жити спокійно і тишитися життям, але наш сусід не дає нам мирного життя.

БУДІВЛЮ ВІДНОВЛЯТЬ

У БАГАТОПОВЕРХІВКУ НА ПІВНІЧНІЙ САЛТІВЦІ
СНАРЯД ВЛУЧИВ ЩЕ НА ПОЧАТКУ 2022 РОКУ.
ВІД ВИБУХУ РУЙНАЦІЙ ЗАЗНАЛИ ВСІ ПІД'ЇЗДИ.

Жити тут стало небезпечно, тож більшість мешканців виїхала. Будинок спорожнів, залишилися лише тиша й уламки.

Ольга Куріленко, співробітниця Департаменту з благоустрою, відбудови та реконструкції ХМР:

— Руйнування були досить значні. Після влучання снаря-



ду зайнялася пожежа, вигоріло кілька квартир, пошкоджені плити перекриття, сходові марші, фасад і скління. Наразі конструктив будинку, сходові марші, перекриття, стінові панелі вже відновлено. Також замінені пошкоджені вікна на нові металопластикові. Зараз тривають внутрішні оздоблювальні роботи в місцях загального користування, відновлення фасаду та інженерних мереж тепло- та водопостачання, що зазнали руйнацій. Крім того, в будинку будуть відремонтовані всі вхідні групи, покрівля, замінять ліфтові кабіни.



ВІДРЕАГУВАЛИ ОПЕРАТИВНО

У СЛОБІДСЬКОМУ РАЙОНІ СПЕЦІАЛІСТИ
КП «ХАРКІВВОДОКАНАЛ» ДЕПАРТАМЕНТУ
З ПИТАНЬ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
МІСТА ХМР УСУВАЮТЬ АВАРІЙНУ СИТУАЦІЮ, ЩО
ВИНИКЛА В ОДНОМУ ІЗ БАГАТОКВАРТИРНИХ
ЖИТЛОВИХ БУДИНКІВ ПО ПРОСПЕКТУ БАЙРОНА.

Відреагували і працюють оперативно, щоб швидше відновити водопостачання.

Майстер дільниці Слобідського району з обслуговування внутрішньобудинкових мереж КП «Харківводоканал» **Свєген Борох** розповів, що аварія сталася на стояку холодного водопостачання. Ситуацію ускладнила відсутність жильців двох квартир, тому ухвалили рішення міняти стояк з під'їзду:

— Тобто розбивається стіна, міняється стояк холодного водопостачання. Далі відновимо стіну. Треба замінити 12 погонних метрів труби, з візками на кожную квартиру, потім знов ввімкнути людям воду. Роботи з ремонту є регулярними. З початку року у 40 будинках виконали перекладку труб водопостачання і побутової каналізації із заміною трубопроводу з технічним обслуговуванням, із заміною запірної арматури там, де виникла така необ-

хідність. Також було виконано технічне обслуговування 140 будинків.

На підприємстві велику увагу приділяють зверненням містян про аварії. Вони надходять на міську диспетчерську службу 15–62 та кол-центр «Водоканалу» 15–33. Кажуть, намагаються виконувати заявки від мешканців протягом доби, кожний день таких звернень по всьому місту від 150 до 250. Втім, не забувають і про планові роботи, котрі тривають у всіх 9 районах.

Валерій Харлан, начальник управління з технічного обслуговування внутрішньобудинкових систем КП «Харківводоканал»:

— Згідно з планом ми підготуємо до експлуатації в осінньо-зимовий період внутрішньобудинкові системи холодного водопостачання та водовідведення у 6065 будинках.



Станом на сьогодні уже в 651 будинку системи підготовлені. Також на цей рік заплановані великі ремонти в 280 будинках. Плануємо замінити близько 27 км трубопроводу внутрішньобудинкових систем холодного водопостачання та водовідведення. Наразі комунальники вже виконали ремонти у 136 будинках і замінили близько 7 км трубопроводу.

