

# УЖГОРОД



## ЗАВЕРШИТИ ВІЙНУ НАДІЙНИМ І ЧЕСНИМ МИРОМ ДЛЯ ВСІХ НАС

– одна з ключових тез Плану перемоги

Міський голова Ужгорода Богдан Андрійв взяв участь у розширеному засіданні Президії Конгресу місцевих та регіональних влад при Президентові України, на якому Глава держави Володимир Зеленський представив План перемоги.



КОНГРЕС  
МІСЦЕВИХ ТА  
РЕГІОНАЛЬНИХ ВЛАД  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТОВІ  
УКРАЇНИ

– Цей важливий документ складається з п'яти пунктів – геополітичного, двох військових, економічного та безпекового – і трьох таємних додатків:

геополітичний – запрошення до НАТО;  
військовий – зміцнення оборони;  
розміщення неядерних засобів стримування;  
економічний;  
безпековий, розрахований на час після війни.



Завершити війну надійним і чесним миром для всіх нас – одна з ключових тез Плану перемоги.

Зміцнення підтримки на міжнародній арені, щоб забезпечити необхідні ресурси та політичну допомогу – безсумнівно, дуже важливий аспект. Ужгород, який має більше двох десятків міст-побратимів – у США, Китаї, Німеччині, Словаччині, Чехії, Угорщині, Хорватії, Румунії – також звернеться до партнерів із проханням про підтримку українського Плану Перемоги. Нам важлива підтримка на всіх рівнях.

Вірю, що нас почують, адже Україна сьогодні бореться не тільки за свою незалежність, територіальну цілісність, за права та свободи кожного свого громадянина, а й за збереження системи міжнародних відносин, які базуються на верховенстві права. І в цій боротьбі ми не самі, – сказав Богдан Андрійв.

## НА ПІДТРИМКУ ЗАХИСНИКІВ СПРЯМУЮТЬ ЩЕ БЛИЗЬКО 4,5 МІЛЬЙОНИ ГРИВЕНЬ ІЗ БЮДЖЕТУ УЖГОРОДА

– за це проголосували на черговій сесії міської ради

Депутати на сесії, що відбулася 24 жовтня, підтримали зміни до бюджету Ужгородської міської територіальної громади на 2024 рік, які стосуються і збільшення бюджетних призначень – зокрема, на реалізацію міських цільових програм підтримки військових.

Детально про перебіг сесії читайте на стор. 5.

Завдяки спільним зусиллям Офісу Президента і Мінреінтеграції представництво Управління Верховного комісара ООН у справах біженців повідомило про розширення допомоги проекту «Прихисток» у сумі 6,4 млн доларів США, що дає можливість продовжити фінансування проекту за вересень-грудень 2024 року.

## УВАГА: «ПРИХИСТОК» ПОВЕРТАЄТЬСЯ!

Виплати за безкоштовне розміщення ВПО відновлено!



**В**ажливо: для отримання компенсації на оплату житлово-комунальних послуг ужгородцям – власникам житла, які безкоштовно прихистили внутрішньо переміщених осіб, до 30 ЖОВТНЯ потрібно надати у ЦНАП Ужгородської міської ради заяви-підтвердження про проживання ВПО за вересень 2024 року. А з 1 до 7 листопада – за жовтень 2024 року.

**Зверніть увагу: в листопаді заяви-підтвердження за вересень не прийматимуться. Коли прийматимуть заяви в ужгородському ЦНАПі: 4 листопада – із 08:30 до 16:30; 5 листопада – із 08:30 до 16:30; 6 листопада – із 08:30 до 19:30; 7 листопада – із 08:30 до 16:30.**



## ВОЛОДИМИР ЗЕЛЕНСЬКИЙ ВІДВІДАВ УЖГОРОД

Президент Володимир Зеленський 30 жовтня приїхав з візитом на Закарпаття. В Ужгороді Глава держави зустрівся з представниками бізнесу нашої області в межах економічної платформи «Зроблено в Україні».

«Закарпаття розвивається. Через війну сюди переїхало багато людей, велика кількість релокованого бізнесу працює саме тут», – сказав Президент, і зауважив, що місцевий бізнес співпрацює з центральною та регіональною владою, а релоковані підприємства створюють робочі місця у регіоні. Володимир Зеленський також поспілкувався з підприємцями, зокрема з представниками релокованих компаній із Харкова, Мелітополя, Дніпра та Нікополя.

В Ужгороді президент Володимир Зеленський також відвідав клінічний центр, де українські захисники проходять



реабілітацію після поранень, яких зазнали в боях на Донеччині, Харківщині та в Курській області.

Президент поспілкувався з воїнами та відзначив їх державними нагородами: орденами "За мужність" III ступеня, медалями "За військову службу Україні" та "Захиснику Вітчизни".

## МИТРОПОЛИТ ЕПІФАНІЙ ЗВЕРШИВ НА ПАГОРБІ СЛАВИ ЗАУПОКІЙНУ ЛІТІЮ

Блаженніший Митрополит Київський і всієї України Епіфаній, який днями із першим візитом відвідав Закарпаття, звершив в Ужгороді на Пагорбі Слави Заупокійну літню за полеглими воїнами.

Разом із Предстоятелем Православної Церкви України молилися духовенство, рідні загиблих захисників, представники



місцевої влади, правоохоронних органів, військові, громадськість.

Присутні вшанували хвилиною мовчання пам'ять захисників і захисниць, які віддали життя у бо-

ротьбі проти російського агресора, та долучилися до спільної молитви. Заслужений академічний Закарпатський народний хор виконав Державний Гімн України.

Блаженніший Епіфаній також вручив Церковні відзнаки рідним загиблих захисників, після чого відбулася церемонія покладання квітів до меморіалу та могил воїнів.



## ПОНАД 300 СПОРТСМЕНІВ ЗІЙШЛИСЯ на міському турнірі "Великі перемоги"

Минулими вихідними на стадіоні «Авангард» Ужгородської міської ради відбувся Відкритий загальноміський турнір "Великі перемоги" серед юнаків 2013 року народження.

Захід організували громадська організація "Великі перемоги" за підтримки Управління у справах культури, молоді та спорту Ужгородської міської ради і стадіону «Авангард». 16 команд і понад 300 спортсменів зішлись у захоплюючій боротьбі, демонструючи чудову гру та незламний командний дух.

Підсумкове становище команд:

### Gold-група:

1. СДЮШОР (Ужгород)
2. ФК "Минай"
3. ДЮСШ (Мукачево)
4. ФК "Хуст"

### Silver-група:

1. СК "Сільце"
2. ФК "Мункач" (Мукачево)



3. "Сузір'я" (Свалява)
4. "Олімп" (Ужгород)

### Bronze-група:

1. ДЮСШ (Виноградів)
2. ФК "FSG" (Ужгород)
3. ДЮСШ № 1 м. Ужгород (Ужгород)
4. "Севлюш" (Виноградів)

### Prestige-група:

1. ФШ "Зінедін"
2. ФК "Середнє"
3. "ЧСП" (Іршава)
4. "Бронька" (Довге)

Кожен учасник отримав пам'ятні призи і подарунки, а чемпіони повернулись додому з кубками і медалями. Дякуємо тренерам та батькам, які підтримують юних спортсменів! Разом ми робимо можливим розвиток нових футбольних талантів. До нових перемог та зустрічей на футбольному полі.



