

# ТЕЛЕ



№ 45 (1391)  
10 листопада 2022

# ЕКСПРЕСС

Інформаційно-рекламний щотижневик ТОВ «Телерадіокомпанія «ГОК»

Запрошуємо до магазинів

# "Марафон"

та

# "Світ Наталі"

на акцію тижня.



# -100

 грн.

на всі куртки та  
шкіряне зимове взуття



На кожен придбаний товар у м-ні "Світ Наталі" та "Марафон"  
діє дисконтна знижка від 5% до 20% та нараховуються бонуси,  
якими можна сплатити до 30% ціни товару.

просп. Героїв Дніпра, 2  
просп. Героїв Дніпра, 49

просп. Героїв Дніпра, 42  
просп. Героїв Дніпра, 54

вул. Добровольського, 47

## НОВИНИ КОРОТКО



• **Наразі силами працівників КП «СпецЕко» та коштом підприємства виконується ремонт дорожнього покриття найвіддаленішої від центру міста та найдовшої вулиці Будівельників.**

- Проїжджа частина вулиці Будівельників веде до території промислової зони, де розташовані підприємства, і ремонт усього дорожнього покриття вимагає від органів місцевого самоврядування значних фінансових вкладень, - наголошує перший заступник міського голови Олександр Чуприна. - Протягом останніх 5 років ми мали змогу виконувати лише частковий ремонт цієї дороги. Нині маємо певні ділянки в задовільному стані. Але через те, що даним автошляхом інтенсивно курсують вантажівки, які суттєво руйнують покриття, є й такі місця, де воно розбите майже вщент. Наразі буде повністю замінено асфальтове покриття на ділянці дороги завдовжки в 120 м. Вартість робіт складає 500 тис. грн, які було виділено з міського бюджету. За сприятливих погодних умов працівниками КП «СпецЕко» буде виконано і ямковий ремонт цієї дороги.

• **Благодійний розпродаж книжок, патріотичних виробів, м'яких іграшок тощо відбувся у п'ятницю, 4 листопада, в міському Парку культури та відпочинку.** Під час заходу волонтерці Софії Макаренко вдалося зібрати 4017 грн, які будуть спрямовані на потреби ЗСУ.

- Книжки ще залишилися, - наголошує Софія, - і якщо є бажання поповнити свою бібліотеку українською літературою



й одночасно підтримати ЗСУ, їх можна придбати у «Свічкової кав'ярні» за адресою проспект Героїв Дніпра, 19/11.



• **Станом на 8 листопада в Горішніх Плавнях кількість зареєстрованих внутрішньо переміщених осіб складала 9654, із них дітей - 2050.**

• **Від початку 2022-го року в сервісних центрах МВС у Полтавській області видали 107 індивідуальних но-**

**мерних знаків на транспорт. Серед них - ЄНОТ, PEGAS, KOWMAPIK, PEREPEL, DOG, СТАТЬЯ5, ШЕФ777, VALHALLA, IZYA, MIKOLA, СКОРПІОН, ЗЛАЯ.** Подібні можна замовити в сервісному центрі Міністерства внутрішніх справ.



Вартість такого знака залежить, зокрема, від кількості символів:

~ 300 грн - три символи,

~ 90 грн - кожний наступний символ,

~ 500 грн - графічний елемент.

Самі ж номерні знаки на авто коштують 336 грн, на мототранспорт - 192 грн.

• **У жовтні 2022-го року на Полтавщині сталося 27 ДТП з пішоходами, у 25-ти з них постраждали або загинули люди.** Як порівняти з минулим ро-



ком, кількість аварій за відсутності вуличного освітлення збільшилася на 8%. Про це повідомила речниця патрульної поліції Полтавщини Наталія Костильова.

Так, протягом жовтня минулого року сталося 25 ДТП з пішоходами, в яких загинуло п'ятеро осіб, а травми отримала 21 людина. Цього року за той самий період сталося 27 аварій, де також травмувалася 21 особа і загинуло п'ятеро.

У період із 24 жовтня до 4 листопада в темний час доби на Полтавщині сталися 17 ДТП (10 із пішоходами). Маємо 3 загиблих та 17 тяжко травмованих.

Ольга ТАРАНТИНА

Газета «Телеекспрес»

Засновник - ТОВ «Телерадіокомпанія «ГОК»

Відповідальна за випуск - редакторка О. О. Тарантіна

№ 45 дата виходу 10.11.2022 Наклад 1100 Замовлення № 267

Ціна за домовленістю.

Адреса редакції газети «Телеекспрес»:

39800, Полтавська область м. Горішні Плавні, проспект Героїв Дніпра, 54

Тел. (05348) 44508, 44500 E-mail: teleexpress@trkgok.pl.ua

Друк виконано ТОВ «Комплекс»

м. Дніпро, вул. Автотранспортна, 23

Реєстраційне свідоцтво ПЛ-738 от 20.02.2006 р.

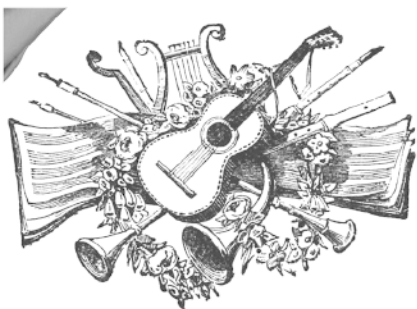
Редакція не завжди поділяє точку зору авторів публікацій.

