

# УЖГОРОД



## В УЖГОРОДІ ВІДЗНАЧИЛИ ДЕНЬ ПАМ'ЯТІ НАШИХ ЗАХИСНИКІВ,

які загинули в боротьбі за незалежність України

Саме у цей день, 29 серпня 10 років тому, росіяни підступно розстріляли військових ЗСУ, які виходили з Іловайського оточення. Тоді загинули, потрапили у полон чи зникли безвісти багато наших захисників.

29 серпня ми згадуємо усіх наших Героїв, мужніх чоловіків та жінок, чий життя забрала боротьба за незалежність, суверенітет і територіальну цілісність України.

В Ужгороді рідні захисників, керівники області

та міста, депутати міської ради, громадськість на Пагорбі Слави поклали квіти до могил полеглих військових, які стали до оборони України із 2014 року, а потім і після повномасштабного вторгнення у 2022 році. Під синьо-жов-

тими прапорами тут спочивають уже 145 українських захисників.

Це ціна, страшна, жорстока ціна, яку платить наша країна за те, щоб бути незалежною.

**Вічна пам'ять і слава воїнам!**

## УЖГОРОД ВЖЕ ВОДИНАДЦЯТЕ ПЕРШИМ ПРИВІТАВ СПІВВІТЧИЗНИКІВ ІЗ НАЙВАЖЛИВІШИМ СВЯТОМ

«Молитвою за Україну» почали відзначати День Незалежності нашої держави в обласному центрі Закарпаття. Мистецько-патріотична акція від Заслуженого академічного Закарпатського народного хору цьогогоріч відбулася на площі Народній.



Спільна молитва вперше об'єднала українців та небайдужих людей з різних куточків світу – США, Канади, Австралії, Австрії, Польщі, Угорщини, Словаччини, Молдови, Латвії, Литви та інших.

На площу в Ужгороді

прийшли містяни, військові, представники обласної та міської влади, правоохоронних органів.

О 6-й ранку Закарпатський народний хор заспівав «Молитву за Україну», Державний Гімн, виконали й інші твори, зокрема, «Отче наш» прочитали

мовами національних спільнот, які живуть у Закарпатській області. Молилися за Україну із артистами хору представники духовенства різних конфесій.

Традицію виконання духовного гімну України під першими променями сонця

колективів започаткував у 2014 році, коли росія вторглася на українські землі і загинули перші захисники. Відтоді це атмосферне дійство щороку проводять на різних локаціях обласного центру, аби продемонструвати єдність та віру в Божу ласку.



## Рекомендації міської ради щодо обмежень швидкості руху електросамокатів в Ужгороді всі оператори запровадили від 24 серпня.

Днями у міськраді провели нараду із представниками компаній, які надають послуги із прокату електросамокатів в Ужгороді – «Bolt», «Jet» та «Vevi».

Міський голова Богдан Андрійв зазначив, що є звернення від жителів про зіткнення на дорозі із користувачами електросамокатів. Здебільшого – через рух електросамокатів на максимальній швидкості, зокрема у



## В УЖГОРОДІ ОБМЕЖИЛИ ШВИДКІСТЬ ЕЛЕКТРОСАМОКАТІВ

пішохідній зоні міста, та паркування електросамокатів, яке перешкоджає безпечному пересуванню інших учасників дорожнього руху. Міський голова попросив присутніх представників компаній зосередитися на забезпеченні безпечного використання електросамокатів, щоб зберегти комфорт усіх учасників дорожнього руху. Також Богдан Євстафійович рекомендував обмежити швидкість руху електросамокатів у місті до 20 кілометрів, а у пішохідній зоні – вул. Корзо, вул. Августина Волошина на відрізу від площі Корятовича до вул. Капітульної, у сквері Євгена Фенцика, набережній Незалежності, на площі Театральній, у пасажі – до 10 кілометрів. Пропозицію підтримав також заступник міського голови Михайло Маргіта, крім того, він рекомендує заборонити залишати електросамокати на мостах.

Варто зазначити, сторони також домовилися про основні напрями співпраці щодо розробки, встановлення та дотримання правил користування електросамокатами у місті, про що буде укладено відповідний меморандум вже незабаром.



– урочистості відбулися 23 серпня і в Ужгороді. Розпочалися вони о 9-й годині на площі Богдана Хмельницького – на найвищій флагштоку краю Національний Прапор підняв 10-річний Владислав, син полеглого Героя Юрія Щобака з Ужгородщини.

Присутні – керівники краю та міста, дипломати, представники правоохоронних та силових структур, військові, містяни приєдналися до загальнонаціональної хвилини мовчання за всіма загиблими воїнами та мирними громадянами внаслідок збройної агресії росії проти України.

«Національний прапор упродовж століть був і залишається одним з головних символів нашої державності. Сьогодні він є ознакою незламності, мужності, готовності кращих синів і доньок українського народу жертвувати собою задля збереження нашої найвищої цінності – волі. Це – символ нашої держави, він майорить над переможцями, його бояться вороги. Його повернення з нетерпінням чекають на всіх наших землях. І він неодмінно там буде», – відзначив у своєму виступі міський голова Богдан Андрійв.

Синьо-жовтий прапор, що зараз розвіюється на вулицях, над будівлями у містах і селах нашої держави, демонструє нашу незалежність, рівність із іншими європейськими країнами. Навіть саме полотно просякнуте цим сакральним значенням рівності для суспільства, адже складається з двох рівновеликих горизонтальних смуг: верхньої – синього кольору, нижньої – жовтого кольору. Рівність завжди була важливою складовою прагнень нас як народу.

Ми звикли уособлювати синій – з

## УКРАЇНА ВІДСВЯТКУВАЛА ДЕНЬ ДЕРЖАВНОГО ПРАПОРА



українським небом, а жовтий – з полем українського золотого колосся. Та зараз небо часто сіре від вибухів, а земля – червона від вогню. Але попри все,

кольори державного стягу залишаються незмінними. І доки так – Україна живе. Україна майоріє. Синьо-жовтими кольорами.

Урочисті заходи з нагоди Дня Державного Прапора України та 33-ї річниці Незалежності провели в Ужгороді і нацгвардійці.

Привітали військових керівників Закарпатської ОВА Віктор Микита, міський голова Богдан Андрійв, начальник Головного управління Нацполіції в Закарпатській області, генерал поліції третього рангу Ярослав Колесник, начальник управління патрульної поліції в Закарпатській області Валерій Найман. Кращим нацгвардійцям вручили державні нагороди, грамоти та відзнаки.

Високі державні нагороди отримали бійці військової частини 3115 Нацгвардії – зокрема, медаль «Захиснику Вітчизни» вручили гранатометнику Юрію Марченку, а відзнаку «За військову службу Україні» стрільцю Олександрові Собчуку.



Міський голова Богдан Андрійв подякував нацгвардійцям за службу, за захист України і на полі бою, боронячи державу від російських агресорів, і тут, в Ужгороді, допомагаючи забезпечувати громадський порядок. Запевнив у подальшій підтримці із боку міської влади, адже підтримка військових – пріоритет сьогодні. Також вручив військовим грамоти Ужгородської міської ради, побажав перемоги та миру.

Із концертною програмою для бійців Нацгвардії виступили студенти Академії культури і мистецтв.

## В УЖГОРОДСЬКІЙ КЛІНІЧНІЙ ЛІКАРНІ ОНОВИЛИ ХАРЧОБЛОК

Потужності підприємства дозволяють харчувати до 1500 пацієнтів на добу

У клінічній лікарні з невідкладних станів та екстреної медичної допомоги, що на вулиці Івана Коршинського (колишня вул. Олександра Грибоєдова), яка входить до складу КНП «Ужгородська міська багатопрофільна клінічна лікарня» – оновили харчоблок. Роботи профінансувало ТОВ «Кейтерінг Діннер», із яким комунальний заклад уклав договір на послуги із харчування. Для покращення якості послуг товариство придбало нове обладнання, забезпечить також спеціальний транспорт, який доставлятиме їжу у всі відділення медичного закладу.