## ДО УВАГИ ВОДІІВ – УЖГОРОДЦІВ ТА ГОСТЕЙ МІСТА!

В Ужгороді почав функціонувати новий майданчик із платного паркування на локації «пл. Корятовича – вул. Олександра Духновича»

Заплатити за паркування авто на місцях для платного паркування в Ужгороді можна через спеціальний додаток «Smart Uzhhorod», відсканувавши QR-код з інформаційної таблички або терміналу.



Також заплатити за паркування можна готівкою та картою у синіх терміналах.

**Наголошуємо:** завжди перевіряйте коректність введених даних (номер транспортного засобу та локацію, на якій знаходитесь).

**Нагадуємо:** місця для платного паркування позначені дорожньою розміткою та знаками.

**Вартість години паркування – 25 грн.**

**Плата стягується із 8:00 до 19:00 у будні, у вихідні паркування – безкоштовно. Тарифікація погодинна, перші 10 хв – безкоштовно.**

**Паркування для людей з інвалідністю – безкоштовне у відокремлених місцях.**

**Оператором платного паркування є КП «Ужгородпарксервіс».**

ФОТОФАКТ

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



– 13 пакетів із необхідними речами для дітей до 1 року;  
– 50 пакетів із засобами гігієни.  
Протягом тижня волонтери видавали одяг, взуття, постільну білизну та посуд (видали 1190 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/>

## УЖГОРОД У ЖАЛОБІ...



В Ужгороді 28 жовтня попрощалися із 25-річним захисником – головним сержантом стрілецького взводу Юрієм Вароді.

Вароді Юрій Юлійович народився 5 січня 1999 року в Ужгороді. Середню освіту здобув у Великолазівській школі Ужгородського району, після її закінчення працював лісівником.

У 2022 році, коли росія почала повномасштабне вторгнення в Україну, став на захист Батьківщини. 19 жовтня 2024 року Юрій Вароді загинув.

Чин похорону відбувся на площі Народній. Віддати шану захиснику прийшли рідні та близькі, в.о. міського голови, заступник міського голови Вадим Борець, військові, побратими, містяни.

Від головнокомандувача ЗСУ генерала Олександра Сирського зачитали пам'ятний лист на знак глибокої вдячності за жертвне служіння в лавах Збройних Сил.

Після заупокійної літургії жалобна хода пройшла до Пагорба Слави. Там Юрія Вароді поховали із військовими почестями.

У полеглого залишилися батьки, дружина та двоє дітей.

**Вічна пам'ять і шана Герою!**

## УЖГОРОДЦІ МАРІЇ МАРТИН – 100 РОКІВ!

Із поважним ювілеєм пані Марію привітав й міський голова Богдан Андрійів, побажав доброго здоров'я та Божої ласки.

Марія Андріївна Мартин народилася 30 жовтня 1924 року в селі Доробратово на Іршавщині. Працелюбна, готова завжди прийти на допомогу, небайдужа, із великим терпінням і водночас вимоглива до всіх, а до себе – насамперед. Мабуть, ця остання риса й зробила цю жінку педагогом за покликанням – так відгукуються про пані Марію колеги.

Своє життя Марія Андріївна присвятила навчанню та вихованню молоді. Загальний стаж роботи – 66 років: 46 – вчителькою німецької мови, ще 20

– старшим викладачем кафедри німецької філології УжНУ. Після виходу на пенсію не покинула педагогічну діяльність – працювала завучем у ПТУ №5, а згодом, аж до 87 років, викладала німецьку мову у ПАДІЮНІ.



Життя було Марії Андріївни непростим – їй довелося пережити роки різних політичних режимів, лихо Другої світової війни, смерть коханого чоловіка... Однак ніколи не опускала руки та не втрачала надії й оптимізму.

«Я всіх любила і мене любили, я це відчувала. Ніколи не давала привід, аби хтось на мене сердився. Намагалася зробити так, аби кожній людині було приємно зі мною. Якщо і було щось на душі, я не мала права передавати цей негатив іншим. Намагалася створювати й іншим добрий настрій. Завжди ставилася до своїх обов'язків із максимальною відповідальністю. Від роботи потрібно мати насолоду, у мене це було завжди», – розповідала про себе Марія Мартин в одному з інтерв'ю.

І нині ювілярка сповнена оптимізму, має світлий розум у такі поважні роки.

Нинішню іменинницю пам'ятають багато її вихованців. Упевнені, на її адресу лунатиме дуже багато привітань, до яких доєднаємося і ми!

## ПІДВИЩЕННЯ ЕНЕРГОЕФЕКТИВНОСТІ НАШИХ ГРОМАД

– це не лише економія коштів, але й інвестиції в майбутнє

«Підвищення енергетичної стійкості громад: проблемні питання та кращі практики» – діалоговий захід для голів територіальних громад Закарпатської відбувся в Ужгородській міській раді

Основна мета зібрання – посилити горизонтальну комунікацію між головами громад; активізувати взаємодію між керівни-



цтвом територіальних громад та представниками державних органів на обласному рівні; оновити канали та форми комунікації Програми U-LEAD з керівництвом громад; ознайомити учасників про виклики та можливості місцевого самоврядування щодо енергетичної стійкості громад.

Міський голова Ужгорода Богдан Андрійів висловив переконання, що цей діалог стане платформою для конструктивної співпраці та розвитку нових ініціатив. Побажав учасникам плідної роботи, фахових дискусій і нових ідей, які допоможуть громадам стати сильнішими, енергоефективнішими та незалежними.

Заступник керівника відділу регіональної діяльності Програми «U-LEAD з Європою» Микола Сюсько зазначив: «Енергетична стійкість є критично важливим питанням для кожної громади. Ми всі усвідомлюємо, наскільки залежні від стабільного поста-

вання енергії як у звичайний час, так і в кризових умовах. Від ефективного управління енергоресурсами залежить не тільки економічний розвиток, але й якість життя наших громадян, безпека та комфорт».

Особливо актуальним це питання є в умовах сучасних викликів. Війна, енергетична криза, глобальні зміни клімату, потреба у розвитку «зеленої» енергетики – все це вимагає від нас нових підходів до управління енергоресурсами, наголосив керівник Регіонального офісу Програми ULEAD з Європою/U-LEAD with Europe «U-LEAD з Європою» в Закар-



патській області Павло Логвінов. Закарпаття має унікальний потенціал у сфері розвитку відновлюваної енергетики. І разом, об'єднавши зусилля, ми зможемо досягти значних результатів.

Підвищення енергоефективності наших громад – це не лише про економію коштів, але

й про інвестиції в майбутнє, які забезпечують сталий розвиток регіону. Обласна влада прагне підтримувати місцеві ініціативи щодо впровадження енергоефективних технологій, адже це ключ до підвищення рівня життя в громадах, додав директор департаменту економічного та регіонального розвитку Закарпатської ОВА Тарас Триндяк.

Учасники заходу обмінялися думками щодо подальших планів для підвищення енергетичної стійкості громад, ознайомилися із інформацією про ініціативи обласної влади щодо підтримки енергоефективних заходів для територіальних громад. Йшлося також про те, як систематизувати діяльність громади для впровадження альтернативних джерел енергії, енергетичну безпеку та практичні аспекти впровадження альтернативних джерел енергії в муніципальному та приватному секторі, технічні та юридичні аспекти



впровадження альтернативних джерел енергії в громадах.