МІФИ ПРО ЛЮДЕЙ СТАРШОГО ВІКУ

СТАРІННЯ — ПРИРОДНИЙ ПРОЦЕС, ЯКИЙ Є НЕВІД'ЄМНОЮ ЧАСТИНОЮ ЖИТТЯ. ОДНАК ЛІТНІ ЛЮДИ НЕРІДКО СТИКАЮТЬСЯ З ДИСКРИМІНАЦІЄЮ ТА СУСПІЛЬНИМИ СТЕРЕОТИПАМИ. ВІКОВІ ЗМІНИ НЕМИНУЧІ ДЛЯ КОЖНОГО, АЛЕ ВОНИ НЕ Є ТОТОЖНИМИ ХВОРОБАМ ЧИ САМОТНОСТІ.

Старший вік — період, коли можна реалізовувати нові можливості, залишатися активними і брати участь у суспільному житті. Тож у Департаменті соціальної політики ХМР, посилаючись на матеріали і дослідження Національної соціальної сервісної служби України, спростовують найбільш поширені міфи про людей старшого віку.

Міф

«Люди старшого віку не вносять суттєвого внеску в суспільство»

Факт

Насправді ж багато з літніх людей активно працюють, долучаються до волонтерства, беруть участь у місцевих ініціативах та відіграють важливу роль у житті громади.

Міф

«У старшому віці вже пізно тренуватися і вести спортивний спосіб життя»

Факт

Помірна фізична активність (йога, скандинавська хода, плавання) корисна в будь-якому віці, бо допомагає зберігати рухливість, зміцнює серцево-судинну систему й покращує настрій.

Міф

«Люди старшого віку однотипні на вигляд»

Факт

Багато літніх людей прагне бути унікальними і яскравими, фарбуючи своє волосся, роблячи татування або обираючи ефектний одяг. Зовнішній вигляд людини не повинен породжувати упереджене ставлення до неї.

Міф

«Люди старшого віку самотні та нещасні»

Факт

Згідно з Гарвардським дослідженням розвитку дорослих, соціальні зв'язки є ключовим чинником щастя незалежно від віку. Результати показують, що літні люди з активним соціальним життям мають кращий психічний стан і довшу тривалість життя.

Міф

«Люди старшого віку не користуються технологіями»

Факт

Літні люди все частіше опановують смартфони, користуються інтернет-банкінгом, спілкуються через відеозв'язок і навіть ведуть власні сторінки в соціальних мережах.

Міф

«Старіння завжди супроводжується хворобами»

Факт

Здоровий спосіб життя, правильне харчування, фізична



активність і профілактичні огляди допомагають зберегти гарне самопочуття і активність до глибокої старості.

Міф

«У старості неможливо вчитися чомусь новому»

Факт

Мозок здатний до навчання протягом усього життя. Люди старшого віку можуть ефективно засвоювати нові навички, приділяти час самоосвіті і навіть опановувати нові професії. Отриманню знань у певній галузі активно сприяють Університети третього віку, для участі в яких необхідно звернутися до Терцентрів соціального обслуговування Департаменту соціальної політики ХМР.

ЗАМІНІТЬ АПТЕЧНІ ВІТАМІНИ

ВИТРИВАЛОСТІ ДИКОРΟΣЛИХ РОСЛИН МОЖНА ХІБА ЩО ПОЗАЗДРИТИ. ПРОРОСТУТЬ УСЮДИ: ПОСУХА ЧИ ЗАНАДТО БАГАТО ВОЛОГИ, БІДНА І НЕОБРОБЛЕНА ЗЕМЛЯ, ПОСТІЙНА ТІНЬ ЧИ ПАЛЮЧЕ СОНЦЕ. БІОЛОГИ КАЖУТЬ, ЩО ЦІ ТРАВИ МАЮТЬ СИЛЬНИЙ ІМУНІТЕТ. І МОЖУТЬ ДІЛИТИСЯ СВОЄЮ ЖИВУЧИСТЮ. МАЙЖЕ ВСІ ДИКОРΟΣИ МОЖНА І ТРЕБА ЇСТИ ЛЮДИНІ, ТОМУ ЩО ВОНИ МІСТЯТЬ ЧИМАЛУ ДОЗУ ВІТАМІНІВ ТА МІНЕРАЛІВ І НАВІТЬ МОЖУТЬ ЗАМІНИТИ АПТЕЧНІ БАДИ.