Днями міський голова Богдан Андрійв, його заступник Іван Завидняк оглянули роботи, поспілкувалися із медичним персоналом та представником «Кейтерінг Діннер».

Міська влада продовжує системну роботу, спрямовану на підвищення якості послуг, які надають комунальні медичні заклади, а також покращення умов для перебування хворих, роботи персоналу. Зокрема, як ми інформували, на останньому засіданні виконкомом підтримали «Програму покращення харчування пацієнтів при проходженні стаціонарного лікування у КНП «Ужгородська міська багатопрофільна

клінічна лікарня» Ужгородської міської ради на 2024 – 2026 роки», її ресурсне забезпечення на наступний рік передбачене у розмірі 15 мільйонів гривень. Документ ще внесуть на розгляд депутатів на найближчій сесії міськради.

**ТОВ «Кейтерінг Діннер», яке обслуговує 4 медзаклади КНП «Ужгородська міська багатопрофільна клінічна лікарня», вже розпочало надавати послуги із харчування.**

У перший день для пацієнтів центральної міської клінічної лікарні на вул. Івана Коршинського (колишня вулиця Олександра Грибоє-

дова), лікарні планового лікування (на вул.Минайській, 71), перинатального центру (міський пологовий будинок) та дитячої лікарні приготували 560 порцій їжі. У будні готуватимуть близько 800 порцій (на вихідних хворих менше). Загалом потужності підприємства дозволяють харчувати до 1500 пацієнтів на добу.

У перший робочий день оновленого харчоблоку до лікарні навідався міський голова Богдан Андрійв, щоб подивитися, що готують пацієнтам та як вдалося організувати роботу. Проконтролювати процес харчування у дитячій лікарні прийшла і медичний директор закладу Таїсія Шуберт.



## НА 50 ТИСЯЧ ГРИВЕНЬ ПОПОВНИВ РАХУНОК ДРОНІВ ВЕЛОЗАЇЗД BIG CITY RIDE

Щиро вдячні кожному, хто узяв участь у велозаїзді Big City Ride та задонатив. Разом ми можемо багато!

Спільно нам вдається швидко і якісно закривати численні запити від наших військових. Рахунок дронів уже поповнено на 50 000 грн. З них: 42000 – внесок велоспільноти, 8000 – донати вдячності ППО.

**Разом переможемо!**



ФОТОФАКТ

У БО БФ "Гуманітарний центр "Совине гніздо" минулого тижня ВПО, зареєстровані в Ужгороді, отримали:



– 33 пакети із необхідними речами для немовлят;  
– 49 пакетів з продуктовими наборами.  
Протягом тижня волонтери видавали одяг, взуття, постільну білизну та посуд (видали 188 одиниць).  
Видачу гуманітарної допомоги здійснювали у партнерстві з PDUM Partnerschaft Deutschland-Ukraine/Moldova e. V., Luftfahrt ohne Grenzen / Wings of Help e.V., HelpAge Ukraine – Представництво HelpAge International в Україні та іншими благодійниками.

Нагадуємо, за відповідними реєстраціями для отримання допомоги стежте на сторінках центру «Совине гніздо» в телеграмі або фейсбуку. Додаткову інформацію можна отримати на офіційній сторінці <https://sovyne.com.ua/>

# ДОНЕЧЧИНА ДЯКУЄ УЖГОРОДУ ЗА ПІДТРИМКУ

Днями Ужгородська громада отримала подяку від Донецької обласної військової адміністрації за внесок у розбудову та подальше зміцнення партнерських відносин між двома регіонами.

Представник Донецької обласної військової адміністрації також передав слова вдячності від керівника ОВА Вадима Філашкіна за важливу гуманітарну та соціальну підтримку жителів Донецької області, яких, зокрема прихистив і Ужгород.

Міський голова Богдан Андрійв запевнив, що наша громада й надалі допомагатиме співвітчизникам. Ужгород – разом із Донеччиною.



## ЦЬОГОРІЧ ДО ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ УЖГОРОДА ПІДУТЬ 1378 ПЕРШОКЛАСНИКІВ

Розширене засідання колегії управління освіти Ужгородської міської ради, на якому підбили підсумки роботи закладів дошкільної та загальної середньої освіти міста у 2023/2024 навчальному році та окреслили завдання на 2024/2025 навчальний рік, відбулося цієї середи.

учнів. У 17 комунальних закладах наявні вільні місця у різних класах. Найбільшими за кількістю учнів є ліцеї №8 (1316 учнів), «Лідер» (1314 учнів) та «Імідж» (1306 учнів).

ліцеї № 3, 5, «Імідж») проводимуть освітній процес у змішаній формі. Управління освіти запропонує керівникам закладів впровадити єдину структуру навчального року у місті – з огляду на обставини та враховуючи потреби дітей.



На колегії також ішлося про виконання заходів цивільного захисту та стан утримання наявних укриттів у закладах освіти. Крім того, обговорили заходи, які проводили для запобігання та протидії булінгу, проведення моніторингу організації інклюзивного навчання дітей дошкільного віку. Обговорили й питання готовності закладів освіти Ужгорода до початку нового навчального року та виклики, із якими стикнулися керівники під час підготовки.

У 10 закладах загальної середньої освіти Ужгорода розпочинають роботу офіцери Служби освітньої безпеки, тож ішлося про основні обов'язки та очікування, а також налагодження ефективного співпраці.

У дві зміни буде проводитиметься навчання в ужгородських ліцеях №3 та №5 ім.Івана Чендея.

Відповідно до інформації від керівників, 24 заклади освіти розпочнуть навчання очно, три заклади освіти (Ужгородські



ліцеї «Перспектива», ліцеї №5 ім.Івана Чендея, ліцеї ім. В.С. Гренджі-Донського, ліцеї №7, ліцеї «Інтелект», ліцеї №12, гімназії №16, гімназії ім.Другетів, початковій школі «Пролісок».

Середня наповнюваність 2-11 класів – 30

Рідним 28-ми Героїв – воїнів 33-ї окремої механізованої бригади, які загинули під час виконання завдань у зоні бойових дій на Донеччині та Запоріжжі – вручили в Ужгороді високі нагороди.

Вшанування розпочалося м. л. б. н. м., після чого рідним Героїв вручили відзнаки командира військової частини А4447 «Орден полевого воїна».

У заході вшануван-

## В ОБЛАСНОМУ ЦЕНТРІ ВШАНУВАЛИ ЗАГИБЛИХ ВОЇНІВ 33-ОЇ ОКРЕМОЇ МЕХАНІЗОВАНОЇ БРИГАДИ



ня, який провели напередодні Дня пам'яті захисників України, також узяти участь перший заступник начальника Закарпатської ОВА Мирослав Білецький, в. о. міського голови, заступник міського голови Ужгорода Вадим Борець, заступник командира 33-ї ОМБр,



підполковник Руслан Сакало, начальник групи психологічного відбору Закарпатського ОТЦК та СП, підполковник Олександр Тельнов, військовий.

Кожна нагорода є свідченням самовідданої боротьби за свободу та незалежність України. Кожен воїн із гідністю виконував свій обов'язок громадянина, захищаючи Батьківщину до останнього подиху. Пам'ять про них житиме у наших серцях завжди...

В Ужгороді 27 серпня попрощалися із полеглим захисником – головним сержантом Мирославом Попадинцем.

Мирослав Васильович Попадинець народився 16 грудня 1978 року. Після закінчення місцевої школи продовжив навчання у ПТУ №2 Ужгорода.