Захід організовано за підтримки Програми «U-LEAD з Європою» для посилення спроможності територіальних громад через підтримку реформ децентралізації та місцевого самоврядування.



# УЖГОРОДСЬКОМУ НАЦІОНАЛЬНОМУ УНІВЕРСИТЕТУ – 79 РОКІВ

До цієї дати найстаріший виш Закарпаття, який славиться своїми науковими досягненнями, міжнародним визнанням та високими позиціями в престижних світових рейтингах, підготував низку заходів, які проводять упродовж жовтня.

терства, проводять заходи на підтримку ЗСУ.

Із вітальним словом перед присутніми виступив ректор УжНУ, професор Володимир Смолянко. Керівництво закладу, педагогіч-



29 жовтня у Закарпатському обласному музично-драматичному театрі відбувся концерт, у програмі якого були виступи студентів та благодійний аукціон. Усі зібрані під час концерту кошти спрямують на виготовлення дронів власної розробки – з початку повномасштабного вторгнення студенти та викладачі вишу активно долучаються до волон-



ний та студентський колективи привітали голова Закарпатської облради Роман Сарай, керуючий виконкомом Ужгородської міської ради Василь Пинзеник,

директорка департаменту освіти і науки Закарпатської ОВА Мар'яна Марусинець, кращим студентам вручили грамоти і подяки.

## «ЄВРОІНТЕГРАЦІЯ УКРАЇНСЬКОЇ НАУКИ: ПРОБЛЕМИ ТА ВИКЛИКИ»

– в Ужгороді відбулася II Міжнародна науково-практична конференція проректорів із наукової роботи закладів вищої освіти

Подія зібрала у ректораті УжНУ науковців із усіх регіонів нашої країни для на-працювання бази щодо євроінтеграції української науки.



Відкрив конференцію ректор Ужгородського національного університету, професор Володимир Смолянко. Із вітальним словом виступив і міський голова Богдан Андрійів, подякував організаторам за проведення такого потужного заходу, який підвищує престиж університету, його роль у розвитку

вітчизняної науки, побажав учасникам плідної роботи.

Модерував початок конференції професор, декан факультету міжнародних економічних відносин УжНУ Микола Палінчак.

Після офіційної частини розпочали пленарні засідання, під час яких відбувався обмін досвідом, дискусії. Серед тем, які обговорювали – «Відкрита наука в світі та Україні: виклики та перспекти-

ви», особливості розвитку наукових досліджень закладів вищої освіти у складних цивілізаційних викликах, реалізація інституційних програм розвитку наукової діяльності в умовах війни (на прикладі релокованого університету), передумови до створення молодіжних стартапів у вітчизняних ЗВО, окремі проблеми правового регулювання підготовки наукових кадрів закладами вищої освіти України в контексті євроінтеграції, ментальне здоров'я українських викладачів під час війни, підготовка наукових кадрів в Україні, інтеграція закладів вищої освіти України в європейський науково-освітній простір та інші.



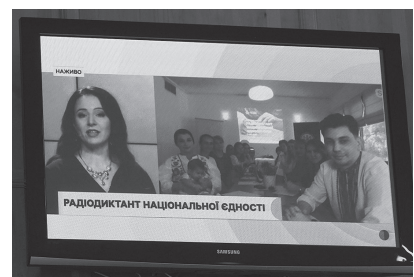
## МОВА ОБ'ЄДНУЄ ВСІХ:

працівники Ужгородської міської ради долучилися до написання традиційного Радіодиктанту національної єдності

Цьогорічний диктант мав назву «Магія слова» та був присвячений Українському Радіо, яке 16 листопада 2024 року відзначатиме своє 100-річчя.



Авторкою тексту стала Аписьменниця Оксана Забужко. Диктант зачитав письменник, музикант, нині військовий Павло Вишебаба. До щорічної традиції долучилися чимало українців та любителів української мови по всьому світу. Подія вкотре підкреслює, що українці, незалежно від обставин і викликів, залишаються єдиними у своєму прагненні берегти й розвивати рідну мову, культуру та спільні цінності.



Текст диктанту опублікували 28 жовтня на сайті «Українського Радіо» та «Суспільного», щоб охочі могли перевірити написане.

## ДО УВАГИ ТИХ, ХТО ШУКАЄ РОБОТУ!

Ужгородська міська рада тісно співпрацює з центром зайнятості, тому пропонуємо актуальні вакансії підприємств, які звернулися з проханням про допомогу в укомплектуванні кваліфікованими кадрами на вільні робочі місця:

- **продавець-консультант** – заробітна плата 8500 гривень – Консультування покупців, допомога у виборі товару, оформлення розрахунків з покупцями, ведення касової документації, виконання плану продаж, інформування постійних покупців про спеціальні пропозиції та акції магазину, забезпечення порядку в торговому залі, викладка товару (мерчендайзинг).
- **оператор поштового зв'язку** – заробітна плата 12550 гривень – Приймати та видавати поштові відправлення. Надавати фінансові послуги (прийом комунальних платежів, видача пенсій тощо). Бути готовим до вирішення нестандартних запитів наших відвідувачів. Підтримувати та розвивати відносини з клієнтами.
- **укладальник-пакувальник** – заробітна плата 8000 гривень. Пакування готової продукції, виконання обов'язків згідно посадової інструкції.
- **стропальник** – заробітна плата 14000 гривень – Стропування вантажів або спеціальних допоміжних пристосувань для проведення вантажно-розвантажувальних робіт разом з вантажопідійомним механізмом.
- різальник металу на ножицях і пресах – заробітна плата 18000 гривень. Робота на металообробних верстатах на пилах, ножівках: виконувати прямолінійне та криволінійне відрізання деталей, заготовка з листового металу за шаблоном або кресленням на пресах, прес-ножицях та гільйотинних ножицях за упором. Вміння читати креслення, користуватись вимірювальними приладами.
- **швачка** – заробітна плата 15000 гривень. Пошиття виробів із трикотажу на універсальних та спеціальних швейних машинах.
- **касир (в банку)** – заробітна плата – 17000 гривень. Знання правил ведення та обліку емісійно-касових операцій, правил зберігання грошей та цінностей, положення з проведення касових операцій, методики перевірки грошових знаків щодо фальшивості. Обслуговування фізичних осіб, відкриття рахунків, прийом комунальних платежів, обмін валют, консультування клієнтів.
- **монтажник гіпсокартонних конструкцій** – заробітна плата – 20000 гривень. Зводити міжкімнатні перегородки, обшивати готові стіни (утеплення, облагороджування), монтувати підвісні стелі (прості і багаторівневі), робити арки і різні криволінійні конструкції, інсталяційні сіни (для маскування інженерно-технічних комунікацій).

Звертайтеся до Ужгородської філії Закарпатського обласного центру зайнятості: м.Ужгород, вул. А. Новака, 45. Контактні телефони: +380508005590, +380442449486.

