



**СІЛЬСЬКА ВЧИТЕЛЬКА
ПЕРЕМОГЛА СТОЛИЧНУ**

с. 9



СЕРЕДА
24 квітня 2019

№17 (1435)



**ЗАКРИВАЮТЬ ОЧІ
НА ЗЛОЧИНИ**

с. 4



Газета є членом Всесвітньої Газетної Асоціації

20MINUT.UA

«ЗА ДОЗУ Я БУЛА ГОТОВА НА ВСЕ» ТРИ ВІДВЕРТІ ІСТОРІЇ КОЛИШНІХ НАРКОЗАЛЕЖНИХ

► Ці люди протягом багатьох років вживали наркотики. Вони розказали, як потрапили в залежність, як сприймали світ «під кайфом», на що були готові заради дози та чому так боялися тверезості

► «Своїм прикладом я готовий показувати, як наркотики можуть ламати життя і говорити про те, чому їх навіть починати вживати не треба», – сказав Андрій Маркетантов, який 17 років жив у дурмані

с. 6-7

РЕКЛАМА

448529

пр-т Космонавтів, 29

PREMIER TOWER
..... ДІА 1800 СМ2

ПРЕМІУМ КВАРТИРИ
— на Вишенці —
premier-tower.vn.ua

(068) 644-77-77

Дозвіл на виконання будівельних робіт № ІУ 113181171260 від 27.04.2018 Державна архітектурно-будівельна інспекція України

• Продаж • Гарантія • Сервіс • Прокат

Укрсервіс
ТОРГОВИЙ ДІМ
www.e-ukrservice.com
(0432) 555-333

Інструмент
- електро і ручний інструмент
- пневматичний інструмент
- слюсарний інструмент
- витратні матеріали

Обладнання
- для дорожніх і ремонтних робіт
- дерево та металообробки
- компресори
- електрогенератори

Агромінітехніка
- мотоблоки та міні трактори
- прицепи
- снігоковувальники
- та багато-багато іншого

м. Вінниця, вул. С.Зулінського, 44-в

447939

Офіційний дилер:
Магазин «СадЦентр»
Продаж Гарантія Сервіс
вул. В. Інтернаціоналістів 2Г
Відділ продажу: 067-430-38-21
Відділ сервісу: 067-430-31-46
sad-teh.vn.ua

STIHL

448674

САДОВО-ГОРОДНЯ ТЕХНІКА

АГРО МЕХАНІКА
www.am.ua

м. Вінниця, вул. Привокзальна, 9ж
(068) 559-85-85 • (095) 559-85-85

ТРАКТОРИ
МІНІ ТРАКТОРИ
МОТОБЛОКИ

від — 80 000 грн
від — 35 000 грн
від — 9 000 грн

КРЕДИТ • ДОСТАВКА • ГАРАНТІЯ

448155

Затишна Фазенда

ДОСТУПНІ КВАРТИРИ
В ПЕРЕДМІСТІ
ВІННИЦІ
ВІД ЗАБУДОВНИКА

від 8990 грн/м²

тел. (096) 000-05-03 (093) 000-05-03

448219

ДУМКА

Олександр Білошкурський
 ПРАВОЗАХИСНИК

**Нас об'єднає
 народовладдя**

Суспільство розділилось, між людьми чвари та суперечки, розпач та лють.

Але не варто конфліктувати. Треба поважати вибір іншого. Ми всі різні. Ми не можемо бути однаковими.

Водночас маємо глибоко усвідомити, що Україна повинна бути цілісною та незалежною, нас потрібно гуртувати навколо національної ідеї. Усіх нас може об'єднати на даному етапі пряма демократія: безпосередній вплив кожного на владу.

Лише тоді, коли кожен українець зможе не лише вільно висловити свою думку на ту чи іншу ситуацію, а коли шляхом місцевих та всеукраїнських референдумів впливатиме на прийняття законів, напрямки розвитку суспільства, соціальних та економічних програм, керувати своїм будинком, вулицею, мікрорайоном, містом, лише тоді українці, відчувши свою відповідальність за конкретні рішення, маючи інструмент контролю за владою, будуть єдиною непохитною нацією. Пряма демократія, народовладдя — це і є та ідея, навколо якої ми всі об'єднаємося. Лише у такий спосіб можна згуртувати народ та досягти європейського рівня розвитку. І саме за таким президентом і депутатами, який буде це втілювати в життя, піде виборець.

Президент і кожен депутат усіх рівнів, кожен чиновник має бути реальним Слугою народу. Україна має стати соціальною державою з прямою демократією! Я вірю в це!

ЗА ЩО ВІННИЧАНИ ДЯКУВАЛИ ПОРОШЕНКУ

Підтримка ■ Після оголошення результатів екзит-полів, які затвердили, що президент Петро Порошенко програв вибори, набравши всього 25% голосів, його прихильники збиралися у різних містах України, щоб сказати «дякую»

АННА КОВАЛЬОВА, (063)5331064

Прихильники Порошенка у різних містах країни протягом дня почали створювати зустрічі у мережі Facebook під назвою «Дякую». Поки у столиці люди збиралися на Банковій, у Вінниці бажаючі мали змогу зібратися на площі Небесної Сотні, аби підтримати чинного президента.

— Це акція, де люди можуть сказати «дякую» президенту, який був з нами п'ять років. Ясно, що зараз дуже багато всього обговорюється в соціальних мережах і зважуються негативні та позитивні сторони. Впевнений, що за ці п'ять років було багато позитивних речей і ми маємо подякувати за те, що вони відбулися. А ще ми зібралися тут поговорити одне з одним, подивитися одне на одного, — говорить організатор акції Юрій Степанець. — Ми зберегли

державу Україна, у нас з'явився безвіз, почалися реформи децентралізації, охорони здоров'я, почалося багато позитивних речей, які менш помітні, але вони є.

Акція розпочалася із фрази: «Добрий день, дорогі порохоботи!» Кілька десятків людей аплодували і тримали плакати із написом «Дякую».

— Нашому Пороху бажаємо мати сили справитись, щоб в нього вистачило сили донести до розуму людей те, що вони ще не зрозуміли. Зараз підніметься такий підводний мул, який буде збивати з пантелику. Я дуже вдячна нашому гетьману, нашому президенту за впевненість. Порошенко — це та людина, яка спроможна сформувати націю. Він вже сформував нас — наші 25%, а далі до цієї квартири приєднаються всі інші, — говорила оратор, трохи нервуючись.

Далі лунали гасла «Слава Укра-



На акцію прийшло кілька десятків людей. У багатьох в руках були аркуші з написом «Дякую!»

їні» та «Україна понад усе». Тим часом людей ставало трохи більше.

— Мова, віра і армія — для нас не пусті слова. У нас було багато претензій і питань до Порошенка, але він зробив чи не найбільше з усіх Президентів України. Та база, яку він заклав, — надзвичайно важлива для нас всіх, — говорить дівчина, учасниця акції Олена Танатайчук. — Ми сюди всі прийшли подякувати, що він не схибив все ж таки. Було багато помилок, але ті плюси і здобутки, які у нас є — це найголовніше, що у нас є. Ми нікуди не ділися — це та інтелігенція, яка сформувалася. Люди, які підуть, якщо потрібно, в опозицію або будуть надалі слідкувати за діями вже обраного президента.

— Я прийшла подякувати перш за все людям, своїм однодумцям за те, що вони поруч. За те, що вони є і вони складають велику частину мого життя. Це рідні і знайомі, друзі як на Фейсбуці, так і в реальному житті, — говорить журналістка Аріна Кантоністова, — Я прийшла подяку-

вати за те, що ми зараз можемо спокійно тут зібратися, де немає пострілів і ми живемо у мирній Вінниці всі ці п'ять років. Я прийшла подякувати за напрямок, який нарешті Україна отримала в бік Євросоюзу і під захист НАТО.

Негативних відгуків про майбутнього президента Зеленського прихильники Порошенка не озвучували. Говорили лише про те, що будуть слідкувати за тим, аби реформи продовжувалися і особливо прискіпливо звертатимуть увагу на інформаційну політику. Яка під час передвиборчих кампаній була не зовсім прозорою.

Тим часом у Києві Петро Порошенко вийшов до людей, які зібралися на Банковій і заявив, що планує повернутися на Банкову через п'ять років. Хоча Володимир Зеленський має наміри перенести Адміністрацію Президента до сучасного офісу, аби позбутися кортежів і решти президентських звичок, які стали нормою для країни.

Вибирали спокійно

У Вінницькій області Володимир Зеленський набрав 62,97% голосів (484 827 виборців), Петро Порошенко — 34,74% голосів (267 469 виборців).

Поліція не зафіксувала системних порушень, які б могли вплинути на результати виборів. Усього правоохоронці отримали 52 повідомлення про можливі порушення. Серед повідомлень: п'ять випадків, коли люди фотографували бюлетні. Стільки ж —

видача бюлетенів без паспорта. Також був виклик про організовану групу людей, що приїхали голосувати. Але порушення в цьому немає. Були незвичні ситуації: один чоловік прийшов п'яний на дільницю та намагався з'їсти бюлетень. Сказав, що передумав віддавати свій голос за кандидата. Він отримав штраф за появу в громадському місці п'яним. Ще таких штрафів отримали двоє інших людей.

RIA ЗАПИТАЛА ВІННИЧАН

Яких великодніх традицій ви дотримуетесь?



СВЯТОСЛАВ (35), ЮРИСТ:
 — Удома малюю писанки, допомагаю у приготуванні пасок, а до церкви намагаюся потрапити у проміжок часу з півночі до шостої ранку. Святимо все, що є.



ОЛЕНА (40), ЗАРОБІТЧАНКА:
 — Я не хрещена, тому для мене це звичайний день. Паски все одно готую, тому що потрібно з чимось йти у гості. У гостях відчувається святковий настрій.



ІВАН (75), ПЕНСІОНЕР:
 — Святити паски ходжу тільки до сходу сонця. Так робили мої діди та прадіди, і тільки так правильно. Але багато людей ходять протягом дня, а то й у суботу.



ЛЮДМИЛА (78), ПЕНСІОНЕРКА:
 — У Бога не вірю. Але до церкви вночі ходжу. Чому? Тому що всі так роблять. За все життя той, хто ніби є на небі, жодного разу мені не допоміг.



РОСТИСЛАВ (21), СТУДЕНТ:
 — До переїзду у Вінницю ходив до церкви, а зараз через роботу та навчання там майже не буваю. На Великдень поїду до батьків і разом підемо святити паски.



ІННА (32), ДОМОГОСПОДАРКА:
 — Ми печемо великодні паски і раненько йдемо до церкви святити їх. Після цього збираємося з родиною за обіднім столом, поминаємо померлих родичів.



ЖК "Перлина Поділля"

**100% краща ціна
на нові квартири у м-ні "Поділля"**

- зручне планування
- вигідна розстрочка
- житло поряд з парком



вул. Генерала Гандзюка, 4 +38 (098) 303 303 8

ЧОМУ НА ОЧЕВИДНІ ЗЛОЧИНИ ПРОТИ ЮВЕЛІРА ЗАКРИВАЮТЬ ОЧІ

Діамантове рейдерство-2 ■

Як вінницького ювеліра зробив боржником підставний інвалід, RIA розповіла в березні. Чому ж власника «Алмазного світу» Павла Гонтаря правоохоронці водять по колу, одне за одним закриваючи ініційовані ним кримінальні провадження? На «висяк» перетворився навіть інцидент з пістолетом у суді, хоч озброєних затримали на місці



НАТАЛІЯ ГОНЧАРУК,
RIA, (067)7857674

Власник фірми «Алмазний світ» втратив підприємство і майно. Його затягали по судах позовами про борги. Били й не раз погрожували розправою. А рік тому демонстрували пістолет прямо в судовій залі...

Як вінницький ювелір потрапив в оборот діамантових рейдерів, що спершу стали його партнерами, а потім вивезли з його фірми діамантів на 3 мільйони гривень, RIA розповідала в березні. Павло Гонтар надав розголосу своїй 8-річній війні з підставним інвалідом, бо вже не бачить іншого виходу (перша публікація — за коротким посиланням is.gd/3SHG6T). Організованою бандою з великими зв'язками називає вінничанин людей, з якими свого часу познайомився на столичній ювелірній виставці. Каже, «Алмазний світ» став для них фірмою з відмивання грошей, а він сам — об'єктом для вимагань неіснуючих позик через судові позови.

Сьогодні Павло Гонтар тільки те й робить, що ходить по колу — від поліції до суду і назад. Він

поновлює закриті поліцейськими слідчими справи й паралельно скаржиться у всі можливі інстанції — Генпрокуратуру, антикорупційні органи.

— Це були абсолютно чесні звернення, з додатками по 40 листків документів. Але все кудись поділося. Як вітром здувається. Є провадження, але толку? Не відбувається нічого, — каже Павло Гонтар, демонструючи виключно паперову роботу системи. — Вони пишуть мені відписки, і на тому вся робота закінчується. Це безтолкова трата часу. Я зустрічаю одні й ті самі обличчя роками в черзі подати скаргу...

БЕЗТОЛКОВІ СПРАВИ

Має поліцейське слідство чотири провадження за заявами Павла Гонтаря. Найбільш масштабне — про шахрайство в особливо великих розмірах. Воно стосується діамантів, виготовлених на замовлення людей, яких власник фірми називає бандитами. За допомогою СБУ, ювелір знайшов, де діаманти поділися. Поліція ж каже: нема тут криміналу.

Ще є справа про підробку документів, за допомогою яких з

вінницького ювеліра через суд стягнули сотні тисяч гривень. Його теж закривають поліцейські слідчі, бо не можуть знайти оригінал документа, якого... в природі не існує.

Третє провадження про побиття власника «Алмазного світу» колишнім партнером Сергеевим, який тепер його основний ворог. Теж справа фактова, без підозри.

Та найбільш показове провадження стосується інциденту зі зброєю. Воно демонструє нульовий результат слідства на фоні беззаперечних фактів. Погрозували Павлу Гонтарю пістолетом не будь-де, а кабінеті судді Вінницького міського суду. При свідках. Із затриманням озброєних людей спершу охороною суду, а потім патрульною поліцією. Та з доставкою усіх учасників події в поліцію на Пирогова, 4.

Усе, здається, ясно. Зброя є, свідки є, фігурантів шукати не треба. До логічної розв'язки рукою подати? Але ні. Рік минав від беззвезного конфлікту 2018-го, а в справі погрози вбивством (так кваліфікували факт) навіть підозрюваного немає.

«Бандити вже до того знахабніли, що намагалися в мене стріляти прямо в суді... Я примудрився вискочити за двері»

На неодноразові усні запити про це провадження у відділ комунікацій обласної поліції, RIA не отримала відповіді. Автору статті щоразу посилалися на незалежні від них обставини, відтягуючи коментар. То слідчий слухавку не бере. То підготовка до виборів почалася... Питання було поставлене ще до першого туру, вже другий минув, а відповіді немає.

ОЧЕВИДЕЦЬ ВСЕ ПАМ'ЯТАЄ

То що ж сталося в суді? Раніше Павло Гонтар розказав про свою сутичку з позивачем-інвалідом і його адвокатом ось як:

— Ці люди в суд двері ногами відкривали. І вони вже до того знахабніли, що намагалися стріляти у мене прямо на засіданні суду в судді Сичук. Я примудрився вискочити за двері і заблокувати їх. Ліг на підлогу і ногою тримав. Усе це в білий день, в суді. Уявляєте?

Редакція знайшла адвоката, який був на тому засіданні захисником Гонтаря. Олександр Мазур сказав, що протягом року його



Павло Гонтар: «Вони пишуть мені відписки, і на тому вся робота закінчується. Це безтолкова трата часу»

не турбувала поліція в цій справі. Слідчий подзвонив з проханням про зустріч для дачі пояснень тільки в березні. Якраз, коли RIA почала підготовку публікації про діамантове рейдерство і вже збирала коментарі.

— Це був судовий розгляд за позовом Сергеева про стягнення з Гонтаря інфляційних за раніше присудженим боргом. Він був доволі тривалий і емоційний, — згадує адвокат Мазур. — Після чергового засідання, тільки суддя вийшов за двері, між моїм довірцем і позивачем виникла перепалка. Сергеев підняв кофту чи куртку і оголив пістолет у кобурі на поясі. Гонтар налякався, вибіг з кабінету. Сергеев ринувся за ним, але не зміг відчинити. Тоді він розвернувся до мене і сказав: «Ведіть себе спокійніше, бо і до вас доберемося».

Адвокат сказав, щоб його не лякали, бо поліцію викличе або охороні скаже, щоб затримали озброєного. Мовляв, як це в суд взагалі з пістолетом зайшли?! Усе це бачила секретар судді.

