

ЗРУЙНОВАНІ ПРОМИСЛОВІСТЬ І ЕНЕРГЕТИКА, РОЗБИТА ІНФРАСТРУКТУРА, ПОШКОДЖЕНІ БУДИНКИ, ПОНІВЕЧЕНІ ПАМ'ЯТКИ ІСТОРІЇ ТА АРХІТЕКТУРИ... МАСШТАБ ВІДНОВЛЕННЯ УКРАЇНИ СЬОГОДНІ ВИМІРЮЄТЬСЯ СОТНЯМИ МІЛЬЯРДІВ ДОЛАРИВ. АЛЕ ГОЛОВНЕ У НИНІШНІХ УМОВАХ — ЦЕ ЛЮДИ. І НАШЕ ЗАВДАННЯ — ЗРОБИТИ ВСЕ МОЖЛИВЕ, ЩОБ ВОНИ ПОВЕРТАЛИСЯ ДО РІДНИХ ДОМІВОК І ВІДЧУВАЛИ СЕБЕ В БЕЗПЕЦІ, НАГОЛОСИВ МЕР ХАРКОВА ІГОР ТЕРЕХОВ:

— За оцінками, на найближчі десять років нам потрібно майже 588 мільярдів доларів інвестицій. Перекоаний: ми все відбудуємо або створимо заново. Але головне — не втратити людей. Бо найбільше від війни постраждали саме вони. Українські родини, які несуть на собі основний тягар випробувань.

Втрати, руйнування, бідність, зневіра і розчарування стали реальністю для мільйонів українців. Тому, коли ми говоримо про відновлення, мова має йти не лише про слайди зі зростанням ВВП, інвестиційні проєкти чи макроекономічні показники. Відновлення — це добробут і гідне життя кожного українця.

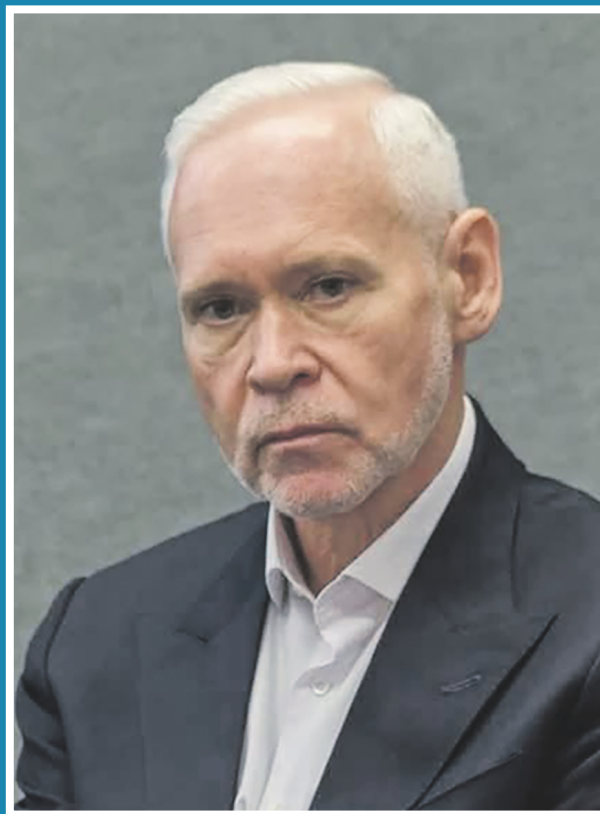
На форумі у Гданську канцлер Німеччини Фрідріх Мерц дуже точно сказав: під-

тримуючи Україну, Європа захищає не лише безпеку, а й свободу на всьому континенті. І це важливий сигнал для всіх нас.

Сильна Україна можлива тільки в сильному європейському середовищі. А сильне середовище базується на добросусідстві, довірі, спільних ринках, інвестиціях, торгівлі, транспорті, енергетиці та безпеці.

Добросусідські відносини підживляють економіку сусідніх країн. Вони створюють робочі місця, відкривають ринки, дають людям перспективу. А постійний пошук скелетів у шафах, взаємні образи й політика минулого лише гальмують розвиток добробуту. Історію треба пам'ятати. Але майбутнє треба будувати.

Ми не відновимо державу, якщо втратимо людей. За кожного українця потрібно



боротися — це моя принципова позиція. Плани відбудови мають бути написані так, щоб людина бачила там себе: свою роботу, свою зарплату, своє житло, школу для своїх дітей, лікарню для своїх батьків, гідну старість.

План відбудови — це не просто цифри для звітів. Це орієнтири, в яких людина має побачити своє майбутнє.

ГОЛОВНИЙ ОРІЄНТИР ВІДБУДОВИ — НЕ ВТРАТИТИ ЛЮДЕЙ



УКРАЇНА ЗАПОЧАТКУВАЛА НОВУ НАГОРОДУ

ПІД ЧАС УРОЧИСТОСТЕЙ З НАГОДИ 30-Ї РІЧНИЦІ КОНСТИТУЦІЇ УКРАЇНИ ПРЕЗИДЕНТ ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ ОГОЛОСИВ ПРО ЗАПОЧАТКУВАННЯ НОВОЇ НАГОРОДИ — ОРДЕНА ЄВРОПИ.

Глава держави зазначив, що Україна вже пройшла великий шлях: розпочалися перемовини щодо майбутнього членства України в Європейському Союзі та вже відкритий перший переговорний кластер. За словами Президента, кожен такий крок поєднує Україну і Європейський Союз, українців і всю Європу.

— За кожним таким успіхом держави стоять наші громадяни, наші воїни і всі наші люди, які захищають безпеку й захищають майбутнє всієї Європи і які щодня всіма справами наближають не просто вступ, а утвердження нас як невід’ємної частини спільного європейського дому. І за кожним таким кроком також стоять і наші одностайні з інших країн, справжні друзі й союзники, перевірені часом і боротьбою, які довели, що Україна і Європа — одне ціле, — наголосив Володимир Зеленський.

Президент зазначив, що всіх таких особистостей Україна буде відзначати новою державною нагородою — орденом Європи, який стане символом результативності спільного захисту Європи.

— Україна абсолютно заслужила мати орден саме з такою назвою. Заслужила своєю цілодобовою боротьбою за життя Європи. І всі, хто у цій боротьбі стояли і стоять пліч-о-пліч з нами, будуть удостоєні такої відзнаки — українського ордена Європи, — акцентував Глава держави.



Орден Європи відзначатиме людей за визначні особисті заслуги у підтримці стратегічного курсу України на набуття повноправного членства в Європейському Союзі, вагомий внесок у допомогу Україні для посилення стійкості

у захисті її незалежності та безпеки всієї Європи, зміцнення міжнародного співробітництва в інтересах демократії, миру та добросусідства, дружніх і всебічних відносин між народами.

ДЕНЬ КОНСТИТУЦІЇ: 30 РОКІВ ГОЛОВНОГО ДОКУМЕНТА КРАЇНИ

У ХАРКОВІ З НАГОДИ 30-РІЧЧЯ КОНСТИТУЦІЇ УКРАЇНИ ВІДБУЛОСЯ ПОКЛАДАННЯ КВІТІВ ДО ПАМ’ЯТНИКА ЗАХИСНИКАМ УКРАЇНИ, ЯКІ ЗАГИНУЛИ В ЗОНІ АТО, А ТАКОЖ УРОЧИСТЕ ЗІБРАННЯ. У ЗАХОДАХ ВЗЯЛИ УЧАСТЬ ПРЕДСТАВНИКИ МІСЬКОЇ ТА ОБЛАСНОЇ ВЛАДИ, ПРАВНИКИ, ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІ, ПРЕДСТАВНИКИ ДУХОВЕНСТВА, ГРОМАДСЬКОСТІ ТА ІНШІ.



В умовах повномасштабної війни Основний Закон України залишається символом державності, свободи та незламності, а його положення щодня захищають українські військові.

— Сила Конституції полягає в рішучості кожного громадянина її захищати. І силу цих слів під час війни ми відчуваємо як ніколи. Сьогодні головні конституційні положення — суверенітет, незалежність, життя людини — ми виборюємо в супротиві російському агресору.