Після служби в армії багато років працював на ринку Краснодонців, колеги цінували його за розум, завзятість у роботі. Тут він зустрів своє кохання – Оксану, з якою створив міцну сім'ю,

виховав прекрасну донечку Аліну.

Із початком повномасштабного вторгнення росії в Україну без вагань став на захист Батьківщини. Воював 30 місяців, навіть після поранення повернувся на фронт. 20 серпня 2024 року загинув, залишаючись до кінця вірним військовому обов'язку.

Прощалися із захисником на набережній Незалежності. Віддати шану військовому прийшли

рідні, друзі, колеги, в.о. міського голови, заступник міського голови Ужгорода Вадим Борець, секретар міської ради Ігор Чорний, військові, містяни.

Після заупокійної літургії жалобна хода пройшла до Пагорба Слави. Там Мирослава Попадинця поховали з військовими почестями.

У Героя залишилися мама, дружина, донька. Вічна пам'ять і шана захиснику!

## УЖГОРОД У ЖАЛОБІ...

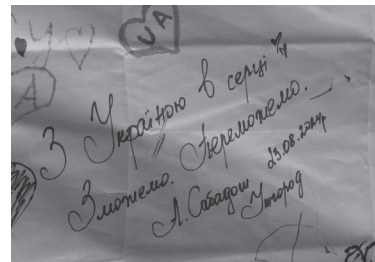
Патріотичну акцію до 33-ої річниці Незалежності провели в обласному центрі Закарпаття.

# МАРШ ВИШИВАНОК ВІДБУВСЯ В УЖГОРОДІ



Учасники ходи, яку зініціював "Рух підтримки закарпатських військових - Ужгород", зібралися на площі Народній, звідки пройшлися центральними вулицями міста до Пагорба Слави, де знайшли останнє місце спочинку полегли Герої. Дякуємо містянам і всім небайдужим, хто долучився. Дякуємо захисникам, завдяки яким можемо відзначити це свято. Вічна пам'ять і шана Героям, які віддали своє життя за свободу і незалежність нашої держави. **Слава Україні! Слава її Героям!**

# СЛОВА ВДЯЧНОСТІ – НАШИМ ЗАХИСНИКАМ



24 серпня на стіні Ужгородського ліцею ім. Т.Г.Шевченка розташували 25-метровий прапор, на якому кожен охочий міг написати слова привітання або вдячності нашим мужнім захисникам і захисницям.

# КОЖЕН ІЗ НАС НА СВОЄМУ МІСЦІ МОЖЕ ЧИНИТИ СПРОТИВ ВОРОГУ І ЗРОБИТИ СВІЙ ВНЕСОК У ПЕРЕМОГУ

– такий лейтмотив акції Підготовка до нацспротиву Закарпаття Закарпатського обласного центру підготовки населення до спротиву, який провели інструктори та випускники центру минулої суботи в Ужгороді.



До Дня Незалежності України під час показових виступів продемонстрували тактичні дії малих груп піхоти під час зустрічі з противником, а також із використанням спецзасобів на схилі річки Уж. Крім того, показали основи тактичної медицини, вогневої та інженерної підготовки. Мета Закарпатського обласного центру підготовки населення до спротиву – навчити людей захищати себе та оточення, вміти діяти у критичних ситуаціях. Важливо, щоб ворог усвідомлював, що на кожному клаптику нашої рідної землі на нього чекає тотальний спротив.

# «АФГАНЕЦЬ» – ПЕРЕМОЖЕЦЬ ФУТБОЛЬНОГО ТУРНИРУ ДО ДНЯ НЕЗАЛЕЖНОСТІ

24 серпня на штучному майданчику стадіону «Автомобіліст» з нагоди Дня Незалежності України відбувся турнір з футболу серед команд мікрорайонів Ужгорода. Участь у турнірі взяло 8 команд (понад 60 учасників): «Герза Squad», «Orbitta», «Akatsuki», «Веселка», «Пікниця», «Афганець», «Лідер», «Шахта».

Згідно регламенту команди були розділені на дві підгрупи, грали за коловою системою «кожний з кожним». Команди, які посіли у підгрупах другі місця, зустрічалися у малому фіналі за бронзові нагороди, а переможці підгруп визначали триумфатора святкового турніру. У матчі за бронзову нагороду команда «Веселка» перемогла новачка турніру, команду «Лідер», з рахунком 6:2 та замкнула трійку призерів. У фіналі футболісти з команд «Akatsuki» та «Афганець» продемонстрували усі свої чудові технічні та фізичні навички. У безкомпромісній боротьбі з рахунком 3:1 перемогу святкувала команда «Афганець», яка і стала переможцем турніру. Остаточне розташування команд набуло вигляду:

- 1 – «Афганець»
- 2 – «Akatsuki»
- 3 – «Веселка»
- 4 – «Лідер»
- 5 – «Пікниця»
- 6 – «Герза Squad»

7 – «Orbitta»  
8 – «Шахта».

Оргкомітетом турніру були визначені кращі в номінаціях: воротар – Олег Шуляковський («Афганець»); гравець – Олексій Ковальчук («Akatsuki»); бомбардир – Юрій Батлюк («Лідер»).



На церемонії нагородження усі призери та номінанти були нагороджені почесними кубками, грамотами, медалями різного ґатунку та статуетками від управління у справах культури, молоді та спорту Ужгородської міської ради (начальник Алла Чернобук).



**Із сумом повідомляємо, що за даними КП Ужгородський комбінат комунальних підприємств» від 21 по 27 серпня ПІШЛИ З ЖИТТЯ 23 УЖГОРОДЦІВ:**

Левченко Тетяна Іванівна 1955 р.н.	Дрессер Єва Матвіївна 1950 р.н.
Кадар Володимир Юрійович 1950 р.н.	Лашик Наталія Миколаївна 1977 р.н.
Медведев Валерій Юрійович 1964 р.н.	Тегза Ганна Лукашівна 1941 р.н.
Поган Ганна Іванівна 1953 р.н.	Булак Марія Іванівна 1941 р.н.
Авраменко Михайло Георгійович 1954 р.н.	Сирота Дмитро Юхимович 1962 р.н.
Гаврош Єлизавета Василівна 1933 р.н.	Анциферов Віталій Вікторович 1965 р.н.
Зинич Василь Юрійович 1951 р.н.	Химинець Любов Михайлівна 1980 р.н.
Тупиця Немля Іванівна 1937 р.н.	Віщак Олександр Імліч 1971 р.н.
Лейтерег Габрієлла Петрівна 1935 р.н.	Попадинець Мирослав Васильович 1978 р.н.
Козуб Іван Іванович 1948 р.н.	Климська Ганна Федорівна 1953 р.н.
Пахомова Ольга Володимирівна 1928 р.н.	Метельніков Сергій Володимирович 1970 р.н.
Бахтіна Ольга Павлівна 1938 р.н.	

**ХАЙ ЗЕМЛЯ ЇМ БУДЕ ПУХОМ...**

## ЯК ПОКРАЩИТИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІТЕЙ, ЩО ПЕРЕБУВАЮТЬ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ



Робоча зустріч фахівчинь із соціального захисту дітей Дитячого фонду ООН Світлани Стельмах та Марії Мосейчук, директорки ЦСПР «Джерело» Зореслави Люльчак та регіональної координаторки проєкту підвищення потенціалу громад у наданні інтегрованих соціальних послуг вразливим дітям та їхнім сім'ям у Львівській та Закарпатських областях ЦСПР «Джерело» Ірини Шемечко із директором Ужгородський міський центр соціальних служб департаменту соціалітики міськради Іваном Фленьком, а також начальницею Служби у справах дітей Мариною Арокаті відбулася днями в Ужгородській міськраді.