Автор несе повну відповідальність за достовірність інформації,

точність наведених фактів. У телепрограми можливі зміни.

Використання матеріалів тільки з дозволу редакції.

Відповідальність за зміст рекламних оголошень несе рекламодавець.



## Шановні працівники культури, митці Горішніх Плавнів! Вітаю вас із Всеукраїнським днем працівників культури та майстрів народного мистецтва!

Люди вашої професії особливі, бо талант дається не кожному. Ви об'єднуєте тих, які вкладають у культуру душу, терпіння й самовіддану працю, для кого творчість, освіченість, вихованість, духовність, національні традиції стали головними життєвими орієнтирами. Бажаю вам усім - працівникам культури, аматорським об'єднанням, колективам народної самодіяльності, музеїв і бібліотек, майстрам народної творчості - здоров'я, успіхів, невичерпної енергії, наснаги, успішної реалізації творчих ініціатив і нових культурних проєктів під мирним небом України.

Міський голова Дмитро БИКОВ

### ЗАПИТУВАЛИ - ВІДПОВІДАЄМО



які належать АТ «Полтаваобленерго». Відверто кажучи, працювати із цим підприємством складно не тільки городянам, а й представникам міської адміністрації. У місті залишилася лише ділянка, яка не має жодних повноважень, і вирішення будь-яких питань відбувається виключно з представництвами у Кременчуці або Полтаві, що не може не впливати на термін ремонтів або вирішення інших питань. Але департамент ЖКГ тримає на контролі виконання будь-яких робіт на території міста сторонніми організаціями. Можливо, не так швидко, як хотілося городянам, але всі роботи будуть виконані, і турбуватися із цього приводу не варто.

До початку військової агресії РФ на сайті Горішньоплавнівської міської ради працював геопортал. Масив ресурсів надавав змогу містянам отримувати необхідні дані, в тому числі щодо благоустрою, та значно спрощував роботу не тільки управлінців, але й пересічних городян. Та задля безпеки на період воєнного стану в Україні ці дані для публічного перегляду недоступні.

Ольга ТАРАНТИНА

**П**ротягом останніх тижнів збільшилась кількість скарг щодо пошкодження бруківки в районі буд. Добровольського, 59 і ЗДО «Казка» та «Теремок». Роз'яснює ситуацію перший заступник міського голови Олександр Чуприна.

- У процесі ремонтних робіт, які тривали декілька років тому, було вимощено бруківкою дорогу вздовж будинку № 59 на вул. Добровольського та ЗДО «Теремок» і «Казка», що з'єднала просп. Героїв Дніпра й вул. Добровольського.

Нині пошкоджена бруківка біля будинку № 59 викликала обурення громадян.

Хочу зазначити, що містом пролягають підземні комунікації, які час від часу

потребують ремонту або відновлення. Низка з них є комунальною, частина - державною, а частина - приватною власністю. І відновлення об'єктів благоустрою є зоною відповідальності саме того підприємства, яке виконує ремонтні роботи на цих комунікаціях, адже це закладено в тарифі на послугу, яка надається.

На вищезазначеній ділянці дороги тривали ремонтні роботи силових мереж,

### ПРИЄМНА СТАТИСТИКА



В Україні у День захисників та захисниць одружились понад 1300 пар. Найбільше - в Києві та на Дніпропетровщині (142 та 147 шлюби відповідно). У Горішніх Плавнях виявили таке бажання 7 пар закоханих. Ще в жовтні була дзеркальна дата 22.10.22 - дуже сильна енергетично з точки зору астрологів. Одна пара виявила бажання одружитися саме в цей день. Загалом за минулий місяць у нашому місті взяли шлюб 29 пар.

У жовтні в нас народилося 18 малюків. Називали їх традиційно, але є й рідковживані імена, як, наприклад, Ян та Аделіна.

Мода поширює свій вплив на всі сфери життєдіяльності людей. Навіть вибираючи ім'я дітям, ми керуємося її тенденціями.

10 найбільш затребуваних імен 2022 року: Ганна, Дарина, Софія, Олена, Марія, Ірина, Леся, Вікторія, Анастасія, Олександра; Олександр, Андрій, Олексій, Володимир, Віктор, Вадим, Денис, Євген, Максим, Роман.

10 рідкісних імен цього року: Джавеліна, Муза, Хозяйка, Карелія, Ідея, Іскра, Дорофея, Гелія, Греза, Іва; Байрактар, Білогір, Даріслава, Добриня, Златозар, Мирослав, Ратибор, Світозар, Мстислав, Всеволод.

Леся ОНІКІЄНКО

# Кому не вистачає світла



**Н**агальною проблемою містян, виходячи з дописів у соціальних мережах, сьогодні є відключення електрики. Причому скарги не стільки на те, що немає світла, скільки на те, що світло є в сусідньому будинку. Цікаво, а чи звертають увагу незадоволені на наявність електрики в сусідів у той час, коли вона є в них самих? Упевнена, що ні, адже в цей час це питання не стоїть так гостро.

Нагадувати, що в Україні вже десятий місяць триває війна, вважаю зайвим, адже той, хто досі цього не зрозумів, уже й не зрозуміє, і ніякі слова тут не допоможуть. Поділюся досвідом.