# НА ПІДТРИМКУ ЗАХИСНИКІВ СПРЯМУЮТЬ ЩЕ БЛИЗЬКО 4,5 МІЛЬЙОНИ ГРИВЕНЬ ІЗ БЮДЖЕТУ УЖГОРОДА

– за це проголосували на черговій сесії міської ради

Депутати на сесії, що відбулася 24 жовтня, підтримали зміни до бюджету Ужгородської міської територіальної громади на 2024 рік, які стосуються і збільшення бюджетних призначень – зокрема, на реалізацію міських цільових програм підтримки військових.

**К**рім того, ще майже 1,5 мільйона гривень спрямують із бюджету нашої громади на виплату одноразової матеріальної допомоги членам сімей загиблих захисників України, на надання матеріальної допомоги для вирішення соціально-побутових питань членам сімей загиблих захисників та за надання матеріальної допомоги представникам сімей військовополонених та безвісти відсутніх захисників. Таке рішення підтримали 24 жовтня на черговій сесії Ужгородської міської ради.



Івана Ольбрахта, Академіка Шпеника, Ботанічною набережною та площею Євгена Фенцика», а також «Детальний план території, обмеженої вулицями

(район очисних споруд).

Підтримали внесення змін до детального плану території, обмеженої Слов'янською набережною, площею Богдана Хмельницького, вулицями Дмитра Донського, Вілмоша Ковача, Володимирською, проспектом Свободи, вулицями Перемоги, Лайоша Кошута та Леоніда Говорова, а також детального плану території, обмеженої вулицями Андрія Бачинського, Другетів, Міклоша Берчені та провулком Приютським.

Б у р х л и в и м и оплесками, із вдяч-

життєву позицію, пропагувала здоровий спосіб життя.

Бажаємо Вам, Маріє Іванівно, міцного здоров'я, нових приємних захоплень та занять до душі! Нехай енергія і хороший настрій не покидають, бажаємо зберігати притаманний Вам оптимізм, насолоджуватися кожною миттю життя!

Грамоти Ужгородської міської ради перед початком роботи сесії міський голова Богдан Андрій в вручив і двом юним ужгородкам:

– дворазовій срібній призерці чемпіонату світу серед дорослих та юніорів до 18 років із сумо у вазі понад 75 кг (м. Кротошин, Польща) Валентині Лещинській – за високий професіоналізм та вагомий внесок



Також майже три сотні ужгородців за рішенням сесії отримають матеріальну допомогу у зв'язку з важкими матеріальними обставинами та потребою значних коштів на лікування та реабілітацію. Із бюджету міста на ці видатки спрямують понад 1,1 мільйон гривень.

Розглянули на черговій сесії міської ради й низку містобудівної документації. Так, затвердили містобудівну документацію «Детальний план території, обмеженої вулицями Михайла Грушевського, Олександра По-



падинця, Мора Йокаї та Марії Заньковецької».

Ухвалили проєкт рішення, щоб розробити «Детальний план території, обмеженої вулицями Августина Волошина,

Михайла Грушевського, Мотрі Братійчук (Челюскінців), Академіка Корольова, Героїв 128-ї бригади (8-го Березня».

Проголосували також за розробку проєктів внесення змін до детальних планів – території, обмеженої вулицями Уні-

верситетською, Кошицькою та територією житлового комплексу «5 Авеню»; території, обмеженої вулицями Єньківською, Загорською та Степана Фодора

ністю та пошаною провели на заслужений відпочинок Марію Забруцьку, чемпіонку України з велосипедного спорту, майстра спорту радянського союзу – перед початком роботи сесії міськради грамоту Ужгородської міської ради їй вручив міський голова Богдан Андрій.



Пані Марія сумлінно і віддано пропрацювала на стадіоні «Авангард» Ужгородської міської ради понад 40 років, зробила вагомий внесок у розвиток фізичної культури і спорту в Ужгороді, мала завжди активну

у розвиток фізичної культури і спорту в Ужгороді;

– учениці 9-Д класу Ужгородського ліцею ім. В. С. Гренджі-Донського Олександрі Гапоненко – за активну громадянську позицію, високі особисті досягнення у навчанні, перемогу на Всеукраїнському етапі та здобуття почесної відзнаки на Міжнародному етапі «Олімпіади геніїв».



Щиро вітаємо і пишаємося!

## О Н О В Л Е Н И Й Д И Т Я Ч И Й П Р О С Т І Р В І Д К Р И Л И В У Ж Г О Р О Д І



Майданчик на площі Богдана Хмельницького, 3 не тільки відремонтували, а й зробили його інклюзивним, встановивши ігрові елементи для дітей з інвалідністю. Також завдяки проведеній реконструкції замінили старий настил на травмобезпечне гумове покриття, закупили нові гойдалки та ігрові елементи.

Роботи вдалося провести у межах грантового проєкту «Створення інклюзивно-інтеграційного безпечного дитячого відкритого простору у м. Ужгород», який реалізується за технічного адміністрування ІСАР Єднання та сприяння Програми розвитку ООН (UNDP) в Україні за фінансової підтримки ЄС в межах проєкту «EU4Recovery – Розширення можливостей громад в Україні».

Як ми інформували, на початку року відбувся конкурс проєктів – ідейтон «Створи свій Ужгород. Інтегрований, інклюзивний, безпечний», його реалізовували Ужгородська міська рада з ініціативи Координаційної ради з питань ВПО у місті Ужгороді спільно з БФ «Центр громадських ініціатив», УжНУ за фінансової підтримки

UNDP Ukraine / ПРООН в Україні та МБО «СОС Дитячі містечка». Одним із 7 проєктів-переможців став проєкт реконструкції дитячого майданчика на пл. Богдана Хмельницького, який подала Карпатська агенція прав людини «ВЕСТЕД», розповіла керівниця агенції, професорка УжНУ Марія Менджул.

Міський голова Богдан Андрій подякував усім, хто долучився до оновлення майданчика, який є чи не найбільш відвідуваним в Ужгороді, зокрема громадським та міжнародним організаціям, додав, що міська рада долучилася до співфінансування робіт. Загальна ж вартість робіт – 800 тисяч гривень.

Прийшли на відкриття оновленого майданчика та оглянули проведені роботи заступники міського голови Євген Плавайко та Михайло Маргіта, представники департаменту міської інфраструктури й управління економічного розвитку міста.

Подія зібрала багато дітей та їхніх батьків, малеча із захопленням випробувала нові гойдалки та інші ігрові зони. Також для малечі підготували різні активності, провели майстер-класи, пригощали солодкою ватою та розважали захопливим бульбашковим шоу від МБО «БФ СОС Дитячі Містечка» Україна.



“Втрачений Ужгород” уже писав про представників багатьох професій, котрі жили і працювали у місті міжвоєнних часів. Нині же ми покажемо унікальні фотографії людини, котра, ймовірно, привезла до чехословацького Ужгорода моду на хутро. Йдеться про чеха Яна Пацека – власника єдиного у всій Підкарпатській Русі хутряного заводу.

В адресарі (адресній книжці) за 1924 рік на одній з перших сторінок є велика реклама цього заводу. На ній зображений ведмідь (судячи з підпису, малюнок виготовлений відомим на той час міським фотографом Башею) та тримовний текст. Реклама знайомила: “Перший та єдиний фаховий кожушний завод в цілій Підкарпатській Русі. Виготовляє кожухи, дамські кожушні “накриття” (очевидно, хутряні накидки) найновішої моди, приймає вироби на перешивання. Власний виріб спортивних та уніформових шапок. Добра обслуга. Дешеві ціни”.