Обговорили, зокрема, питання, як покращити забезпечення дітей, що перебувають у складних життєвих обставинах, підвищити якість соціальних послуг шляхом залучення додаткової кількості фахівців із соціальної роботи та психологів, а також створити матеріально-технічні умови для їхньої діяльності.

### ФОТОФАКТ

Працівники управління ветеранської політики Департаменту соціальної політики Ужгородської міської ради провели днями ретрит психологічної підтримки для батьків загиблих Героїв. Ужгородці мали можливість поспілкуватися, відчувати підтримку після пережитої трагедії, відпочити та трохи відволіктись.



Дуже важливо, щоби рідні полеглих захисників не замикалися в собі, в своєму горі. Розуміємо, що на 100% це неможливо, але корисним є побути разом, поспілкуватися, зменшити рівень стресу, підтримати один одного.

Управління дякує за проведення заходу Людмилі Коханій, Ользі Руїні, ГО «Неємія», СК «Деренівська купель», ТЦ «Дастор», ГО «Асоціація пасажирських перевізників міста Ужгорода».

## ДЕЛЕГАЦІЯ УЖГОРОДСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ ВІДВІДАЛА ПОЛЬСЬКЕ МІСТО-ПОБРАТИМ КРОСНО

Заступник міського голови Іван Завидняк та начальниця управління міжнародного співробітництва та інновацій міськради Вікторія Тарахонич спільно із представниками інших міст-побратимів Кросно взяли участь у фестивалі культур прикордонних регіонів «Карпатські клімати».



Під час візиту відвідали місцеві інституції, обговорили можливості розширення міжнародного співробітництва, реалізації нових спільних проєктів та подальші кроки для зміцнення співпраці.

Дружні взаємовідносини Ужгорода і Кросно тривають від 2008 року. За цей час реалізували низку спільних проєктів у різних напрямках. А коли почалася повномасштабна війна росії проти України, польські друзі доправляли до

обласного центру Закарпаття гуманітарну допомогу, надавали прихисток українцям.

За підтримку у такі важкі для нашої країни часи Іван Завидняк подякував меру Кросно Піотру Пшитоцкі та всьому польському народу.

## МІСТО НАПОВНИЛОСЯ «МЕЛОДІЯМИ НАД УЖЕМ»

На вечорі живої музики в самому серці міста виступили талановитий гурт «Con Brio music band» та саксофоніст Дмитро Сабов. Їхня музика подарувала незабутні емоції всім присутнім.

«Con Brio music band» вразив своєю енергією та професіоналізмом, виконуючи улюблені хіти в новому звучанні. А майстерність Дмитра Сабова на саксофоні додала вечору особливої романтики та шарму, зачарувавши кожного слухача.

Захід відбувся з благодійною метою та був присвячений Дню Незалежності України. Під час нього збирали кошти на підтримку захисників, які боронять нашу країну.

Після музичного дійства глядачі насолодилися переглядом під відкритим небом українського фільму «Гуцулка Ксеня» режисерки Олени Дем'яненко, знятий за мотивами однойменної оперети Ярослава Барнича. Стрічка

переносить у чарівний світ Карпат, де романтика та традиції переплітаються в єдине ціле.

Організувало подію Управління у справах культури, молоді та спорту Ужгородської міської ради.



## ДОСВІД УПРАВЛІННЯ ВІДХОДАМИ В АВСТРІЇ ВИВЧАЛА ДЕЛЕГАЦІЯ ІЗ УЖГОРОДА

Ця країна вважається однією з найефективніших в Європі у контексті управління побутовими відходами.

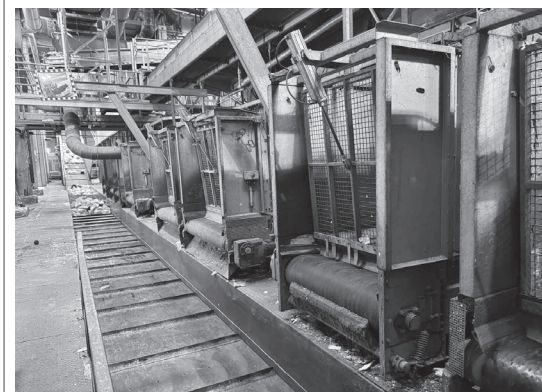
На запрошення австрійської сторони учасники відвідають кілька об'єктів – великі сміттєпереробні заводи, які успішно працюють вже понад 40 років. Зокрема, центр переробки відходів у громаді Гальбенрайн – сортувальний завод, включаючи полігон, системи очищення фільтрату та використання звалищного газу, рекульти-

вацію полігону; сортувальний завод для комерційних відходів у центрі м. Грац (роздільний збір сміття/упаковка); сортувальний завод з виробництва альтернативного палива для переробки на цементному заводі.

Міський голова Богдан Андрійів, його заступник Євген Плавайко, депутат Закарпатської обласної ради Андрій Андрійів, керуючий справами виконкому Ужгородської міської ради Василь Пинзеник, головний архітектор міста Олег Боршовський, а також голова Середнянської селищної ради Руслан Чорнак мали змогу

детальніше ознайомитись із різними технологіями переробки твердих побутових відходів, оглянули цехи із сортування сміття, станції очистки фільтрату, полігони після рекультивації.

Можливість побачити комплексне рішення проблеми з відходами та їх переробкою, вивчити досвід, який можна наслідувати, щоб вирішувати питання із твердими побутовими відходами, які є в Ужгородській міській територіальній громаді та навколишніх громад, адже полігон у Барвінку, як відомо, давно вичерпав свій ресурс – основна мета поїздки.



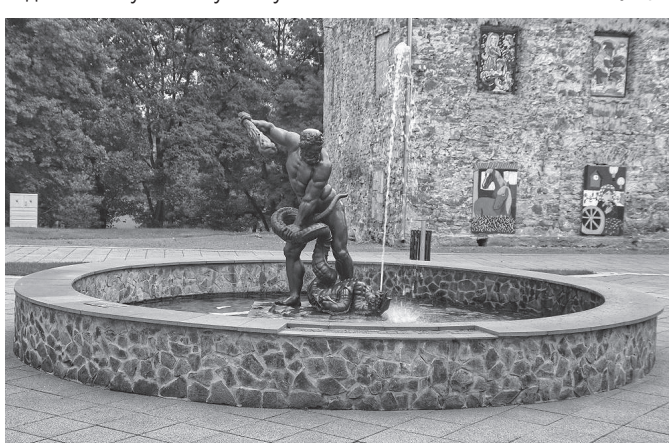


# ВТРАЧЕНИЙ УЖГОРОД: СКУЛЬПТУРА ГЕРАКЛА В ЗАМКУ

Кожен, хто бував в ужгородському замку після 1947 року, неодмінно бачив на його подвір'ї скульптуру Геракла. Не помітити його важко, адже це не маленька ужгородська мініскульптурка, а масивна чавунна фігура, яка одразу привертає увагу. Про цей музейний експонат написано чимало, однак ми все ж спробували знайти нові цікаві деталі й розповісти вам про Геракла у замку щось таке, чого ви про нього не знали.

Почнемо з того, що до 1947 року скульптуру Геракла в усіх джерелах (і угорських, і чеських) називали римським відповідником – Геркулес. Це ім'я було зазначено й на чаші фонтану, посеред якого він стояв на курорті в Ужжю. Але звідки він там з'явився – історія загадкова. Здавалося б, світло на неї міг би пролити старший брат Геркулеса, який стоїть на подвір'ї палацу Роллів у словацькому місті Сніна. Але ні – старший брат заплутує цю історію ще більше.