Передусім я хочу подякувати військовим, які дають нам можливість жити і працювати. Також дякую всім харків’янам, які працюють у прифронтовому місті. Головний висновок, який ми можемо зробити сьогодні, — Конституція витримала удар ворога. І міська влада буде робити все, щоб у Харкові реалізовувалися всі конституційні права і свободи, — наголосив перший заступник міського голови Олександр Новак.

Ухвалений 28 червня 1996 року Основний Закон став своєрідним паспортом для країни, розповідає один із учасників роботи над Конституцією, народний депутат України I–IV скликань Олександр Бандурка. Саме вона дозволила Україні укладати міжнародні договори, а також отримати визнання в структурі ООН як незалежної правової держави.

— Я пишаюся тим, що волею моїх виборців мені випала така честь — брати участь у розробці Декларації про державний суверенітет, Акта незалежності та Конституції України. Щиро дякую всім, хто мені довіряв, і всім, хто організував цей захід, учасниками якого ми сьогодні є.

Сьогодні Конституція є не лише правовим документом, а й символом боротьби українців за власну державу.

ДОСВІД СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

НАДЗВИЧАЙНИЙ ТА ПОВНОВАЖНИЙ ПОСОЛ ЯПОНІЇ В УКРАЇНІ МАСАШІ НАКАГОМЕ ВИСОКО ОЦІНИВ СТІЙКІСТЬ ХАРКОВА ТА ЙОГО ЖИТЕЛІВ І ПІДТВЕРДИВ ПЛАНИ З ПОДАЛЬШОЮ ПІДТРИМКИ УКРАЇНСЬКИХ ГРОМАД.



— Японія надає когенераційні установки, модульні котельні, генератори, трансформатори та інше обладнання для посилення енергетичної стійкості України. Ми також підтримуємо сфери охорони здоров’я, освіти та відновлення інфраструктури. Я переконаний, що японські технології можуть змінити ситуацію в Україні, — зазначив Масаші Накагоме під час сайд-івену «Стійкі міста України: від відновлення до сталого зростання» у польському місті Гданськ.

Посол підкреслив, що міжнародна спільнота має вивчати український досвід стійкості в умовах війни.

Він також поділився враженнями від нещодавнього візиту до Харкова, коли відвідав підземну школу. Масаші Накагоме наголосив на ефективній роботі міської влади та комунальних служб Харкова, які забезпечують життєдіяльність міста, попри постійні обстріли.

ШВЕЙЦАРІЯ ДОПОМОЖЕ ХАРКОВУ У ВІДНОВЛЕННІ ЖИТЛА



ЗУСТРІЧ З ПРЕДСТАВНИКАМИ ШВЕЙЦАРІЇ В МЕЖАХ URC 2026 ПРОВІВ У ГДАНСЬКУ МІСЬКИЙ ГОЛОВА ІГОР ТЕРЕХОВ. УЧАСТЬ У НІЙ ВЗЯЛИ ДЕЛЕГАТ ФЕДЕРАЛЬНОЇ РАДИ ШВЕЙЦАРІЇ З ПИТАНЬ УКРАЇНИ ЖАК ГЕРБЕР ТА КЕРІВНИК СЕКЦІЇ ДЕРЖАВНОГО СЕКРЕТАРІАТУ ШВЕЙЦАРІЇ З ЕКОНОМІЧНИХ ПИТАНЬ ПРІСКА ДЕПНЕРІНГ.

Сторони обговорили підтримку міста, зокрема у відновленні житла, посиленні інфраструктури й реалізації гуманітарних проєктів. Окрему увагу приділили відбудові житла, підготовці до зими, питанням водопостачання.

Такі проєкти допомагають людям повертатися до нормального життя, створюють робочі місця. Це речі, які позитивно впливають на життя людей: відновлені вікна,

теплі квартири. Після обстрілів ми маємо тисячі розбитих або пошкоджених вікон. І самостійно в таких масштабах ми не можемо виконати ці ремонти, — зазначив Ігор Терехов.

Мер підкреслив, що місто зацікавлене в тому, аби всі роботи були завершені до початку холодів.

Зі свого боку швейцарська сторона наголосила, що бачить результати співпраці й розуміє потреби Харкова.

ПРОЄКТИ МАЙБУТНЬОГО РОЗВИТКУ ТРЕБА СТВОРЮВАТИ ВЖЕ ЗАРАЗ

ХАРКІВСЬКИЙ МІСЬКИЙ ГОЛОВА, ОЧІЛЬНИК АСОЦІАЦІЇ ПРИФРОНТОВИХ МІСТ ТА ГРОМАД ІГОР ТЕРЕХОВ ВІЗЯВ УЧАСТЬ У САЙД-ІВЕНТІ «СТІЙКІ МІСТА УКРАЇНИ: ВІД ВІДНОВЛЕННЯ ДО СТАЛОГО ЗРОСТАННЯ», ЯКИЙ ВІДБУВСЯ У ДВАДЦЯТИХ ЧИСЛАХ ЧЕРВНЯ У ПОЛЬСЬКОМУ ГДАНЬСЬКУ В МЕЖАХ КОНФЕРЕНЦІЇ UKRAINE RECOVERY CONFERENCE 2026.

Захід організувала ініціатива «ООН для українських міст» за підтримки Харківської міської ради та АПМГ.

У форумі взяли участь представники агенцій ООН, міжнародних фінансових інституцій, урядів країн-партнерів, дипломатичного корпусу та бізнесу.

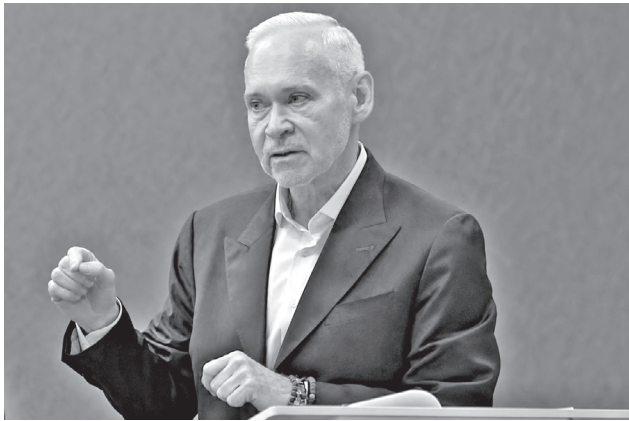
Під час виступу **Ігор Терехов** наголосив, що сьогодні саме прифронтові території фактично формують нову архітектуру безпеки не лише України, а й усієї Європи:

— Сьогодні дуже важливо не тільки вистояти, а й щоб наші прифронтові міста і громади не залишилися сам на сам після війни. Потрібні чіткі стратегія та план розвитку. Деякі проєкти вже є. Як тільки закінчиться війна, ми надамо їх інвесторам, міжнародним фінансовим інституціям та банкам. Тоді вони будуть розуміти, що в нас уже є готові рішення.

Зараз Асоціація прифронтових міст та громад об'єднує

понад 360 громад із 12 областей України. Перед ними стоїть подвійне завдання: забезпечувати життєдіяльність під час війни та одночасно готуватися до масштабного відновлення. Голова АПМГ зазначив, що громади потребують міжнародної підтримки для розробки техніко-економічних обґрунтувань, проєктної документації та стратегій розвитку. Саме ці документи є основою для залучення великих інвестицій та фінансування міжнародних партнерів. Харків уже має практичний досвід такої роботи. Зокрема, спільно з ініціативою «ООН для українських міст», Фондацією Нормана Фостера та за підтримки уряду Німеччини місто розробило концепцію Генерального плану розвитку. Також триває модернізація енергетичної та транспортної інфраструктури, реалізуються проєкти будівництва підземних освітніх просторів та створення нових безпечних міських середовищ.

Окремо мер Харкова розповів про напрацювання що-



до відбудови одного з найбільш пошкоджених районів міста — Північної Салтівки:

— Це невеличкий комплекс, який передбачає 237 квартир, п'ять нових житлових секцій. Крім цього, це замкнута екосистема: бомбосховище, паркінги, укриття, сучасний дитячий садочок і сучасна школа. Але нам потрібна експертиза, проведення якої потребує значних коштів.