Ми говоримо, що реклама ця знайомила ужгородців з Яном Пацеком через те, що точно знаємо: він не був корінним ужгородцем, а до міста приїхав на початку 1920-х років. Звісно, те що він називав хутряним заводом, було радше майстернею з крамницею. У 1924-му, судячи з реклами в адресарі, виробництво працювало на вулиці Радванській біля “мита”. Нині це вулиця Мукачівська, а орієнтир “біля мита” означає, що магазин працював на самому кінці вулиці, адже саме там, на в'їзді до міста з боку Мукачева, в ті роки стояв митний і карантинний пост зі шлагбаумом.

Нам невідомо, з якої частини Чехії приїхав до Ужгорода Ян Пацек. Знаємо лише, що до міста він прибув у молодому віці разом з юною дружиною Міладою – чешкою з Брна. Справи у молодого подружжя в місті пішли добре, незабаром вони змогли придбати земельний наділ на нинішній вулиці Вузькій і звести добротний двоповерховий будинок, який там



стоїть донині. Тут же у Пацеків народилося троє синів, однак один із них помер у ранньому віці.

На жаль, сімейне життя подружжя Пацеків не склалося. На початку 1930-х років вони розлучилися. Ян Пацек повернувся до Чехії, а Мілада разом з дітьми залишилася в Ужгороді. Саме її діти від другого шлюбу і поділилися з нами фотографіями зі сімейного архіву подружжя Пацеків. Ці світлинки є напроцуд цікавими, адже з них можемо довідатися про те, як виглядала крамниця Яна Пацека і зовні, і зсередини.

Щодо зовнішнього вигляду, то на одній зі світлин бачимо магазин вже у ті часи, коли він



працював на вулиці Е. Самовольського (нині це частина вулиці Ракоці від скверу Героїв Майдану до площі Жупанатської). З адресарів пізніших років бачимо, що вже у 1930-му крамниця Пацека працювала на вулиці Самовольського, 7. На фото видно ряд одноповерхових будівель з магазинами, на місці яких нині височить торговельний центр «Паннонія».

ляє спортивні та уніформові шапки? Очевидно, на полицях саме вони і є.

А наступна світлина, виготовлена відомим фотографом Кантором, готувалася для чергової реклами хутряної продукції Пацека. Вона мала на меті показати, як у крамниці доглядають за своїми виробами. Ян Пацек (на фото – зліва) якимось дивним інструментом,

## ВТРАЧЕНИЙ УЖГОРОД: КРАМНИЦЯ КУШНІРА ЯНА ПАЦЕКА

На іншому фото фасад крамниці Яна Пацека видно краще. Велика вивіска, намальовані обабіч вітрини і

вхідних дверей елегантні дами, зразки хутра у вітрині, а поруч – салон дамських мод. Схоже на те, що цей ряд крамничок просто таки мав усіх жінок міжвоєнного Ужгорода. Цікаво і те, що на світлинці ми можемо бачити самого власника магазину Яна Пацека з дружиною і дитиною.

Далі – ще цікавіше, бо діти Мілади Пацека зберегли і світлинку з внутрішнім виглядом хутряної майстерні та крамниці. Ось Ян Пацек у білому, наче в лікаря, халаті сидить за своїм робочим столом. Поруч нього можна побачити викладені зразки хутра, а на полицях стоять готові кашкети, схожі на військові або залізничні. Останнє й не дивно, якщо пригадати рекламу, з якої ми починали цю статтю. Пам'ятаєте, ще у 1924-му Пацек у рекламі окремо зазначав, що виготов-

První a jediný odborný  
kožešnický závod  
v celé Podkarpatské Rusi

**J. PASEK UŽHOROD**  
Radvanská ul. 73. (u „mýta“)

**Veškeré kožešiny, damské kožešínové pláště dle  
nejnovější módy zhotovují a přepravky přijímám.**

**Vlastní výroba čepic sportovních i stejnošrotových.**

**Solidní obsluha!** **Levné ceny!**

Перший и единственный фаховый кожушний заводъ въ цѣлой Подкарпатской Руси

**И. ПАЦЕКЪ**  
УЖГОРОДЪ  
ул. Радванска ч. 73. (при мýтѣ)

Изготовляет кожухи, дамские кожушные покрытия послѣ новейшей моды и принимает переробления.

Собственный вырôбъ шпортовныхъ и унIFORMовыхъ шапокъ.

Добра обслуга! Дешевы цѣны! Kítűnô kiszôgálás! Olcsô árak!

Еlsô és egyedűll szakaszűű szôrmeárukészítô intézet az egész Podkarpatska Rusban

**J. PASEK**  
UŽHOROD  
Radvancz-utca 73. (Vám mellett)

Készít mindenféle szôrmeárukat, nôi szôrmeakôpnyegeket a legujabb divat szerint. Elvállal átdôlgozásokat.

Készít sport- és egyenruha sapkákat.

**HERMELIN**  
úřchova kožešín  
/zôrme condozás/

**PASEK**

схожим на вінчик міксера, очевидно, піднімає шерстинки, а його помічник тим часом пилює хутро, очищаючи його від пилу.

Останні згадки про крамницю Яна Пацека ми знайшли в адресарах за 1937 рік. До слова, на той час в Ужгороді працювали вже десять магазинів, у яких продавали хутро: Лазар Апфельдорф та Мендель Лахманович мали крамнички на вулиці Рашина (нині – Корзо), Ігнац Ерліх та Мі-

кулаш Елфер – на Казинці (це частина Корзо від вулиці О. Духновича до “хреста”), Малі Фельдман торгувала хутром на набережній Рошковица (нині – набережна Незалежності), Етель Грос – на вулиці А. Добрянського, Мілош Гривняк мав крамничку на вулиці Под Копецком (нині – Підгірній), Дежо Ковач торгував на Фенциковій площі, а Олександр Туссай – на площі Жатковича (нині це перехрестя на узвишші площі Жупанатської, вулиць Підгірної та Собранецької біля 30Ш № 4).

Мабуть, остаточно Ян Пацек вивіз свій бізнес з Ужгорода у наступні роки, коли місто стало угорським. Весь цей час кушнір підтримував зв'язки зі своїми синами, не забував про них. Вони навіть переїхали жити до батька, коли стали дорослими.

Про Міладу та її нову сім'ю “Втрачений Ужгород” розкаже вам вже наступного разу. Повірте, це також дуже цікава історія, адже другим чоловіком цієї гарної жінки став творець ужгородського пішохідного мосту Ганс (Янош, Ян, Іван) Шлезінгер.

Тетяна ЛІТЕРАТІ  
“Про Захід”

**Додаток 3**  
до Порядку передачі документації для надання висновку з оцінки впливу на довкілля та фінансування оцінки впливу на довкілля

**Дата:**  
(дата офіційного опублікування в Єдиному реєстрі з оцінки впливу на довкілля (автоматично генерується програмними засобами ведення Реєстру, не зазначається суб'єктом господарювання)

**Реєстраційний номер 9591**  
(реєстраційний номер справи про оцінку впливу на довкілля планованої діяльності)

**ОГОЛОШЕННЯ про початок громадського обговорення звіту з оцінки впливу на довкілля**

Повідомляємо про початок громадського обговорення звіту з оцінки впливу на довкілля планованої діяльності, зазначеної у пункті 1 цього оголошення, з метою виявлення, збирання та врахування зауважень і пропозицій громадськості до планованої діяльності.