Снінський Геркулес є також фігурою дуже помітною, його часто називають символом міста Сніна. Палац Йозефа Ролла, на подвір'ї якого він стоїть, нині є музеєм, а скульптуру Геркулеса, що є частиною діючого фонтану, нещодавно відреставрували за 15 000 євро. За лівую ногу чавунної фігури видно надпис «W KINNE F», біля правої ноги – «VAR 1841». У нашого Геракла надписи трішки відрізняються: «W. KINNE. FEC.» і «UNGVHAR 1842», тобто він на рік молодший за свого снінського брата і є його копією. В музеї словацького міста історію їхнього Геркулеса розповідають так: нібито фігура, яка була творінням скульптора Кінне, була відлита на залізничному підприємстві Йозефа Ролла в поселенні Земплінське Гамре, зібрана австрійським майстром Йоганом Полом зі шести частин, після чого встановлена в палаці Роллів. У деяких джерелах значиться, що власник палацу Йозеф Ролл подарував цю скульптуру на день народження своїй дружині. Однак дослідники це спростовують, адже станом на 1841 рік серед живих не було вже ані Йозефа Ролла, ані його дружини. Згідно з надписом-хронівршем, вмонтованим в основу фонтанної чаші, скульптуру було виготовлено для сина Йозефа Ролла – «з лавією пану Іштвану Ролму».



Геркулес із музею міста Сніна

Снінські музейники стверджують, що на ливарні Роллів були відлиті у 1841 році три таких скульптури: одна зберігається в Сніні, друга – в Ужгороді, а місцезнаходження третьої є невідомим. То невже наш Геракл походить із Земплінської Гамри? Питання дуже дискусійне, бо чого ж тоді на ньому написано «UNGVHAR»? У місцевих газетах XIX століття, згадуючи про Геркулеса в Ужжю, автори неодмінно зазначали, що він був створений у ливарні в Тур'ї Реметах. Такої думки був і Петро Сова – ініціатор перенесення скульптури Геракла з Ужжю до Ужгорода. Він припускав, що про маленькі Тур'ї Ремети в ті часи мало хто знав, тому на виробі ставили назву центру комітату – Унгвар. А в якості прикладу наводив ливарний завод у невеличкому Фрідешеві, виробу з якого часто виходили з маркуванням «Munkács», тобто Мукачево, біля якого й діяв завод.

То де ж відлили нашого Геракла – питання, яке поки що залишається без відповіді. Можливо, скульптор В. Кінне (про якого, до слова, немає жодної інформації) спершу співпрацював із ливарнею Роллів у Земплінській Гамрі, виготовив кліше, з яких там у 1841 році відлили першого Геркулеса, а потім продав ці кліше заводу в Тур'ї Реметах, де роком

пізніше з'явився наш Геракл. Сподіваємося, колись знайдуться дані, які поставлять у цьому питанні крапки над «і».

Вперше у старих місцевих газетах згадку про нашого Геракла (чи то пак Геркулеса) вдалося знайти у 1879-му, тобто через 37 років після того, як виготовили скульптуру. В газеті «UNG» була розміщена стаття про курорт в Ужжю, де здавна хворі на нервові розлади та загальну



слабкість люди пили залізисту мінеральну воду й купалися в ній. У тій статті згадувалося, що біля одного зі входів до купальні стоїть у затінку дерев фігура залізного Геркулеса, котрий бореться з триголовим драконом і вже одну голову величезною дубиною в руках вдарив (мабуть, натяк на те, що одна з голів тоді була пошкоджена). Нібито той, хто заходив до купальні, покидав їх уже з Геркулесовою силою.

Загалом ідея встановлення нашого Геркулеса в Ужжю була куди більш доцільною, ніж ідея дарування Геркулеса власнику палацу в Сніні. Бо за нашою ідеєю є ціла маркетингова історія. В Ужжю, де здавна (але не вдалося знайти точних даних, відколи) діяв курорт, за повідомленнями в пресі XIX століття було шість природних джерел залізистої мінеральної води. Одне з джерел було особливо насичене залізом – і саме його назвали «Геркулесом». Джерело було відомим своїми цілющими властивостями, воно повертало сили ослабленому організму. Та що могло стати кращим символом для курорту, ніж оце поєднання заліза з Геркулесом в скульптурі? Є припущення, що хтось із власників курорту замовив у ливарні залізного Геркулеса, аби він втілював силу й здоров'я, був символом володікарні в Ужжю.

То що це був за заклад? Дуже старих описів його знайти не вдалося, більше інформації з'являється у пресі вже 1890-х років, коли старий курорт (на той час доволі занедбаний) купив головний лікар угорського міста Дебрецен, др. Шамуел Тігоні (Tihanyi Sámuel). Він вважав це місце дуже перспективним, незважаючи на те, що більшу частину року через важкодоступність курорт не діяв, працював лише з 1 червня до 1 вересня. У той час залізнична колія до Ужжю не доходила, закінчувалася у Нодьберезні (Великому Березному), тож не дивно, що частішими гостями курорту були мешканці Галичини.

У 1893 році газета «UNG» писала, що новий власник Шамуел Тігоні зробив курорт місцем, куди справді варто їхати за оздоровленням і дозвіллям. Санаторний комплекс мав кілька корпусів: «Корона», «Берчені», «Геркулес» тощо. Гостей зустрічав слуга корпусів, котрий мав показати вільні кімнати, аби ті могли обрати собі до вподоби. Після заселення гість мав також повідомити, в якому ресторані він буде харчуватися: в християнському чи іудейському. Кімнати у корпусі були красиві, чисті й сухі, облаштовані фігурними залізними меблями, килимами, шторами та постільною білизною. Догляд за кімнатами здійснювали три служниці. Купальне відділення було облаштоване новими порцеляновими ваннами, електричними дзвіночками для виклику персоналу та новими туалетами. Доріжки для прогулянок посилали дрібним гравієм, доглянуті зі смаком. На території була кав'ярня та зала для спільного проведення часу, де вечорами грала музика. А головне – заклад мав кваліфікованого лікаря з добре обладнаною аптекою.

«Про мінеральні джерела із залізистою водою лише те можемо сказати, що вона справді творить дива. Є тут такі пацієнти, які приїхали блідими й виснаженими, були настільки слабкі, що їх знімали з брички. А вже через кілька днів їх можна було побачити на прогулянці з усіма

ознаками відновлення здоров'я та в хорошому настрої. Холодні мінеральні води Ужжю можуть конкурувати з іншими відомими володікарнями. Заклад працює за методикою Кнайпа, пропонує також масажі», – йшлося у статті.

20 липня 1893 року Шамуел Тігоні організував відкриття оновленого курорту, на яке запросили, в першу чергу, лікарів і фармацевтів комітату Унг, а також поважні родини з обох бо-

ня двічі були пошкоджені пожежами і вже в 1907 році місцева преса писала, що купальні в Ужжю не можуть приймати й обслуговувати гостей. Наш Геракл стояв посеред запуслого парку аж до початку Першої світової війни. А в січні 1915-го Ужжю із околицями стали одними з епіцентрів Карпатської операції – жорстокого протистояння двох армій із величезною кількістю жертв. Протягом січня-квітня Ужжю було сильно пошкоджений внаслідок бойових дій. Згоріли й були розграбовані також залишки колишньої володікарні. Звісно, постраждав і Геракл: у нього були пошкоджені голова, плече, нога й сідниці.

Усі ці «рани» й досі чітко проглядаються на чавунному тілі античного героя. Якщо придивитися до його голови, то побачите чужорідну маківку, адже прибув він до ужгородського замку з технологічною діркою в голові – такою ж, як і в сусідній скульптурі Гермеса. Латка на плечі також дуже помітна, але найбільше туристів цікавить латка на лівій сідниці Геракла. Іноді екскурсоводи жартують, що пишні сідниці античного героя так активно натурали туристи, що протерли в чавуні дірку. Однак насправді дірка була пораненням, спричиненим, скоріше за все, осколком снаряда під час Першої світової війни. Хтозна, можливо це поранення не було випадковим – так могли розважатися військовослужбовці котроїсь із армій. Якщо обійти нашого Геракла, можна побачити ще одне поранення в сідниці, причому здається, що осколок так і залишився в металі. На старих фото добре видно також, що в Геракла була сильно пошкоджена права нога, однак нині це майже непомітно.