Міський голова наголосив, що Харків готовий ділитися своїм досвідом із громадами, які також готуються до відновлення. За його словами, вже сьогодні необхідно створювати проєкти майбутнього розвитку, щоб після завершення війни максимально швидко перейти від планування до реалізації конкретних рішень.

ХАРКІВ ГОТУЄ БУДИНКИ ДО ЗИМИ

ХАРКІВСЬКІ ТЕПЛОЕНЕРГЕТИКИ КОМПЛЕКСНО І КАПІТАЛЬНО МІНЯЮТЬ КОМУНІКАЦІЇ У БУДИНКАХ, ЯКІ ПОШКОДЖЕНО ОБСТРІЛАМИ І РОЗМОРОЖЕННЯМ МИНУЛОЇ ЗИМИ, УСУВАЮТЬ УСІ СЛАБКІ МІСЦЯ ВНУТРІШНЬОБУДИНКОВИХ СИСТЕМ — ВІД ТЕПЛОПРОВОДІВ ДО КАНАЛІЗАЦІЇ.

Заступник директора технічного з питань ВБС та звернень громадян КП «ХТМ» ХМР Олексій Горошко нагадав, що на початку лютого ворог здійснив масований обстріл енергетичної інфраструктури Харкова. Було пошкоджено і ТЕЦ-5, через що системи опалення дали збій у багатьох будинках. Зараз у кожному з них роботи ведуться від підвалу до горища. Поступово демонтують старі труби, зварюють нові. Потім транспортують усе у важкодоступні підвальні приміщення. До роботи приступають рано-вранці, поки прохолодно:

— Наприклад, в одному з великих будинків, на 15 під'їздів, було прокладено орієнтовно 650 метрів пластикових труб діаметром 110. На кожному крані, на кожному стояку, на кожному відводі було встановлено крани і дренажі — приблизно 400 кранів.

Як каже Олексій Горошко, у таких старих будинках роботи починали з предметного діалогу з мешканцями,



адже саме вони найкраще знали всі нестандартні місця систем.

У КП «ХТМ» зазначають, що сьогодні вдалося не тільки усунути наслідки обстрілу, а й вивчити всі слабкі місця систем у будинках, що зазнали руйнацій. У літню ремонтну кампанію їх мають повністю усунути та трохи змінити алгоритм спільних дій у критичних ситуаціях. Адже мінімальна допомога з боку мешканців, як-от відкрити кран на стояку центрального опалення в критичний момент, дозволить значно швидше і легше протистояти наслідкам обстрілів.

Наразі в ремонті 40 багатоповерхівок, що отримали пошкодження, ще 200 потребують часткових замін комунікацій

ЗАТИШОК БІЛЯ ДОМУ

ХАРКІВ СТАЄ ЗЕЛЕНІШИМ БУКВАЛЬНО ЩОДНЯ. ЯК НАСЛІДОК ЩОДЕННОЇ РОБОТИ КОМУНАЛЬНИКІВ — ДОГЛЯНУТІ ГАЗОНИ, КВІТНИКИ ТА ОХАЙНІ АЛЕЇ. ПРАЦІВНИКИ РЕГУЛЯРНО КОСЯТЬ ТРАВУ, ВИСАДЖУЮТЬ НОВІ РОСЛИНИ, ДОГЛЯДАЮТЬ ЗА НИМИ, ОБРІЗАЮТЬ КУЩІ ТА ОНОВЛЮЮТЬ ЕЛЕМЕНТИ БЛАГОУСТРОЮ, ЯК-ОТ В САЛТІВСЬКОМУ РАЙОНІ МІСТА.

Начальниця дільниці філії «Благоустрій» у Салтівському районі КП «Шляхрембуд» ХМР Олександра Петрук каже: кожен двір має бути місцем, куди приємно повертатися:

— Наш робочий день завжди починається з прибирання прибудинкових територій. Зараз значну частку робочого часу забирає догляд за зеленими насадженнями. Триває гарячий сезон для покосу трави. У Салтівському районі площі зелених зон просто величезні, тому й навантаження чимале. Ми також хочемо, щоб наш район був квітучим і гарним, тому обов'язково приділяємо увагу клумбам. Нашим працівникам широким подобиється створювати щось гарне власними руками. Благоустрій на

цій території — плоди роботи не одного сезону. Ми самостійно вирощуємо розсаду, експериментуємо, оновлюємо квіткові композиції. Працюємо з душею, щоб попри все наші двори залишалися квітучими й затишними.

Олена Мінакова, речниця КП «Шляхрембуд» ХМР:

— Якщо підбивати підсумки тижня, то площа покосу склала 200 гектарів по всіх дев'яти районах міста. Також продовжуємо санітарну обрізку кущів — приведено до ладу приблизно 11 тис. кущів. Досадили на клумбах 600 одиниць багаторічних рослин. Також за тиждень пофарбовано орієнтовно 7 тис. елементами благоустрою. Двори вже стали охайними, жителі залюбки проводять там час.



ДІТИ ГЕРОЇВ

У ХАРКОВІ ЗА ІНІЦІАТИВОЮ МІСЬКОГО ГОЛОВИ ІГОРЯ ТЕРЕХОВА ВІДБУВСЯ ЗАБІГ «ДІТИ ГЕРОЇВ», У КОТРОМУ ВІЗЯЛИ УЧАСТЬ ДІТИ ЗАГИБЛИХ ЗАХИСНИКІВ, А ТАКОЖ ДІТИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ НИНІ БОРОНЯТЬ УКРАЇНУ.



Для Харкова спортивні заходи давно стали доброю традицією. Навіть в умовах воєнного стану в місті продовжують приділяти значну увагу розвитку фізичної активності та підтримці дітей.

Нікіта Стерін, директор Департаменту з питань ветеранської політики ХМР:

— Одним із пріоритетних завдань, які сьогодні ставить міський голова Ігор Терехов, є підтримка дітей військовослужбовців та наших ветеранів. Такі заходи дуже важливі, адже вони об'єднують, дають їм можливість відпочити й отримати такі необхідні позитивні емоції, яких у нинішніх реаліях, на жаль, дуже бракує. Ми й надалі підтримуватимемо ці родини, адже важливо, щоб вони відчували: вони не самі, вони разом із нами. Думаю, сьогодні діти отримали справді теплі й незабутні враження.

Біг об'єднав усіх учасників, без поділу за віком, статтю чи рівнем фізичної підготовки. Адже головна мета заходу — вшанувати героїв, а не встановити спортивні рекорди.

Олександра:

— Батько дуже добрий, веселий, красивий. Мені часто кажуть, що я його копія — і за характером, і за зовнішністю. Я дуже люблю його і дуже хочу, щоб він завжди був поруч зі мною. Батько для мене був усім. Коли він зник, у мене ніби забрали частину мене.

Анастасія:

— Наші тато, дядько, дідусь воювали. Коли вони всі зникли безвісти, ми постійно про них думаємо і повинні завжди їх пам'ятати.

Після фінішу кожен учасник отримав пам'ятну медаль. Організатори зазначають, що такі заходи не лише популяризують спорт, а й допомагають дітям відчувати турботу та підтримку.

КОЛИ СТРАШНО — СТВОРЮЄ СМІШНІ МАЛЮНКИ

БІБЛІОТЕКА — ФІЛІЯ № 11 ЦБС ХОЛОДНОГІРСЬКОГО РАЙОНУ ПРЕЗЕНТУЄ ВИСТАВКУ ЦИФРОВОГО ЖИВОПИСУ «МОРСЬКІ ПРИГОДИ» ХАРКІВСЬКОЇ ХУДОЖНИЦІ ТА ІЛЮСТРАТОРКИ ТЕТЯНИ КАРМАЗІНОЇ. ЦЕ — НЕ ПРОСТО МАЛЮВАННЯ НА ЕКРАНІ. ЦЕ — СПРАВЖНЄ МИСТЕЦТВО, ЯКЕ ВИМАГАЄ ВОЛОДІННЯ СВІТЛОМ, ТІННЮ ТА КОЛЬОРАМИ, ЗАЗНАЧАЮТЬ У ДЕПАРТАМЕНТІ КУЛЬТУРИ ХМР.

Пані Тетяна бере активну участь у групових й персональних виставках, її акварелі знаходяться у приватних колекціях України, Америки, Франції, Ізраїлю, Чехії, Польщі та інших країн, розповідає завідувачка бібліотеки-філії **Олена Смола**.