Їстівних диких трав безліч. Одна з найбільш відомих — черемша, або дикий часник (інша назва — ведмежа цибуля, тому що її полюбують ведмеді. А ще левурда, колба, чензелі). Цю рослину з давніх-давен використовували у їжу. І не лише. Черемша була неодмінним атрибутом усіяких магічних ритуалів. Наприклад, вважалося, що пахуча трава очищає дім від злих духів. Так це чи ні — стверджувати не беремося. А от те, що черемша добряче стимулює імунітет, — факт.

Вважається дикоросом, хоча її можна цивілізовано виростити на власному городі. І так навіть краще робити, тому що в лісах збирати черемшу заборонено. Рослина давно знаходиться у Червоній книзі України.

Розмножується насінням і саджанцями. Де посієте черемшу, там вона і ростиме. Та все ж полюбає затінені місця, вологий ґрунт, ліси, близькість водоюм.

Їстівною є вся листова частина рослини. За смаком нагадує зелену цибулю. Врожай збирають з березня аж до червня, до появи перших білих квітів на черемші.

▶ АНТИБІОТИК ВІД ПРИРОДИ

Черемшу називають суперфудом, бо багата на важливі поживні речовини, ще й малокалорійна (всього 47 калорій у 100 грамах, але це без майонезу чи олії).

Скрупкульозні вчені знайшли у черемші: провітамін А, вітаміни групи В, вітамін Е, вітамін РР, калій, кальцій, марганець, фтор, селен, мідь, йод.

Ведмежа цибуля стимулює виділення шлункового соку, жовчі, знищує хвороботворні бактерії у кишківнику, вважається противірусною рослиною, тому що містить природні антибіотики фітонциди. А ще:

- ◆ підтримує в організмі кислотно-лужний баланс;
- ◆ нормалізує водно-сольовий обмін;
- ◆ знижує артеріальний тиск;



- ◆ корисна для ендокринної, нервової, травної систем;
- ◆ під час бронхіту сприяє продуктивному відкашлюванню;
- ◆ дезінфікує порожнину рота;
- ◆ зменшує рівень холестерину.

Звісно, є й протипоказання. Черемшу краще не вживати під час вагітності, а також тим людям, які страждають на гастрит, епілепсію, мають проблеми із ШКТ. Якщо забагато її з'їсти, то можна отримати розлад шлунку з діареєю і головним болем на додачу.

Взагалі є думка, що здоровій людині достатньо з'їдати всього 20 листків черемші на день. Тоді і буде користь для організму.

До речі, у протистоянні черемша — часник перемагає все-таки дикорос. Насправді черемша схожа на часник хіба що за запахом. Активні інгредієнти обох рослин практично ідентичні. Але в черемші корисностей більше, ніж у часнику, листя легше перетравлюється.

▶ ЯК ВЖИВАТИ

Зазвичай українські господині готують з черемші салати. Краще запраляти таку страву жирним соусом: сметаною, олією, домашнім майонезом, щоб вітаміни добре засвоїлися організмом. А от в країнах Скандинавії полюбують супи із черемші, також її додають до начинки в пироги.

Салати і супи — це, звісно, смачно, але для швидкого і корисного перекусу маємо інакший рецепт з черемші.

▶ НАМАЗКА НА БУТЕРБРОДИ

- ◆ Черемша — 1 пучок (приблизно 7–10 листків).
- ◆ Кисломолочний сир — 200 грамів.