У 1947 році тодішній директор краєзнавчого музею Петро Сова ініціював перевезення скульптури Геракла з Ужжю до Ужгорода. Він дуже любив бувати в тих місцях, бачив, як занепадає скульптура і парк навколо неї, тож вважав, що на подвір'ї музею Гераклові буде краще. Тут його справді полюбили, «підлікували», зробили одним із символів музею, кілька разів проводили реконструкцію і реставрацію. Востаннє Геракла почистили й наново перефарбували у

квів Ужжюського перевалу. Після того заходу, про який багато говорили у світських колах, курорт став дуже популярним, а незабаром отримав від міністерства право називатися цілющими купальнями.

Газети писали, що курорт посеред гір був справжньою перлиною. Купальні розташовувалися внизу, біля струмка. Скупатися вранці у теплій цілющій воді в бетонних або порцелянових ваннах було справжньою насолодою. Після купання публіка йшла прогулюватися гарним парком, де під старими деревами стояли лавиці, навколо яких бігали білочка. Щодня гостям пропонували також прогулянки місцевістю: до польського кордону, до витоків джерел мінеральної води тощо. Крім того, гості мали можливість покращити здоров'я масажима й вправами у «шведському» тренажерному залі. А вечорами у залі для спільного дозвілля з терасою запалювали вогні, грали ромські музики, гості танцювали, грали в ігри, спілкувалися, часто засиджувались до ранку. Словом, веселим місцем був той санаторій в Ужжю. За літній сезон його щороку відвідували 300-350 гостей.

Повертаючись до символу курорту – нашого чавунного Геракла, ми вже згадували, що спершу він стояв на вході до купальні – приміщення, де хворі приймали ванни з мінеральною водою. Однак уже в 1890-х він був окрасою тамтешнього парку, стояв на підвищенні посеред чаші фонтану, наповненої водою. У фонтані плавали золоті рибки, яких підгодовували хлібом гості курорту, а з однієї з паш чавунної гідри виривався струмінь води. Нині ми точно знаємо, що цей струмінь бив із центральної голови гідри – саме під нею в основі скульптури є круглий отвір для підведення комунікації (так фонтан працює і в словацькій Сніні). До слова, фонтаном гідра стала неспроста – в легенді про Лернейську гідру сказано, що вона вивергала воду, якою затоплювала довколишні землі, створивши таким чином болота.

Перемога Геракла (Геркулеса) над Лернейською гідрою була другим подвигом героя античних міфів. Цей сюжет часто втілювали скульптори, однак Кінне вдалося зробити дійсно дуже гарну скульптуру. Декому нині здається, що гідра в цій композиції якась мініатюрна й геть не страшна, та це лише тому, що три голови чудовиська дуже постраждали, навіть втратили від старості майже всі зуби. Натомість у краще збереженій снінській скульптурі добре видно, що не лише Геркулес виглядає нівроку, а й гідра жахає страхіливими пашами й курячими лапами з довгими пазурами. Цікаво, що голови гідри і в нашого Геракла, і в снінського Геркулеса постраждали найбільше. Свого часу Геракла привезли до замку лише з двома головами гідри (відсутність центральної голови добре видно на старих фото). Лише через 20 років зникла голова знайшлася – житель Ужжю приніс її до музею, розказавши, що випадково знайшов її в потічку. Музей придбав у чоловіка голову гідри й приладнав на місце, хоча ший в неї досі немає. Щодо Сніни, то там трапилася загадкова історія – праву голову гідри хтось спіяв, тому під час реставрації була зроблена репліка.

Однак у цілому снінський Геркулес виглядає куди краще нашого, а все тому, що він не відчув на собі наслідків воєн. Все почалося з того, що після смерті Шамуела Тігоні його дружина в 1901 році продала володікарню в Ужжю двом підприємцям із Галичини, котрі заявили про грандіозні плани з її оновлення й розширення. Однак далі почалася смуга нещастя, приміщен-



Фото радянських часів (з колекції краєзнавчого музею), на якому видно, що Геракл прибув до замку без однієї з голів гідри. Геракл на цьому фото чомусь відіграє роль бубнаря. Видно, що поруч лежало калатало, яким можна було стукнути в барабан

2010 році. За роки, проведені на подвір'ї ужгородського замку, з'явилося навіть нове повір'я, пов'язане зі скульптурою. Оскільки Геракл в Ужжю був символом лікувального залізистого джерела мінеральної води, то він, мовляв, теж набув лікувальних властивостей. Варто лише однією рукою доторкнутися до його могутньої фігури, а іншу руку прикласти до місця, яке вас болить.

«Про Захід» Тетяна ЛІТЕРАТІ

Висловлюємо вдячність за допомогу у підготовці цієї статті завідувачу відділу новітньої історії Закарпатського обласного краєзнавчого музею ім. Т. Леґоцького Михайлу Джамману.

За довільний донат на підтримку військових усі охочі могли зробити гарні світлини в українському стилі. Традиційну благодійну патріотичну фотосесію "Рух підтримки закарпатських військових – Ужгород" провів уже вдесьте.

Три дні, включно з неділею, на набережній Незалежності працював волонтерський ярмарок. Вироби хенд-мейду, традиційні закарпатські смаколики, безпрограшна лотерея чекали на ужгородців та гостей міста. Усі зібрані кошти підуть на допомогу ЗСУ для наближення Перемоги.

# "ФОТО" ПАТРІОТА ТА ВОЛОНТЕРСЬКИЙ ЯРМАРОК

23 – 25 серпня відбулися на набережній Незалежності в Ужгороді



«Акція "Фото патріота" стартувала сьогодні в Ужгороді. Приходьте, фотографуйтеся, допомагайте збирати кошти для війська», – з такого допису почалася історія ужгородської благодійної акції «Фото патріота» далеких 10 років тому – 16 серпня 2014 року. За цей час фото на фоні українського прапора отримав чи не кожен мешканець Ужгорода. Є сім'ї, які традиційно щороку беруть участь в акції, отримуючи фото на згадку й заважаючи, як вирости за цей час діти. Дійсно, 10-річний ювілей «Фото патріота» – це ще одна болюча згадка про те, як довго вже триває російсько-українська війна. Адже ця акція розпочалася ще в пору зародження закарпатського волонтерського руху. Нині ми зібрали 10 цікавих фактів про 10 років «Фото патріота».

## 10 ФАКТІВ ПРО 10 РОКІВ «ФОТО ПАТРІОТА»

### 3. Починали з 3000 грн, дійшли до 33000 грн.

У серпні 2014 року до намету, в якому фотографували людей на тлі кольорів прапора, приходило чимало ужгородців і гостей міста. Їм пропонували залишити за фото вільний донат. Цікаво, що за 10 років суми зібраних коштів значно зросли. Так, за два перших дні проведення «Фото патріота» у 2014 році до скриньки закинули 3792 грн і 5 євро. Тоді це вважали дуже хорошим результатом, однак нині за такі кошти, звичайно, вже не можна придбати чогось вартісного. Вже в 2019 році за два дні акції «Фото патріота» волонтери зібрали 11 599 грн. А робота на сакуровій фотозоні під час благодійного фестивалю «Сакура-фест» у 2023 році за 3 дні поповнила скриньку «Руху підтримки закарпатських військових – Ужгород» на рекордних 33 175 грн.