— На нашій виставці представлені 14 робіт. Увагу гостей привертає морська тема, що особливо приваблює влітку, яскраві кольори, позитивна художниця, яка захоплююче презентувала свою творчість, — зазначає пані Олена. — Відвідувачів зацікавив також її віртуозний цифровий живопис. Кожна робота — це окрема історія з солоним вітром, шумом хвиль, морськими мешканцями, таємницями глибин і, звісно ж, духом пригод. Ця виставка дає можливість людям відволіктися від війни і буденності, помріяти, подивитися на прекрасне, дізнатися про нюанси такого живопису.

► РІЗНІ НАПРЯМИ ДОПОМАГАЮТЬ БУТИ ЦІЛІСНОЮ

Основна робота пані Тетяни пов'язана з цифрами — більше 20 років працює оцінювачем майна, але десять

років тому захопилася живописом.

— Живопис — це абсолютно інший бік мого життя. Там — математика, статистика, логіка, аналіз, а тут зовсім інше. Але ці два напрями допомагають мені бути цілісною, — ділиться пані Тетяна.

Спочатку художниця малювала аквареллю — здебільшого пейзажі, а приблизно три роки тому поринула у цифровий живопис.

— Я давно мріяла опанувати цю техніку — дуже хотілося малювати на комп'ютері. І коли у мене з'явився інструмент — планшет, я нарешті змогла втілити свою мрію, — каже **Тетяна Кармазіна**.

Чомусь існує думка, що у цифровому живопису все робить комп'ютерна програма. Це — велика помилка, запевняє пані Тетяна. Насправді це — справжня творчість, бо



замість традиційних фарб і полотна він використовує стилус та віртуальні інструменти, які імітують олію, акварель, вугілля чи пастель.

► ТЕМА МОРЯ РОДОМ З ДИТИНСТВА

У «Морські пригоди» авторка вирушила не випадково.

— Морська тематика імпонувала мені завжди. Чому — для мене самої це ще загадка. Але на першому пейзажі, який я намалювала ще у дитячому садочку, був зображений кораблик у шторм. Ця тема мене чіпляє і досі, — зізнається Тетяна Кармазіна. — У серії робіт «Морські пригоди» основний акцент я зробила на колір і світло — на те, як грають промінчики сонця у воді. На моїх роботах — все, що пов'язане з морем: човни, русалка, морська черепаха, хвости китів, на яких переливаються відблиски від води, зграйка скумбрії з допитливими мордочками, равлик, який летить по хвилях на дошці для серфінгу.

У війну живопис став не тільки способом самовираження, а й своєрідним релаксом.

— Коли вибухає — буває, що сиджу і малюю. Причому коли страшно і гучно — намагаюся створювати смішні малюнки, — говорить художниця.

► РАВЛИК ЗАПРОШУЄ ДО СЕБЕ У МУШЛЮ

На початку 2024-го у пані Тетяни з'явилася серія кумедних мультяшних равликів.

— У слимачків є ручки, очі, міміка, емоції, — розповідає мисткиня. — Коли мені було дуже сумно, я з ними спілкувалася, задавала їм запитання, отримувала відповіді. Наприклад, коли створювала равлику якусь смішну пичку, питала: «Ну, і що в тебе з обличчям? Ти що, не чуєш, як гучно?» Він відповідав: «Ну, чую. І що мені тепер робити? Якщо хочеш — можеш зайти до мене у мушлю. Поспілкуємося, поп'ємо кави». Мені стало смішно, і я пропонувала равлику: «Давай створимо щось таке, щоб їм там теж було гучно».

До речі, равлики підтримують не тільки художницю.

— Я публікувала равликів у соцмережах, і психологи запропонували мені створити метафоричні картки. Коли у мене зібралось 58 малюнків, я створила колоду. Метафоричні картки — це арт-інструмент психолога. Якщо людина замкнута, не хоче про щось говорити — картки через метафору, асоціацію допомагають вийти на якийсь запит, щось в собі відчуті і проговорити, — зауважує пані Тетяна. — Картки бувають різними — наприклад, портретні, сюжетні, абстрактні. Також у них різні призначення. Одна колода працює з емоціями, інша — з конкретною травматикою. Мої равлики, як виявилось, працюють зі станом — мабуть, тому, що я малювала їх у власних станах розпачу, страху, любові, надії або довіри. Психологи, які використовують мої картки, дуже задоволені роботою з равликами — кажуть, що вони дуже ресурсні і добре працюють з військовими.

Виставка «Морські пригоди» триватиме до середини липня.



БЕЗ ВІДРИВУ ВІД РОБОТИ

ШВЕДСЬКА МІНІСТЕРКА З ПИТАНЬ КЛІМАТУ РОМІНА ПУРМОХТАРІ ПРИЙШЛА НА ЗАСІДАННЯ РАДИ ЄС У ЛЮКСЕМБУРГІ З НЕЗВИЧНИМ СУПУТНИКОМ — СВОЇМ ТРИМІСЯЧНИМ СИНОМ АДАМОМ. ЦЕ БУВ ПЕРШИЙ ВИПАДОК, КОЛИ НЕМОВЛЯ ВЗЯЛО УЧАСТЬ У ЗАСІДАННІ МІНІСТРІВ ЄС.

Урядовиця розповіла, що хотіла акцентувати переваги політики щодо батьківської відпустки, яка не змушує жінок обирати між роботою та сімейними обов’язками. 30-річна Пурмохтарі стала наймолодшою міністеркою в історії Швеції, коли обійняла посаду у 2022 році. Вона щойно повернулася з декретної відпустки, а її чоловік перебуває у відпустці до виборів у Швеції у вересні й поїхав з нею до Люксембургу, щоб доглядати за Адамом. До слова, Швеція має одну з найщедріших у світі систем батьківських відпусток, що фінансується коштом високих податків у країні, що стало політичним каменем спотикання під час передвиборчої кампанії. Батьки отримують загалом приблизно 16 місяців оплачуваної відпустки. З них 90 днів зарезервовано для кожного з батьків окремо і їх не можна передати іншому. Якщо один із батьків не використає свою частину відпустки, ці дні втрачаються. Ці періоди,



які не можна передавати, часто називають «татовими місяцями». Їх запровадили, щоб заохотити батьків проводити більше часу зі своїми дітьми.

ІРОНІЯ СИТУАЦІЇ

У ЛОНДОНІ ПІД ЧАС ВОСЬМОГО ЩОРІЧНОГО CLIMATE WEEK ОДИН ІЗ КЛЮЧОВИХ ЗАХОДІВ, ПРИСВЯЧЕНИХ НАСЛІДКАМ ЕКСТРЕМАЛЬНОЇ СПЕКИ, ДОВЕЛОСЯ СКАСУВАТИ ЧЕРЕЗ... ЕКСТРЕМАЛЬНУ СПЕКУ.



Як повідомляє Reuters, подія мала відбутися в Лондонській школі економіки, але будівля, в якій планувався захід, є майже столітньою і не обладнана системами кондиціонування — для охолодження там зазвичай використовують природну вентиляцію та вентилятори.

«Є справжня іронія в тому, що захід, присвячений адаптації до екстремальної спеки у помірній та заможній країні, довелося скасувати через саму спеку», — зазначив кліматичний експерт Кріс Андерсон із організації Practical Action.

Подія була частиною масштабної програми Climate Week, яка цього року зібрала понад 75 тисяч учасників із урядових структур, бізнесу, фінансового сектору та громадянського суспільства. Загалом відбулося майже 1300 заходів, присвячених прискоренню кліматичних дій напередодні COP31 у Туреччині.

За даними міжнародних досліджень, наслідки екстремальної спеки вже мають глобальний характер. Зокрема, за оцінками журналу The Lancet, смертність від високих температур зросла приблизно на 23% із 1990-х років і нині становить у середньому понад 546 тисяч випадків на рік, значна частина яких припадає на країни з обмеженими можливостями адаптації.