- ◆ Жирна сметана — 6 ст. ложок.
- ◆ М'яке вершкове масло — 30–50 грамів.
- ◆ Сіль, перець.

Листя черемші ретельно промити і просушити, дрібно нарізати. Скласти у блендер, додати сир, сметану, масло, сіль і перець. Збити до однорідної маси. Можна вживати відразу. Або ж викласти у банку, закрити кришкою, зберігати у холодильнику 3–4 дні.

▶ І ЩЕ ДЕЩО

Не черемшою єдиною. Навесні маємо і корисну молоду кропиву, кульбабу, конюшину, портулак.

Ось кропива — смачний і корисний інгредієнт для зеленого борщу. Щоправда, перед використанням листя молоді рослини треба ошпарити окропом, тому що воно надто пекуче.

Такий інгредієнт не особливо впливає на смак страви, хоч і додає певну свіжість. А ще збагачує раціон великою кількістю усіяких корисностей, які зміцнюють імунітет.

Кульбаба узагалі вся їстівна, від квітки до коріння. Краще її споживати, доки цвіте, тому що пізніше надто гірчитиме.

Якщо в салат додати молоденьке кульбабове листя, то можна зміцнити свій імунітет, знизити рівень поганого холестерину та цукру у крові. А жовті квіти можна заварювати як чай чи приготувати з них варення.

Свіжий вітамінний салат можна приготувати з конюшини і портулаку. Щоправда, конюшину все ж краще використовувати лише як додаток: має надто багато щавлевої кислоти. Зате квіти можна використовувати у чай.

А ось портулак — прекрасне джерело Омега-3, жирних кислот, і його навіть називають родичем риби. Цей сукулент покращує настрій і сприяє збільшенню м'язової сили, заспокоює нерви, зміцнює опорні сили організму. На смак листя портулаку трохи кислувате, гостре, хрумке.

ВАРТО ЗНАТИ!

1. Переконайтеся, що дикорос, який хочете додати до страви, їстівний. Пам'ятайте, що деякі бур'яни токсичні.
2. Важливо, щоб ділянка, де ростуть такі рослини, не була оброблена хімікатами та знаходилася подалі від загазованих трас.
3. Після збору дикорослої зелені обов'язково ретельно її вимийте.
4. Збирайте лише молоду й свіжу дику зелень. Якщо рослина вже активно цвіте — не беріть, на смак вона жорстка й гірка.

Гороскоп на 29 квітня



Овен (21 березня — 20 квітня)

Найближчим часом все складатиметься вдало. У роботі ви будете продовжувати розвиватися, поставите нові цілі. У стосунках можливий перехід на новий рівень. Гарні надбання вам вдасться отримати завдяки енергії і наполегливості.



Телець (21 квітня — 21 травня)

Зараз вам треба утриматися від різких змін у будь-якій сфері. Можуть виникнути непередбачувані ситуації й труднощі, які певний час доведеться вирішувати. Краще перечекайте несподівану мить і проведіть час у спокої.



Близнюки (22 травня — 21 червня)

Будьте чесними із собою, адже зірки підказують шлях до діяльності, яка вам принесе задоволення. Також ви можете відкрити для себе нове цікаве хобі. Зберігайте оптимізм й віру в краще.



Рак (22 червня — 22 липня)

Сьогодні проявляйте особливу повагу до співрозмовників, аби раптово не виникло конфліктів. Слухайте думку інших, робіть висновки і тоді висловлюйте власну. Пропонуйте обережно, аби не погіршити стосунки з людьми.



Лев (23 липня — 22 серпня)

Будьте пильними! Не варто розповідати особисте іншим, бо можете опинитися у незручній ситуації. Недоброзичливці можуть використати проти вас інформацію, що ви ж і оприлюднили. Краще мовчіть і концентруйтесь на власних справах.