— Пізніше на виході з суду я почув крики, гвалт. Коли підійшов, побачив, що розбороняють Сергеева, його адвоката і мого Гонтаря. Вони прямо на виході зчепилися, — каже Олександр Мазур. — Їх розвели. Я сказав про пістолет, бо Сергеев зі своїм адвокатом одразу хотів йти. Говорив, спішать на поїзд. Але хлопці молодці, не відпустили їх...

«СЛІДЧА НІЧОГО НЕ ЗРОБИЛА»

На виклик у суд приїхали одразу кілька екіпажів патрульної. Різними машинами вони доставили Сергеева і Гонтаря з обо-

ма адвокатами, на Пирогова, 4. У кімнаті прийому громадян усі разом сиділи, поки чергова слідча складала протокол і вислуховувала учасників конфлікту.

— Весь цей час Сергеев був з пістолетом, — каже адвокат Мазур. — Слідча, замість того, щоб цим питанням одразу зайнятися, стала складати протокол огляду місця події. А він весь час комусь надзвонював. Врешті зайшов інший адвокат, представився захисником Сергеева в цій справі, і спитав, чи його клієнт затриманий. Слідча відповіла «ні», і він професійно спрацював: «Ну, тоді ми пішли, до побачення».

На обурення Олександра Мазура, як каже він, слідча тільки кліпала очима. У нього склалося враження, що вона перший день на роботі.

— Ми одразу пішли до начальника Синявського, — продовжує Олександр Мазур. — Він сказав, що дисциплінарно покарає слідчу за помилку і все зробить для того, щоб винні були покарані. Ви ж розумієте: людей із зброєю спокійно пустили в суд. У суді вони дістають і показують пістолет, а потім бійка і наявні тілесні ушкодження в Гонтаря. Слідча повинна була вчинити ряд дій, в тому числі, вилучення зброї. Вона мала повноваження на затримання, але не зробила цього.

Зараз провадження про замах на вбивство Павла Гонтаря в судовому приміщенні розслідує інший слідчий. Про це читаємо у письмовій відповіді начальника Вінницької поліції Павлу Гонтарю: «досудове слідство в даному провадженні триває, слідчими виконуються всі необхідні та можливі слідчі дії для прийняття законного рішення...»

«Є чітка позиція слідства»

Коментар поліції редакція отримала тільки по одному провадженню. Найбільш масштабному. Про шахрайство з «Алмазним світом» на мільйони. У відділі комунікацій з посиланням на слідство сказали: не вбачають тут ознак злочину, а цивільно-правові стосунки. На цій підставі, пояснили, тричі це провадження закривали. Але суд за скаргами Гонтаря його поновлював. Четвертий раз закрили провадження, бо «в повному обсязі, всебічно дослідили всі обставини, допитали всіх свідків і дійшли висновку —

це цивільно-правові стосунки, які мають з'ясуватися в суді». За словами прес-офіцера обласного главу Анни Олійник, суд і четвертий раз скасував постанову про закриття справи по «Алмазному світу», в ухвалі прописавши повторне опитування свідків і проведення ще деяких процесуальних дій. Ухвала обов'язкова до виконання, тож слідчий мусить виконувати прописане судом. Тим не менше, в поліції наголосили на тому, що «є чітка позиція слідства»: на користь цивільно-правового конфлікту замість шахрайства.

ЕЛЕКТРОКАРИ Є, А ФАХІВЦІВ З ЇХ РЕМОНТУ НЕМАЄ. ПОКИ ЩО

Новатори ■ У Вінниці підприємці самотужки створюють сферу обслуговування і зарядки електромобілів. Майстрів з діагностики і обслуговування почали готувати у Вищому профтехучилищі № 11. Теж з власної ініціативи. І за власною програмою. У державі нема такої спеціальності, вона не значиться у класифікаторі професій



ВІКТОР СКРИПНИК,
RIA, (067)1079091

Перший заводський електрокар у Вінниці придбав Руслан Бурко. Було це у 2015 році. Нині вулицями міста «бігають» майже 400 електромобілів.

— Найчастіше попадаються на очі «Нісани», їх бачу мало не на кожному кроці, — розповідає заступник директора Вищого професійного училища № 11 Ірина Короленко. — «Теслу» бачила, «Рено», «Шевроле Volt», «Фольксваген -е -Гольф», навіть «Мерс» проїжджав повз мене.

НАПРАВТЕ СПЕЦІАЛІСТА НА СТАЖУВАННЯ ЗА КОРДОНОМ
Майстрів з діагностики й об-

слуговування електромобілів розпочали готувати у Вищому професійному училищі № 11. Ідею виношували ще п'ять років тому. У тому, що справа на часі, зайвий раз переконалися торік. Тоді в училище прийшов представник першої у Вінниці станції обслуговування електрокарів. Попросив направити до них на роботу толкового випускника, якому нададуть можливість стажування за кордоном. Фірма оплатить усі витрати.

— Про що можна говорити, якщо у державному класифікаторі професій така спеціальність навіть не значиться, — каже заступник директора училища Ірина Короленко. — Без наявності професії, зрозуміло, ліцензії на підготовку таких фахівців ніхто не надасть.

— Не зважаючи на це, ми розуміємо, що потреба у таких фахівцях уже існує, — говорить Ірина Короленко. — Ми це передбачали ще п'ять років тому. У 2014-му налагодили стосунки з підприємцями, що мають відношення до електрокарів. Вони працюють у столиці. Першою спільною акцією став автопробіг. Потім, у 2015-му, був ще один. Якщо у першому випадку у пробігу брали участь у більшості власники авто, перероблених з бензинових двигунів на електричні, то вже другий раз їхали тільки заводські електрокари.

ЕЛЕКТРОКАР ВИГОТОВИЛИ ВЛАСНИМИ СИЛАМИ

— Можна сказати, що ці автопробіги, спілкування з власниками автокарів дали поштовх адміністрації училища упровадити

Щоб готувати спеціалістів, потрібен електромобіль. У власній майстерні переробили «Таврію» на електрокар

нову спеціальність, — розповідає Ірина Короленко. — Хоча у класифікаторі нема професії майстер з діагностики і обслуговування електромобілів, ми включили до програми низку тем з такого напрямку. Річ у тім, що МОН надає можливість кожному закладу освіти самостійно визначитися з частиною програмного матеріалу. На такий матеріал відводиться 20% від загального програмного матеріалу, затвердженого Міністерства освіти і науки.

В училищі підготували документи на отримання ліцензії на підготовку фахівців за спеціальністю — майстер з діагностики та налагодження електронного устаткування автомобільних засобів.

— Для викладання матеріалу за такою програмою підготували двох майстрів виробничого навчання, — розповів викладач училища Анатолій Войцех. — Вони пройшли підготовку у Черкасах у професійному ліцеї автотранспорту. У них ліцензована ця професія. Ліцензію на підготов-



Ірина Короленко: «Практична їзда на електрокарі — улюблене заняття для учнів»

Де обслужити електрокари?

Перша станція техобслуговування електрокарів відкрита у Вінниці на перехресті вулиць Оводова і князів Коріатовичів, біля Стромиського мосту. Таку інформацію надав керівник спільноти електроавтомобілістів Electro Mobile Андрій Черненко. Де «заправити» електромобіль? Перша зарядна станція була відкрита біля гіпермаркету МЕТРО (автомийка «Чисте місто»). Вона працює дотепер. Ось ще декілька адрес: готельно-ресторанний комплекс «Драйв Клуб»; ТРЦ

«Мегамолл»; ТРЦ «Квартал»; кав'ярня «Золотий Дукат»; тенісний клуб «Бомонд»; авторемонтна база (територія обласної лікарні ім. Ющенка); 20-й км Хмельницького шосе, с. Садове (Заміський комплекс «Butterfly») Є також зарядні станції у деяких районах області — у Барі знаходиться біля коледжу автотранспорту і будівництва, у Гайсині — на території автомийки на вул. Незалежності, 2 а. Вартість однієї зарядки — від 20 до 30 грн.

ку таких фахівців мають ще два навчальні заклади у столиці — училище автотранспорту і будівельної механізації та Навчально-практичний центр при Академії педагогічних наук. Сподіваємося, що з часом і наше училище отримає ліцензію.

Щоб готувати спеціалістів, потрібен електромобіль. В училищі мають такий транспорт. Як пояснили співрозмовники, для цього переобладнали «Таврію». Робили все у власній майстерні.

— Кожен учень, який вивчає теми з обслуговування електроавтомобілів, повинен особисто проїхати на ньому певну відстань, — говорить Ірина Короленко. — Щоб знати не тільки

теорію, а й вміти на практиці управляти автомобілем. Щоправда, ті, хто ще не отримав посвідчення водія, не мають права виїжджати за територію училища.

Учні училища, з якими спілкувався журналіст, розуміють важливість професії тих, хто знається на обслуговуванні електрокарів.

— Найважливіше, це діагностика, — каже учень Олег Директорчук. Він наголошує, що ходову частину, гальма може ремонтувати будь-хто з майстрів, які працюють з технікою. Електрокари, крім того, мають свою особливість. «Не вивчиш їх — не будеш знати», — каже співрозмовник.

Усе на плечах ентузіастів



АНДРІЙ ЧЕРНЕНКО,
КЕРІВНИК СПІЛЬНО-
ТИ ЕЛЕКТРОАВТО-
МОБІЛІСТІВ ELECTRO
MOBILE:

— Єдине, що доброго зробила держава, це знизила податки на ввезення електрокарів. Завдяки чому значно збільшилася кількість такого виду транспорту, зокрема, і в нашому місті. Дію пільги продовжено. Усе інше — на плечах ентузіастів.

Для прикладу, у Вінниці спільними зусиллями і за власні кошти створено мережу зарядних станцій, нині їх приблизно 15. До речі, ці станції трьох типів: для звичайної зарядки, пришвидженої і швидкої. На зви-

чайній тривалість зарядки становить приблизно вісім годин, пришвидшеній — 3,5 години, на швидкій не більше 40 хвилин. Силами ентузіастів так само з'явилася перша станція техобслуговування.

Кількість електрокарів стрімко зростає, вдосконалюються технічні характеристики такого виду транспорту. Якщо перші автомобілі мали пробіг на одній зарядці не більше ста кілометрів, то нині уже є такі, що долають відстань у 500–600 км. Зрештою, їхні переваги над авто на бензинових чи дизельних двигунах очевидні. Хто спробував такий транспорт, уже не хоче повертатися до іншого виду автомобілів.

Щотижневик «RIA»
Свідцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації серія KB №18211 - 7011 ПР від 04.10.2011 р., видане Державною реєстраційною службою України

Зареєстрований та видається з березня 1993 року.

Засновник: ТОВ «РІА Холдинг».

Видавець з 2006 року — ТОВ «Видавництво «РІА»; адреса: 21032, м.Вінниця, вул. Ширшова, 3а

Поштова адреса редакції:
21016, Вінниця—16, а/с 5808.

Видання здійснено за сприяння Офісу демократії та врядування Бюро нових незалежних держав Агенції США з міжнародного розвитку (USAID)

Замовл. № 190117

Наклад 29 000

Наші координати:

Вінниця, Хмельницьке шосе, 2а (гот. профспілок, напроти «Книжки»), 6 поверх, e-mail: reklama@ria.ua

Випусковий редактор:
Наталія ПІСКУНІЧЕВА

Тел. (0432) (багатоканальний) **555-111**

Газета є членом Всесвітньої Газетної Асоціації



Редакція не завжди поділяє думку авторів публікацій та не несе відповідальності за зміст реклами та оголошень.

Літеросполучення «РІА» (в тому числі в сполученні з будь-якими словами та зображеннями), а також графічне зображення вказаного, заборонені до копіювання авторськими правами.

Інформація для публікацій надається інформаційним агентством ТОВ «Видавництво «РІА»; код ЄДРПОУ 34095069; адреса: 21032, м.Вінниця, вул. Ширшова, 3а; свідцтво про державну реєстрацію інформаційного агентства як суб'єкта інформаційної діяльності серія KB No.194-57P від 12.08.2009 р.

Передплатний індекс: 40030.
ВИМАГАЙТЕ ПЕРЕДПЛАТУ В БУДЬ-ЯКОМУ ВІДДІЛЕННІ ЗВ'ЯЗКУ УКРАЇНИ

20MINUT.UA

Проект здійснено за підтримки посольства США в Україні

Видруковано в друкарні ТОВ «Прес Корпорація Лімітед» м.Вінниця, вул. Чехова 12-а тел. (0432)55-63-97, 55-63-98

ТРИ ВІДВЕРТІ ІСТОРІЇ КОЛИШНІХ

Ті, що змогли ■ Зустрілися та поговорили з людьми, які вживали протягом багатьох років. Вони розказали, як наркотики змушували забувати про власних дітей, чому лікування у наркології не дієве і чому наркозалежні так бояться тверезості

Олександр Кірюхін, 34 роки, з них 18 вживав

— Вживати я почав, коли мені було п'ятнадцять. Спочатку це була конопля. А за кілька років, на дискотеці, я вперше понюхав амфетамін. Пригостили хлопці, які були молодшими за мене.

Протягом десяти років я намагався приховувати своє вживання від дружини та дитини, але жінка все бачила і просила перестати. Наркотики мені подобалися, тому перестав я приходити додому, а не вживати.

Пізніше я перейшов зі швидкого наркотика на повільний. Під амфетаміном я був шаленим і гіперактивним, це було легко помітити, а від кодтерпіна тільки очі ставали мутними. Я говорив, що накурився і мені вірили.

Потім я почав часто влаштовувати скандали, кричав на дитину і врешті ми з дружиною розвелися.

ПАРАЗИТ

Свою першу реабілітацію я не закінчив. На сьомому місяці, коли мені дозволили користуватися телефоном, я зайшов на сторінку дружини і побачив, що вона вже з іншим. Звичайно, я зірвався і тоді ж вперше уколовся. Відчуття мені сподобалися і наступні півтора роки я вживав внутрішньовенно.

Через наркотики у мене почалися проблеми з поліцією: я проходив за статтею про крадіжку і за статтею про нанесення тілесних ушкоджень. Але за мене поклопотали, написали хороший рекомендаційний лист і мене не закрили, дали умовне.

Усе моє свідоме життя пройшло у наркотичному сп'янінні, я не розумів, як можна постійно бути тверезим. Постійно намагався уникнути своїх проблем, завжди перекладав відповідальність на інших, одним словом — вів паразитичний спосіб життя.

Одного дня мені набридло це все і я вдруге потрапив до реабілітаційного центру.

СКАЛІЧЕНІ ДОЛІ

Зазвичай люди починають приймати наркотики через дитячі травми. У більшості тих, з ким я стикався, майже однакові долі: батьки пили або вживали, неповні родини, брак уваги. Та



й покоління наше не мало чіткої мети. Ми не знали, що робити у майбутньому. Я, наприклад, мріяв стати бандитом.

У підлітковому віці весь вільний час я проводив на вулиці з алкоголем та «планом». Навіть той факт, що я серйозно займався футболом, не вплинув на подальший розвиток подій.

Зараз діти починають вживати важкі наркотики ще зі школи. Чи не на кожному кроці реклама каналів, через які можна купити «солі» та «спайси».

Шкода, що програмам про шкоду наркотиків приділяється так мало часу. Хочеться донести до суспільства, що не варто не те, що вживати, не варто навіть пробувати це робити. Там, де один раз, там залежність, скалічені долі, тюрма і навіть смерть.

У мене були друзі, які трималися по кілька років, а як тільки зривалися, одразу помирали. Тому що неправильно розраховували дози. Серед них багато молоді.

ДВОЄ З ДЕСЯТИ ПОМРУТЬ

Пам'ятаю, як у терапевтичному колі на реабілітації нам говорили, що з цього кола за рік мінімум двоє помруть. Мені було від того смішно, думав, це несерйозно.

Але протягом першого року померло три людини.

Наркотик чинить сильний опір. Буває, людей привозять у власному лайні та сечі, смердючих, брудних і побитих, а вони кажуть, що у них усе добре. Вони навіть не усвідомлюють, що знаходяться у повному ауті.

Залежних людей лякає одна тільки думка про тверезість. Вони не вміють жити у тверезості. Наркомани бояться її, тому що не розуміють, що з нею робити.

Коли людина у вживанні, вона знає, що треба прокинутися, піти когось намахати, щось вкрати, купити, вжити і день пройшов. А коли людина твереза, вона не має цілей і бачення свого навіть недалекого майбутнього. Такі люди просто не адаптовані до соціуму.

Мене це також лякало, але за допомогою реабілітаційного центру я зміг подолати залежність і ресоціалізуватися.

Нещодавно я познайомився з дівчиною і планую створити повноцінну родину. У мене поліпшилися стосунки з мамою. Вирішилися проблеми з поліцією. Я був винен тисячу доларів братві, але вони пробачили мені цей борг. Моє життя знову стало нормальним.

Андрій Маркетантов, 35 років, з них 17 років вживав

— Це був початок дев'яностих. Батьки тоді особливо не опікувалися дітьми. Вони зранку йшли на роботу, а ввечері приходили втомленими і лягали спати. Нас виховував двір зі своєю блатною романтикою. Ми тягнулися до старших пацанів, які вже сиділи, крали і вживали.