У Києві та Київській області світло вимикають за графіком 4 через 4. Але через те, що Київщина потерпає ще й від аварій, ця схема досить приблизна. Вимикають чітко за графіком, а от коли ввімкнуть - прогнозів немає. І час наявності світла замість 4 годин може тривати навіть 20-30 хвилин. Разом зі світлом зникає зв'язок, і якщо «Водафон» ще якось намагається працювати, то «Київстар» відсутній зовсім. Мобільного інтернету також немає. Та попри це, люди там живуть і навіть працюють, пристосовуються. Біля маленьких крамничок і кав'ярень на вулиці стоять генератори. Супермаркети відчинені й без світла, але наявність готівки обов'язкова. У «Нової пошти» не функціонують лише поштомати. Банкомати не працюють, але в банку можна отримати готівку. Так, є черга, але галасу немає. Для тих, хто працює онлайн, є коворкінги. Якщо в ЖК таких багато, то складаються на Starlink, забезпечуючи себе роботою і роздаючи за оплату інтернет бажаючим. Мабуть, єдиним невіршеним питанням залишилося надання освітніх послуг, адже навчання онлайн з урахуванням вимкнення електрики в різних частинах міст за різним графіком ускладнює цей процес.

Тож принцип «живи тут і зараз, бери від життя по максимуму» за тиждень перебування на Київщині загравав новими фарбами:

- не відкладай брудну тарілку на потім - мий, поки є вода;

- набери води тут і зараз;  
- зроби все, що можливо, поки дали світло.

Дві 10-метрові гірлянди на батарейках забезпечують світлом 2-кімнатну квартиру - вигляд трохи дивний, але зручність пересування гарантує на відмінно. Ліхтарик на магніті прилаштований до витяжки - якісне освітлення під час приготуванні їжі. І навіть у мого 14-літнього підлітка «ломки» від відсутності інтернет-життя не сталося.

Адже, як виявилось, русня - це коуч з особистого зростання та персонального прокачування. Бо вчить нас дуже швидко тому, чому за мирних часів ми не навчилися б ніколи.

А тепер особисто для тих, кому всі винні. У виставковому центрі Національного музею історії України у Другій світовій

війни експонується виставка «Україна - розп'яття». Робота над нею розпочалася наприкінці березня. Відразу після звільнення Київщини та Чернігівщини музейні працівники слідом за саперами вирушили до поруйнованих міст Ірпеня та Бучі, селищ міського типу Бородянка, Гостомель, Макарів тощо. Адже прекрасно розуміли, що українці не будуть чекати манти небесної і почнуть відбудовувати своє житло, а «стурбованій» та «занепокоєній» Європі треба весь час презентувати реалії цієї війни.



Вони збирали все. В експозиції представлені унікальні артефакти повномасштабного вторгнення: карта захоплення Києва диверсійними групами, майже весь арсенал зброї, якою нищать Україну, ікона «Зняття з Хреста», у якій застряг осколок російської міни з храму в Макарові, одяг, документи, бронезилет окупанта, в якому замість захисних плит - два планшети, їжа з гаслом «Своих не бросаем» у трілтрових банках, що більше схожа на помій. Але найсильніше враження - це реально відтворений підвал з Гостомеля. Так, підвал. Спочатку там ретельно працював фотограф,



# Дорогою добра



**В**олонтерство заковане в українців на генетичному рівні - з девізом «Допомагати тим, хто слабший і кому ще гірше» нині живе переважна більшість. Знаходять у собі сили робити добро іншим і ті, від кого цього зовсім не очікують. Учасники міської програми реабілітації дітей з інвалідністю та їхні близькі дбають і одне про одного, і про бійців передової.



## Сердечні сюрпризи

Із початку повномасштабного вторгнення очні заняття в Кременчуцькому центрі соціально-психологічної реабілітації замінили онлайн-лекціями, практичні поради лікарі закладу надають батькам дітей з інвалідністю у месенджерах. Але без діла учасники міської програми реабілітації дітей з інвалідністю не

сидять - вони відвідують заняття з нейрографіки, займаються з нейропсихологією, щоб краще пізнати себе й продовжувати свій розвиток.

Зараз у програмі 52 дитини. Кілька разів на тиждень збираються разом, щоб зайняти руки та мозок корисною справою - виготовляють поробки з різноманітних матеріалів, левову частину з яких уже відправили бійцям на фронт.

- Продовжуємо працювати в дещо іншому форматі в умовах війни, але так само дбаємо про розвиток учасників програми, - коментує її керівниця Любов Хиль. - На одному із занять нейрографікою діти зображували ангелів, на заняттях із рукоділля виготовили для воїнів обереги з національною символікою, додали до них теплі листи. А батьки гуртом зібрали смаколики й продукти харчування, одна з мам напекла пряників у формі сердець.

## Творчість рятує

Світлана Чернозьомова, мама одного з учасників програми, вільний від турботи про родину час присвячує виготовленню м'яких іграшок. Це допомагає їй відволі-

катися від буденного негативу й дарувати приємні враження своєму оточенню. Такий подарунок у патріотичних кольорах із рук жінки випромінює тепло, дарує надію на перемогу й налаштує на позитив.

- Світлана релаксує за рахунок своєї творчості, - додає Любов Хиль. - Поштовх до цього жінка отримала під час заняття нейрографікою, куди вона привела свого сина Даню. Вона теж волонтерить - допомагає нам із виготовленням поробок для проведення різноманітних заходів для містян та переселенців; з вирішенням організаційних питань.