Діва (23 серпня — 23 вересня)

Дівам буде корисною педантичність і перфекціонізм. Будьте особливо уважними на роботі, аби не припуститися помилок. Також проявляйте емпатію до інших, увага повернеться до вас добром.



Терези (24 вересня — 23 жовтня)

На вас чекають зміни. Є ймовірність, що доведеться змінювати роботу, шукати нових клієнтів або корегувати план дій у професії. Готуйтеся проявляти гнучкість, терпіння і комунікабельність.



Скорпіон (24 жовтня — 22 листопада)

Скорпіони можуть покращити стосунки з партнером через діалог і взаєморозуміння. Говоріть відверто, не замовчуючи емоцій. Зробіть сюрприз партнеру і згодом отримаєте віддачу. Самотні Скорпіони можуть зустріти інтересну людину, з якою вийде тепле спілкування.



Стрілець (23 листопада — 21 грудня)

Можуть виникати дрібні проблеми, але прикрощі не псуватимуть гарного настрою. Вам вдасться легко і швидко реагувати на раптові негаразди, без зайвого стресу. А все з огляду на ваші психологічну стійкість та життєрадісність.



Козоріг (22 грудня — 20 січня)

Козороги будуть особливо чутливими до брехні. Вас не вийде обманути нікому, бо особливо гостро проявлятиметься інтуїція й життєвий досвід. Використовуйте знання на благо. Увечері може надійти запрошення у гості до старих приятелів. Чому б і ні?



Водолій (21 січня — 18 лютого)

Водолії матимуть змогу монетизувати вміння і навички. Варто лише розповідати про свій досвід потенційним партнерам чи клієнтам. Будьте комунікабельними та відкритими, відвертість допоможе отримати бажане. Намагайтеся не перевтомлюватися, більше думайте про своє емоційне здоров'я.



Риби (19 лютого — 20 березня)

Представників знаку Зодіаку Риби чекає хороший день у колі близьких чи рідних. Ви відчуватимете радість та спокій, чого вам певний час не вистачало. Не думайте про негатив чи проблеми, нав'язливі думки лише гнітять.

НАРОДНІ ПРИКМЕТИ ДЛЯ ШЕДРОГО ВРОЖАЮ

ВІДОМИЙ ОВОЧ НАЗИВАЮТЬ ДРУГИМ ХЛІБОМ. І ЗАСЛУЖЕНО, АДЖЕ В УКРАЇНСЬКІЙ КУХНІ — І БОРЩ З КАРТОПЛЕЮ, І ВАРЕНИКИ, І КРЕМЗЛИКИ, І БЕЗЛІЧ ІНШИХ СТРАВ. ТА Й ПРОСТО СМАЖЕНА ЧИ ВІДВАРЕНА БУЛЬБА ВСІМ СМАКУЄ. ТОМУ ЯКЩО Є ЯКИЙСЬ КЛАПТИК ЗЕМЛІ, УКРАЇНЦІ ОБОВ'ЯЗКОВО ПОСАДЯТЬ КАРТОПЛЮ.

▶ ПРОГРІТИЙ ГРУНТ

Хоч весна і сильно рання, висаджувати бараболю у відкритий ґрунт ще не час. Аграрії радять зачекати хоча б до другої половини квітня. Кажуть, ґрунт має добряче погрітися.

Так казали і наші предки. В ті давні часи, коли не було ані синоптиків, ані метеорологічних станцій, вони все ж знали золотий час висаджування картоплі. На допомогу приходила природа. Наприклад, селяни щиро вірили, що **коли зацвіте вишня — час садити картоплю**. Інколи замість вишні були черемшина чи бузина. Деревя, зазначені вище, дійсно квітнуть за теплої погоди.

Ще прикмета — **садити картоплю треба тоді, коли на березі з'являється перше листя**. Тут не поспечаєшся, тому що ознаки також свідчать про те, що ґрунт достатньо прогрівся і готовий приймати насіння. А якщо листя вже аж надто розпустилося — бігом на город! Бо вже останні дні для садіння картоплі.