Я жив на Юності, там, біля універсаму завжди збиралися ін'єкційні наркомани. Ми з пацанами знущалися над ними, били, забирали наркотики і прямо перед ними виливали. За це, можливо, я потім і поплатився, опинившись з того боку барикад.

Під час навчання в університеті знайомий баскетболіст запропонував трамадол. Як зараз пам'ятаю, заходимо в аптеку на Київській, купуємо, ділимо по п'ять таблеток на кожного. Стою з ними у руці, а мені так страшно, ноги тремлять. Я все-таки закинувся, і одразу ж зрозумів, що це мій наркотик.

Під ним тобі добре, відчуваєш розкутість, всі грані миттєво стираються, ти нічого не боїшся. Ми пішки ходили з друзями з Вишеньки до залізничного вокзалу і назад. По дорозі заходили у магазини та крали. Або ловили п'яниць, щоб забрати у них алкоголь.

ГЛИБОКА «ТОРБА»

Один мій товариш заплатив 120 доларів, щоб його навчили варити «вінт». Тоді ніхто з нас ще не коловся, ми просто його пили. Це було схожим на свято. Наша компанія збиралася у когось вдома, готувала багато смачної їжі, тому що після «винта» дві доби їсти взагалі не хочеться. Ти тільки багато води п'єш.

«Вінт» набагато сильніший за амфетамін, він з «приходом». Після нього класно було ходили на дискотеки, хеллоуїни всякі. На ранок у нас обов'язково мав бути трамадол, щоб «піднятися» (полегшити самопочуття — авт.).

Навіть не помітив, як наркотики почалися кожного дня. Я перестав ходити до інституту, а якщо і з'являвся там, то тільки для того, щоб зібрати кілька гривень на таблетки або накурку.

Спочатку можна було купити таблетки у будь-якій аптеці, потім доводилося друкувати рецепти на комп'ютері і купувати за ними, врешті почали продавати тільки у певних аптеках, тільки певним людям. Я був одним з таких людей.

Мене знали по всьому місту. Варто було прийти на Ленінградську, як до мене починали з усіх боків бігти наркомани. Вони махали і кричали, а я майже ні-

кого з них не знав. Вони давали мені великі суми грошей, щоб я зайшов в аптеку і купив таблетки. Наживатися на цьому я не планував, просто, щоб собі щось було.

Купувати кожного дня не виходило, тому іноді я прокидався з розумінням, якщо зараз не з'їм таблеток, то нічого робити не зможу. Це була вже глибока «торба» (залежність — авт.).

«ГРУЗИТИСЯ БУДУ Я»

Іноді мене навідували думки, щоб зав'язати. І одного разу я засів удома на два місяці. Нікуди не виходив, ні з ким не спілкувався. Якось вийшов покурити на балкон і побачив, як по двору туди-сюди бігає знайомий: А куди ти бігаєш? Та «дела» беру. Я теж хочу спробувати.

Навіть не знаю, навіщо я це сказав, але того ж дня я вперше уколівся. На другий день був другий раз, на третій — третій, і одразу ж глибока «торба». Стосунки з усіма одразу зіпсувалися, ніяких правил для мене більше не існувало, заради дози я почав грабувати квартири.

Невдовзі стався мій перший серйозний прийом. Нас зі знайомим у під'їзді накрила міліція. При нас була велика спортивна сумка з цілою лабораторією.

Мені світив реальний термін, а зі мною була людина, яку я знав два тижні. Коли ми приїхали до відділку, він сказав: «Та ладно, не парься, «грузитися» (брати на себе провину — авт.) буду я». До цих пір не розумію, чому він так захотів. Він же досвідчений рецидивіст, міг перекласти всю провину на мене і вийти сухим з води.

БЕЗКОШТОВНИЙ НАРКОТИК

Батьки постійно намагалися запхати мене у «нарколожки» (наркологія — авт.), але ці методи не діяли. Наркологія — це таке місце, куди приходять «підзбити» (зменшити — авт.) дозу. Не знаю жодного наркозалежного, хто перестав вживати, завдячуючи наркодиспансеру.

Перші 15 днів мене там просто закидували таблетками, а наступні 15 днів я ховав таблетки, які мені давали, під подушку. Після місячного перебування я виходив звідти з повними кишенями безкоштовного наркотика.

Моя мама — зубний технік. Вона завжди хотіла, щоб я пішов по її стопах. Врешті їй вдалося відправити мене вчитися у медичний коледж. Я зрозумів, що це моє, а після закінчення мама допомогла влаштуватися в одну з міських поліклінік.

НАРКОЗАЛЕЖНИХ ВІННИЧАН



Працюючи, я все одно продовжував вживати, то таблетки, то ін'єкційно. А потім до правоохоронних органів заїхало багато швидких наркотиків: «екстези», амфетамін, інша хімія, яку потрібно було кудись збувати. Тоді почали пресувати всіх опіоїдних у місті. З Вінниці різко зник мак і пігулки. «Пропітляти» бодай щось було вкрай важко.

Без наркотиків я не міг нормально працювати. Мені постійно було зле. Іноді я не міг навіть ходити або думати. А потім, десь через два роки, товариш розказав про замісну терапію.

Коли я прийшов туди вперше, то побачив старих наркоманів, які тільки про наркотику і говорили: «Мені би пакет героїну зараз, щоб пірнути в нього». У мене вже був чималий досвід вживання, але від почутого стало страшно і я просто звідти втік.

Невдовзі я повернувся і став на бупренорфинову терапію. Швидкий наркотик одразу поглинув мій мозок.

ЄДИНИЙ ВИХІД

У поліклініці я робив успіхи, розвивався, мене всі любили. Та й робота мені подобалася. Але, як і раніше, я залишався залежним. Я сам себе переконував, що ця програма — єдиний вихід і що без неї я ніхто, без неї не зможу жити, а з нею нормальна людина. До того ж, бупренорфин мені видавали безкоштовно.

Насправді, це та сама «торба». Замість ранкової кави я тягнувся до бупренорфину. Я знаю чимало людей, які приходили до наркології, вживаючи тільки легкі таблетки. Їм говорили, якщо хочете стати на замісну терапію, зробіть шприцем кілька дірок у руці та з'їжте таких-то пігулок.

Після цього аналізу показували, що вони справді наркомани і їх ставили на метадонову терапію. Згодом у них наставала залежність, вони не витримували

і починали колотися, але вже посправньому.

РІДКИЙ ДИМЕДРОЛ

З початком війни до Вінниці перевели багато наркоманів з Донецька та Криму, які стояли на замісній терапії. Вони привезли рецепт нового наркотика: коли таблетки бовтають у рідкому диметролі і одразу ним коляться. Люди штабелями помирили прямо на місці, але мене це не зупинило.

За дев'ять років, що я стояв на замісній терапії, коловся від сили два рази, а тут конкретно зірвався.

Більше свій стан я приховувати не міг і мене звільнили: «Ти нормальний хлопець, але такі люди не можуть носити білий халат».

Після звільнення я почав вживати ще сильніше.

ТВЕРЕЗИСТЬ

На початку січня до мене приїхав старий друг. Колись ми разом з ним вживали, а тепер він запропонував мені пройти реабілітацію. Він уже кілька років тверезий, це стало для мене хорошим прикладом і я погодився. Зараз я вже четвертий місяць не вживаю. Це найдовший період тверезості за всі 17 років моєї залежності.

Я дуже боявся кумара (ломка, абстинентний синдром — авт.), тому що неодноразово бачив, як люди місяцями виходили з цього стану. Їх постійно крутило, ломало, врешті більшість зривалися та починали щось шукати. Мені пощастило, ломки тривали всього три дні.

Більше я вживати не хочу. Сподіваюся, що зможу допомагати людям, які опинилися у залежності та мріють її позбутися. Своїм прикладом я готовий показувати, як наркотики можуть ламати життя і говорити про те, чому їх навіть починати вживати не треба.

Наталя Маракова, 28 років, 6 з них у вживанні

— Для мене усе почалося з нічного клубу. Саме там я вперше спробувала наркотики. Це був амфетамін. Після його вживання людей накриває ейфорія. Я не стала винятком і одразу відчула сильне задоволення та прилив енергії, мені не хотілося спати, а навпаки, веселитися.

З'явилося відчуття, що порошок може вирішувати будь-які проблеми. Під ним я відчувала себе королевою і такий стан почав затягувати. Якось завадити цьому у мене не було сил.

Амфетамін, це та штука, яка не дає заснути. У тебе стільки бадьорості, що ти не знаєш, куди її подіти.

БЕЗПОРАДНІСТЬ

Життя наркозалежних — це постійний пошук коштів на дозу. Спочатку сама заробляла, а коли грошей вже не вистачало, почала маніпулювати рідними, обманювати друзів, могла з легкістю наважитися на крадіжку всього, що потім можна було продати.

Доза постійно зростала. Грошей не вистачало, тому одного дня на порошок почали витрачатися гроші, що приходили на дітей. Також я могла влазити у кредити, знаючи, що не зможу їх виплачувати. Але мене це зовсім не турбувало.

Іноколи я розуміла, що з моїм життям коїться щось жакливе, але наркотик впливав на психіку і я знову ставала безпорадною. Згодом я взагалі втратила розуміння, як можна жити без порошку.

ПОГАНА МАМА

У батьків я одна, вони здували з мене пилінки. Але через наркотики я втратила їхню любов та довіру.

Я легко могла залишити дітей на бабусю з дідусем, а сама зникла на кілька тижнів. Я постійно гуляла, вживала і веселилася. Найжакливіший випадок стався,



коли я забула привітати власну дитину. У неї був день народження, а я навіть додому у той день не прийшла.

У мене була шаленість і за дозу я була готовою на все. Тільки за дітей мене могло «грузити». Іноді навідували думки, що я погана мама, але це швидко минало. Діти могли чашку гучно на стіл поставити, як я одразу вибухала. У мене починалася паніка, я кричала і зривалася на них.

У мене був чоловік, щоправда такий же залежний, як і я. Зрозуміло, що нічим хорошим він зарадити мені не міг. Та й знаходилися ми переважно по різних компаніях.

НОВА НАТАША

Батькам не потрібна донька, від якої самі лише проблеми. А дітям нема чого вчитися у такої мами, тому одного дня вони від мене просто відвернулися.

Не пам'ятаю, яких точно, але я наковталася психотропних пігулок, запила алкоголем і почала ридати. Саме тоді мені дуже захо-

тілося звільнитися від залежності. Прямо посеред вулиці я впала на коліна і почала просити Бога допомогти кинути вживати.

Згодом я потрапила до реабілітаційного центру. Пробувши там кілька тижнів у тверезості, я почала усвідомлювати, скільки насправді шкоди принесла своїй родині.

На третій тиждень я почала помічати, як з листочка капає роса. Раніше я ніколи не звертала увагу на такі дрібниці. Усі мої дні були однаковими: знайти гроші, купити порошок, вжити.

Іноді я хочу зірватися. Думаю, що так з кожним, хто вживав тривалий час. Але зупиняють діти та батьки, з якими у мене налагодилися стосунки.

Головне — змінити старе коло спілкування; не знаходитися поряд із залежними; і не мати ілюзій, що вживання можна контролювати.

Після реабілітації моє життя кардинально змінилося. Тієї Наташі вже немає. Але я буду завжди пам'ятати, що колишніх наркоманів не буває.

Шанси одужати є завжди



ПАВЛО СЛОБОДЯНЮК, ГОЛОВНИЙ ЛІКАР ВІННИЦЬКОГО ОБЛАСНОГО НАРКОЛОГІЧНОГО ДИСПАНСЕРУ «СОЦІОТЕРАПІЯ»:

— Є безліч ознак, за якими можна припустити, що людина вживає наркотики: неадекватна поведінка, зміна режиму сну, заторможеність, звуження або розширення зіниць. У людей, які вживають препарати коноплі, одяг може пахнути хімічними сполуками або солодким не тютюновим димом. Ті, хто вживає ін'єкційно,

майже завжди носять одяг з довгими рукавами. Через те, що вони мало часу проводять на свіжому повітрі, у них сірий колір шкіри. Зменшується маса тіла; постійні слинотечі або навпаки сухості у роті.

У таких випадках є сенс звернутися до лікаря-нарколога за кваліфікованою порадою. Він пояснить, що треба робити, щоб допомогти собі або своїм близьким. Це можна зробити анонімно. Також за консультацією можна звернутися до лікаря-психолога або соціального працівника, який свого часу позбався аналогічної залежності.

Для споживачів опіумних наркотиків існує замісна підтримувальна терапія. Якщо людині надважко відмовитися від наркотиків, вона може стати її учасником. Наркотична залежність — це хронічне захворювання, тому коли людина перестає вживати, хвороба нікуди не дівається. Можна десяти років не вживати, але психологічна залежність залишається і може будь-коли повернутися. Шанси перестати вживати є завжди. Якщо б їх не було, нашої структури не існувало б. Але все залежить від пацієнта. Якщо він сам не захоче покінчити з наркотиками, ситуація майже тупикова.

ДОРОГІ ВІННИЧАНИ!

Настає пора світлих християнських свят,
коли ми вшановуємо Вхід Господній
в Єрусалим та радіємо Світлому Христовому Воскресінню.
Зичу, щоб любов Господня з ясних високостей зійшла до
Ваших осель світлим гостем!
Нехай мудрість єднає наші серця,
а помисли будуть світлими та життєдайними.
Вірю, що в цій спільній єдності,
з прагненням любові і взаємної підтримки,
ми наблизимо мир в Україні.

Бажаю кожній родині здоров'я, сонячних промінчиків
щастя, добра, достатку та сімейного благополуччя.
Маленькі ангели несуть дари з небес.

Христос Воскрес! Воістину Воскрес!

З повагою, директор ДП «Електричні системи»
Олександр Тіщенко



ПРИЄДНУЙСЯ ДО НАШОЇ КОМАНДИ

МИ ПРОПОНУЄМО

- комфортні умови праці;
- перспективу кар'єрного росту;
- офіційне працевлаштування;
- позмінний робочий графік;

ВИМОГИ ДО КАНДИДАТІВ

- розрізнення кольорів;
- можливість працювати у нічні зміни;
- гарна моторика рук;

(067) 433 04 01

Презентація компанії та проведення співбесід проходять
з понеділка по п'ятницю об 11.00 та 14.00.

м. Вінниця, вул. Стрілецька, 57-б (територія 45 заводу)

ВЧИТЕЛЬКА З МАЛЕНЬКОГО СЕЛА ПЕРЕМОГЛА СТОЛИЧНИХ КОЛЕГ

Вразила всіх ■ Найкращий вчитель-географ України Яна Коробкова працює у сільській школі Могилів-Подільського району. У школі — лише 75 учнів. Незважаючи на це, їй вдалося випередити навіть колегу зі столичної школи і стати переможцем конкурсу «Вчитель року-2019». «Австралійський дощ» трохи допоміг, але не тільки...



ВІКТОР СКРИПНИК,
 RIA, (067)1079091

Фінал всеукраїнського конкурсу «Вчитель року-2019» у номінації «Географія» відбувався у місті Ковель на Волині. На базі школи-ліцею № 11 змагалися 24 учасники, переможці обласних змагань. У фіналі залишилися 12 претендентів на перемогу. Завершальним етапом для них стало проведення відкритого уроку. Яна Коробкова працювала з восьмикласниками. Тільки напередодні познайомилася з ними. У класі — 22 учні. Приблизно у три рази більше, ніж у класах її рідної школи у її селі Хоньківці.

Початок уроку Коробкової здивував не тільки учнів, а й членів журі. Вчителька попросила вихованців піднятися з-за парт і стати у коло. «Ви знаєте, що таке австралійський дощ?» — запитала. — Давай разом дізнаємося, який він».

ШУМ «АВСТРАЛІЙСЬКОГО ДОЩУ»

За словами вчительки, учні мали повторювати її рухи. Передаючи один одному, ніби естафету. Робити це доти, поки останній у колі не завершить вправу. Тоді вчителька пропонувала нову.

— У Австралії піднявся вітер, — говорила учням пані Яна, при цьому потираючи долоні. Хлоп-

чики й дівчатка повторили жест. Здалося, вітер увірвався до класу. Накрапання перших краплин вчителька відтворила клацанням середнього і великого пальців обох рук. Далі від ударів долонями по грудях, виникло відчуття посилення дощу. Коли почали плескати долонями по стегнах ніг, здалося, злива падає з неба. Град, бурю відтворили тупанням ніг. Вищування зливи — повільним клацанням пальців. Легке потирання долонь нагадувало тихий шелест вітру. Закінчила вправу підведенням очей і рук угору, до сонця.

Здавалося, воно виглянуло з-за хмар.

— Усім бажаю сонячного настрою, мене звати Яна Сергіївна, я ваша нова вчителька, — повідомила пані Коробкова.