## Волонтерство зсередини

П'ять років поспіль послуги супроводу для учасників програми на волонтерських засадах надає Сергій Попов. Чоловік сам має інвалідність, тож добре розуміє, що може бути корисний, і щодня робить безліч добрих справ.

- Сергій супроводжує дітей на заняттях із занять, може розіслати гуманітарну допомогу тим, хто евакуювався до інших регіонів, принести продукти тим жінкам, які не можуть скупитися самостійно, бо ніяк залишити дитину з інвалідністю саму, приносить очищену воду для чаювань після занять, - розповідає Любов Хиль. - Він виручає завжди і робить це з душею.

Сергій зазначає, що йому це не складно, бо щиро любить волонтерити, і в своєму житті керується заповідями Матері Терези:

- Роблю це не для галочки або задля слави, волонтеру, бо це потрібно людям. Від цього не втомлююся, бо спілкування надихає допомагати ще більше.

## Добро робить стійким

Підтримка себе й інших - те, що допомагає нині учасникам програми та їхнім батькам тримати емоційну рівновагу й залишатися стійкими.

- Це вразлива категорія дітей, яку потрібно весь час займати чимось корисним. Здоровим людям важко, а тим, хто має інвалідність, і поготів, - резюмує керівниця програми. - Ми весь час у пошуку нових методів підтримки й дітей, і їхніх батьків, тому тримаємося разом, обмінюємося своїми думками і разом чекаємо на перемогу ЗСУ!

Наталка ВЕРЕМЧУК

знімаючи кожну деталь, потім музейники разом із психологами працювали зі свідками, а згодом це все перевезли до Києва і відтворили в експозиції. Протягом 37 днів без світла в цьому укритті загальною площею приблизно 100 кв. м утримували від 70 до 120 людей: наймолодшому було всього 5 місяців, найстаршому - 76 років. Світло окупанти відрізали вже другого дня, на вулицю

випускали тільки задля приготування їжі. Інколи щасливчикам дозволяли під конвоем сходити додому та взяти деякі речі й продукти. І знаєте, що ще несли люди в укриття? Годинники! Адже, за розповідями свідків, втрата орієнтації в часі була найгіршим випробуванням. Навіть гіршою, ніж відсутність світла...

І коли у вас укоотре станеться істерика з приводу того, що в сусідньому будинку є

світло в той час, коли у вас його вимкнули, просто згадайте цю цифру - 37 днів! І, звісно, я дуже раджу вам завітати до того відтвореного підвалу, обов'язково з екскурсоводом, - отримаєте незабутні емоції і, можливо, ваш світогляд на деякі незручності життя в тилловому місті зміниться.

Ольга ТАРАНТИНА

# Кохаймося, бо ми того варті



**К**рилатий вислів Михайла Поплавського знову набуває актуальності. Міністр закордонних справ Дмитро Кулеба, коментуючи віялові відключення світла, запроваджені після руйнування росіянами української інфраструктури, зазначив: це найкращий час, щоб кохатися і насолоджуватися життям. Чим же займаються горішньоплавняни під час відсутності світла?

Росія продовжує вести агресивну війну, намагаючись позбавити Україну електроенергії. Лише за одну з наймасованіших ракетних атак, яка сталася 10 жовтня, за підрахунками Forbes, російські загарбники випустили по Україні 84 крилаті ракети та 24 безпілотники, середня загальна вартість яких становить 400-700 мільйонів доларів США. Не будемо підраховувати, скільки шкіл та лікарень вони могли побудувати у своїй країні за таку силу-силенну грошей. Просто зауважимо, що стільки вони готові заплатити за те, щоб ми кілька годин на добу поспілкувалися зі своїми рідними під романтичне мерехтіння свічки, яку в кожній хаті відтепер запалюють за упокій ворога.

За час введення віялових відключень українці усвідомили, що відсутність світла відкриває нові можливості для відпочинку та спілкування з рідними. Тож як проводять час без світла в нашому місті?

## Що робимо?

Переважна більшість опитаних того дня містян абсолютно спокійно і з розумінням висловлювалися про тимчасову відсутність електроенергії.

- Так, у мене вдома світло вимикають, але це відбувається на такий короткий період часу, що я навіть не цікавився графіком відключень, - каже **Валерій**. - Звісно, чув, що він існує, але поки що не було гострої потреби його відслідковувати. За наявності світла встигаю зробити все заплановане. А от коли його не стає, то, на щастя, є мобільний інтернет. Я здебільшого зараз перебуваю в лікарні, а там світло є, бо це об'єкт критичної



інфраструктури. До відключень підготувався - є ліхтарики. А ще з розумінням оцінив те, що на вулицях міста нарешті стали вимикати освітлення. Маємо дотримуватись економного споживання всі разом! Я розумію, для чого все це робиться, і жодного обурення не виникає, коли в моєму домі світла немає, а в сусідів є. Усе ж відбувається по черзі. Абсолютно готовий перетерпіти таку ситуацію, аби тільки скоріше відігнали подалі від нас тих російських орків.