Друга прикмета: **земля має прогрітися до тепла руки**. А якщо точніше, має бути +8...+10 °C на глибині 10 см. Йти на поле з термометром не обов'язково. Наші пращури брали грудку землі і міцно стискали в кулак. Якщо земля трималася грудкою — ще рано братися до роботи. Розсипається? Можна готуватися до городніх робіт.

На зростаючий Місяць садити — буде хороший врожай. Стежити за фазами Місяця наші предки вважали за доцільне, тому є чимало таких прикмет. Звісно, дотепер існує так званий місячний календар для садіння картоплі. Згідно з котрим найкращим часом, щоб посадити бульбу, вважається зростаючий Місяць у земних знаках зодіаку (Телець, Діва, Козоріг). А найгірший період для таких робіт — спадаючий Місяць у водяних знаках зодіаку (Рак, Скорпіон, Риби). Чому так — ніхто достеменно не знає.

А ще заборонялося навіть дивитися у бік насіння бульби у Вербний тиждень, і в так звані жіночі дні (середа, п'ятниця і субота). У цей час садили картоплю тільки диваки і невіруючі у прикмети, бо ж вважалося, що врожай буде мізерним і швидко зіпсується.

▶ І ЩЕ ДЕЯКІ СЕКРЕТИ

Вірити народним прикметам чи ні — особиста справа. Але задля щедрого врожаю картоплі краще дотримуватися вже перевірених рекомендацій агра-



ріїв. Експерти кажуть, що, висаджуючи картоплю навіть в ідеальний, згідно з прикметами, час, все одно треба правильно вибрати посадковий матеріал, належно підготувати ґрунт і не лінуватися пропалювати бур'яни.

— Що кинете до землі, то й отримаєте сторицею, — впевнено кажуть фермери. — Експерти радять брати картоплини середнього розміру, без пошкоджень, гнилі, плям, порізів. Не треба економити на насінні, необхідно використовувати сертифіковану насінневу картоплю. І ще треба обирати сорт, який підходить саме для вашого регіону і кліматичних умов. Наприклад, в західних областях добре родить сорт «Слов'янка». Але така картопля навряд чи витримає спеку південних областей. Там садитимуть сорт «Рив'єра». Універсальною є «Беллароза», родить всюди. Ще й смачна картопелька.

За 2–3 тижні до посадки картоплю треба проростити. І поради не забаганка, а дієвий секрет хорошого врожаю. Хоча до весни бульба зазвичай сама пускає паростки, та можна їй допомогти. Для цього розкладіть картоплини в один шар у світлому, прохолодному місці чи навіть на свіжому повітрі. За кілька днів з'являться зелені і міцні пагони. Коли вони підроснуть до 1–2 см, можна збиратися на поле.

Картопля любить сонячні місця з добре дренованим ґрунтом. Краще не висаджувати бульбу щороку на одному і тому ж місці: земля виснажується, збільшується кількість шкідників. Посадіть бараболю на тій частині городу, де минулого року росли огірки, капуста, бобові. Ось побачите, овоч віддячить врожаєм.

Ґрунт попередньо треба ретельно перекопати або зорати, розпушити, щоб покращити водопроникність. Можна підгодувати земельку різними добривами. Краще, звісно, органічними (гній, компост).

І лише після цього берімося до посадки. Завдання борозни треба кидати картоплини на відстані 25–30 см одна від одної. Нехай росте!

Звісно, впродовж сезону доведеться гнути спину у боротьбі з бур'янами, знову придумувати, як позбутися команди шкідників на чолі з колорадським жуком і не забувати хоча б 2–3 рази підгорнути зелене бадилля майбутньої картоплі. Ці дії сприяють захисту бульби від сонячних променів та покращенню їхнього розвитку.