З виразу обличчя учнів було видно: така форма знайомства їм сподобалася.

Урок не випадково розпочався відтворенням дощу. Після декількох завдань, зокрема, з визначенням географічної широти і довготи, що його виконував біля інтерактивної дошки один з учнів, на екрані з'явилося зображення Австралії. Учні дізналися про клімат далекої країни. Відтак перейшли до вивчення кліматичної карти нашої держави.

Восьмикласники працювали з неабияким інтересом ще й тому, що виконували завдання з вико-

ристанням «хмарних» технологій. З допомогою смартфонів діставали з «хмарок» необхідну інформацію. Саме так працює Яна Коробкова з учнями у рідній школі. Новинку привнесла і для «чужих» восьмикласників. Схоже, креатив сподобався не тільки учням. Неспроста саме їй виставили найбільшу кількість балів. Втім, на перемогу вона аж ніяк не сподівалася. Зізнається, що це стало шоком для неї.

«НЕ ЗНИЖУЙ САМООЦІНКУ!»

Після перших трьох днів відбіркового туру (загалом конкурс тривав протягом восьми днів), Коробкова побачила своє прізвище у списку 12-ти фіналістів. Не вірила, що це їй вдасться. «Я навіть одягу не брала на таку кількість днів, розраховувала тільки на відбіркового тура». Каже, тоді згадала мамині слова: «Не занижуй самооцінку, донечко!»

Усі випробування, крім проведення уроків, відбувалися за принципом складання іспитів: дістаєш білет — дізнаєшся завдання, готуєшся і відповідаєш. Або ти знаєш предмет, або не знаєш.

— Я не з тих, хто все знає і все вміє, тому шок від перемоги відчуваю дотепер, — щиро говорить Яна Коробкова

— Мені дуже допомогли заняття у Вінницькій академії неперервної освіти (ВАНО), — розповідає Яна Коробкова. — Багато нового почерпнула під час лекцій. Використала їх під час фіналу всеукраїнського конкурсу. Без сумніву, ті знання додали певну кількість переможних балів.

У ВАНО Коробкова здобуває ще одну спеціальність, споріднену з географією. Опановує фах еколога.

«МОЖЕ, МОЄ ПРІЗВИЩЕ ЗАГУБИЛОСЯ?..»

Фінальні випробування пані Яна проходила в числі останніх. Потрапила в групу, яка виконувала завдання після усіх. Так було і в заключний день конкурсу. На відзначення прийшла майже одразу після останнього іспиту. Скільки у неї на той час було балів, не знала.

— Першими вшанували лауреатів, — розповідає пані Яна. — Після кожного названого прізвища, чекала, коли почую своє. Час минав — мене не згадували. Усі лауреати піднялися на сцену, отримали свої відзнаки, а я все чекала.



Диплом, «Національний атлас України», грошова винагорода і піднесений настрій — з таким багажем повернулася з конкурсу Яна Коробкова

Уроки географії англійською

Одна з новинок, яку Яна Коробкова запровадила у своїй школі, — уроки географії англійською мовою. Про це розповіла директор школи Віта Григоришина. За її словами, іноземною вивчають окремі теми. Такі заняття проводять двоє педаго-

гів — Яна Коробкова і вчителька англійської Людмила Софійчук. Новинка зацікавила учнів, особливо тих, хто мріє за час навчання у школі добре вивчити англійську. Такий експеримент уперше проводять у сільській школі.

Перед оголошенням призерів, нерви були натягнуті, як струна. Третє місце дісталось вчительці з Києва. Думаю, невже я на другому? Раптом промайнула ще одна думка: може, моє прізвище десь загубилося, буває ж таке.

Напруження сягнуло апогею! Чую, оголошують: «Друге місце виборов вчитель з Київської області...» А вже після його нагородження назвали мене.

Співрозмовниця каже, очікування настільки виснажило, що емоцій на вияв радості не залишилося.

— Я не з тих, хто все знає і все вміє, тому шок від перемоги відчуваю дотепер, — щиро говорить пані Яна.

Утім, колеги й учні по-іншому оцінюють педагога.

УЧНІ ЇЇ ОБОЖНЮЮТЬ

Після перемоги Яни Коробкової на конкурсі у школі бояться втратити талановитого педагога. Такими думками поділилася з журналістом директор Хоньковецької школи Віта Григоришина. Каже, розуміємо, що у Яни Сергіївни великий потенціал, її можуть запросити працювати в інші колективи. «Вона для нашої невеликої школи, як сонце для Всесвіту», —

говорить керівник закладу.

За словами директора, завдяки вчительці географії, до них у школу приходять учні з навколишніх шкіл. Щоправда, не на уроки. Хоча багатьом теж хотілося б працювати з гаджетами (у деяких школах взагалі забороняють брати телефони на урок — авт.). Директор уточнює, що вчителька Коробкова має талант педагога-організатора. Неспроста є керівником районної Школи лідерства. «На організовані нею позаурочні заходи збираються учні з інших шкіл, бо їм цікаво, — каже Віта Григоришина. — Перегляд фільмів під відкритим небом, квести, інформаційні ігри, конкурс «Парад зірок» — це ще не всі заходи, які проводить Яна Коробкова. Діти її обожають».

Торік учні Хоньковецької школи стали переможцями обласного конкурсу на кращий короткометражний фільм. Змагання організував департамент інформації облдержадміністрації. Директор зазначає, що фільм зняли з допомогою... мобільного телефону. Звичайно, під керівництвом вчительки Коробкової.

— Бачили б ви, як Яна Сергіївна круто водить автомобіль! — каже один з учнів.

Географію обрала, бо це «весь світ»

У вчителя у третьому поколінні золота медаль і червоний диплом. Яна Коробкова з династії педагогів. У школі вчителювала її бабуся, мати.

Пані Яна не уявляла себе в іншій професії. Після закінчення школи із золотою медаллю, вступила до Вінницького педуніверситету імені Коцюбинського. Теж отримала диплом магістра з відзнакою. Повернулася у рідну школу, бо дуже любить свої Хоньківці, чарівне село на березі Дністра. Протягом семи років навчає учнів.

Географію обрала, бо це, за її словами, весь світ. Нині здобуває ступінь магістра екології. Каже, мабуть, вчитися буде й надалі, бо відчуває в цьому внутрішню потребу. Зізнається, що їй надзвичайно подобається працювати з дітьми, але страшенно не терпить паперової писанини. Стосовно хвилювання директора про можливе залишення школи, пані Яна відповіла так: «Даремно хвилюються, такого бажання у мене нема, принаймні зараз».

26
травняRun.vn.ua
рухаємо Вінницю

ВІННИЦЬКИЙ НАПІВМАРАФОН

1.5km 10km 21.095km Реєстрація на run.vn.ua

генеральний партнер

ПОДІЛЬСЬКА
ГРОМАДА
фонд громади

VIP партнер



СПРАВУ ХАБАРА У ШАФЦІ ПОНОВИЛИ

Скасоване виправдання ■

Змодельованою назвав суд першої інстанції справу майора Дмитра Зозулі, коли виправдав його. Днями колегія в апеляції скасувала це рішення, але обвинувального вироку не винесла. А прокурор просив дати колишньому поліцейському керівнику 6 років з конфіскацією



Виправдання майора Дмитра Зозулі скасували за апеляційною скаргою прокуратури. А він просив залишити рішення районного суду чинним



НАТАЛІЯ ГОНЧАРУК,
(067)7857674

Керівника слідства Шаргородської поліції зі слідами від мічених купюр на руках «брали» в серпні 2017-го. Через рік районний суд вирішив: фарба — не доказ, відео і аудіо процесу передачі теж не годяться... Судячи з даних досудового слідства, передача грошей була без слів. Один кивнув, де залишити, другий мовчки поклав 3000 на вказане місце. Цей процес описали в протоколі, але суд не сприйняв це за доказ.

І в березні минулого року кримінальне провадження про хабар Дмитра Зозулі, звільненого з поліції після затримання, отримало виправдальний вирок. Суддя Тетяна Соколовська застосувала практику Європейського суду і процес документування цього хабара назвала «провокацією злочину з метою подальшого його викриття».

Слухання про вилучені оперативниками у шафці поліцейського відділку гроші завершилися в апеляції 17 квітня. Раніше, нагадаємо, Дмитро Зозуля сказав журналісту 20minut.ua: «Я вже рік доводжу свою невинуватість в апеляційному суді». Говорив він і на дебатах, що не скоював злочину, за який його судять.

Екс-майор просив колегію судів апеляційного залишити в силі виправдальний вирок першої інстанції. Натомість прокурор вимагав скасувати рішення Шаргородського суду, як незаконне.

— Це рішення засноване виключно на клопотаннях сторони захисту. Судом не прийняті до уваги доводи звинувачення, —

сказав прокурор Врублевський і просив ухвалити новий вирок — обвинувальний. Покарати звинуваченого він хотів ув'язненням на 6 років з конфіскацією, позбавленням спецзвання та заборною займати посади.

Нагадаємо коротко обставини цієї справи. На зустріч з майором Зозулею ходила людина, підготовлена спецслужбою, з технічними засобами спостереження. Слідство в протоколі описало так передачу хабара в райвідділу:

«Підсудний на сходовій клітині мовчки розвертається до свідка, підіймає ліву руку та на протязі 3-5 секунд вказує останньому на дерев'яну шафу світло-коричне-

**На зустріч з майором
Зозулею ходила
людина з технічними
засобами. Але на
відео не потрапила
німа передача грошей**

вого кольору, розташовану біля сходів на другий поверх. Свідок підходить до шафи, відкриває її та розміщує грошові кошти на одній із полиць...».

Через те, що на відео не потрапило ні помещення грошей в шафу, ні те, що звинувачений вказував покласти туди гроші, й винесли в Шаргороді виправдальний вирок. Державне звинувачення подало апеляційну скаргу, яка розглядалася з повторним допитом свідків.

Даючи пояснення у Вінницькому апеляційному суді, Дмитро Зозуля розповів, як приймав скаржника в кабінеті, а потім проводив його до виходу з приміщення райвідділу. По дорозі,

мовляв, той міг покласти в відкритій шафі коридору будь-що.

Допитували в цій справі також людину, яка передавала ті 3000 гривень за повернення йому слідчим машини зі штрафмайданчика. Слухали і понятих. Виявилося, останні — вінничани, а не шаргородці, і не вперше виступають на судах в такій ролі.

Що ці люди — «штатні» поняті сторони звинувачення, доводив захисник в апеляції. Також казав: провокатор злочину — то не проста людина з вулиці. Більше про передісторію знайдете в статті «Виправданий за хабар поліцейський тепер цивільна людина, але декларацію подав» (коротке посилання is.gd/Nnz60a).

Але захисту не вдалося добитися підтвердження рішення першої інстанції. Законної сили виправдальному вироку апеляційний суд не надав. Скаргу прокурора задовольнити частково і матеріали провадження скерувати на новий судовий розгляд.

Екс-майор приїхав на фінальне засідання з матір'ю і дружиною. Після почутого в залі, він швидко пішов геть. Його захисник адвокат Корпало теж був розчарований рішенням, але сказав, що мусить з ним погодитися.

— Будемо доводити нашу правоту ще раз, — сказав Віталій Корпало й додав про скасоване рішення: — Це був насправді законний і обґрунтований вирок. Однозначно, країна не готова до чесних рішень, що псують статистику.

Про те, як досі проходили засідання з цієї справи в апеляції, RIA писала в матеріалі «Передає гроші майору без слів. Справу хабара, залишеного в поліцейській шафці, ще слухають» (is.gd/jsyipl).

Вітаємо з Днем народження!

25 квітня Михайло Казимирович Петровський відзначає свій 60-річний ювілей.

Трудовий шлях Михайло Казимирович розпочав в 1979 році зі служби в рядах Радянської армії, звільнився з лав Радянської армії в званні капітана.

З 2002 року почав працювати в енергетиці на керівних посадах. За досягнуті результати був нагороджений Грамотою Міністерства палива та енергетики України і ЦК профспілки працівників енергетики та електротехнічної промисловості України, Почесною грамотою Кабінету Міністрів України, Подякою Президента України та згодом Михайлу Казимировичу присвоєно звання «Відмінник енергетики України».

З 2014 року по сьогоднішній день Михайло Казимирович працює на посаді начальника інспекції Держенергонагляду у Південно-Західному регіоні – начальника інспекції Держенергонагляду у Вінницькій області.

За період роботи були проведені десятки обстежень електропередавальних організацій Вінницької, Тернопільської, Хмельницької та Чернівецької областей, результатом яких також було покращення надійності електропостачання споживачів. Було розглянуто сотні скарг та звернень громадян і в кожному випадку ювіляр виконував свою роботу з великою відповідальністю та наполегливістю. За що отримував багато листів подяки від громадян, і, з його слів, це для нього найвища нагорода!

Михайло Казимирович – досвідчений фахівець, ініціативний, відповідальний та енергійний керівник, володіє організаторськими здібностями, вболіває за справу, вимогливий до себе і підлеглих, чуйний та доброзичливий в спілкуванні, за що йому віддають повагою та авторитетом в колективі.

Шановний **Михайло Казимирович**, колектив від щирого серця вітає Вас зі славним ювілейним Днем народження!

Бажаємо Вам здоров'я, сімейного благополуччя, довгих років життя, успіхів і процвітання!

Будьте щасливі!

Нехай Господь оберігає Вас від усіх невдач!

Ювілей – це не просто свято,
Це здобутки всіх років в житті!
То ж хай буде у Вас їх багато,
Щоб здійснилися задуми всі!

Щастя хай щомиті сприяє
Мати успіх, достаток, добро!
Серце радість й любов зігриває,
Друзі й рідні дарують тепло!

Колектив інспекції Держенергонагляду у
Південно-Західному регіоні та Вінницької області



Що сьогодні в меню вашої дитини?



12 тисяч вінницьких дітей віком до 18 років мають захворювання серцево-судинної системи. Понад 6 200 страждають на ожиріння. Це дані обласного медичного статистичного центру станом на 1 січня 2019 року. МОЗ України констатує: 2/3 усіх хвороб у нашій державі — від неправильного харчування!

Надмірна вага в дитинстві призводить до незворотних змін у судинах, які проявляються вже у дорослому віці. Готові проаналізувати раціон своєї дитини?

КОРИСТУЙТЕСЯ «ТАРІЛКОЮ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ»!

Умовну тарілку здорового харчування школярам представляють на уроках здоров'я у Вінницькому обласному дитячому кардіорева-тологічному санаторії. Вона наочно демонструє: правильна їжа — це легко, смачно і поживно.

«Тарілка здорового харчування — еталон ідеального щоденного меню, — пояснює головна лікарка санаторію Лариса Мовчан. — 50% всього, що вживає дитина протягом дня, мають складати фрукти та овочі у свіжому, відвареному або запеченому вигляді. Четверть меню — це правильні білки, тобто нежирні сорти м'яса і риби, яйця, кисломолочні продукти, горіхи. Ще 25% — цілінозернові продукти. Важливо розпочинати день з різних варіантів каші: рисової, гречаної, вівсяної. У щоденному меню також мусять бути кукурудза, ячмінь, пшениця, булгур тощо».

Дорослій людині до 50-ти років щодня потрібні майже 2000 ккал, підліткові, який не має проблем із вагою та руховою активністю, 3500 ккал. Щоб звикнути їх рахувати, розмістіть таблицю калорійності типових продуктів на видноті у кухні. Меню діліть на 5–6 частин: три основні прийоми та два-три перекуси. Останній — не пізніше, ніж за 2 години до сну.

ПРОВЕДІТЬ РЕВІЗІЮ ЩОДЕННИХ ПЕРЕКУСІВ!

Батьки семирічного Артема забили на сполох. Школяр почав скаргитися на втому під час уроків фізкультури, уникав рухливих ігор з однолітками.

«Не можна назвати сина гладким, — розповідає мама Олена. — Він радше в міру пухкий. Саме тому боротися із його втомлюваністю ми вирішили за допомогою харчування. Для початку переглянули шкільні перекуси. Замість здоби, печива і бутербродів почали давати з собою банани або вітчизняні сезонні фрукти. Зараз Артем трішки схуд, та головне — став енергійнішим!» Порівняйте два варіанти обіду: комплекс з дієтичних страв (бурячник, гречка, відварна яловичина, зелений горошок, скибка хліба та узвар) і традиційний хот-дог. Обидва містять в середньому по 360 ккал! Однак у першому випадку — це порція енергії, котра повільно насичуватиме організм, а у другому — консерванти, барвники і швидкі вуглеводи. Вони потрапляють до крові та вбивають судини вашої дитини! Тож для правильного перекусу давайте дитині кисломолочні продукти, фрукти чи горіхи.

РОЗВИВАЙТЕ КУЛЬТУРУ ХАРЧУВАННЯ І КУЛЬТУРУ РУХУ!