АКТУАЛЬНО

ЦЬОГО ЛІТА ВПЕРШЕ ВИЙДУТЬ ДРУКОМ МЕМУАРИ ЯПОНСЬКОГО СВЯЩЕННИКА КІОШІ ТАНІМОТО, ЯКИЙ СТАВ СВІДКОМ НАСЛІДКІВ АТОМНОГО БОМБАРДУВАННЯ ХІРОСІМИ У 1945 РОЦІ.

Рукопис майже 80 років залишався неопублікованим і був випадково знайдений в архіві Єльського університету у США, пише The Guardian. 230-сторінкові спогади під назвою The Lost Memoir: Hiroshima, 8:15 опублікують 6 серпня — у день 81-ї річниці атомного удару по Хіросімі. Окрім виходу книги, історія Танімото отримає й екранізацію. Головну роль у фільмі Hiroshima, 8:15 виконає Такехіро Хіра, відомий за серіалом «Обов’язок/Сором». Початок підготовки до зйомок заплановано на листопад, а самі зйомки стартують у лютому 2027 року. 6 серпня 1945 року США скинули атомну бомбу на Хіросіму. За перші чотири дні після вибуху загинули близько 120 тисяч людей. Ще через три дні атомного удару зазнало місто Нагасакі, де загинули приблизно 73 тисячі людей. Танімото, який був методистським священником, у час вибуху перебував за межами міста. Повернувшись до Хіросіми, він побачив зруйноване місто, пожежі, понівечені будівлі та тисячі постраждалих. Рукопис знайшли серед архівів американського журналіста Джона Герсі, автора знаменитої документальної кни-



ги «Хіросіма». Саме знайомство Герсі з Танімото після війни стало основою для його розповіді про трагедію. Продюсером майбутнього фільму виступить Дональд Розенфельд, який заявив, що історія Хіросіми залишається особливо актуальною на тлі сучасних ядерних загроз у світі.

КОЛІР МАЄ ЗНАЧЕННЯ

ЯКИЙ КОЛІР КУПАЛЬНИКА ОБРАТИ, ЩОБ ДИТИНУ БУЛО ДОБРЕ ВИДНО У ВОДІ, РОЗПОВІЛИ У ДСНС.

Головне правило безпечного купального одягу — максимальний контраст із водою. Під водою кольори сприймаються не так, як на суші. Для купання у відкритих водоймах найкраще обирати жовтий або рожевий кольори. Для басейнів перевагу ліпше віддати чорному й помаранчевому кольорам. Водночас сині, блакитні, сірі й білі купальники можуть злитися з водою. Також варто обирати однотонний купальник або з великим принтом. Дрібні малюнки й візерунки часто гірше помітні на відстані. Проте, яскраві купальники не замінюють нагляд дорослих, уточнюють рятувальники.

У ВІДКРИТИХ ВОДОЙМАХ

У БАСЕЙНІ

Зробіть скриншот цього слайда, щоб обрати правильний купальний одяг у магазині.

Джерело зображення: ALIVE Solutions Inc.

НАРЕШТІ ГОЛОВНА РОЛЬ

СПІНОФ АНІМАЦІЙНОЇ ФРАНШИЗИ «ШРЕК» ВИЙДЕ В КІНОТЕАТРАХ 30 ЧЕРВНЯ 2028 РОКУ, ПИШЕ THE HOLLYWOOD REPORTER. ГОЛОВНИМ ГЕРОЄМ МУЛЬТФІЛЬМУ СТАНЕ ВІСЛЮК.



Стрічка розповість історію персонажа до його знайомства зі Шреком. Події розгортатимуться у Тридев'ятому королівстві. Режисером мультфільму став Чарлі Бін, який працював над «Лего Ніндзяго: Фільм». Співрежисером виступить Метт Флінн («Дикий робот», «Кіт у чоботях 2: Останнє бажання», «Поганці 2»), а продюсеркою — Ребекка Гантлі. Віслюка знов буде озвучувати актор Едді Мерфі. Нагадаємо, у 2025 році Universal випустили тизер мультфільму «Шрек 5», прем'єра котрого запланована на літо 2027 року. Персонажів будуть озвучувати Майк Маєрс (Шрек), Едді Мерфі (Осел) і Кемерон Діаз (принцеса Фіона). Також до акторського складу приєдналася Зендая («Дюна»).

ДОВГОСТРОКОВЕ ПАРТНЕРСТВО

ПЕРШИЙ ЗАСТУПНИК ХАРКІВСЬКОГО МІСЬКОГО ГОЛОВИ ОЛЕКСАНДР НОВАК ПРОВІВ РОБОЧУ ЗУСТРІЧ З КЕРІВНИКОМ ОФІСУ УПРАВЛІННЯ ВЕРХОВНОГО КОМІСАРА ООН У СПРАВАХ БІЖЕНЦІВ (УВКБ ООН) У ХАРКОВІ РІЧАРДОМ ЕВАНСОМ.

Олександр Новак розповів про поточну ситуацію в Харкові та наголосив на масштабах руйнувань житлового фонду через ворожі атаки. Отже, за останній місяць внаслідок вибухів було пошкоджено приблизно 300 будинків і вибито 2 тис. вікон. Перший заступник мера подякував за послідовну підтримку Харкова з боку УВКБ ООН, яке є одним із лідерів співпраці, і засвідчив бажання міської влади розвивати співробітництво:

— На жаль, кількість руйнувань у Харкові збільшується і щодня зачіпає життя тисяч людей. Тому для нас надзвичайно важливо не лише зберігати нинішній рівень взаємодії, а й розширювати співпрацю з вами. Ми дуже цінуємо цю підтримку та готові долучатися до реалізації нових спільних проєктів, спрямованих на допомогу харків'янам і відновлення міста.



УВКБ ООН системно підтримує Харків, надаючи адресну грошову допомогу містянам, облаштовуючи укриття та пункти незламності, замінюючи пошкоджені вікна та

забезпечуючи об'єкти критичної інфраструктури генераторами і зарядними станціями. Надалі організація планує зосередитися на довгострокових проєктах відновлення, повідомив зі свого боку Річард Еванс:

— Від початку 2022 року в Харкові через програми екстреної допомоги ми підтримали 48 тисяч людей. Окрім цього, допомогли відремонтувати понад 11,5 тисяч домогосподарств. На поточний рік ми маємо стабільне фінансування і сподіваємося на його продовження у 2027 році. Настав час планувати більш сталі рішення. Я хочу обговорити три ключові напрями: загальне відновлення, ремонт місць загального користування та утеплення багатоквартирних будинків. Харків завжди реалізує нові проєкти першим, тому сподіваюся на успішний досвід. Щоб наголосити на нашу спроможність та залучити додаткові міжнародні ресурси, ми пропонуємо укласти меморандум із місцевою адміністрацією для легалізації роботи офісу відновлення.

За підсумками зустрічі сторони домовилися розпочати підготовку меморандуму про взаємодію, який закріпить довгострокове партнерство та стане фундаментом для нових проєктів відбудови міста.

ЗАРАДИ БЕЗПЕКИ ДОРОЖНЬОГО РУХУ

НА ОДНІЙ ІЗ ВАЖЛИВИХ ТРАНСПОРТНИХ АРТЕРІЙ ШЕВЧЕНКІВСЬКОГО РАЙОНУ ТРИВАЄ МАСШТАБНЕ ОНОВЛЕННЯ ДОРОЖНЬОГО ПОКРИТТЯ.

Вулиця Отакара Яроша, на ділянці від вулиці Клочківської до вулиці Олександра Олеся, щодня приймає значний потік транспорту, тож ремонт тут давно був необхідним. За понад два десятиліття без капітального оновлення асфальт зазнав серйозного зносу. Тріщини, колійність та пошкодження покриття впливали не лише на комфорт водіїв, а й на безпеку дорожнього руху загалом, повідомив інженер КП «Шляхрембуд» ХМР Віталій Білошенко:

— Роботи ведуться поетапно. Дорожники не лише оновлюють покриття, а й частково замінюють бортовий камінь. Зараз ремонт триває на ділянці від проспекту Науки до вулиці Олександра Олеся. На об'єкті задіяно кілька десятків одиниць спеціалізованої техніки.

Оновлюють дорожню інфраструктуру не лише тут. Комунальники одночасно працюють і на інших важливих магістралях міста:

— Також роботи з поточного ремонту вулично-дорожньої мережі тривають по проспектах Тракторобудівників, Архітектора Альошина та вулицях Ковтуна і Гостомельській.