Є з чим порівняти ситуацію в Горішніх Плавнях **Наталі**:

- У робочі дні тижня я перебуваю в Полтаві. За час повномасштабного вторгнення вже звикла до абсолютної відсутності вуличного освітлення, адже там чи не з перших днів активної фази восьмирічної війни дотримувалися правил світломас-

кування як на вулицях, так і у квартирах. Спочатку використовувала цей час як можливість виспатись. Аби не розморозувався холодильник, під час відключення світла туди не заглядаю - вигода, як не подивись. Якраз звільнився час для догляду за собою. Ми, українки, завжди знаходимо для себе корисні справи і по господарству, і щодо краси. Тож дві години без світла пролітають непомітно. Якщо потрібно зекономити заряд на телефоні та ноутбучі, то уявляю, як при свічках жили наші предки, і дістаю рукоділля - медитую за вишивкою і тишусь від думки, наскільки меншим прийде рахунок за світло. Виходить, що мені такі короткострокові відключення навіть на користь.

А ось **Ольга** може порівняти наше становище із ситуацією в Київській області, яка поки що чи не найсильніше страждає через відключення електрики:

- Минулого тижня я перебувала в гостинах у Київській області. Там, крім відключення за графіком, мали місце й аварійні відключення. Тож передбачити не те що час, а й тривалість відсутності світла було неможливо. І знаєте, нічого страшного з нами не сталося. Ми вдосталь поспілкувалися, погуляли столицею. Проте почали більш дисципліновано ставитись до хатніх обов'язків - як тільки з'являлося світло, намагалися встигнути зробити максимум, не залишаючи роботу на потім. Я змогла нарешті без поспіху, з насолодою почитати друковану книжку. За 4 дні прочитала «І будуть люди», що має 957 сторінок! І можу навіть поділитись лайфхаком - новорічна ялинкова гірлянда на батарейках відмінно замінює ліхтарик, відганяючи депресивні думки.

Якщо старші люди швидко знаходять собі справу, то для молоді, як виявляється, наявність світла взагалі не обов'язкова.

- Коли вимикають світло, то граємо в телефоні, - в один голос кажуть **Маша і Міла**. - До відключень якщо родини й готувались, то якось непомітно. Акумулятори й генератори не купляли. Та й вимикають світло не надто часто. Намагалися



розібратися з графіками відключень, але вони спочатку якось не дуже співпадали, то тепер на них і не зважаємо. На пів години більше чи менше немає електрики - вже неважливо. Та й погода поки така, що можна погуляти. Добре, що разом зі світлом не зникає вода. Тож як вимикають світло, мама йде на кухню, а тато береться за телефон.

А от деяким громадянам вдалося бути такими передбачливими, що вони мимоволі підготувалися ще багато років тому.

- Десять років 7 тому був такий період, коли в місті часто вимикали світло, - пригадує **Геннадій**, - тому коли я робив ремонт у квартирі, то в кожному кімнаті проклали окремих дротів для аварійного освітлення і встановили акумулятори. Система вмикається автоматично, і як тільки зникає електропостачання, в кожній кімнаті загоряється триватна лампочка. Акумулятор тримає енергію до семи годин. Така система недорога, доступна по вартості чи не кожному і з огляду на останні події себе вже разів сто окупила. Тепер роблю таку ж для батьків. Скажу навіть більше. Я захоплююся туризмом, тож маю і портативну газову плитку. Вже багато років готуємо на ній під час походів. Тож і в разі виникнення проблем із газопостачанням я вже підготовлений. Виходить так, що будь-які відключення для нашої родини не чинитимуть суттєвих незручностей.

Того дня мені зустрілася жінка, до якої варто дослухатися уважніше. **Валентина**, як вона сама про себе каже, - переселенка-біженка з Донецька.



- У 2014 році, коли росіяни з'явилися у Донецьку, я переїхала до Маріуполя, згодом перебралась до Харкова, де прожила 6 років. Саме там 24 лютого мене знову наздогнала війна. Того ж дня виїхала до Горішніх Плавнів, де мешкають рідні. Наявність світла для мене не обов'язкова, бо в квартирі є газ та ліхтарик. Є ліхтарик і на повербанку, від якого заряджаю телефон. Записалась до міської бібліотеки і читаю під світлом ліхтарика. Тож можна сказати, що я підго-

тувалась. Не хочеться зайвий раз уголос про це казати, але те, що ми переживаємо зараз тут, у вашому унікальному місті, в якому живуть надзвичайні люди, - це найменше, що може принести війна. Те, що на кілька годин вимикають світло, - це такі дрібниці! У Донецьку залишилась моя сестра, тож я знаю з перших рук, що там люди не те що без світла - з початку війни виживають без води, яка з'являється коли-не-коли. Я бажаю вашому місту, щоб ніколи сюди не дійшла війна. Повірте, сирени й тимчасова від-



сутність світла - це ніщо в порівнянні з тим, що переживають люди, які зараз під російською окупацією. Це дуже страшно. І не дай Боже нікому відчувати на собі, наскільки... Та вірю, що Донбас буде звільнено і я обов'язково повернуся додому - у свій український Донецьк.

Нам залишається так само широко вірити в наші ЗСУ, які щодня наполегливо звільняють Україну від агресора і, до речі, очистили вже 50% окупованих із 24 лютого територій.

Так само результативно працюють і енергетики, які без зупинок і вихідних ремонтують мережі, щоб зменшити кількість і тривалість відключень. Від нас потрібно лише розуміння і терпіння. Ворог зникне, а українці залишаться найбільш гнучкою нацією, яка зможе навіть найнесприятливішу ситуацію використати з користю для себе.

## Що робити?

Тож давайте розробляти план, чим будемо розважатися під час чергового відключення світла. Що нам радять знавці з інтернету?