Організм для здоров'я потребує харчування і руху. Одне без іншого втрачає ефективність. «Простий і доступний спосіб задовольнити потребу в русі — ходьба пішки, — радить Діна Харіна, тренерка з лікувальної фізкультури. — Корисно щодня робити в середньому 10 тисяч кроків. Це стосується як дорослих, так і підлітків. Починайте в помірному темпі і з часом намагайтеся його збільшити». Отже, задля здоров'я своєї дитини змінійте звички! Вчіть дитину харчуватися правильно! Заберіть із сімейного меню напівфабрикати, солодощі, здобу, важку смажену та жирну їжу. Уникайте фаст-фуду під час перекусів, ходіть пішки разом!

Матеріал виготовлено в межах реалізації субпроєкту «Склада-ва розвитку системи охорони здоров'я Вінницької області, направлена на покращення медичної допомоги хворим із серцево-судинною патологією».



**ЗА ЗДОРОВІ
 СЕРЦЯ** ♥

ЧИ ВАРТО ЛІКУВАТИ

Він був, є, буде ■ На енурез хворіє 10% дітей. До 7 років енурез зберігається в 10% хворих. До 11–12 років він самостійно проходить, але є відсоток дітей (1–2%), в яких енурез зберігається до підліткового віку і далі. Що робити батькам і дітям, розповідає педіатр



АЛЬОНА РЯБОКОНЬ,
 RIA, (067)4333535

За словами лікаря-педіатра Андрія Шиманського, енурез, це функціональна проблема, основна причина якої — особливості розвитку головного мозку, нервової системи, або сечовидільного тракту. Уже доведено, що психічні патології чи стрес не є причиною енурезу. Але 20–40% дітей з енурезом мають психологічні проблеми (стресові ситуації формуються до, або на фоні цього стану).

Коли діагностують у дитини енурез?

— Енурез, це ненавмисне сечовипускання вночі, у дітей старше 5 років, умовно до цього віку час від часу пісятися вночі, це норма. Звичайно, батьків це має стривожити, але робити якісь агресивні коригування не потрібно. Але варто зазначити, що до 5 років 90% дітей вже повинні контролювати нічне сечовипускання. Ті 10%, що залишились, за рахунок певних особливостей, контролювати даний рефлекс не можуть. Якщо дитина старше 5 років продовжує мочитися вночі, це вже проблема — енурез і тут потрібно реально працювати.

Навіщо лікувати дитину, якщо енурез все одно пройде самостійно?

— Тому що це дуже великий травмуючий фактор. Як для

дитини, так і для батьків. Чим старша дитина, тим гірше для неї наслідки, тому що вона перебуває в колективі, і інші діти можуть розуміти, що з нею, вона замикається, їй соромно.

У дітей спостерігається відлюдкуватість, порушення сну, проблеми з навчанням. Тому про цю проблему активно говорять в усьому світі, і пробують з нею боротися. У нас, на жаль, найчастіше, якщо і звертаються по допомогу, то до бабки, а не до лікаря.

Чому інколи батьки не хочуть говорити про цю проблему?

— У енурезі є дуже чіткий генетичний фактор, тобто в 70% хтось з батьків мав енурез, і найчастіше це батько. Тому є таке бачення проблеми, мовляв, нічого страшного, тато до 13 років впісювався, потім пройшло і в нас пройде. А насправді, це неправильна практика. Тому що таким дітям досить легко допомогти. Чим старша дитина, тим ця корекція складніша. Як ми говорили, 20–40% дітей мають певну психологічну патологію: депресію, різні психологічні стани, гіперактивні розлади. А також можуть бути порушення сечовиділення: денне нетримання сечі, імперативні позиви, може бути стресове нетримання сечі, або при страху. Може бути гіперактивний сечовий міхур, або сором'язливий сечовий міхур, коли дитина чи до-

рослий не може сходити в туалет у незвичному місці, при інших людях. І це вже набагато складніша ситуація. У першу чергу треба подолати саме ці симптоми, а потім вже займатися енурезом. Якщо говорити за звичайний моносимптомний енурез, коли дитина мочиться вночі, з ним можна справитися самостійно.

Хто цим повинен займатися?

— Звісно, все починається з сімейного лікаря, педіатра. Залежно від важкості енурезу, тактика лікування буде різною. Інколи потрібно здати аналізи. Загальний аналіз сечі, для того щоб перевірити, чи немає сечостатевої інфекції (наприклад, цистит). Можливо потрібно зробити УЗД сечового міхура (виявити можливі структурні зміни). Якщо немає ніяких інфекцій чи органічних патологій, тоді скоріш за все, це функціональна проблема і ми починаємо з поведінкових методів. Інколи може знадобитися допомога психолога, інколи цим займаються неврологи, урологи.

Якщо в дитини більш легкі стани, які методи лікування?

— По-перше, це обов'язкова участь мами. Головне, пояснити природу хвороби — що ні мама, ні дитина в цьому не винна. Ні в якому разі дитину не можна сварити, сміятися з неї, якимось чином її звинувачувати, засуджувати. Тому що проблему можна зробити сильнішою. По-друге, включити дитину у вирішення цієї проблеми. Пояснити, що це не страшно, таке трапляється, загрозливого стану немає. Потім потрібно оцінити стан хвороби, за допомогою анкети об'єму та частоти сечовипускання. Мама записує, скільки разів на день дитина мочилася та якою кількістю. Об'єм можна визначати плюсиками — наприклад, дуже багато +++++, якщо кілька крапель «+». Це дозволяє поставити діагноз.



ДОПОМОЖІТЬ ЛЕРІ ПОБОРОТИ РАК

Валерія мешкає в селі Чернівці. Вірніше, прописана за цією адресою. Дев'ятирічна дівчинка четвертий рік не виходить з лікарняних палат. Маленькій вінничанці поставили діагноз: Інтрамодулярний ПНТ на рівні Th11-L1, з Mts по оболонках спинного мозку, ліквор, Нейрофібрамотоз 1 типу. Вона вже пережила операцію з видалення пухлини з хребта.

— Зараз у Валерії ракові клітини у лікворі. Ми довгий період приймаємо хімію. Але ракові клітини не зменшуються. Звернулися в клініку в Стамбул. Нам рекомендують пройти обстеження в клініці, яке коштує 11 тисяч доларів, — розповідає матір дівчинки.

Матір благає людей допомогти врятувати донечку.

Реквізити для фінансової допомоги
 ПриватБанк — № 4149 4996 4056 2516 (Заболотна Леся Вікторівна)

ДИТЯЧИЙ ЕНУРЕЗ?

МЕТОДИ ЛІКУВАННЯ ЕНУРЕЗУ

ПОВЕДІНКОВА ТЕРАПІЯ

— Дуже класно працюють щоденники, можна взяти кольоровий щоденник, повісити його на видне місце, пояснити дитині про те, що кожна суха ніч буде нагороджуватись зірочкою в щоденнику. Такий поведінковий метод має мати позитивне підкріплення, наприклад, за п'ять зірочок (п'ять сухих ночей) дитина отримує щось таке, що вона любить, за 15 зірочок — поїздку в зоопарк і так далі. Важливо не акцентувати на негативі (мокрих ночах), лише підкріплювати позитив. Цей метод дуже ефективний. Окрім того, що дає чітку картину хвороби, допомогу лікарю, дитина теж втягується в процес лікування. Дитину також потрібно залучати в сферу догляду за собою. Тобто помочилася вона вночі, хай допоможе мамі зібрати мокру білизну, закине її в пральну машину, сама собі перестеле суху, також хай вибере собі постільну білизну таку, як вона

хоче. Таким чином вона, так би мовити, контролює ситуацію. Дитину не потрібно обмежувати в питті, це знуцання, але обмежити останній прийом води чи чаю бажано. Грубо кажучи, якщо дитина лягає спати о десятий, то після восьмої години спитати в дитини: «Скільки ти хочеш випити?» Дитина каже: «Мені потрібно півсклянки». Таким чином ми запитуємо думку дитини і вона також контролює ситуацію. Також дитину дуже важливо навчити регулярно ходити в туалет, навчити відчувати свої позиви. Тут важлива також роль вихователя. Щоб не було такого, що дитина проситься в туалет, а її говорять — ні спочатку ти поїси, допишеш, ... потім сходиш — це руйнує правильні рефлекси. **Скільки ми це робимо?** — Зазвичай, від одного до трьох місяців ми таким чином спостерігаємо за дитиною.



Якщо це дозволяє контролювати енурез, тобто в нас є, наприклад, два сухих тижні — супер. Продовжуємо далі. Не може бути такого, що в нас сухий місяць, значить, дитина здорова, пий, скільки заманеться, все добре. Ні. Це повинно на деякий час стати стилем життя.

ЕНУРЕЗНИЙ БУДИЛЬНИК

— Якщо не допомагає поведінкова терапія, переходимо до наступного кроку, який має два методи. Перший метод — лікування енурезними будильниками (так звана аларм терапія). Маленька пластинка-датчик фіксується в білизну, будильник приєднується до нього. Можуть бути різні види та механізми таких будильників, але суть одна — дитина починає вночі мочитися, з першою краплею спрацьовує будильник, тоді або дитина сама просинається, або просинається дорослий. Процес сечовипускання, звісно, припиняється, дитина йде в туалет, а потім лягає далі спати. **А цей метод не надто агресивний, адже дитина різко просинається?** — Дитину і так будять. І насправді даний метод один з найкращих на сьогоднішній день. Стосовно сну, не завжди дитина повністю просинається. Тому що дуже часто в дітей з енурезом

глибокий сон. Мами так і кажуть: «Її нереально розбудити, на руках до туалету тягну, заставляю помочитися, а дитина навіть очі не відкриває». Також у таких дітей буває гіпертрофія аденоїдів і сонне апное. І є докази, що правильна корекція даного стану в 20–30% випадків прибирає проблему енурезу. Справа в тому, що аденоїди погіршують сон, патерни сну, носове дихання. Погіршується стан, якщо у нас є вже сонне апное (це короточасна ішемія головного мозку). Тому якщо сімейний лікар направляє вас до ЛОРа, а ваша дитина лише мочиться, насправді він може вирішити проблему. **Коли ми користуємося енурезним будильником, щоденник сухих ночей потрібно вести також?** — Так, ми досягаємо двох сухих тижнів. І коли це сталося, будильник використовувати припиняємо, а залишаємо лише поведінкову корекцію. На жаль, до 40% відсотків дітей



мають рецидив. Тоді батьки мають повернути енурезний будильник і знову пробувати вийти на два сухих тижні. Весь світ вважає енурезний будильник чи «аларм терапію» найкращим методом, тому що це економічно вигідно, безпечно, досить просто до застосування і має ефективність 80%.

МЕДИКАМЕНТОЗНА ТЕРАПІЯ

— Якщо і цей метод не спрацював, батькам потрібно спробувати медикаментозну терапію. Препарати першої лінії, це аналоги вазопресину. Препарати, звісно, мають побічні дії, тому їх потрібно вживати під контролем лікаря. Звичайно, знову ж таки, ведеться щоденник титрування дози, починаємо з мінімальної і поступово збільшуємо. Якщо є якісь побічні ефекти — зменшуємо. І знову наша ціль — два сухих тижні. За кордоном і переважно американська школа призначають антидепресанти, в цьому

стані вони також можуть використовуватись. **Контроль сечовипускання дитини має стати стилем життя? Це назавжди?** — Зі 100 дітей з енурезом, після настання їм 11 років, залишиться лише одна дитина з такою проблемою. Тому це не на все життя. Дане захворювання прогностично сприятливе. Тобто 99% дітей виликовується самостійно і станеться це до 11 років. Бувають випадки, коли енурез залишається в людини до настання повноліття. Рідко, але буває. Утім, ми маємо вважати на психологічний стан таких дітей.





альтамедика
МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР

вул. Литвиненка, 40, тел. 0688403030

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Нецукровий діабет



**ІРИНА ЛІЩЕНКО,
ЛІКАР-
ЕНДОКРИНОЛОГ**

На відміну від цукрового діабету, причиною якого є нестача інсуліну або нечутливість до нього клітин організму, нецукровий діабет — захворювання, пов'язане з недостатньою секрецією антидіуретичного гормону, який у нормі перешкоджає виведенню води і підвищує концентрацію сечі.

Виділяють три основних види нецукрового діабету:

- **Центральний** — пов'язаний з ураженням нейрогіпофізу, черепно-мозковими травмами, пухлинами, операціями в області гіпофізу, інфекційними захворюваннями, uszkodженнями судин головного мозку та ін. Виникає порушення синтезу, секреції або транспортування аргінін-вазопресину (антидіуретичного гормону);
 - **Нефрогенний** — коли при достатній продукції антидіуретичного гормону спостерігається нечутливість клітин нирок до нього;
 - **Психогенна полідипсія** — це один різновид нецукрового діабету, пов'язаний з надмірним споживанням води на тлі нервових стресів.
- Симптоми нецукрового діабету:**
- **Полідипсія** — симптом, що характеризується неприродно сильною, невгамовною жагою. Зменшується або зникає лише при прийомі води, що значно перевищує фізіологічні;
 - **Поліурія** — збільшення утворення сечі (більше 3-х літрів на добу);
 - зниження відносної щільності сечі;
 - загальна дегідратація (сухість шкіри і слизових оболонок, зменшення слюно- і потовиділення; при неадекватності заповнення втрат рідини настає різко виражена дегідратація, що виявляється загальною слабкістю, головним болем, нудотою, лихоманкою, судомою, тахікардією, згущенням крові, втратою свідомості);

■ шлунково-кишкові прояви (постійне перевантаження водою призводить до розтягнення шлунка, зниження секреторної функції шлунково-кишкового тракту, запорів). Зазвичай, постановка діагнозу не викликає ускладнень, надто характерні скарги і симптоми цього захворювання. Але точний діагноз можна поставити лише за допомогою додаткових обстежень, оскільки лікування напряму залежить від виду нецукрового діабету. При цьому можуть проводити тести з сухоїдінням, проби з обмеженням прийому рідини, загальний аналіз крові, загальний аналіз сечі, визначення гормонів, пробу за Зимницьким. Це дозволяє визначити характер хвороби (центрального, ниркового або неврогенного). Лікування залежить від форми захворювання — при нестачі гормону використовують його штучні аналоги (Десмопресин), що діють від 8 до 20 годин. Основна мета лікування десмопресином — підбір мінімально ефективної дози препарату для купірування надлишкової спраги і поліурії, яка підбирається індивідуально. Якщо причина хвороби пов'язана з патологією нирок, лікування ґрунтується на дієті без солі і застосуванні (як не дивно) певних сечогінних препаратів — тiazидних діуретиків і нестероїдних протизапальних засобів. Коли захворювання має неврогенну природу, лікування повинно бути спрямоване на зменшення споживання рідини і відновлення психічної рівноваги. Як бачите, лікування цього захворювання, залежно від його форми, може кардинально відрізнятися, тому без допомоги ендокринолога тут обійтися неможливо.



**Медичний центр «Альтамедика»
Вінниця, вул. М. Литвиненко-
Вольгемут, 40
0688403030, 0638403030**

РЕКЛАМА

8 травня

**ШКОЛА
МАРКЕТИНГУ**

Курс Олега Горобця
Генерального Директора RIA Media

(063) 799 99 74 m.riamedia.com.ua

СЛУХОВІ АПАРАТИ

**Скринінг, підбір, тестування
БЕЗКОШТОВНО**

Доступні ціни, ЗНИЖКИ*

Апарат "невидимка" за 1 годину

Термін дії знижок з 01.03.2019 по 01.03.2020 р. Товар сертифіковано. Сертифікат № PR.041-16 від 29.06.2016 р. Дійсний до 28.06.2021 р. Виробництво SIVANTOS GmbH (Ерланген, Німеччина), кошикова назва SIEMENS AT.

вул.Кропивницького, 1
тел. (0432) 52-77-57; (095) 286-37-37; (068) 286-37-37*

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

«ВІННИЦЬКІ ВОВКИ» НЕ ВСТОЯЛИ ПРОТИ «ЛЕВІВ»

Американський футбол ■ Вінницька команда після одного пропущеного сезону стартувала в суперлізі України. Через залучення гравців-правоохоронців до виборів і католицький Великдень, не змогла виставити повний склад

ЄВГЕНІЙ МИХАЙЛІВ, (098)8591459

У Вінниці стартував сезон американського футболу. Вихідними його відкрили наші юнацька і дорослі команди.

ЧЕМПІОНКИ УКРАЇНИ — У ГРУПІ ПІДТРИМКИ

На стадіоні Центрального парку 20 квітня відбувся товариський матч між «Вінницькими Вовками U-15» (юнаками до 15 років) і «Молотобійцями U-15» (Київ). Гра слугувала підготовкою нашої команди до поїздки на міжнародний турнір у м. Дьер (Угорщина), а також до осінньої Дитячо-юнацької ліги американського футболу України.

На жаль, матч завершився з рахунком 0:68. Хоча гра, на думку експертів, вийшла доволі цікавою.