Окрім поточного ремонту доріг, працівники КП «Шляхрембуд» відновлюють асфальтобетонне покриття після розриттів комунальних служб, ремонтують пішохідні зони та забезпечують належний санітарний стан міських вулиць.



Втрачене свідоцтво про право власності на житло від 04.12.1998 р., реєстраційний номер 9-98-152956, видане Харківським міським центром приватизації державного житлового фонду на ім'я: Корецький Леонід Іванович та членам його сім'ї: Корецький Іван Сергійович за адресою: м. Харків, вул. Жовтневої Революції, буд. 5, кв. 98, **вважати недійсним**.

НА ЛІКАРІВ ТУТ ЧЕКАЮТЬ

У ХАРКОВІ ТРИВАЮТЬ ПРОФІЛАКТИЧНІ МЕДИЧНІ ОГЛЯДИ ДЛЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ. БРИГАДИ ЛІКАРІВ ЩОМІСЯЦЯ САМІ ПРИЇЗДЖАЮТЬ ДО ГУРТОЖИТКІВ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ТА РОЗГОРТАЮТЬ ТАМ МОБІЛЬНІ КАБІНЕТИ.

Сьогодні у Харкові проживає понад 217 тисяч внутрішньо переміщених осіб. Лише протягом червня до міста прибуло ще близько тисячі переселенців, більшість із яких — маломобільні люди. Люди, які були змушені залишити свої домівки через бойові дії, часто тривалий час не мали доступу до якісної медичної допомоги. Навіть після переїзду до Харкова для багатьох похід до лікарні залишається непростим завданням через вік, стан здоров'я чи незнання міста.

У місцях тимчасового проживання наразі мешкають приблизно сім тисяч ВПО, і майже третина з них — люди похилого віку або особи з інвалідністю, розповіла директорка Департаменту по роботі з ВПО ХМР Вікторія Івченко:

— Започатковані нами огляди викликають тільки позитивну реакцію з боку самих переселенців, тому що вони, не виходячи з дому, отримують ряд медичних послуг, які їм необхідні на сьогодні: консультації профільних спеціалістів, діагностику та за потреби — направлення на подальше лікування. Міська влада проводить такі виїзди спільно з міжнародними та громадськими партнерами. З нами співпрацюють Координаційний гуманітарний центр та ГО «Спільна справа для людей». Тому за підсумками оглядів переселенці



можуть отримати від них ще й спеціальні медичні ваучери на суму 2 тисячі гривень на придбання необхідних ліків в одній із мереж аптек міста.

Головна перевага таких виїздів, кажуть самі вимушені переселенці, людям не потрібно записуватися до лікарів чи їхати через усе місто.

Пані Надія евакуювалася до Харкова з Куп'янська. Проблеми зі здоров'ям мала й раніше, а після початку війни стан лише погіршився і самостійно відвідувати поліклініку їй дедалі складніше, тому приїзд лікарів до гуртожитку став справжнім порятунком:

— Дуже добре, що приїхали, бо по кабінетах мені вже тяжко ходити: і вік, і хвороби — вже болить все.

Серед пацієнтів мобільної бригади чоловік, який також евакуювався з Куп'янська. Під час огляду йому допомогли оформити декларацію із сімейним лікарем та надали консультацію щодо подальшої реабілітації після інсульту.

НОВІ СЕНСИ

З НАГОДИ ДНЯ КОНСТИТУЦІЇ У ХАРКОВІ ВІДБУВСЯ РЯД КУЛЬТУРНИХ ЗАХОДІВ. НАПРИКЛАД, У МЕТРО НА СТАНЦІЇ «ІСТОРИЧНИЙ МУЗЕЙ» ДЛЯ МІСТЯН ПРОЗВУЧАЛИ УКРАЇНСЬКІ ПІСНІ, А ТАКОЖ БУЛИ ПРЕДСТАВЛЕНІ ХОРЕОГРАФІЧНІ НОМЕРИ.

Разом з юними артистами свою творчість глядачам знов демонстрував військовий оркестр 5 Слобожанської бригади «Скіф» Національної гвардії України. До речі, «Скіфи» разом із Днем Конституції відзначили й день народження своєї бригади.

Антон Карпенко, пресофіцер бригади:

— Ми два свята разом святкуємо — День Конституції та день народження нашої бригади, якій уже понад 30 років. Сьогодні ми боронимо Південно-Слобожанський напрямок і небо Харківщини. Наш військовий оркестр уособлює силу наших гвардійців, і ми раді дарувати позитив жителям й гостям міста.

Виступи у метро покликані дарувати харків'янам позитивні емоції. За словами глядачів, такі заходи допомагають хоча б на деякий час відволіктися від щоденних тривог і створюють святкову атмосферу.

Інна:

— Їхала додому, але затрималася спеціально заради концерту. Подібні заходи відвідую не вперше. Подобається атмосфера, зовсім інший настрій утворюється.

Концертом у безпечному просторі привітав харків'ян зі святом і театр народної музики України «Обереги».



Тетяна Меленченко, директорка театру:

Наш театр вітає всіх українців і бажає, щоб Основний Закон нашої держави став міцним фундаментом для процвітання та розвитку України.

Тетяна Куля, відвідувачка концерту:

— Загалом Департамент культури ХМР організовує у Харкові дуже багато концертів, які надихають нас, мотивують наших дітей і викладачів. Я дивлюся на ці молоді обличчя і розумію, що це наша гордість, наше майбутнє. Це молоді люди, які залишаються у Харкові й працюють на благо міста, підтримуючи наш дух і настрій.

Свої творчі номери також представив ансамбль народного танцю «Буревісник» Будинку культури Індустріального району.

Юлія Зозуля, директорка будинку культури:

— Війна змусила нас усвідомити, наскільки важливою сьогодні є Конституція України. Це свято набуло нового змісту і для артистів, і для глядачів, які тепер сприймають його зовсім по-іншому.

ЛОХИНА — СПРАВЖНЯ ВІТАМІННА БОМБА

ЛОХИНА ДАВНО ПЕРЕСТАЛА БУТИ ЕКЗОТИЧНОЮ ЯГОДОЮ ДЛЯ УКРАЇНЦІВ. ЇЇ ДОДАЮТЬ У ДЕСЕРТИ, КАШІ, СМУЗИ, ВИПІЧКУ ТА ПРОСТО ЇДЯТЬ СВІЖОЮ. ПОПУЛЯРНІСТЬ ЛОХИНИ ПОЯСНЮЄТЬСЯ НЕ ЛИШЕ ЇЇ ПРИЄМНИМ СМАКОМ, А Й ВЕЛИКОЮ КІЛЬКІСТЮ КОРИСНИХ РЕЧОВИН.

Ягода містить антиоксиданти, вітаміни та сполуки, які допомагають підтримувати здоров’я серця, судин і нервової системи. Про властивості лохини розповіла дієтологиня Галина Незговорова.

ЩО ТАКЕ ЛОХИНА

Лохина — це багаторічна ягідна рослина родини вересових. Її часто плутають із чорницею, однак лохина більша за розміром, має щільнішу шкірку та світлішу м’якоть.

Особливу популярність ягода отримала у XX столітті, коли її почали активно вирощувати у США та Канаді. Згодом лохина стала популярною у країнах Європи, а нині її вирощують і в Україні. Галина Незговорова наголошує, що головна цінність ягоди — у високому вмісті антиоксидантів:

— Лохина містить велику кількість антоціанів — особливих речовин, які забезпечують потужний антиоксидантний захист організму. Саме вони допомагають сповільнювати процеси старіння, захищають клітини від негативного впливу вільних радикалів та підтримують здоров’я судин.

Лохину вважають однією з найбільш корисних сезонних ягід завдяки поєднанню низької калорійності та високої поживної цінності.

ЯК ЛОХИНА З’ЯВИЛАСЯ В УКРАЇНІ

Масово вирощувати лохину в Україні почали відносно недавно — приблизно у 2000-х роках. До цього ягода вважалася рідкісною культурою через складність вирощування та специфічні вимоги до ґрунту.