Якщо маєте фотоапарат чи повний заряд на смартфоні - організуйте фотосесію. Поки не вдарили морози - сходите на пікнік із рідними, дітьми або друзями. Влаштуйте активні ігри або займіться спортом на подвір'ї. Сходіть на шопінг, якщо поряд є магазин, у якому є світло.

Тим, кому більше до вподоби залишитися удома, теж є що запропонувати. Побудуйте з малечю халабуду з подушок і ковдр. Влаштуйте сімейний концерт зі співами й танцями. Пограйте в хованки, цікаві запитання або слова. Діставайте нарешті настільні ігри, які припадають пилом на

шафі. До речі, поприбирайте вдома чи зробіть перестановку. Перегляньте свій гардероб. Пересадіть квіти. Наведіть порядок у гаражі. Приготуйте завчасно обід, якщо є газова плита. Організуйте романтичну вечерю та врешті-решт розкажіть один одному, як пройшов день.

Виходить, що відсутність світла - це гарна нагода приділити час собі і справам, які довго відкладались. Або навпаки - знайти нове хобі, яке не потребує наявності світла в будинку. А можна нарешті взятися за вивчення історії України, української мови та культури. Для цього достатньо завчасно завантажити на телефон декілька освітніх програм. А ще можна просто насолодитися тишею і поспостерігати за улюбленими вулицями, які набувають інакшого вигляду в темряві. Цікаво й спостерігати навкруги за людьми, які в домівках запалюють свічки чи вмикають якісь інші цікаві різнокольорові пристрої. У такі моменти особливо відчувається тепло і єдність усієї країни заради однієї цілі й мети.



А якщо вам замало наших порад, можете дослухатися до слів високопосадовців.

Міністр закордонних справ Дмитро Кулеба заявив в інтерв'ю іспанській радіостанції Cadena SER: «Я думаю, що, напевно, народжуваність в Україні покращиться через ці відключення електроенергії, бо люди мають залишатися вдома без будь-якої потужності, без світла. Так що це найкращий час, щоб кохатися і насолоджуватися життям. І я серйозно, бо українці завжди знаходять вихід із найскладніших обставин. Ми надто добре знаємо, які збитки, біль та смерть несе із собою росія. Отже, краще вижити з високим бойовим духом і без електрики, ніж із розбитим бойовим духом і поступитися росії».

Вони хочуть налякати нас, залишаючи без світла. Дивні люди, які вкотре довели, що ми зовсім різні й анітрохи з ними не схожі. Агресор сподівався на переляк. Та замість цього зустрів націю, яка взялася за самовдосконалення, направлене численними мемами й жартами. А через дев'ять місяців ще й поповниться кількома тисячами новонароджених бандерівців.

Софія ПАЛЯНИЦЯ

# Творчість без меж



**С**творювати красу можна в будь-якому віці - відвідувачі художньої школи-студії «Ультрамарин» розуміють це з першого заняття. Адже тут можна втілити всі свої творчі задуми, а за бажанням - ще й опанувати різні техніки академічного малюнка.

## Цікаво й корисно

Студія «Ультрамарин» - окремий куточок Горішніх Плавнів, де панує мистецтво. Вона існує майже рік, але вже має чимало позитивних відгуків від вихованців та їхніх батьків. Роботи учнів прикрашають стіни, в куточку акуратно розставлені мольберти, що спокійно чекають на учнів, поруч дбайливо складені палітри для тих, хто забув взяти свої... Кругом лад і стерильна чистота. Сьогодні в студії вихідний, тож її власниця Кристина Мартинова, яка й викладає своїм вихованцям низку дисциплін, люб'язно дозволила зазирнути за завісу творчості в цьому осередку гармонії.

- Живопис, малюнок, композиція, основи побудови, композивання, малювання з натури, колаж, панно з паперу, арт-терапія, ліплення, аплікація - ось неповний перелік того, що тут вивчають юні митці, - розповідає жінка, демонструючи роботи своїх вихованців. - До творчості з наймолодшими вихованцями, яким по 3-4 роки, додаю формування елементарних математичних понять. Це не просто школа, це місце, де можна знайти одностудійців, поспілкуватися на творчі теми, поділитися напрацюваннями, виразити свій внутрішній світ і навчитися чогось нового.

Цікаво, що тут вчать творити абсолютно всіх охочих - щоб розпочати навчання, не потрібно складати спеціальний вступний іспит.

## Хобі, а не робота

Кристина зізналася, що з дитинства мріяла бути або художницею, або вчителькою. За освітою вона художник-

оформлювач, учителька образотворчого мистецтва та креслення, вихователька. Її педагогічний стаж - 7 років. До цього працювала викладачем технічного креслення, вихователькою, а також вела гурток малювання в дитсадку. Нині мрія жінки здійснилася - Кристина працює одночасно й викладачкою, й художницею, хоча додає, що це не робота, а справжнє задоволення, яке надихає її повсякчас на нові звершення.