**1. Планована діяльність**

Об'єктом планованої діяльності є видобування корисної копалини на Королівському родовищі андезитів Виробничим підрозділом «Королівський кар'єр» Філії «Центр управління промисловістю» Акціонерного товариства «Українська залізниця». Метою планованої діяльності є видобування незмінних та порушених вивітряннями андезитів в якості сировини для виробництва щебеню будівельного та каменю побутового, а також щебеню для баластного шару залізничної колії. Загальна технологічна схема виробництва включає такі етапи:

**3. Уповноважений орган, який забезпечує проведення громадського обговорення**

Міністерство захисту довкілля та природних ресурсів України вул. Митрополита В.Липківського, 35 м. Київ, 03035 OVD@mepr.gov.ua (044) 206-31-40, (044) 206-31-50 Грицак Олена Анатоліївна (найменування уповноваженого органу, місцезнаходження, номер телефону та контактна особа)

**4. Процедура прийняття рішення про провадження планованої діяльності та орган, який розглядатиме результати оцінки впливу на довкілля**

Висновок з оцінки впливу на довкілля про допустимість провадження планованої діяльності Міністерство захисту довкілля та природних ресурсів України Закон України «Про оцінку впливу на довкілля» (вид рішення про провадження планованої діяльності, орган, уповноважений його видавати нормативний документ, що передбачає його видачу)

**5. Строки, тривалість та порядок громадського обговорення звіту з оцінки впливу на довкілля, включаючи інформацію про час і місце усіх запланованих громадських слухань**

Тривалість громадського обговорення становить 25 робочих днів з моменту офіційного опублікування цього оголошення (зазначається у назві оголошення) та надання громадськості доступу до звіту з оцінки впливу на довкілля та іншої додаткової інформації, визначеної суб'єктом господарювання, що передається для видачі висновку з оцінки впливу на довкілля. Протягом усього строку громадського обговорення громадськість має право подавати будь-які зауваження або пропозиції, які, на її думку, стосуються плано-

крупності на фракції і складування у відкриті конусні склади. Відвантаження готової продукції споживачам здійснюється в автотранспорт та залізничний транспорт. Полив водою автодоріг проводиться поливочною машиною. Водовідлив кар'єрних вод з зумпфа здійснюється насосною установкою. Після відпрацювання кар'єру буде проведено затоплення кар'єрного поля. Площа видобування відповідно Спеціального дозволу на користування надрами – 30,1 га; площа гірничого відводу відповідно Акту гірничого відводу – 34,36 га. Загальна кількість запасів корисної копалини – 10973,4 тис. м<sup>3</sup>, річна потужність кар'єру по корисній копалині – 180 тис. м<sup>3</sup>, по породах розкрити – 22,3 тис. м<sup>3</sup>, річний випуск продукції – 271,5 тис.м<sup>3</sup>. (загальні технічні характеристики, у тому числі параметри планованої діяльності (потужність, довжина, площа, обсяг виробництва тощо), місце провадження планованої діяльності)

**2. Суб'єкт господарювання АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО "УКРАЇНСКА ЗАЛІЗНИЦЯ" 40075815**

(повне найменування юридичної особи, код згідно з ЄДРПОУ або прізвище, ім'я та по батькові фізичної особи – підприємця, ідентифікаційний код або серія та номер паспорта (для фізичних осіб, які через свої релігійні переконання відмовляються від прийняття реєстраційного номера облікової картки платника податків та офіційно повідомили про це відповідному контролюючому органу і мають відмітку у паспорті)

Україна, 03150, місто Київ, вулиця Єжи Гедройця, будинок 5 місцезнаходження юридичної особи або місце провадження діяльності фізичної особи – підприємця (поштовий індекс, адреса), контактний номер телефону)

ваної діяльності, без необхідності їх обґрунтування. Зауваження та пропозиції можуть подаватися в письмовій формі (у тому числі в електронному вигляді) та усно під час громадських слухань із внесенням до протоколу громадських слухань. Пропозиції, надані після встановленого строку, не розглядаються.

У період воєнного стану в Україні громадські слухання проводяться у режимі відеоконференції, про що зазначається в оголошенні про початок громадського обговорення звіту з оцінки впливу на довкілля та у звіті про громадське обговорення

**Громадські слухання відбудуться**

1 Дата та час: 25.11.2024 12:00;

Лінк: <https://mepr.webex.com/mepr-ru/j.php?MTID=m7b29901ea49dbfbc45ee10934a02c0ae> Номер наради: 2377 993 9898 Пароль: e68BNAk48RS;

(зазначити дату, час, місце та адресу проведення громадських слухань)

**6. Уповноважений центральний орган або уповноважений територіальний орган, що забезпечує доступ до звіту з оцінки впливу на довкілля та іншої доступної інформації щодо планованої діяльності**

Міністерство захисту довкілля та природних ресурсів України вул. Митрополита В.Липківського, 35 м. Київ, 03035 OVD@mepr.gov.ua (044) 206-31-40, (044) 206-31-50 Грицак Олена Анатоліївна (зазначити найменування органу, місцезнаходження, номер телефону та контактну особу)

**7. Уповноважений центральний орган або уповноважений територіальний орган, до якого надаються зауваження і пропозиції, та строки надання зауважень і пропозицій**

Міністерство захисту довкілля та природних ресурсів України вул. Митрополита В.Липківського, 35 м. Київ, 03035 OVD@mepr.gov.ua (044) 206-31-40, (044) 206-31-50 Грицак Олена Анатоліївна (зазначити найменування органу, поштову та електронну адресу, номер телефону та контактну особу)

Зауваження і пропозиції приймаються протягом усього строку громадського обговорення, зазначеного в абзаці другому пункту 5 цього оголошення.

**8. Наявна екологічна інформація щодо планованої діяльності**

Звіт з оцінки впливу на довкілля планованої діяльності на 475 аркушах.

(зазначити усі інші матеріали, надані на розгляд громадськості)

(зазначити іншу екологічну інформацію, що стосується планованої діяльності)

**9. Місце (місця) розміщення звіту з оцінки впливу на довкілля та іншої додаткової інформації (відмінне від приміщення, зазначеного у пункті 6 цього оголошення), а також час, з якого громадськість може ознайомитися з ними**

ВП «Королівський кар'єр» Філії «Центр управління промисловістю» АТ «Українська залізниця», Закарпатська обл., Берегівський р-н, с. Веряця, вул. Карпатської Січі, б/н, Світлик Сергій Федорович – 04.11.2024 р.; Королівська громада, 90332, Закарпатська обл., Берегівський р-н, смт Королево, вул.Центральна, 50, Чейпеш Антон Павлович – 04.11.2024 р. (найменування підприємства, установи, організації, місцезнаходження, дата, з якої громадськість може ознайомитися з документами, контактна особа)

(Додаток 3 із змінами, внесеними згідно з Постановою КМ № 824 від 14.09.2020, № 967 від 08.09.2023)

**ДЕ ШУКАТИ ПІДТРИМКИ ЛЮДИНИ З ІНВАЛІДНІСТЮ, ВИПУСКНИКАМ ІНТЕРНАТІВ АБО БАТЬКАМ, В ЯКИХ НАРОДИЛАСЯ ДИТИНА З ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ?**

**Фахову допомогу можна отримати за місцем реєстрації об'єкта. Йдеться про соціальні послуги, які можна отримати, звернувшись з усною чи письмовою заявою до однієї з установ: департамент соціальної політики Ужгородської міської ради; центру надання адміністративних послуг (ЦНАП) Ужгородської міської ради; Ужгородський міський центр соціальних служб.**



Це може зробити як сама людина, яка потребує допомоги, так і її родичі або законні представники.