Для лохини потрібні кислий ґрунт, достатня вологість та правильний догляд. Саме тому перші великі плантації з’явилися переважно у західних та північних регіонах України.

Зараз Україна входить до числа європейських країн, де активно вирощують лохину як для внутрішнього ринку, так і для експорту. Ягода стала популярною завдяки моді на здорове харчування та рекомендаціям дієтологів.

Крім свіжої лохини, українці активно купують заморожену ягоду. За словами Галини Незговорової, це також хороший варіант.

— Заморожена лохина зберігає значну частину корисних речовин. Її можна додавати до кисломолочних продуктів, десертів чи каш. Це чудовий спосіб отримувати антиоксиданти навіть не в сезон, — пояснила дієтологиня.

КОРИСТЬ І ШКОДА ЛОХИНИ

Лохина вважається справжньою вітамінною бомбою через високий вміст вітамінів, мінералів і біологічно активних сполук.

Ягода містить:

- вітамін С;
- вітаміни групи В;
- калій;
- магній;
- марганець;
- клітковину;
- антоціани;
- поліфеноли.

Особливо цінними є антоціани — природні пігменти, які надають ягоді синьо-фіолетового кольору. Саме вони позитивно впливають на серцево-судинну систему та допомагають боротися із запаленнями.

— Лохина сприяє зниженню рівня холестерину у крові, покращує стан судин та нормалізує роботу серцево-судинної системи. Крім того, вона допомагає організму виводити токсини та підтримує нормальний обмін речовин, — зазначила дієтологиня.

Завдяки низькій калорійності лохину часто рекомендують людям, які контролюють вагу. Регулярне вживання ягоди допомагає підтримувати нормальні обмінні процеси в організмі.

На ринках Харкова з’явилися ягоди лохини. Зокрема, продається продукція місцевих господарств. Як повідомили в Департаменті адміністративних послуг та споживчого ринку ХМР, високі ціни на ягоди пояснюються коротким сезоном і залежать від врожаю та погодних умов. Водночас, порівняно з червнем минулого року, ціни на ягоди знизилися в середньому на 15–25%.



Також лохина позитивно впливає на:

- пам’ять та концентрацію;
- стан шкіри;
- роботу кишківника;
- рівень цукру в крові;
- імунітет.

Втім, надмірне споживання ягоди може викликати дискомфорт у людей із чутливим шлунком або схильністю до алергій. Через вміст клітковини у великій кількості лохини іноді провокує здуття.

Обережними варто бути людям із захворюваннями шлунково-кишкового тракту у період загострення.

СКІЛЬКИ ЛОХИНИ МОЖНА ЇСТИ НА ДЕНЬ

Для більшості дорослих безпечною та корисною нормою вважається приблизно 150–250 грамів лохини на день. Саме така кількість дозволяє отримати необхідні антиоксиданти, не перевантажуючи травну систему.

Дієтологи радять вживати лохину регулярно, але помірно, поєднуючи її з іншими ягодами та фруктами.

Найкраще їсти лохину:

- свіжою;
- у поєднанні з йогуртом чи сиром;
- у кашах;
- у смузі;
- у домашніх десертах без великої кількості цукру.

Експертка також наголошує, що лохина допомагає організму боротися зі старінням:

— Лохина допомагає сповільнювати процеси старіння і зменшує негативний вплив факторів навколишнього середовища на організм. Саме тому її варто регулярно включати у свій раціон.

МОВА ДИКОЇ ТРАВИ

КОЖЕН САДІВНИК Й ФЕРМЕР ЩОСЕЗОНУ ВЕДЕ ЗАПЕКЛУ БОРотьбу з бур’янами. ПРОТЕ ЗАМІСТЬ ТОГО, ЩОБ ПРОСТО ЗНИЩУВАТИ ДИКООСЛІ РОСЛИНИ, ПРИДИВІТЬСЯ ДО НИХ УВАЖНІШЕ.

У природі нічого не буває випадково: поява тих чи інших рослин-індикаторів — чіткий сигнал про хімічний склад, вологість та структуру ґрунту на ділянці.

Якщо навчитися «читати» бур’яни, можна заощадити на дорогих лабораторних аналізах і точно дізнатися, чого саме потребує ваша земля.

1. КИСЛОТНІСТЬ ҐРУНТУ (PH)

Рівень кислотності — один із найважливіших факторів для здоров’я культурних рослин, на котрий бур’яни реагують надзвичайно чутливо.

Кислі ґрунти (pH < 5.5)

Якщо на ділянці масово з’являється небажана рослинність, ґрунт потребує вапнування або внесення попелу:

- хвощ польовий (головний маркер високої кислотності);
- щавель кінський та щавель малий;
- подорожник великий;
- фіалка триколірна.

Нейтральні та слабокислі ґрунти (pH 6.0–7.0)

Ідеться про ідеальну землю для більшості овочевих культур. Тут ви зустрінете:

- конюшину повзучу (білу);
- ромашку аптечну;
- березку польову;
- пирій повзучий.

Лужні ґрунти (pH > 7.5)

Надлишок вапна та солей полюбляють:

- гірчиця польова;
- мак-самосійка;
- живокіст.



2. ВМІСТ АЗОТУ ТА РОДЮЧІСТЬ

Азот відповідає за ріст зеленої маси. За бур’янами легко зрозуміти, чи перегодована земля, чи, навпаки, виснажена.

Багаті на азот та органіку ґрунти (надлишок)

Такі рослини обожнюють жирні, добре удобрені ділянки (наприклад, біля компостних куп):

- кропива дводомна;
- лобода біла;
- глуха кропива (яснотка);
- портулак городній.

Бідні, виснажені ґрунти (дефіцит азоту)

Якщо азоту мало, виживають лише невибагливі рослини, часто ті, що вміють фіксувати азот із повітря самостійно:

- дика морква;
- цмин піщаний (безсмертник);
- суріпиця;
- конюшина лучна (червона).

3. СТРУКТУРА ТА ЩІЛЬНІСТЬ ҐРУНТУ

Часто проблема полягає не в хімічному складі, а у фізичному стані землі — наприклад, якщо вона занадто утоптана або утворює важку кірку.

Важкі, ущільнені та глинисті ґрунти

Якщо земля задихається без кисню, то проростають рослини з потужним стрижневим коренем, який здатний пробивати тверді шари:

- подорожник;
- кульбаба лікарська;
- перстач гусячий.

Легкі, піщані та сухі ґрунти

Бідні на вологу та гумус ділянки заселяють:

- волошка синя;
- полин гіркий;
- смілка.

4. ВОЛОГІСТЬ ТА ДРЕНАЖ

Постійний надлишок води може призвести до загнивання коренів культурних рослин. Сигналами заболюченості або високого залягання ґрунтових вод є:

- жовтець повзучий;
- підбіл звичайний (мати-й-мачуха);
- м’ята польова;
- осока.

Як правильно користуватися «зеленими підказками»?

Важливе правило: орієнтуватися потрібно лише на масове розселення конкретного виду бур’янів. Якщо на грядці виросла одна кульбаба, це ні про що не говорить. Але якщо весь город затягнуло хвощем або кропивою — час діяти.

Резюме для практиків:

- Знайшли багато хвоща та подорожника? Додайте доломитове борошно або інші розкислювачі.
 - Буйно росте кропива та лобода? Тимчасово припиніть підживлення азотними добривами.
 - Землю килимом вкриває зірочник (мокрець)? Ґрунт вологий і кислий, зверніть увагу на дренаж.
- Замість бездумного знищення бур’янів гербіцидами, спробуйте змінити умови в ґруні. Як тільки ви вирівняєте pH або покращите структуру землі, непрохані гості підуть самі, поступившись місцем багатому врожаю.

Гороскоп на 30 червня

Овен (21 березня — 20 квітня)
Гарний час, щоб повернутися до давніх ідей і приступити до їхньої реалізації. В особистому житті зараз краще взяти паузу — як тим, хто у стосунках, так і тим, хто шукає кохання. Намагайтеся не перевантажувати себе справами.

Телець (21 квітня — 21 травня)
Гроші вимагають підвищеної уваги. Рішення сьогодні можуть вплинути на ваше матеріальне становище. Будьте спостережливими — увага допоможе відкрити нові перспективи і зробити крок до покращення фінансового добробуту.