Заняття в студії проводяться в невеличких, розділених за віком групах або індивідуально. Найменшим вихованцям усього по три-чотири роки. Для дорослих вікових обмежень немає, за словами власниці студії:

- Прагну до кожного свого учня знаходити підхід. Дорослі часто займаються індивідуально, бо спершу соромляться, поки не розуміють, що з бажанням можна всього навчитися. Більшої уваги потребують дітки із числа переселенців - із ними займаюся довше. Але це не робота, а заняття для душі: я тут роблю все так, як сама бажаю, щоб зрештою до мене люди приходили із задоволенням. Тут немає оцінок, як у звичайних школах, тож вихованці не бояться розкривати свій потенціал і розвиватися, навіть якщо спершу щось не виходить. Як результат - улітку діти часто прибігали до студії за кілька годин до початку занять. І я не втомлююся від своєї роботи, тому що це моя стихія.

Для тих, хто сумнівається, чи брати до рук пензля, є пробне заняття. Дорослим же часто подобається малювати, маючи зразок перед очима, або створювати колажі з різних матеріалів.

Після закінчення навчання кожен учень отримує відповідний сертифікат. Термін навчання залежить від початкових здіб-

ностей учня, але зрозуміло, що це буде не менше 2-3 років. Учителька наголошує: навчити можна навіть тих, хто не має природних здібностей, але палко бажає їх розвинути й працювати над собою.

## Не пензлем єдиним

Малювання піском та пісочна анімація - новинка для Горішніх Плавнів, яка вже завоювала популярність серед дорослих і малих. Власниця студії наголошує, що цей вид образотворчого мистецтва - насправді різновид арттерапії.



- Малювання піском - це маленька подорож у безтурботне дитинство, - вважає Кристина. - Таке дивне, особливо динамічне і дуже «живе» мистецтво допомагає розвивати дрібну моторику рук: пісок масажує пальчики та посилює сенсорні відчуття. Це чудовий спосіб емоційної терапії, яка рекомендується дитячими психологами. Нині, в умовах воєнного стану, це можливість заспокоїтися й відновити рівновагу.

Сама викладачка й у вільний від роботи час присвячує себе творчості - власноруч в'яже дизайнерський одяг для себе та чоловіка, зображає пейзажі та натюрморти, графічні портрети близьких. За теплої пори року дбає, аби квітник на їхній присадибній ділянці майорів гарними квітами - надихнувшись красою лаванди на квітниках нашого міста, теж засіяла нею невеличкий клаптик землі.

## Визнання талантів

Юних учнів студії «Ультрамарин» відзначили на XVI міжнародному фестивалі-конкурсі образотворчого мистецтва SOLOVIOV ART «Незалежна Україна». Звання лауреаток 1 премії здобули Анастасія Лаврик у номінації «Декоративно-прикладне мистецтво» і Дарина Таранова в номінації «Пісочні тех-



ніки». Кожна з дівчаток отримала ще й сюрприз від організаторів - патріотичний значок із зображенням сучасного малого Державного герба України.

Учень студії Єлисей Вдовиченко став лауреатом 1 премії міжнародного фестивалю-конкурсу образотворчого мистецтва SOLOVIOV ART. Його робота «Ангел-охоронець» перемогла в номінації «Живопис» і взяла участь у виставці в Києві, де демонстрували 17 кращих робіт з усієї України. Ще одна творча робота Єлисея



потрапила до п'ятірки кращих малюнків усеукраїнського челенджу «Що для мене Україна», який відбувся цього літа. Хлопець зобразив стилізований прапор України з мирним небом, щасливими дітьми та родючою землею. І за це отримав від організаторів набір для творчості.



## Сила кохання

Кристина Мартинова - уродженка Казахстану. Хоча її рід має українські корені: прапрабабусі, прапрадіди й прабабусі - українці, які проживали в Україні. Її дитинство пройшло серед фарб, пензлів, малюнків - батько моєї співбесідниці був художником-самоучкою. Переїхала до України чотири роки тому, і саме в Горішніх Плавнях знайшла кохання свого життя.

- Зі своїм майбутнім чоловіком познайомилися в інтернеті, у спільноті художників, - розповідає Кристина. - Два роки переписувалися, а потім вирішили, що настав час побачитися. Він приїхав до мене в Казахстан. А потім ми зрозуміли, що не зможемо одне без одного. Мені в Горішніх Плавнях дуже подобається, особливо клімат: у Казахстані пів року морози й сніг, а я теплолюбна людина. Навіть із початком повномасштабного вторгнення в Україну не виникало думок їхати назад до Казахстану, бо я всім сер-

цем прикипіла до Горішніх Плавнів - у мене стійке відчуття, що це рідне мені місто, таке зелене, чисте, де повсюди різноманітні клумби. У цьому мальовничому куточку України відпочиваєш душею - ніколи раніше отак на природі не бачила білочок, чаплю, лелеку, це щось неймовірне! А Парк культури й відпочинку з лебедями й качечками просто заворює...

Саме чоловік Кристини підтримав ідею жінки створити студію, розвіяв усі її сумніви й змусив повірити в те, що в неї все вийде.

Нині власниця студії розробляє кілька нових цікавих проєктів та вже думає про подальше урізноманітнення навчальної програми, щоб зробити процес пізнання нового ще більш захоплюючим. А надихають на це її вихованці - завжди відкриті до світу загалом і магії мистецтва зокрема й сповнені невідомого позитиву, яким завжди готові поділитися зі своєю вчителькою.