Які документи потрібні? Паспорт та ідентифікаційний код. Можуть знадобитися додаткові документи залежно від виду соціальної послуги. Для людини з інвалідністю або порушеннями розвитку – медичні висновки, для сім'ї усиновителів чи піклувальників – рішення органу опіки або суду.

Фахівці впродовж 10 днів оцінять потреби людини, уточнять усі необхідні деталі, наприклад, залучать психологів.

Публікація підготовлена в рамках проекту, що реалізується Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ) разом із Львівським центром соціальних послуг і реабілітації «Джерело» за фінансової підтримки Федерального міністерства економічного співробітництва і розвитку Німеччини (BMZ) через державний банк розвитку KfW в рамках національної програми ЮНІСЕФ «Кращий погляд для кожної дитини».

Інформація – з офіційного сайту Ужгородської міської ради

**ОГОЛОШЕННЯ**

- **ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ** Посвідчення дитини з багатодітної сім'ї, видане Управлінням соціального захисту населення Ужгородської РДА на ім'я Дяченко Корнелія Сергіївна (09.10.2011 р.н.).
- **ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ** Посвідчення дитини з багатодітної сім'ї, видане Управлінням соціального захисту населення Ужгородської РДА на ім'я Дяченко Дарія Сергіївна (08.10.2006 р.н.).
- **ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ** у зв'язку з втратою оригіналу Атестації про повну загальну середню освіту АН 38157262, виданий 28 травня 2010 р. Северодонецьким багатопрофільним ліцеєм Северодонецької міської ради Луганської області на ім'я Антонової Юлії Сергіївни.

**ДО УВАГИ! Ужгородська міська рада повідомляє, що Закарпатським окружним адміністративним судом відкрито провадження у справі № 260/6605/24 за позовом Лейко Е. П. до Ужгородської міської ради про визнання протиправним та нечинним рішення LVII сесії Ужгородської міської ради VIII скликання від 08.08.2024 року № 1904 «Про затвердження містобудівної документації». Судове засідання відбудеться 14.11.2024 року о 09.00 год. у приміщенні Закарпатського окружного адміністративного суду (м. Ужгород, пл. Б. Хмельницького, 21, гол. суддя Дору Ю. Ю.).**

**Із сумом повідомляємо, що за даними КП Ужгородський комбінат комунальних підприємств від 23 по 29 жовтня ПІШЛИ З ЖИТТЯ 16 УЖГОРОДЦІВ:**

- Скляр Тетяна Анатоліївна 1949 р.н.
- Богдан Віктор Вікторович 1954 р.н.
- Сизранов Василь Акімович 1950 р.н.
- Балко Іван Іванович 1961 р.н.
- Філіп Олександр Іванович 1940 р.н.
- Дудаш Терезія Деметерівна 1940 р.н.
- Штефаньо Лідія Василівна 1944 р.н.
- Суханова Оксана Олександрівна 1968 р.н.
- Вароді Юрій Юлійович 1999 р.н.
- Дулас Святослав Іванович 1941 р.н.
- Трефілов Роберт Валерійович 1982 р.н.
- Шпонтар Артур Михайлович 1959 р.н.
- Гудюк Наталія Арпадівна 1978 р.н.
- Логойда Марія Андріївна 1945 р.н.
- Дригола Валентина Іванівна 1941 р.н.
- Митровка Олена Петрівна 1946 р.н.

**ХАЙ ЗЕМЛЯ ЇМ БУДЕ ПУХОМ...**



## ГОРОСКОП

### ОВЕН



Буде складно розібратися, знайти правильне рішення і в побуті, й на роботі. Зате в результаті з'явиться шанс мати хорошого друга чи тямущого колегу.

### ТЕЛЕЦЬ



Зорі всебічно сприятимуть, підсилять вашу привабливість. Якщо ви самотні, довіртеся інтуїції, а не примхам, і тоді наступного тижня з'явиться шанс зустріти любов усього життя.

### БЛИЗНЯТА



Тиждень буде насичений емоційними моментами, які залишаться в пам'яті назавжди, а спілкування з колегами стане відвертшим, дружнім та плідним.

### РАК



Ваш внутрішній світ стане багатшим, ви наблизитеся ще на крок до ідеалу, досягти якого заважають невпевненість у собі чи песимізм.

### ЛЕВ



Обставини складуться дуже вдало, дозволять збільшити дохід, особливо на основній роботі. Може навіть розраховувати на підвищення. Фінансове становище буде більш ніж сприятливим.

### ДІВА



Настає відповідний час для окреслення професійних прагнень, відкриється шлях для досягнення фахових цілей. У близьких стосунках нарешті запанує гармонія.

### ТЕРЕЗИ



Бережіть здоров'я, оскільки з приходом холодів можуть загостритися хронічні захворювання. Дотримуйтеся дієти, режиму сну й відпочинку, не перевантажуйте себе роботою, фізичною працею.

### СКОРПІОН



Цього тижня вам буде легше висловлювати почуття, відкрити душу. Спілкування з новими людьми допоможе швидше досягти поставлених цілей. Водночас загостриться відчуття тривоги і занепокоєння.

### СТРЕЛЕЦЬ



Тиждень буде плідним на романтичні зустрічі, багато часу піде на створення і зміцнення стосунків. Це період емоційного розквічення.

### КОЗОРІГ



Важливе рішення приведе до несподіваного розвитку подій і наблизить вас до мети. Удача вас не залишить і всебічно допоможе здійснити всі плани.

### ВОДОЛІЙ



Можливі розставання і розчарування. Постійні зміни настрою змусять задуматися, оскільки ви вже не так добре, як раніше, контролюєте події, що відбуваються вдома чи на роботі.

### РИБИ



Весь час присвятите новій роботі чи сердечному захопленню. Після цього назад нічого вже не повернути, тож добре подумайте про можливі наслідки.

## АНЕКДОТИ

– А як ти балуєш свого чоловіка?  
– Ну-у, іноді мовчу.

Поважаю себе за те, що мені довгі роки якимось чином вдається терпіти таку людину, як я. Інший би вже давно з глузду з'їхав.



Багато хто каже: «Та нащо потрібна ця геометрія, змушують у школі дурницю всяку вчити!..», а потім вони ж купують дві піци по 30 см замість однієї 45 см.

Насправді найбільше талантів занастала крилата фраза про те, що "талант не проп'єш".

Після того, як у сусіда з «Ланоса» вночі злодії зняли колеса, він ще півроку проїздив на цеглинах, зовсім не помічаючи різниці.

Питання на жіночому форумі:  
– Усю ніч сьогодні проплакала. Порадьте, чому?

Плани на вихідні – відчутти себе позаземною цивілізацією, яка ігнорує контакт із людством.

– Це тобі. Відразу постав їх у воду, аби вони не загинули.

– Мені ще ніхто не дарував букет із риб...