Близнюки (22 травня — 21 червня)
Вівторок особливо вдалий для прогулянок, спорту і водних процедур. Намагайтеся відгукуватися на прохання про допомогу — ваша участь та турбота не залишаться непоміченими. Всесвіт щедро винагородить чуйність Близнюків удачею у майбутньому.

Рак (22 червня — 22 липня)
Зробіть перший крок назустріч тим, з ким були у сварці — іноді досить невеликого доброго вчинку, щоб розтопити кригу. Навіть найнепривітніші люди не залишаться байдужими до вашої доброти.

Лев (23 липня — 22 серпня)
Зробіть ставку на вагомих завданнях і не витрачайте сили на дрібниці. День сприятливий для початку чогось по-справжньому важливого — устремління може вплинути на подальше життя.

Діва (23 серпня — 23 вересня)
Намагайтеся уникати пустих обіцянок, особливо щодо близьких. Щирість і чесність сьогодні особливо важливі. Початі справи обов'язково доводьте до кінця — інакше в майбутньому можуть спричинити проблеми і стрес.

Терези (24 вересня — 23 жовтня)
Зростає ймовірність різких новин, несподіваних заяв, технічних збоїв, змін у планах, скасованих зустрічей і раптових поворотів подій. Зізнання у почуттях і компліменти виявляться дуже доречними. Теплі слова справлять гарне враження на оточення. Успіх чекає на Терезів, котрі не відкладають важливих справ у довгу скриньку.

Скорпіон (24 жовтня — 22 листопада)
У робочих справах з'явиться можливість зрушити з місця. З'являться перші відчутні успіхи. В особистому житті також можливі позитивні оновлення — очікуються приємні знайомства, а в сім'ї побільшає порозуміння і тепла.

Стрілець (23 листопада — 21 грудня)
Загальний ритм життя помітно прискорюється. Подумайте про зміни та скористайтеся можливостями, які сьогодні щедро запропонує Всесвіт. Але пам'ятайте, що, навіть прагнучи мети, не варто йти по головах.

Козоріг (22 грудня — 20 січня)
Те, що ще недавно здавалося віддаленою перспективою, може вимагати негайного вирішення вже найближчими днями. Захистіть себе від негативного впливу оточення, уникайте спілкування з тими, хто спричиняє неприємні емоції. Слушний час для духовних практик — медитації, молитов.

Водолій (21 січня — 18 лютого)
Навіть якщо ви працюєте, постарайтеся увечері поділити увагу сім'ї чи близьким друзям. Покажіть турботу — зробіть невеликий подарунок або просто проявіть увагу. Особливо важливо зміцнювати стосунки із партнером.

Риби (19 лютого — 20 березня)
Розплануйте день і строго тримайтеся наміченого курсу. Дисципліна сьогодні допоможе впоратися з усіма завданнями. В іншому разі є великий ризик припуститися безлічі помилок.



ГЛОБАЛЬНЕ ПОТЕПЛІННЯ ЗМІНЮЄ СМАК ПРОДУКТІВ

І НАВІТЬ ЧАЮ НЕ ПОП'ЄМО — НОВЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГОВОРИТЬ ПРО ТЕ, ЩО ЧЕРЕЗ ГЛОБАЛЬНЕ ПОТЕПЛІННЯ ОСВІЖАЮЧИЙ НАПІЙ СТАНЕ ГІРКИМ. ЗМІНЯТЬ СВІЙ СМАК ПИВО, МЕД, ОЛИВКОВА ОЛІЯ, КАВА І ЩЕ ЦІЛА НИЗКА ПРОДУКТІВ.

1. ЧАЙ: ЗНИКАЮТЬ ТЕРПКІСТЬ І АРОМАТ

Через спеку і хаотичні дощі страждають плантації Індії, Китаю та Шрі-Ланки. У листі стає менше танінів і ефірних олій — саме вони відповідають за терпкість і насичений аромат. Чай може стати менш насиченим на смак і не буде таким міцним. Особливо вразливі елітні сорти на кшталт дарджилінгу, пише Sky News з посиланням на дослідження Christian Aid.

У звіті зазначається, що нерегулярні опади можуть розбавляти сполуки, які надають чаю глибину й характер, а екстремальні погодні умови, включно із засухами та повеннями, також можуть тиснути на рослини, призводячи до зниження врожайності, погіршення якості та більш гіркого смаку чаю.

2. КАВА: СТАНЕ КИСЛИШОЮ, ВІДЧУЄМО МЕНШЕ ШОКОЛАДНИХ НОТ

Арабіка дуже чутлива до температури повітря. Через спеку зерна дозрівають швидше і не встигають набрати складного смаку. У каві стає менше солодкості та шоколадних відтінків, зате з'являються зайва кислотність і водянистість.

За даними вчених, до 2050 року значна частина нинішніх кавових регіонів може стати непридатною для вирощування. Особливо потерпають Бразилія, В'єтнам, Колумбія та Ефіопія.

Як наслідок — фермери переходитимуть на більш стійкі, але менш ароматні сорти. Ну і, звісно, кава знову подорожчає.

3. БАНАНИ: ЛЕГЕНДАРНИЙ CAVENDISH МОЖЕ ЗНИКНУТИ

Банани потрепають одразу від двох проблем: спеки і грибкових хвороб, які швидше поширюються в кліматі, що змінюється. Найпопулярніший сорт — Cavendish — вважається особливо вразливим. Через стрес від погоди плоди стають меншими в розмірі та менш солодкими. Вчені вважають, що світу доведеться переходити на нові сорти з щільнішою текстурою та іншим смаком — менш вершковим і ароматним.

4. ОЛИВКОВА ОЛІЯ: БІЛЬШЕ ГІРКОТИ Й МЕНШЕ ФРУКТОВОСТІ

Іспанія і Італія переживають рекордні посухи. Від спеки оливки накопичують менше вологи й швидше старіють просто на дереві. Олія стає більш різкою та гіркою, втрачає м'які фруктові ноти.

Урожаї вже падають, а пляшка хорошої extra virgin перетворюється майже на предмет розкоші.

Ціни злетіли настільки, що в Іспанії олію почали красти з магазинів. У підсумку — згодом частина виробників перейде на дешевші суміші, а Середземномор'я може втратити статус головного центру виробництва оливкової олії.

5. МЕД: СТАНЕ ВОДЯНИСТИМ

Через спеку рослини цвітуть раніше або взагалі висихають. Бджоли змінюють маршрути запилення, і склад меду стає нестабільним. У деяких регіонах втрачає звичну солодкість і квітковий аромат, стаючи більш водянистим або навіть трохи гіркуватим. Особливо вразливі акацієвий і липовий мед.

6. ХМІЛЬ: ПИВО ВТРАЧАЄ АРОМАТ IPA

Чеський і німецький хміль потерпає від спеки та нестачі води. Nature Communications повідомляє, що в рослині зменшується кількість альфа-кислот, які відповідають за гіркоту і цитрусовий аромат пива. Зрештою крафтові IPA можуть стати менш яскравими, а смак — більш плоским і трав'янистим.

7. АВОКАДО: БІЛЬШЕ ВОЛОКОН

У Мексиці та Чилі посухи змінюють структуру плодів авокадо, повідомляє BBC Future. Авокадо потребує величезної кількості води і без неї стає менш маслянистим і кремовим, а м'якоть — більш волокнистою. За сильної спеки авокадо швидше перезріває і втрачає горіхові відтінки смаку.

8. МІДІЇ І УСТРИЦІ: СТАЮТЬ ГУМОВИМИ

Через потепління води змінюється структура м'яса. Мідії та устриці стають менш ніжними й більш гумовими на смак. А в деяких регіонах у молюсків з'являється неприємний металевий присмак.

9. ВАСАБІ: ЗНИКАЄ ЯПОНСЬКА ГОСТРОТА

Справжній васабі росте лише в прохолодній проточній воді гірських річок, повідомляє Japan Times. Через спеку і пересихання струмків врожаї в Японії падають. Сам смак стає менш свіжим і концентрованим, втрачається характерна солодкувата гострота. Тому ресторани дедалі частіше підміняють васабі сумішшю хрону, гірчиці та барвників.