— Це був дебютний поєдинок нашої юнацької команди. Необхідно було награти склад, спробували себе. Усі наші футболісти вперше боролися у новій віковій групі, — сказав капітан дорослих «Вінницьких Вовків» Сергій Перегончук.

Протягом гри працював коментатор, який пояснював правила та основні моменти матчу. Також глядачі побачили яскраві виступи від цьогорічних чемпіонів України — групи підтримки «Wolves Junior Cheerleaders».

ГОСПОДАРІ ГРАЛИ У «МЕНШОСТІ»

Наступного дня на СК «Нива» провели перший матч нашої команди у груповому етапі суперліги Української ліги американського футболу (УЛАФ). Суперниками «Вовків» стали львівські «Леві», віце-чемпіони минулорічного сезону. А вінничани не брали участі в чемпіонаті 2018 року, зробивши перерву для того, щоб удосконали

лити склад команди та покращити деякі технічні елементи.

Перша чверть завершилася із рахунком 6:6. У другій чверті гості оформили два тачдауни (занесення м'яча у залікову зону), що вивело їх вперед — 22:6. Другу половину зустрічі «Леві» також виграли, як і загалом матч — 31:12.

Віце-президент і тренер «Вінницьких Вовків» Євген Хомин пояснив причини поразки.

— Деякі наші гравці служать у поліції та Нацгвардії і вони були задіяні під час другого туру виборів. Також деякі футболісти не змогли взяти участь у грі в зв'язку із католицьким Великоднем. Отже, далася взнаки мала кількість замінів: 22 наших гравців протистояли 28 «левам» (одночасно на полі — по 11 фут-

— Незважаючи на багато стереотипів, ця гра є доволі інтелектуальною, — сказав гравець «Вовків» Богдан Сокрут

болістів — авт.), — каже Євген Хомин. — Також у матчі проти «Левів» взяла участь п'ять 17-річних хлопців, які торік ще виступали на юнацькому рівні. У цьому сезоні ми маємо награти склад і дати можливість здобути досвід молодим гравцям, які незабаром складатимуть основу «Вовків».

За словами наставника, господарям було трохи складно. Але вони задоволені грою, бо не виглядали «хлопчиками для биття».

— Ми дали доброї «прочуханки» львів'янам, якої вони навіть не очікували. У другій половині поєдинку зігралися, наші дебютанти трохи заспокоїлися. І



«Вовки» 20 квітня дали бій чинним віце-чемпіонам України

фінішували із задовільним рахунком, — завершує Євген Хомин.

МОЛОДІСТЬ І ДОСВІД

Гравець «Вінницьких Вовків» Богдан Сокрут, 23 роки, раніше не виступав на дорослому рівні, лише на юнацькому. Має амплуа корнербека, задача якого — не давати приймати пас супернику.

— Американський футбол — дуже цікава гра. Незважаючи на багато стереотипів, вона є доволі інтелектуальною. Щоб бути успішним у футболі, потрібно багато знати про нього. Водночас тут багато динаміки і несподіваних комбінацій. Майстри «читають» гру і миттєво реагують на дії партнерів і суперників, — каже Богдан Сокрут.

Сергій Перегончук — найдосвідченіший гравець нашої команди. Капітану «Вовків» — 39 років.

— Минулого сезону ми взяли тайм-аут, аби доукомплектувати склад. У цьому році почали приймати на тренування дітей (віком від шести років). Загалом в нашій структурі чотири дитячі команди, юнацька і чоловіча, — каже Сергій Перегончук. — З наступного сезону збираємося оголосити повноцінний набір до дорослої команди, а також запросити тренерів. Можливо, навіть з Америки. Поки колектив тренують місцеві фахівці.

ПРАВИЛАМ НАВЧАЄ КОМЕНТАТОР

На трибунах було близько 200 вболівальників. Хоча, на відміну від майже всіх інших спортивних змагань у Вінниці, вхід був платним. Втім, вартість квитка досить символічна — 30 грн.

Водночас глядачі мали можливість виграти призи від спонсорів. Усі охочі могли придбати фірмову сувенірну продукцію від клубу «Vinnitsia Wolves». Також на вході до стадіону кожен глядач отримав картку із поясненням правил гри.

— Моя дочка виступає у чирлідінгу. Тому я в першу чергу прийшла поспостерігати за її виступом. Рада, що вона підтримує «Вовків». Змагання з американського футболу бачу вперше, але завдяки коментатору і реакції вболівальників потрохи починаю розуміти правила і сенс гри. Планую й надалі відвідувати матчі, — каже Наталія Літоніна.

Прикрасою спортивного шоу були запальні виступи чирлідерів. Дівчата не зупинялися протягом всього тригодинного матчу, танцювали і виконували акробатичні номери.

Катерина Сокровіщук, 21 рік, у команді чирлідерів лише сім місяців.

— Не можу сказати, що це дуже складно. Головне — мати бажання і вміння танцювати. Майже у всіх наших чирлідерів є танцювальний досвід. Я займаюся танцями з п'яти років, — каже Катерина Сокровіщук.

Дівчата тренуються двічі на тиждень, а у вихідні виступають на матчах «Вовків». Також підтримують баскетбольну і волейбольну команди майстрів нашого міста.

— Найскладніше — саме на змаганнях з американського футболу. Бо тут виступати доводиться не під час перерв, а постійно. Це дуже класно, емоції зашкалюють! Тому втому навіть не помічаєш, — розповідає Катерина Сокровіщук.

СПІЛЬНОТА СПОРТ

Вінничанки побили всіх

■ У Білій Церкві відбувся 34-й Всеукраїнський турнір з боксу серед молоді пам'яті льотчика-космонавта Павла Поповича. Вихованці спортшколи «Вінниця» здобули 19 нагород, серед яких вісім золотих. Серед наших чемпіонів більшість дівчат: Вікторія Загробська, Олександра Рудницька, Оксана Лісневич, Юлія Правосудова, Вікторія Гречихіна, і Вікторія Ружанська.

Півмільйона — дітям

■ З третього по сьоме липня у Вінниці пройде міжнародний шаховий турнір серед дітей до 14 років. Рекордний для юнацьких змагань в країні призовий фонд (понад півмільйона гривень) гарантує президент Вінницької обласної шахової федерації, міжнародний гросмейстер із Німеччини Аркадій Найдіч. Запис на змагання за телефоном: 097-177-93-23 (Володимир Вусатюк).

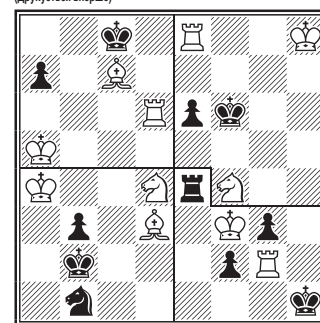
Зайняв весь п'єдестал

■ Чемпіонат України зі спортивної радіопеленгації фінішував у Луцьку. Вінничани вибороли 27 нагород. Найбільший здобуток — у Артема Степанишева. У категорії серед юнаків до 14 років на різних дистанціях вихованець спортшколи № 2 виборов два золоті, срібло і бронзу.

Випуск №17 (1091)

Двокодові двоваріантні задачі-мінітури на кооперативний мат.

Задача №2357-2360
М. Пархоменко (Вінниця)
(Друкуються вперше)



№2 2.1.1.1 III. Крб2-с1;
ПЕРЕВІРТЕ РОЗВ'ЯЗОК:
Газета RIA №17 (1434) від 17 квітня 2019 року
Задача №2353
I. 1. Крб7-г1 Крб6 2. Крб7 Крб5 3. Кв8 Квбх;
II. 1. Крб8! Крб6 2. Кв8 Крб7 3. Крб7 Квбх - (звільняє мати)
Задача №2354
I. 1. Кв1 гf6 2. Крб7 f7+ 3. Кв8 f8Кх; II. 1. Кв8! g8: 2. Крб6 h7 3. Крб8 h8Ф;
Задача №2355
I. 1. Тd2! Крб3 2. Крб1 Та2 3. Крб1 Та1х;
II. 1. Крб2! Тb4 2. Крб3 Тd4+ 3. Крб3 Сd2х;
Задача №2356
I. 1. Крб2! Кн3 2. Кн1 Кг5 3. Крб1 Кf3х; II. Кн3! Кн3 2. g1C Кр1 3. Сн2 Кf3х;
М. Пархоменко

У суперлізі 10 команд

Нині в суперлізі УЛАФ виступають десять команд. Вони розбиті на два дивізіони. У нашій групі, окрім «Левів» і «Вовків», ще «Київ Кепіталс», «Київські слов'яни» та «Ужгородські лісоруби». Задача вінничан — вийти

до наступного етапу, куди потрапляють по чотири колективи із кожної групи. Наступну гру «Вовки» проведуть в столиці проти «Слов'ян». Далі — домашні поєдинки з «Лісорубами» і «Кепіталс».

ЩО СПІЛЬНОГО У ВІННИЦЬКОГО ХУДОЖНЬОГО МУЗЕЮ З ЛУВРОМ

Новини у музеї ■ Вінницький обласний художній музей трансформується і змінюється. Нове керівництво вже облаштувало нові виставкові зали. Крім того, пропонують неklasичні формати зустрічей із музикою та вином, а також організовують виставки відомих українських художників

АННА КОВАЛЬОВА, (063)5331064

Вінницький художній музей нарешті отримав нового директора. Ним став Руслан Панамаровський. Чоловік більше року виконував обов'язки директора і Вінницька обласна рада все не могла назначити пана Руслана на офіційну посаду, оскільки не вистачало голосів.

— Багато хто пише та говорить про те, що у нас тут все занедбано і новий директор нічого не робить. Що у нас працюють люди без профільної освіти. Ці чутки поширює дружина колишнього директора, нині покійного Іллі Безбаха, — розповідає доглядачка музею пані Тетяна. — А насправді музей змінюється і стає кращим.

У музеї журналіста зустріла головний зберігач фондів музею — Оксана Яремчук. Пані Оксана одразу провела до залів із картинами. Тим часом, співробітник музею проводив екскурсію для однієї жінки.

— Це наш найкращий екскурсовод. Він працював у нас з 2011-го року. Потім звільнився, ми довго просили, щоб він повернувся. І це сталося за Руслана Михайловича, — говорить жінка.

ЩО ПОДИВИТИСЯ У МУЗЕЇ

Основна експозиція не змінювалася з 2005-го року. Музейники пишаються залом Потоцьких, у якій зберігається авторська копія портрета Станіслава. Таких картин у світі є ще дві і зберігаються вони у музеї у Варшаві та у паризькому Луврі.

— Це не копії. Художник написав три картини, вони трохи відрізняються, але в цілому дуже схожі, — говорить зберігач Оксана. — І ми раді, що одна з них представлена у нашому музеї.

Є окрема зала, де представлена Західна Європа 18-19 століття. У художньому музеї є картини Репіна, Баччареллі, Нілуса та інших. Крім того, в останній залі відвідувачі можуть побачити порцелянові вироби з Китаю, Японії та Західної Європи. Тут, до речі, директор змінив вітрини, за що теж отримав нехвальні відгуки.

ЩО ЗМІНИЛОСЯ З ПРИХОДОМ НОВОГО ДИРЕКТОРА

Керівництво розпочало ремонт на другому поверсі. Тут є виставкові зали, де чергуються виставки різних художників. Три великі кімнати та коридор

відремонтували за кілька місяців. І з занедбаних приміщень з рожевими стінами і затхлим повітрям, вони перетворилися на світлі виставкові зали. Крім того, у музею з'явилася вивіска на бічній стороні будівлі та різнокольорова підсвітка вікон.

— Ми хотіли зробити більшу вивіску іншого кольору. Але зробили по бюджету, — говорить директор. — Це працює — люди почали звертати увагу на музей.

СУЧАСНЕ МУЗЕЮ

У виставкових залах сьогодні розміщені півсотні робіт геніального українського художника Івана Марчука. Ім'я художника

Зараз у музеї проходить виставка геніального українського художника Івана Марчука

знане у всьому світі. У Туреччині видають каталоги з його роботами, видання The Telegraph внесло його ім'я до сотні найгеніальніших людей у світі, а картини виставляють у різних музеях світу.

Марчука довго забороняли і, за словами самого художника, із того пекла його визволив Михайло Горбачов. Сьогодні його доробок налічує близько п'яти тисяч картин, які виконані в авторській техніці «пльотанізм». Саме ці картини та графіка представлені у нашому художньому музеї під назвою «Голос моєї душі». Експозиція діятиме протягом місяця — до 19-го травня.



У музеї проводять екскурсії не тільки для груп. Увагу приділяють навіть одному відвідувачу

Музей міняє формат

У музею вже є ряд традиційних заходів: виставки на різдвяні свята, планер для дітей-аутистів та виставка їх робіт. На майбутнє директор планує влаштовувати дитячий планер щороку, щоб потім продавати картини на благодійному аукціоні і таким чином допомагати дітям. Крім того, на Старому Місті (вул. Кожедуба, 11) є садиба-музей Луцишина. Там час від часу організовують майстер-класи з гончарного мистецтва, а раніше проходив традиційний планер, на який приїжджали майстри з різних куточків України. Новий директор має наміри відновити і цей захід.

Сьогодні музей має нові та сучасні пропозиції. Наприклад, можна орендувати музейні зали для фотосесії. Коштує це всього 50 гривень, проте є одна умова — робити фото без спалаху, щоб не нашкодити картинам. Крім того, у виставковому залі розташоване фоно і бажаючі можуть організовувати тут музичні вечори і навіть із вином. Директор говорить, що заходи можуть бути різних форматів і керівництво готове обговорювати деталі. А якщо є бажання просто прийти до музею, то вхідний квиток для дорослих коштує всього 20 гривень, а для дітей — 10.

РЕКЛАМА

НАЦІОНАЛЬНА ГВАРДІЯ УКРАЇНИ

СЛУЖБА ЗА КОНТРАКТОМ

Запрошуються чоловіки
(вік 18 - 40 р.)

- патріотично налаштовані
- фізично розвинені
- без судимостей
- кар'єрний ріст

З/п від 8 500 грн. + соц.пакет

Тел. у м. Вінниця: (0432) 61-80-10, (067) 659-15-46

Вінниця

Сервіс бронювання готелів по Україні та світу
запрошує тебе в команду відділу
по роботі з клієнтами!

ХТО НАМ ПОТРИБЕН?

- людина, яка буде допомагати подорожувати (вдень);
- людина, яка буде допомагати подорожувати (вночі).

ЩО ПОТРІБНО РОБИТИ?

- приймати заявки від клієнтів по телефону;
- підбирати варіанти поселення;
- бронювати готельні номери.

Ми всьому навчимо. Досвід роботи не обов'язковий!

МИ ГАРАНТУЄМО!

- заробітну плату від 4500 грн. +(премії і бонуси);
- комфортний офіс;
- гнучкий графік роботи;
- швидкий розвиток кар'єри.

Телефонуй! Ми чекаємо на тебе! **(067) 700-70-02**

КІНО

кінотеатр

ім. Коцюбинського



Код «Червоний»

Драма, 24.04, поч. о 18.10
25.04–1.05, час сеансів — за тел. 52–59–78

Шазам!

Фантастика, 24.04, поч. о 10.40, 17.10
25.04–1.05, час сеансів — за тел. 52–59–78

Містер Лінк: Загублена ланка еволюції

Анімація, 24.04, поч. о 13.15
25.04–1.05, час сеансів — за тел. 52–59–78

Після

Драма, 24.04, поч. о 15.00, 19.45, 21.55
25.04–1.05, час сеансів — за тел. 52–59–78

Прокляття Ла Йорони

Жахи, 24.04, поч. о 12.15, 20.10
25.04–1.05, час сеансів — за тел. 52–59–78

КІНОПАЛАЦ «МИР»

(вул. Келецька, 57, тел. (097)751–49–48)
Прокляття Ла Йорони

Жахи, 24.04, поч. о 18.10

Після

Драма, 24.04, поч. о 10.00, 14.05, 19.55

Хеллбой

Фантастика, 24.04, поч. об 11.55, 16.00, 21.50

Месники: Завершення

Фантастика
25.04–1.05, поч. о 10.20, 13.40, 17.10, 20.40

КІНОТЕАТР «РОДИНА»

Проклятий будинок

Жахи, 24.04, поч. о 17.00, 18.30

Транзит

Мелодрама, 24.04, поч. о 20.00

Глибинне зло

Жахи, 25.04–1.05, поч. о 16.00, 18.00

Best Sci-Fi

Фестиваль фантастичного кіно
25.04–1.05, поч. о 20.00

SMARTCINEMA

(вул. Оводова, 51, ТЦ «Sky Park», 4 поверх)
Кладовище домашніх тварин

Трилер, 24.04, поч. о 10.50, 13.00, 17.30
25.04–1.05, довідка — за тел. (096)003–50–50

Шазам!