Народний депутат такий самий народний, як мурашиний лев – мурашиний.

У хорошого педагога у класі улюбленців немає. Йому всі діти однаково огидні.

– А мікрохвильова піч у тебе працює?

– Як годинник.  
За кілька хвилин:  
– Щось вона не гріє...  
– Я ж говорю: працює як годинник.

Здоров'я вже не те... Раніше, пригадую, від застуди горілка добре допомагала. А зараз доводиться до горілки підключати пиво.

Писк моди – це звук, який видає чоловік, дивлячися на цінник нової сукні дружини.

## МІФИ ПРО ХАРЧУВАННЯ, ЯКІ НАСПРАВДІ ЛИШЕ ШКОДЯТЬ ВАШОМУ ЗДОРОВ'Ю

**За останні десятиліття оздоровча культура – на підйомі. Це відбулося частково завдяки соціальним мережам і охоплює все більшу аудиторію. Але багато інформації, яка поширюється в Інтернеті, особливо щодо харчування, не має жодних доказів.**

*Розповімо про деякі з найпоширеніших міфів про харчування і пояснимо, чому потрібно негайно від них відмовитися.*

### "ДЕТОКСИКАЦІЯ" ОРГАНІЗМУ – МІФ

Слово "детокс" – позбавити організм від токсинів або речовин – увійшло до культури оздоровлення. Ці так звані детоксикації рекламуються як способи очищення тіла й розуму.

Це дуже шкідлива тенденція для здоров'я, – кажуть лікарі, додаючи, що детоксикація зазвичай передбачає екстремальну чи обмежувальну поведінку. Очищення соками, харчові добавки та голодування рекламуються як способи детоксикації організму, навіть якщо організм створений для самодетоксикації.

Так, ваша печінка та нирки чудово справляються з видаленням токсинів в організмі без будь-якого втручання з вашого боку.

Екстремальне очищення не змусить ці органи працювати краще, стверджують лікарі, і вони, звичайно, не є необхідним засобом підтримки.

Культура оздоровлення начебто розглядає печінку та нирки як фільтри в раковині, які забираються сміттям. Багато говорять про необхідність детоксикації або очищення, щоб органи працювали належним чином. Але це просто неправда. Якщо у вас немає захворювань печінки чи нирок або рідкісних випадків гострого отруєння, вам не потрібно нічого робити, щоб ваша печінка та нирки повноцінно функціонували.

### МІФ ДРУГИЙ – "ЛІКУВАННЯ" СОКОМ

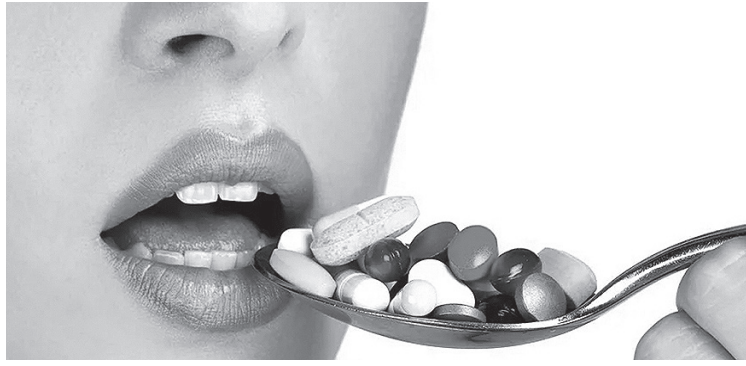
Соки перетворилися на панацею, яка

може зцілити від низки захворювань... Це міф. Немає вагомих наукових доказів щодо очищення соками, але їх рекламують як "пігулку" від усього.

До слова, будь-яка тенденція оздоровлення є тривожним сигналом, якщо її рекламують як ліки або спосіб допомоги з широким спектром різноманітних захворювань.

Так, фрукти та овочі забезпечують орга-

нізм вітамінами й поживними речовинами, але вичавлювання з них соку не посилює ці переваги, кажуть фахівці. Соки можуть бути чудовим доповненням до дієти разом із цільними, поживними продуктами, але пити їх як заміну чи очищення справді не варто.



нізм вітамінами й поживними речовинами, але вичавлювання з них соку не посилює ці переваги, кажуть фахівці. Соки можуть бути чудовим доповненням до дієти разом із цільними, поживними продуктами, але пити їх як заміну чи очищення справді не варто.

### "ЧИСТЕ" ХАРЧУВАННЯ – МІФ

Передумовою "чистого" харчування є зосередження на споживанні цілісної їжі, уникнення оброблених продуктів, скорочення споживання цукру, обмеження насичених або трансжирів, а також обмеження або уникання алкоголю та кофеїну. Одна справа – спробувати включити до свого раціону більше поживних продуктів, але чисте харчування часто є проблематичною прихованою дієтою.

Деякі дієти чистого харчування передбачають виключення цілих груп продуктів (наприклад, зернових або молочних продуктів) і надмірно обмежувальну поведінку. Найбільше лікарів тривожить те, що це може призвести до неупорядкованих харчових звичок або повномасштабної орторексії (нервова орторексія – це розлад харчової поведінки, що характеризується одержимістю здоровим харчуванням і пов'язаною з цим обмежувальною пове-

### МІФ ПРО ШКІДЛИВІСТЬ ВСІЄЇ ОБРОБЛЕНОЇ ЇЖИ

Маркування певної їжі як "хорошої" чи "поганої" – є одним із найшкідливіших міфів культури здоров'я.

Не існує хорошої чи поганої їжі, – пояснюють лікарі, – так, деякі продукти є більш поживними, ніж інші; а "демонізація" оброблених харчових продуктів і цукру є реальною шкідливою.

Оброблені харчові продукти – це ті, які пройшли певне оброблення від свого природного стану, що містить будь-що, від цукерок і печива до рибних консервів або консервованих овочів.

Це змушує людей відчувати, що якщо вони з'їдять будь-який із цих продуктів, вони матимуть негайні наслідки для здоров'я або отруяться. Хоча дослідження і

показують, що вживання занадто багато обробленої їжі або цукру може бути пов'язане з поганими наслідками для здоров'я, але це не виправдовує рівень страху навколо певних продуктів, який пропагує багато хто в індустрії оздоровлення.

### "ХАРЧОВІ ДОБАВКИ ЛІКУЮТЬ" – МІФ

Культура оздоровлення часто наполягає на тому, що вживання вітамінів і дієтичних добавок є більш "природним" рішенням для досягнення гарного здоров'я.

Однак переваги дієтичних добавок для населення широко заперечуються. Дослідження продовжують показувати, що вітамінні пігулки та жувальні цукерки, які рекламуються для підтримки нашого здоров'я, можуть взагалі не мати особливого ефекту. Ба більше, харчові добавки можуть бути шкідливими через низку причин: у великих дозах вони матимуть неприємні побічні ефекти та навіть ризики для здоров'я.

Виробники харчових добавок не можуть стверджувати, що їхні продукти лікують або зцілюють хвороби, але роблять розпливчасті заяви про те, що вони "збільшують енергію" або забезпечують "підтримку імунітету". А це – нісенітниця.

• 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 видрукувано: "А-Прінт", м. Тернопіль, тел. (0352) 52-27-37. www.a-print.com.ua.

Тираж 1050 екз. Замовлення № 2170.

• 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.