### 4. Акція «Фото патріота» мандрувала містами й навчальними закладами.

«Фото патріота» проводили не лише в Ужгороді. Коли у столиці Закарпаття вже кожен другий мав фото на фоні прапора, волонтери вирішили розширити акцію. Так, за 10 років роботи «Фото патріота» побувало в Чопі та Мукачеві. Також на запрошення навчальних закладів фотографи-волонтери працювали в ужгородських ЗОШ № 12, ЗОШ № 19, ЗОШ № 20, Падіюні та головному навчальному корпусі УжНУ.

### 5. У 2016 році «Фото патріота» пропустило День Незалежності.

За 10 років роботи благодійна акція «Фото патріота» пропустила відзначення Дня прапора і Дня Незалежності України лише один раз – у 2016-му. Причину нині не пам'ятають вже й самі організатори. Скоріше за все, благодійні заходи тоді були скасовані через несприятливу погоду. Але це не означає, що того року акція не відбувалася взагалі, адже благодійна фотозона діяла під час фестивалів «Закарпатські фіглі» та «Парад наречених».

### 6. Найменша кількість людей, які взяли участь в акції, – 8.

Як ми вже казали, «Фото патріота» незмінно користується великою

популярністю протягом усіх 10 років. Однак був у цієї акції і провальний день. 15 вересня 2014 року фотографи облаштували фотозону в головному навчальному корпусі УжНУ. Однак сфотографуватися за вільний донат виявили бажання всього 8 студентів – інші під час перерви байдуже проходили повз. На щастя, це був єдиний раз, коли акція не знайшла належного відгуку.

### 7. Найбільша кількість учасників – близько 500.

Важко підрахувати точно, яка кількість учасників за день в середньому фотографується на фотозоні «Фото патріота». Адже є фото індивідуальні, а є й групові. Однак абсолютний рекорд був поставлений під час згаданого вже вище фестивалю «Сакура-фест» у 2023 році. Тоді фоном служила квітуча сакура на пл. Театральній, а серед реквізитів було японське кімоно з парасолькою. Протягом трьох днів фесту фотографи зробили більше 1500 фото.

### 8. Реквізити акції зростають від одного віночка до окремого намету з костюмами.

На перших акціях «Фото патріота» ужгородці фотографувалися взагалі без реквізиту. Згодом волонтери принесли один пластиковий віночок зі стрічками, в якому фотографувалися майже всі дівчата (і чоловіки іноді також). Потім, коли люди почали приходити цілеспрямовано до намету волонтерів, проявлялися фантазії: фотографувалися з песиками, на велосипедах, із кульками для петанку, в патріотичних футболках, з повітряними кульками, букетами квітів тощо. Приходили до волонтерів і наречені, і пластуни, і військовослужбовці. Однак найпопулярнішою була фотографія у вишиванці.

Першу костюмовану акцію «Фото патріота» провело на Геловін 2014



року. Але проходили такі тематичні акції доволі рідко, аж поки до ужгородських волонтерів не долучилася Валентина Васильєва – вимушена переселенка з Харкова, волонтерка зі золотими руками, неймовірно фантазією і чудовим стилем. Вона почала робити для «Фото патріота» тематичні фотозони з реквізитом, який часто займає цілий окремий намет. Цього року на День прапора і День Незалежності ужгородців чекали народні строї, прикраси, автентичний буковинський килим, прядка та багато іншого.

### 9. «Фото патріота» дарує призи за спогади

Якщо ви разом із «Фото патріота» усі ці 10 років або брали участь в акції хоча би раз, можете взяти участь у флешмобі. Опублікуйте у соцмережі Facebook світлина з фотозони за будь-який чи кілька років, доповніть спогадами, додайте хештег #фотопатріота10років та відмітьте сторінку «Фото патріота». Призи від «Руху підтримки закарпатських військових»

найбільша колекція фото та найцікавіша історія. Крім того, будуть розіграні поміж усіма, хто поділився фотоспогадами.

### 10. Цьогоріч фотозона була особливою.

Ювілейна акція «Фото патріота» відбулася 23 – 24 серпня 2024 року на набережній Незалежності. Умови ті ж, що й попередні 10 років: з відвідувачів будь-який грошовий внесок у волонтерську скриньку, з фотографів – гарна світлина. Цьогоріч фотозона була особливою: охочі могли сфотографуватися у своїй вишиванці чи будь-якому іншому одязі, а могли перевдягнутися в автентичні вишиті сорочки з різних регіонів України.



В альбомах на сторінці «Фото патріота» у Facebook збереглося чимало зображень людей, котрі, на жаль, загинули на війні, – наприклад, Віталія Постолакі



Валентина Васильєва та виготовлена нею геловінська фотозона

Тетяна ЛІТЕРАТІ "Про Захід"



## ГОРОСКОП

### ОВЕН



Доведеться переглянути життєві цінності, пріоритети. Багато що залежатиме від уміння правильно розподіляти робочий та вільний час. На вас чекає безліч приємних несподіванок і сюрпризів.

### ТЕЛЕЦЬ



Тиждень бажано прожити у спокійному режимі, а ризиковані чи складні справи, проекти, подорожі та зустрічі краще перенести на пізніший період.

### БЛИЗНЯТА



На початку тижня може статися багато несподіваного. Завдяки зростанню енергопотенціалу зможе те діяти успішніше, ніж дотепер. З'являться можливості змінити щось у своєму оточенні.

### РАК



Доведеться зіткнутися з перешкодами в досягненні цілей. Початок важливих справ і запуск значущих проєктів краще відкласти на кілька тижнів – інакше можливі зриви всіх планів та інтриги.

### ЛЕВ



Будете сконцентровані на основних фахових планах та ідеях, що дозволить вам зарекомендувати себе хорошим керівником або виконавцем. Ситуація сприяє розвитку майбутньої кар'єри.

### ДІВА



Захочете вразити всіх широкими жестами й екстремальними витівками, але, найімовірніше, оточення не оцінить вашої щедрості та винахідливості або зрозуміє вас не так. Не дозволяйте подіям розвиватися спонтанно.

### ТЕРЕЗИ



Можливі конфлікти з недоброчливцями і труднощі, викликані власними помилками або надмірно жорсткою позицією. Все це може створювати неабиякі психологічні та емоційні проблеми.

### СКОРПІОН



Несприятливий тиждень, оскільки пов'язаний з необхідністю підводити риску під минулими справами і вже непотрібними стосунками. Нерозв'язані фінансові й особисті проблеми можуть нагадати про себе.

### СТРІЛЕЦЬ



Тиждень випробуватиме вас на міцність, але ви легко здолаєте всі перешкоди. Вихідні відкриють перед вами нові можливості, будете притягувати до себе потенційних однодумців.

### КОЗОРІГ



Цей тиждень – період реалізації планів і проєктів, започаткування довгострокових справ, остаточного вирішення застарілих питань. Відчуйте себе духовно оновленими.

### ВОДОЛІЙ



Наступного тижня важливо вчасно розставити пріоритети і зрозуміти, що для вас головне, а що – другорядне. Можуть виникнути труднощі у стосунках із начальством і близькими.

### РИБИ



Багато хто буде схильним до інтенсивного спілкування і захоче переглянути свої особисті плани, зв'язки. Звільніться від неприємних обов'язків і боргів.

## АНЕКДОТИ

Якщо ви знайшли хорошу позу для сну, вам не холодно і не спекотно, комарі не дзижчать і нічого не заважає спати, то за три хвилини задзвонить будильник.

• • •

З роками список внутрішніх органів людини, яким не накажеш, значно зростає.

• • •

Корисна порада: якщо ви не знаєте, що купити дружині на день народження, скажіть їй, що ніби вже купили подарунок і запропонуйте по-відгадувати. Вона обов'язково перерахує те, що хоче.

• • •

Згідно з опитуваннями, найкрасивіші дівчата працюють продавцями нічних змін у мережі алкошопів.