Наталка ВЕРЕМЧУК

## Дикорослі гриби - небезпечні!

**Отруєння дикорослими грибами щороку становлять серйозну проблему як на території України, так і в Полтавській області зокрема.**

За даними Центру громадського здоров'я, лише за жовтень 2022 року в Україні зареєстровано 65 осередків отруєння дикорослими грибами. Загалом постраждало 87 людей, із них 23 дітини. Померло 5 осіб, із них троє дорослих та дві дітини. Зі слів постраждалих, вони збирали та вживали в їжу такі дикорослі гриби, як зеленушки, лисички, рядовка.

На території Полтавської області щорічно реєструється від 10 до 40 випадків отруєнь дикорослими грибами. На жаль, цього року біда не обминула й Кременчуцький район. Так, у м. Горішні Плавні в жовтні зареєстровано 3 випадки отруєння дикорослими грибами, постраждало троє

дорослих. Станом на 03.11.22 р. дві особи перебувають на лікуванні в реанімаційному відділенні міської лікарні.

Гриби - це поживний продукт харчування, але в той же час вони можуть бути небезпечними і привести до отруєння, а іноді й смерті. Однією з основних причин виникнення отруєнь дикорослими грибами є помилкове збирання замість їстівних отруйних грибів. Найнебезпечніший гриб - біла поганка. Споживання навіть часточки одного гриба викликає смерть у 80-90 % випадків.

Основними симптомами отруєння є нудота, блювота, біль у животі, посилене потовиділення, зниження артеріального тиску, судоми, мимовільне сечовипускання, пронос, розвиваються симптоми серцево-судинної недостатності.

**Пам'ятайте!** Якщо ви споживали гриби і через 6-10 годин у вас з'явилися біль під правим підбер'ям, нудота, блювання



з домішками жовчі, пронос, необхідно негайно звернутися по медичну допомогу.

Краще відмовитися від збирання та вживання дикорослих грибів у їжу, ніж наражати себе і дітей на смертельну небезпеку!

В. о. начальника  
Кременчуцького районного управління  
Головного управління Держпродспожив-  
служби в Полтавській області  
Володимир БАРЧУК

# Чемпіон і майстер спорту України

**Я**рослав Омельченко з Горішніх Плавнів виборов золоту медаль чемпіонату України з дзюдо.

5-6 листопада в Києві відбувся чемпіонат України із дзюдо серед юніорів до 21 року та кадетів до 18 років. Нагороди національної першості були розіграні вперше після початку повномасштабного вторгнення росії в Україну.

Серед кадетів у ваговій категорії 90+ кг вдало виступив представник Горішніх Плавнів Ярослав Омельченко. Вихованець тренерів Валерія Заболотного та Олександра Ємченка зміг піднятися на найвищу сходинку п'єдесталу пошани.

Зазначимо, що рівень і представництво на національній першості були досить високими - на змагання серед кадетів загалом прибув 391 спортсмен із 23 областей України.

- Дотепер Ярослав Омельченко ще не ставав чемпіоном на такому рівні, був лише у призах, - зазначив Валерій Заболотний. - І у фінальній сутичці цього ра-



зу зустрівся зі своїм постійним конкурентом. Цей бій був дуже важким, але Ярослав зміг вийти в ньому переможцем. До

того ж ще виконав норматив майстра спорту України. Зараз хлопець входить до резерву збірної країни з дзюдо.

## Грації перемагають

**Н**агороди Всеукраїнського турніру з художньої гімнастики «Багряна осінь» привезли вихованки студії «Айседора».

28-29 жовтня в Одесі відбувся турнір із художньої гімнастики, на який з'їхалося понад 300 учасників з різних областей України. Такі заходи зараз рідкість, тож

обміркувавши всі ризики й переваги, колектив «Айседори» з Горішніх Плавнів теж вирішив долучитися до цих змагань.

- Наші діти дуже багато працюють, і працюють заради того, щоб мати певний результат, - розповіла керівниця школи з художньої гімнастики «Айседора» Анна Клепініна. - А коли тривалий час немає підсумкових змагань, цієї атмо-

сфери з красивими купальниками, зачісками, макіяжем, коли немає смаку перемоги, вихованки починають дещо втомлюватися морально. У них має бути мета. Усі дуже скучили за виїздами. У Полтавській, Дніпропетровській областях дитячі турніри нині заборонені. Ми довго шукали, куди можна повезти наших діток. І знайшли турнір в Одесі - досить високого рівня, із сильними учасниками.

Запропонували поїхати шістьом вихованкам «Айседори». Згоду дали батьки п'яти з них. Та й самі поїхали зі своїми дівчатками. До того ж і на змаганнях потрібна була письмова згода батьків на участь їхньої дитини в турнірі.

- Ми наполегливо готувалися до «Багряної осені», проводили контрольні тренування із запрошенням глядачів і суддів, щоб налаштувати дівчаток до відповідної атмосфери, - пригадує Анна Клепініна. - Усі наші вправи були відточені до ідеалу. Я дуже задоволена виступом своїх дівчаток, а в залі їхні номери сприймалися ще краще.

Усі п'ятеро вихованок «Айседори» змогли зійти на п'єдестал пошани:

- Аліса Коваленко (2012 р. н.) - 1 місце,
- Анастасія Шемет (2014 р. н.) - 2 місце,
- Мілада Грищенко (2017 р. н.) - 2 місце,
- Поліна Бочарникова (2011 р. н.) - 2 місце,
- Женя Шапка (2015 р. н.) - 3 місце.

Їхня тренерка переконана, що всі вони мають значний потенціал і на наступних змаганнях покажуть ще вищий рівень майстерності.