Фантастика, 24.04, поч. о 15.10, 18.00
25.04–1.05, довідка — за тел. (096)003–50–50

Хеллбой

Фантастика, 24.04, поч. о 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00. 25.04–1.05, довідка — за тел. (096)003–50–50

Месники: Завершення

Фантастика
24.04, поч. о 19.30, 20.20, 20.50, 22.00, 23.10
25.04–1.05, довідка — за тел. (096)003–50–50

На висоті

Фантастика, 24.04, поч. о 15.10, 19.40
25.04–1.05, довідка — за тел. (096)003–50–50

КОНЦЕРТИ



«Пікардійська Терція» у Вінниці

4 травня вінничани вкотре бурхливими оплесками зустрінуть талановитий акапельний колектив «Пікардійська терція». Концерт відбудеться

на сцені Будинку офіцерів уже не вперше. Але цього разу музиканти презентуватимуть прихильникам нову концертну програму «Весняні етюди». У творчій спадщині секстету «Пікардійська Терція» — понад 300 пісень у найрізноманітніших музичних стилях: поп, рок, класика, фолк, джаз, кантрі, духовна музика, рок-н-рол, блюз... Репертуар «Терції» на 95% — україномовний. Хоча в пісенному активі гурту — пісні 12 мовами світу. Не менше вражає й географія гастролей: Польща, Німеччина, Іспанія, Італія, Франція, Канада, США, Бельгія, Швейцарія, Сінгапур. А у Вінниці колектив по-особливому люблять. Майже щороку «Пікардійська Терція» дає великі концерти у Вінниці. Початок концерту о 19.00. Вартість квитків — від 190 до 450 грн.



Найшвидший піаніст у світі з концертом у Вінниці

22 травня у Вінницькій обласній філармонії відбудеться концерт канадського композитора українського

походження — Любомира Мельника. Він відомий як найшвидший піаніст на планеті. Ще на початку 80-х піаніст розробив власну нотацію і техніку гри надшвидких арпеджіо (звану «безперервною музикою»), написавши безліч творів з її використанням. Оскільки мало хто може виконати його твори, Любомир виступає сам, демонструючи неймовірне і щоразу вражаюче володіння інструментом. Маестро здатний грати 19,5 ноти в секунду кожною рукою, чим він користується аж ніяк не для демонстрації своєї техніки. Його музика виводить звучання інструменту на абсолютно новий рівень. Початок концерту о 19.00. Вартість квитків: 190–380 грн.



День народження «Аркати»

31 травня в обласній філармонії відбудеться грандіозний концерт з нагоди Дня народження Камерного оркестру «Арката», який було за-

сновано в 1993 році, а 31 травня відбувся перший великий концерт оркестру. Організатором, художнім керівником та диригентом камерного оркестру «Арката» є відомий піаніст, органіст, заслужений діяч мистецтв України Георгій Курков. Початок концерту о 18.30, вартість квитків — 100 грн.



Improv Live Show у Вінниці

12 травня «Improv Live Show» покаже на сцені Будинку офіцерів справжній майстер-клас з гумору. «Improv Live Show» — це гучна подія в світі гумору

і абсолютно новий жанр для України. Усе, що буде відбуватися перед вами на сцені, — повна імпровізація. Ніяких заготовок і сценарію, всі теми для жартів дають глядачі із залу. Ніхто не знає, що станеться в наступну секунду, але точно відомо, що це буде дуже смішно. Ведучий шоу — чемпіон першого чемпіонату України з гумору «Ліга сміху» — Роман Міщеряков у складі команди «Два Капітана — 1955». Якщо ви хочете побачити втілення найскладнішого гумористичного жанру на сцені і отримати масу задоволення, то ми чекаємо вас. Початок о 19.00, вартість квитків: 50–350 грн.



Alyona Alyona у Вінниці

22 травня нова зірка української сцени їде до Вінниці! Alyona Alyona стрімко зайняла перші позиції і не збирається їх покидати. Неймовірний,

емоційний, живий концерт реп-виконавиці не залишить байдужим нікого, а навіть навпаки надасть енергії та сил. Концерт співачки відбудеться в «Feride Plaza», початок о 19.00. Вартість: 250–450 грн.

Ассо та Піаф

Мала сцена. Сторінка життя великої співачки
26.04, поч. о 19.00

Смішні гроші

Комедія, 2.05, поч. о 18.30

Хелемські мудреці

Комедія-притча, 3.05, поч. о 18.30

Селфі зі склерозом

Мала сцена. Комедія
4.05, поч. о 19.00

Шельменко-денщик

Водевіль, 7.05, поч. 16.00

Ассо та Піаф

Мала сцена. Сторінка життя великої співачки
7.04, поч. о 19.00

Смішні гроші

Комедія
8.05, поч. о 18.30

ЛЯЛЬКОВИЙ ТЕАТР

(вул. Л. Толстого, 6, тел. (0432)67-03-20)

Вартість квитків — 30 грн

Як лисичка пташкою була

Пригодиницький мюзикл
27.04, поч. об 11.00 та 13.00



OPERAФEST TULCHYN подарує 5 днів незабутніх вражень!

З 4 по 9 червня у легендарному Палаці Потоцьких у Тульчині пройде III міжнародний фестиваль

під відкритим небом OPERAFEST TULCHYN. Головний open air літа буде вражати ексклюзивними постановками та приголомшливими шоу, які ви не побачите ніде інде! Всесвітньовідомі мюзикли і балети, опери і оперети, хорове шоу і постановки для дітей, унікальні арт-простори і яскраві селфі-зони, вогняне шоу і багато інших сюрпризів. Почуємо більше 700 зірок України, США, Німеччини та вперше Польську Королівську оперу.

4 червня, вівторок

17.00 — казкова опера «Король

Дроздобород»

20.00 — єдиний показ в Україні унікального Disney-шоу «Colours of the wind» з американськими артистами

21.30 — вогняне шоу

5 червня, середа

17.00 — яскравий мюзикл «Пригоди Гекльберрі Фінна»

7 червня, п'ятниця

19.00 — грандіозний концерт «Гала-Опера» та німецько-українська прем'єра ораторії Роберта Шумана «Рай і Пері»

22.00 — оперета у стилі «українського танго»

«Гуцулка Ксеня»

00.15 — хорове шоу «Тропічний карнавал» і

балет «Історії у стилі танго»

8 червня, субота

18.00 — єдиний показ в Україні опери «Straszny dwor» Польської Королівської опери

21.00 — дивовижний балет «Собор Паризької

Богоматері»

00.15 — всесвітньовідомий мюзикл «Танець

вампірів» Джима Стейнмана

9 червня, неділя

18.00 — балет «Тисяча і одна ніч»

21.00 — мюзикл-шоу «Вогні Бродвею»

Вхід на фестиваль — безкоштовний! Замовлення чартеру до місця події на сайті bilet.vn.ua. Детальна інформація за тел.: (0432)690–025, (096)040–66–86 та у інфоцентрі фестивалю: вул. Театральна, 15. Фестиваль проходить за підтримки Валерія Коровія, Миколи Кучера, Лариси Білозір, агроіндустріального холдингу МХП. Генеральний інформаційний партнер — RIA.



ВИСТАВКИ

Міжнародна виставка котів «Травневий La Murr»

Вам подобаються кішки, їх веселі ігри та вибрики?

Тоді завітайте на Міжнародну виставку котів «Травневий La Murr», яка відбудеться 25–26 травня у приміщенні ТРЦ «Мегамолл», за адресою м.Вінниця, вул.600-річчя, 17. Тут ви побачите велике розмаїття порід: великих та маленьких, вусатих та без вус, з хвостами та без них. Виставка буде працювати з 9.00–18.00.

«Великодній ярмарок»

До 26 квітня Експоцентр Вінницької торгово-промислової палати запрошує відвідати передсвятковий «Великодній ярмарок». На ярмарку ви зможете придбати високоякісні різноманітні продукти харчування до великоднього столу за цінами виробника, а також товари легкої промисловості та сувеніри. Час роботи ярмарку: 25 квітня 10.00–18.30, 26 квітня 10.00–18.00. Довідки за телефонами: (0432) 52–59–52, 52–59–75

НАЙКРАЩІ БАЛЕТИ – КОЖНОГО ДНЯ НА OPERAFEST TULCHYN!

Нововведення фестивалю-2019 ■

Дивувати нас з 4 по 9 червня буде рекордна кількість артистів – більше 700! Побачимо всесвітньовідомі балети-шедеври – вічні історії кохання «Собор Паризької Богоматері» та «Тисяча і одна ніч», а також сучасний балет «Історії у стилі танго» під живий акомпанемент оркестру і солістів



ВАЛЕНТИНА
КИРИЛЬЧУК, RIA,
(096)3145155

Найгучніший фестиваль Вінниччини вже на порозі! Головний ореп айг літа – III міжнародний фестиваль OPERAFEST TULCHYN-2019 – цього року дарує ще більше днів оперної феєрії просто неба, протягом яких буде вражати ексклюзивними постановками та приголомшливими шоу, які ви не побачите ніде інде.

OPERAFEST TULCHYN-2019 триватиме з 4 по 9 червня на території «Подільського Версалу» – парку Палацу Потоцьких у Тульчині. Вхід на територію фестивалю традиційно безкоштовний. А протягом п'яти днів 12 грандіозних постановок нам презентують найкращі театри й солісти України, США, Польщі та Німеччини.

— І глядачі, і ми самі вже звикли щороку дивувати і брати нову висоту! Цього року у нас вперше в Україні виступить Польська Королівська опера, будуть два окремі дні дитячих постановок, а крім всесвітньовідомих мюзиклів та захоплюючих опер, кожного дня – безмежна краса балету, — розповідає головний режисер OPERAFEST TULCHYN-2019 Павло Третяков. — Уже хочеться побачити захоплені очі наших глядачів. Чуттєві і пристрасні, масштабні і невимовно красиві балети під відкритим небом поруч із розкішним Палацом Потоцьких... Видовище буде незабутнє!

ПОБАЧИМО ТАНГО НА ПУАНТАХ

Балетна феєрія на OPERAFEST TULCHYN-2019 розпочнеться у рамках нічної програми у ніч з 7 на 8 червня. Глядачам варто готувати серця до максимальної чуттєвості і романтики, адже опівночі побачимо «Історії у стилі танго». Це новаторська сучасна contemporary-постановка авторського балету Артема Шошина — провідного соліста зна-

менитого театру Раді Поклітару Kyiv Modern Ballet, який завдяки своїм глибоким, самобутнім постановкам у Київському муніципальному академічному театрі опери та балету для дітей та юнацтва здобув славу ще й одного з найкращих хореографів України.

У «Історіях у стилі танго» Артем Шошин поєднав свій досвід класичного балету, модерну і бальних танців, й розкрив головну суть танго — це таємниця, яку танцюють двоє. Мовою танцю, видовищних рухів та фігур, чотири пари розкажуть нам свої доленосні історії, в кожній із яких самотні серця шукають близького собі співрозмовника у подорожі по життю.

«Чуттєві, пристрасні балети під відкритим небом поруч із розкішним Палацом Потоцьких! Видовище буде незабутнє!»

А подвійну порцію насолоди та емоцій забезпечить дивовижна музика Астора П'яццоллі, Карлоса Елета Альмарана, Карлоса Гарделя і Херардо Родрігеса у виконанні чудового оркестру і артистів хору, знаменитого тенора Дмитра Фошанки і всесвітньовідомого акордеоніста, народного артиста України В'ячеслава Самофалова.

— Працювати артистам «наживо» — спільна ідея: моя і маестро-диригента Ділявера Османова, бо танцювати танго під фонограму, хай і найпрекраснішу, — це зовсім інші відчуття, ніж під живий оркестр, бо це ще 50% додаткового драйву, — переконаний Артем Шошин. — До музичної концепції я відібрав твори, які сам дуже люблю. Це світові хіти «короля танго» Астора П'яццоллі, «Historia de un amor» Карлоса Елета Альмарана, мелодія зі стрічки «Запах жінки» Карлоса Гарделя, «La Cumparsita» Герардо Родрігеса в аранжуванні прекрасного акордеоніста В'ячеслава Самофалова. Завдяки



ФОТО НАДАНО ОРГАНІЗАТОРАМИ OPERAFEST TULCHYN

Казковий Схід, світ реальний та фантастичний, драматичні зіткнення та піднесені почуття, тонкий гумор та бешкетування — у дивовижному балеті «Тисяча і одна ніч» 9 червня о 18.00 на OPERAFEST TULCHYN

чудовим музикантам Османову і Самофалову наш балет набув більш яскравих відтінків та півтонів.

ГЕНІАЛЬНИЙ «СОБОР ПАРИЗЬКОЇ БОГОМАТЕРІ»

Краса класичного балету на OPERAFEST TULCHYN-2019 буде представлена 8 червня о 21.00. Кращі артисти Харківського національного театру Схід Орега презентують безсмертну історію кохання — балет «Собор Паризької Богоматері».

Історики і літературознавці кажуть, що свій знаменитий роман Віктор Гюго написав, захищаючи готичний храм, який його сучасники хотіли перебудувати. Проте собор вистояв, і вже більше восьми з половиною століть продовжує залишатися одним з головних символів французької столиці. А герої одного з найпопулярніших у світі літературних бестселерів живуть третє століття, у тому числі й у балеті, вперше поставленому у 1884 році на музику італійця Цезаря Пуні.

Нинішня постановка — хореографічна версія народної артистки України Євгенії Хасянової, і теж на основі балетної класики. Втім, суть сюжету, розказаного Віктором Гюго, за ці десятиліття і навіть століття майже не змінилися. Тож глядачі, як і раніше, радітимуть зустрічі з перекладеною на танець історією кохання, яке виявилось міцнішим за кам'яні мури Собору Паризької Богоматері.

СХІДНИЙ КОЛОРИТ У «ТИСЯЧА І ОДНА НІЧ»

Дев'ятого червня о 18.00 на OPERAFEST TULCHYN театр Схід Орега вразить нас одним з найяскравіших і найкрасивіших своїх балетів «Тисяча і одна ніч».

У основі лібрето — знамениті казки Шехерезади (зокрема, про пригоди Синдбада-мореплавця, про птаха Рухх, про Аладдіна і принцесу Будур, про Алі-Бабу і 40 розбійників).

— Запальна східна музика і яскраві танці роблять неповторним балетний варіант стародавньої казки. Це історія про чисте, мудре і прекрасне кохання, наповнена почуттями, переживаннями, емоціями і не позбавлена частки гумору, — розповідає арт-продюсер OPERAFEST TULCHYN-2019 Ірина Френкель. — Чарівна музика відомого азербайджанського композитора Фікрета Амірова зачаровує складною східною ритмікою, незвичайною наспівністю мелодій, класичною стрункістю. Цитуючи танцювальний фольклор арабських країн, балетмейстер Віктор Шкілько майстерно перевів його на мову класичного балету.

Більше про інші концерти OPERAFEST TULCHYN-2019 і те, як найзручніше дійти з Вінниці до Тульчина, ви можете дізнатися у інформаційному центрі фестивалю: (0432)690-025, (096) 040-66-86, вул. Театральна, 15 (1 поверх). А також на сайті moemisto.ua.

Робота

100% легальне працевл. в Чехії для чол.та жін. Безкошт.консультації. Оформл.віз Тел.:(067)369-82-33, (063)218-02-33

З вакансії, конвойна рота ГУНП. З/п від 9000. Прийом документів до 13.05. Тел.:(067)430-52-67, (073)311-74-06

Загубив-знайшов

Втрачену довідку взамін військ.квитка серія Д №3928 на ім'я Горбатий С.Ю вважати недійсною Тел.:тел. не вказаний

Sort date: 23.04.2019, №17/2019

КОРОТКО

На кладовище — безкоштовно

■ У поминальну неділю, 5 травня, автобуси безкоштовно возитимуть містян на міський цвинтар, що біля села Лука-Мелешківська. Автобуси курсуватимуть з 7.00 до 17.00.

— Транспорт відправлятиметься з площі Перемоги, а в зворотному напрямку — від АЗС на Тиврівському шосе, — зазначають у мерії. Нагадуємо, що у поминальну неділю під час курсування безкоштовних автобусів рух приватного транспорту вулицями Замостянська, Д. Нечая, Тиврівському шосе (від проспекту Коцюбинського до перехрестя Тиврівського шосе з об'їзною дорогою) буде обмежено. Якщо ж ви все-таки плануєте їхати на «проводи» автомобілем, зробити це можна через об'їзну дорогу з Немирівського шосе.

Будуть чистити притоки Бугу

■ У Вінниці показали новий земснаряд, яким розчищатимуть Південний Буг. Розчистку заплановано в межах Стрижавки та Вінниці, роботи починатимуться з верхньої точки, в Хмільницькому районі. Річку буде розчищено до її природного русла.

— Наразі земснаряд буде проводити випробувальні роботи і після завершення нерестового періоду розпочне розчистку дна. Його планують залучати до розчистки приток Південного Бугу, — сказав директор департаменту агропромислового розвитку ОДА Микола Ткачук.