• • •

МОЗ попереджає: будь-які спроби самолікування призводять до тривалого запою.

• • •

Поет – це не просто складання рим. Тут ще потрібен модний шарф.

• • •

– Яшо, ну навіщо ти купив новий

гребінець? Тобі що, нікуди вже гроші дівати?

– Соня, я тебе благаю, у старого гребінця зламався зуб.

– І ти із-за одного зуба купив новий гребінець?!

– Соня, це був передостанній зуб...

• • •

Нейромережа вже здатна малювати картини, як справжній художник, але виїхати в гори під час творчої кризи і там піти на два тижні в запії їй поки що не під силу.

• • •

– Коханий, сьогодні в мене день народження, а ти ще не зробив мені подарунок...

– Як це не зробив? Я їв твій суп на обід.

• • •

Безкоштовна медицина у нас починається з платних бахил.

А платна медицина – із безкоштовних бахил.

• • •

– Марк Давидович, я прийшов, аби попросити руку вашої Софочки!

– Яшо, не хитріть, таки забирайте вже всю.

• • •  
У нічного сторожа басейну плаваючий графік роботи

• • •

Телефонує дівчина і каже:  
– Я представник вашого оператора. Як вам якість нашого зв'язку? Алло, алло, я вас не чую!



## СЛИВА – КОРИСНІ ВЛАСТИВОСТІ І ШКОДА ФРУКТА

**Серпень-жовтень – час, коли досягає соковита, запашна слива. Крім спокусливого вигляду, цей фрукт має багато корисних властивостей і, звичайно, протипоказання до вживання.**

Зазвичай сливи мають насичений солодкий, медовий смак м'якоті, сливи бувають з легкою кислинкою або по-справжньому кислі.

### Як вибрати стиглу сливу, на що потрібно звернути увагу



На зовнішній вигляд – шкірка буде однорідною, рівний білий наліт вкаже на відмінну якість, а ось темні плями – на гниття, на запах – стиглий плід, за рідкісним винятком, буде приємно та смачно пахнути, на дотик – якщо на сливу злегка натиснути пальцем – залишиться невелика вм'ятинка.

### Слива – джерело вітамінів і мінералів

Слива багата клітковиною та фруктовими кислотами, містить рекордну кількість калію, вітаміни групи В, А, С, Е, РР, кальцій та кумарин.

### Регулярне вживання сливи забезпечить:

струнке тіло, здоров'я внутрішніх органів, чисту шкіру, що сяє, зменшення кількості зморшок та пігментації, можливість отримати рівнішу засмагу, покращення стану нігтів, густе й міцне волосся.

### Чим корисна слива

Корисні речовини сливи покращують загальний стан крові. Слива виводить надлишок рідини, тому і знижує рівень тиску. Має протизапальний ефект і в цілому цілюще впливає на здоров'я. Покращує апетит та роботу ШКТ, нормалізує обмін речовин та сприяє профілактиці запорів. Позбавляє організм від шлаків і токсинів, очищає нирки. Сприяє відтоку жовчі. Прибирає надлишок солі та рідини з організму, зменшуючи набряки. Скорочує холестеринові бляшки, зміцнює серце й судини, знижує тиск. Запобігає утворенню тромбів. Завдяки кислотам і вітамінам сливу можна використовувати для масок на обличчя.

### Сливу варто виключити з раціону:

у разі підвищеної кислотності та виразки шлунку, будь-яких захворювань ШКТ, через підвищений вміст цукру у фрукті при цукровому діабеті й ожирінні, через сечогінний ефект сливи при ревматизмі, подагрі та сечокам'яній хворобі.

За наявності гастриту та панкреатиту не в гострій формі можна з'їдати не більше 3 – 4 слив на день після основного приймання їжі. Вагітним, мамам, що годують, і малюкам варто бути обережними зі сливою, іноді і зовсім краще відмовитися, оскільки слива здатна викликати здуття живота, кишкові коліки і навіть діарею.

## 4 ВІТАМІНИ, ЯКІ ПОДОВЖУЮТЬ ЖИТТЯ

**Правильне харчування, здоровий спосіб життя й помірні фізичні навантаження є ключовими умовами для довголіття. Однак існують вітаміни, які також впливають на тривалість нашого життя. Вчені назвали їх види і продукти, де цих вітамінів міститься найбільше. Розповідаємо, які вітаміни сприяють довголіттю, і що треба їсти, щоб довго жити.**

**Вітамін К.** Науковці рекомендують додати продукти з вітаміном К у свій щоденний раціон, щоб прожити довге та активне життя. Дослідження показали, що цей вітамін допомагає активуватися білкам, які нівелюють старечі захворювання. Також вітамін К запобігає ламкості артерій та хворобам серця, покращує пам'ять і когнітивні функції, знижує ризик захворювання на рак. Найбільше цього вітаміну міститься у зелені листових овочах, бобових, шпинаті, капусті, томатах і листі кропиви. Також вітамін К є в чорносливі, винограді, ківі, інжирі й авокадо.

**Вітамін С** – потужний антиоксидант, який убиває ракові клітини та зміцнює імунітет. Цей вітамін відіграє важливу роль у зміцненні кісткової тканини, загоєнні ран та підтримці здоров'я ясен. Найбільше вітаміну С міститься у шипшині, червоному болгарському перці, петрушці, смородині, брюсельській капусті, полуниці, апельсині, лимоні, ківі та шпинаті.

**Вітамін D.** З віком імунна система починає слабшати, а вітамін D здатен її підтримувати. Також він відіграє ключову роль у засвоєнні кальцію, який зміцнює щільність кісткової тканини, яка після 50 років втрачає свою міцність і стає більш крихкою. Ще вітамін D підтримує м'язовий метаболізм, запобігаючи наростанню на тілі зайвої жирової тканини. Найбільше його міститься у таких продуктах: риб'ячому жирі, печінці тріски, оселедцеві, сьомзі, скумбрії, курячих жовтках, молоці й вершковому маслі, твердому сири.

**Вітамін А** вкрай корисний для шкіри, тому виробники косметики включають його у засоби для омолодження. Крім того, він позитивно впливає на когнітивні функції, активує роботу мозку, особливо ті його частини, які відповідають за пам'ять та засвоєння інформації. Найбільше вітаміну А містить яловича печінка, печінка тріски, сира морква, курага, вершкове масло, листові зелені овочі, зелень, сир, вершки, яйця, сметана, болгарський червоний перець та сирий гарбуз.



• Газета "Ужгород" • Засновник: ТОВ "Редакція газети "Ужгород" •  
• Видавець: ТОВ "Редакція газети "Ужгород" • Головний редактор Олексій МЕГЕЛА •

АДРЕСА: пл. Жупанатська, 3 (у дворі Художнього музею) ДЛЯ ЛИСТІВ: 88000, УЖГОРОД, пл. Жупанатська, 3.  
ТЕЛ./ФАКС: 61-63-43, 050 549 7314. E-MAIL: gazeta.uzhgorod@gmail.com

Свідоцтво про реєстрацію: №721/313Р серія 3Т від 30.01.2019. Р/р UA56 305299 00000 26005023600678  
у Приватбанку м. Ужгорода, МФО 305299, код ЄДРПОУ 25439910. Ідентифікатор медіа: R30-01427  
Номер видруковано: "А-Прінт", м. Тернопіль, тел. (0352) 52-27-37. www.a-print.com.ua.  
Тираж 1050 екз. Замовлення № 1759.

• Відповідальність за достовірність фактів, цитат, власних імен та інших відомостей несуть автори публікацій, а рекламної інформації та оголошень – рекламодавці. • Редакція може не поділяти поглядів авторів.  
• Редакція залишає за собою право редагувати матеріали.  
• Гонорар виплачується тільки за замовленими матеріалами.  
• Передплатний індекс газети "Ужгород" – 41807.