ЛІТНІ ТЕНДЕНЦІЇ НА ВІКІНІ SHOW

Тренди літа ■ Минулі вихідні були гарячими для відвідувачів ТРЦ «Мегамолл», а все через показ літнього та купального одягу від брендів Anabel Arto та Tally Weijl. Моделі танцювали та дефілювали у літньому одязі та купальниках

АННА КОВАЛЬОВА, (063)5331064

Дівчата із модельної агенції «Grace», учасниці конкурсів «Mic RIA» та Mrs. Vinnytsia International танцювали під латиноамериканські мотиви. Хореографом-постановником номера був Дмитро Яровий та студія «Salsa Mafia». Під час танцю дівчат підтримували чемпіони України з брейк-дансу. Після танцювального номера на глядачів чекали яскраві виходи моделей у літньому одязі від Tally Weijl та купальниках Anabel Arto.

Tally Weijl — це повсякденний зручний одяг, який здатен підкреслити стиль та образ дівчини. У літній колекції бренду зібрані всі тренди цього сезону: комбінезони, широкі брюки, довгі широкі піджаки та білий колір, який б'є всі модні рейтинги.

Що стосується купальної моди від українського бренду Anabel Arto, то дизайнери

пропонують як яскраві відкриті купальники, так і стримані закриті. У літніх колекціях є однакові моделі для дорослих і малих дівчат. Таким чином можна скласти яскравий літній сімейний лук, який точно не буде непомітним на українських чи закордонних пляжах.

Крім того, цього сезону бренд використав сміливе рішення — купальники із оксамиту. Бренд продумав усі побажання і створив різні моделі купальників, які не деформуються при намоканні.

Ведуча Ольга Сольвар прокоментувала кожен вихід і описала колекції, які пропонують бренди. Це легкі та яскраві рішення майбутнього сезону. Ведуча не один раз наголосила, що саме у цьому літньому одязі кожна дівчина буде відчувати себе яскраво і впевнено. До речі, ведуча так само була одягнена у купальний костюм від Anabel Arto.

У перервах між показами публіку роз-



У показі взяли участь моделі агенції «Grace», учасниці конкурсів «Mic RIA» та Mrs. Vinnytsia International

важав гурт «Пан Карпо». У притаманному Гаваям стилі співак запаливав своїми хітами на пішаному подіумі. Були і приємні сюрпризи для глядачів. Усі, хто здійснив покупку в магазині Anabel Arto та Tally Weijl від 500 гривень, мали змогу зареєструвати свої чеки та взяти участь у розіграші путівки на двох до Європи

від туристичного агентства Bel Viaggio.

Захід спільно організовували ТРЦ «Мегамолл» та 20minut.ua. Допомогали організаторам Інна Цимбалюк і Катерина Просяннікова. Усі учасниці після закінчення отримали квіти від студії Helen Decor. А образи для моделей створювала студія макіяжу The Faces Make-Up&hair Studio.

РЕКЛАМА

ФУТБОЛ

ЦМС

вул. В. Винниченка, 13

1 ТРАВНЯ

15:00

ЧЕМПІОНАТ УКРАЇНИ

ДРУГА ЛІГА

23 тур

ФК "НИВА" ВІННИЦЯ

ФК "БУКОВИНА" ЧЕРНІВЦІ

Генеральний медіа-партнер:

Титульний партнер:

МІЖНАРОДНИЙ ІНВЕСТИЦІЙНИЙ БАНК

ДЕПОЗИТИ

до 16% річних
в національній валюті

до 4,5% річних
в іноземній валюті

м.Вінниця, вул. Пирогова, 39, (0432) 50-79-50, 50-79-57
вул. Лебединського, 15, (0432) 50-79-66, 50-79-65

м.Бершадь, вул. Ярослава Мудрого, 14, (04352) 2-21-58

м.Бар, вул. Героїв Майдану, 14, (04341) 2-21-32

м.Тростянець, вул. Соборна, 77, (04343) 2-25-39

www.ii-bank.com.ua

Ліцензія НБУ №242 від 15.11.2011р.

Заощаджуй на прибиранні оселі до

Великодня!

Купуй товари для прибирання, відмічені

СВЯТКОВИМ КОШИКОМ,

за найнижчими цінами у Вінниці

50%

зі знижкою до

СЕКС НА ОДНУ НІЧ. ВАРТО СПРОБУВАТИ, ЧИ КРАЩЕ НІ?

Експерименти ■ Усе в житті буває, і випадкова зустріч, і раптове бажання, що накриває з головою, і незнайомець у ліжку. Хоча, якщо чесно, то «one night stand» не завжди про пристрасть, буває, що це чистий розрахунок, заради експерименту, помсти, щоб було... Залежно від мотиву, будуть і наслідки: хтось на ранок і не згадає, а хтось довго буде лікувати і не лише серце

Безперечно, нові пригоди бадьорять, а одноразові секс-пригоди часом зривають дах. Особливо, коли тягне до незнайомої людини. Відчуваєш себе в цей момент таким собі нон-конформістом, якому плювати на думку соціуму. Нерозсудливість зашкалює від розуміння безкарності. Весь цей вибухонебезпечний коктейль підігриває бажання порушити внутрішні табу, одне з яких — секс на одну ніч. Власне, а що тут такого страшного, після однієї ночі ви знову станете незнайомцями, можливо, ніколи більше не зустрінетеся. Розуміючи це, можна дозволити собі найсміливіші фантазії, та не турбуватись про те, що в очах випадкового партнера ти здаватимешся «диваком».

Затишшя на особистому фронті і фізіологічні потреби можуть довгий час знаходитися на одній емоційній хвилі. Але приходить день, коли ти розумієш, що кохання коханням, а сексу хочеться прямо зараз. І одноразовий партнер допомагає прийти до тями, загальний тонус підвищити. Втім, такий експеримент може стати причиною апатії і навіть зануренням у депресію. Тому що секс — це все-таки близькість, найбільша з можливих. І навіть надвисока впевненість у собі не застрахує від розчарування. Жінкам особливо варто цього побоюватися, так як часто після сексу чоловік для них уже свій, практично коханий, а фактично єдиний — розчарування може бути болючим. Однак варто за-

значити, що хоч секс на одну ніч для багатьох є метою, часом він може стати причиною. Наприклад, нових стосунків, довгограючих або короткочасних.

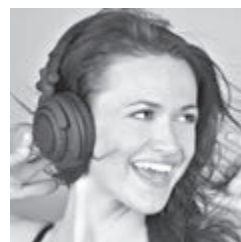
ПРИЧИНА ОДНІЄЇ НОЧІ

Захотілося і все, яка ще може бути причина, правда? Насправді не все так просто. Буває, що секс на одну ніч стається абсолютно випадково. Наприклад, ви зустріли людину, вона вам сподобалася, ви передчуваєте нову любовну історію і досить природним чином продовжуєте знайомство у ліжку. Але щось не спрацювало, секс виявився «нууу, так собі». Незважаючи на сподівання більшого — трапився секс на одну ніч.

У чоловіків ще буває так: познайомився з жінкою, перше побачення, все очікувано і передбачувано. Раптом, його накрило збудження. Причому накрило так, що і її зачепило «хвилю». Та коли дійшли до діла, чоловік розуміє, що «перетримав», бажання як прийшло, так і пішло. Через «не хочу» він якось завершує справу, але такий облом геть-чиство блокує бажання продовжувати. Знову ж таки, одноразовий секс.

Бувають (і досить часто) випадки сексу на одну ніч між гарними друзями. Вони знають одне одного вже багато часу, в принципі, симпатизують, але ніколи нічого такого, та в якийсь момент опиняються в потрібному місці, в потрібний час і з потрібним настроєм. Алкоголь в даному ви-

ПЛЮСИ І МІНУСИ «ONE NIGHT STAND» ДЛЯ ЖІНОК



ДЛЯ НАСТРОЮ

➕ Коли даєш згоду на «ніч кохання», ти розумієш, що це не серйозно, тому наступного дня думи тяжкі думати не будеш, як будувати стосунки — теж. Принаймні якщо ти доросла людина, відповідаєш за власні вчинки, навіть такі нерозважливі. Випадковий секс може стати цікавою пригодою для тебе, ну і для нього, напевне.

➖ Не можна займатися коханням, не відчуваючи кохання — це навіть з точки зору семантики абсурд. Але є експериментатори, які на це йдуть, ну і вимикають емоційну чутливість. Як наслідок — звички до чужих дотиків на рівні відчуттів можуть притупитися (рецептори стануть вимагати більш витонченої стимуляції). І коли прийде почуття, відгукнутися в повній мірі на кохані руки та вуста буде проблематично.

падку бере участь безпосередньо. На ранок «друзі» розуміють — «ну нафіг» ламати дружбу, яка склалася, заради стосунків, які не факт, що складуться.

УСЯ СІЛЬ В КОНТЕКСТІ

Загалом, секс на одну ніч ані поганою, ані гарною справою не назвеш. Усе залежить від контексту, від цілей і висновків, які ви після цієї пригоди зробите. По суті, це особистий вибір, та дівчатам до одноразового сексу варто ставитися з більш високою пересторогою. Тому що



ДЛЯ ЗДОРОВ'Я

➕ Про користь сексу говорять звідусюди, хоч це все трохи перебільшено. Проте людина, яка звикла регулярно мати статеве життя, досить важко переживає перерву. Якщо ви в списку таких «відпочиваючих», секс на одну ніч може стати для вас таким собі антидепресантом.

➖ Про необхідність захисту нагадувати не варто, це зрозуміло і так. Однак навіть презерватив не має 100% гарантії захисту. Варто пам'ятати і про хвороби, які передаються орально-статевим шляхом, це і сифіліс, і герпес, і туберкульоз. Так що на тлі всього цього небажана вагітність — найменша проблема.

чоловікам, окрім як венеричної хвороби (про це він сам повинен подумати, не маленький) і небажаного батьківства (про це теж) нічого, по суті, не загрожує. Жінці може бути дуже погано. Крім загальних з чоловічою статтю проблем (болячки або вагітність), така ніч може досить легко зламати самооцінку і поставити під загрозу особисте життя, та навіть можливість його налагодити. Небажаним чином така пригода може відзначитись і на репутації такої жінки, і соціальне життя може піти під укіс.



ДЛЯ СВОБОДИ

➕ Даний плюс схожий на виклик, він і є викликом, особливо для тієї жінки, яка звикла до власного образу «милі, ніжної і порядної». Така жінка стикається зі свого роду підлітковим протестом, вона прагне вирватися зі звичних норм і правил. Нехай лише на одну ніч, вона може відчути власні бажання, задоволення від свого тіла і тіла партнера, без оглядки, без лицемірства, без комплексів.

➖ Коли ти боїшся стосунків, ти обираєш секс на одну ніч. Виявляється, це не лише виключно чоловічий страх, жінки теж бояться брати на себе відповідальність за довгі стосунки з одним чоловіком. Звичайно, це ознака інфантилізму, хоча і про гіпервідповідальність забувати не варто. Але якщо вже котрий рік ти прикидаєш, кого б підчепити для одноразового сексу — може варто вже подорослішати.

СЕКСУАЛЬНИЙ ГОРОСКОП

НА 24-30 КВІТНЯ

ОВЕН

Тимчасове затишшя на початку тижня може змінитися до вихідних шквалом почуттів. Ваша думка може виявитися не надто об'єктивною. Не виключено, що ви себе обманюєте.

ТЕЛЕЦЬ

З'ясовуючи стосунки з коханою людиною, ви повинні вирішити для себе, розлучаєтесь ви, або все-таки спробуєте зрозуміти одне одного і зберегти ваші стосунки.

БЛИЗНЮКИ

Ви опинитеся у вирі почуттів, побачень, яскравих емоцій і романтичних переживань. У середині тижня стосунків буде бурхливим, але результат буде вартий того, ви станете ближче.

РАК

Бажання більше часу проводити одне з одним вимагає негайної реалізації, попрацюйте над цим питанням. У вівторок можлива невелика сварка. У п'ятницю стосунки можуть налагодитися.

ЛЕВ

Пора виходити з підпілля, щоб показати свою неперевершеність світу. Одягайтеся модно, посміхайтесь чарівно, і вам гарантована увага з боку протилежної статі.

ДІВА

Трохи серйозності замість легковажності вам не завадить. Саме ця якість дозволить змінити в кращий бік стосунки з коханою людиною.

ТЕРЕЗИ

Від вашої здатності не афішувати нюанси вашого особистого життя зараз безпосередньо залежить ступінь його успішності.

СКОРПІОН

У любовних стосунках вам доведеться прийняти кохану людину такою, якою вона є. Тим більше, що ви від неї у захваті. Вона вас хвилює, вас до неї тягне. І це взаємно.

СТРЕЛЕЦЬ

Ви користуєтесь успіхом, вам доведеться почути визнання в коханні, але не приймайте це серйозно, вас просто хочуть спокусити. В суботу буде вдала поїздка на природу.

КОЗЕРІГ

Вам захочеться кохання, побачень, розваг, яскравого відпочинку. І доля стане союзником вам в цьому питанні. Ймовірно романтичне знайомство або поліпшення взаємин з постійним партнером.

ВОДОЛІЙ

Ви привабливі і як завжди неповторні. Але прийшов час розібратися у ваших захопленнях. Остерігайтеся службових романів. Кілька необережних слів, і ви дасте навколишнім поживу для пліток.

РИБИ

Можете побути трохи егоїстом, але не перетинайте межу. Кохана людина виявить до вас максимум доброзичливості і терпіння, але довго терпіти образи не стане.

Коментар експерта



ВІКТОРІЯ АНДРОСОВА,
ПСИХОЛОГ:

— Найчастіше подібні пригоди трапляються в результаті спільних посиденьок з великою кількістю алкогольних напоїв. Людина розслабляється, рівень сором'язливості і збентеження помітно знижується, а тяга до експериментів збільшується. Це той самий випадок, коли «море по коліно», «після нас хоч потоп», «була

не була» та інші приказки за темою. Крім того, вірогідність, що людина (з якою у вас випадковий секс) більше ніколи не трапиться на вашому життєвому шляху, а значить, можна без зайвих хвилювань пробувати все, гальма взагалі вимикає. Начебто все добре, але де є плюси, завжди знайдуться і мінуси. Те, що партнер на одну ніч — незнайомець, наче ок. Але про стан його статевого здоров'я вам теж нічого не відомо (хоча і про знайомих таких даних у нас до-

сить часто немає). Але в більшості випадків секс на одну ніч, це наслідок п'янок, тож велика ймовірність забути про обережність та захист — наслідки зрозумілі. Ну і ще один сумний момент. Після такого сексу без зобов'язань ви можете закохатися (як правило, це жінок стосується), а на тому боці це просто пригода. Варто розуміти, що цілком можуть початися: пошуки зустрічей, болісні думки, смс, дзвінки, і все це людини, яка можливо ім'я ваше навіть не пам'ятає.

Середа, 24 квітня 2019

ГОРОСКОП

Просто читайте
QR-код камерою
Вашої мобілки та
дивіться фото!
(Має бути встанов-
лена програма QR
Reader з Андройд-
маркета
або аналогічна)

Прежде, чем что-либо предпринимать, подумайте. Очертя голову ничего делать не стоит.

вул. 600-річчя, 60



Мультигейн

ВІСЬОКІ
КОМБІКОРМИ
ТА ДОПОМІЖА
ДО РОЗВИТКУ ТА ЕКОНОМІЧНОГО
СТІМУЛЯТОРНОГО РОСТУ

**100% натуральні повнораціонні
Комбікорми та БМВД
для всіх видів тварин, птиці та риби**

**АТЛАНТИК
БРЕНДС
УКРАЇНА**





СКЛАД: вул. Максима Шимка, 54
(колишня Карла Маркса), м. Вінниця
Тел.: (067) 983-08-66

info.atlanticbrands.com.ua

ВИРОБНИЦТВО: вул. Степова, 8А, м. Миронівка,
Київська обл., 08801, Україна
Тел.: +38 (044) 230-69-60, 528-57-95, 528-57-96, Факс: +38 (044) 528-57-98

www.atlanticbrands.com.ua

449263



Якісні вікна на НАЙНОВІШОМУ обладнанні



Вікна, двері, жалюзі, ролети

вул. Київська, 16 оф. 206
вул. Айвазовського, 18 оф. 203

66-42-07, 27-79-73
(067) 236-06-92
(067) 236-15-06

+21
+10

447562

**СЛУХОВИЙ
АПАРАТ
SIEMENS**

29.06.16 по 28.06.21



- **БЕЗКОШТОВНО**
- СКРІНІНГ, ПІДБІР,**
- НАЛАШТУВАННЯ**
- **гарантія 2 роки**
- **досвід роботи 27 років**

тєл. (067) 911-95-48

Перед застосуванням мед. засоби потрібно
консультація лікаря та ознайомлення з інструкцією.

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ
ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я