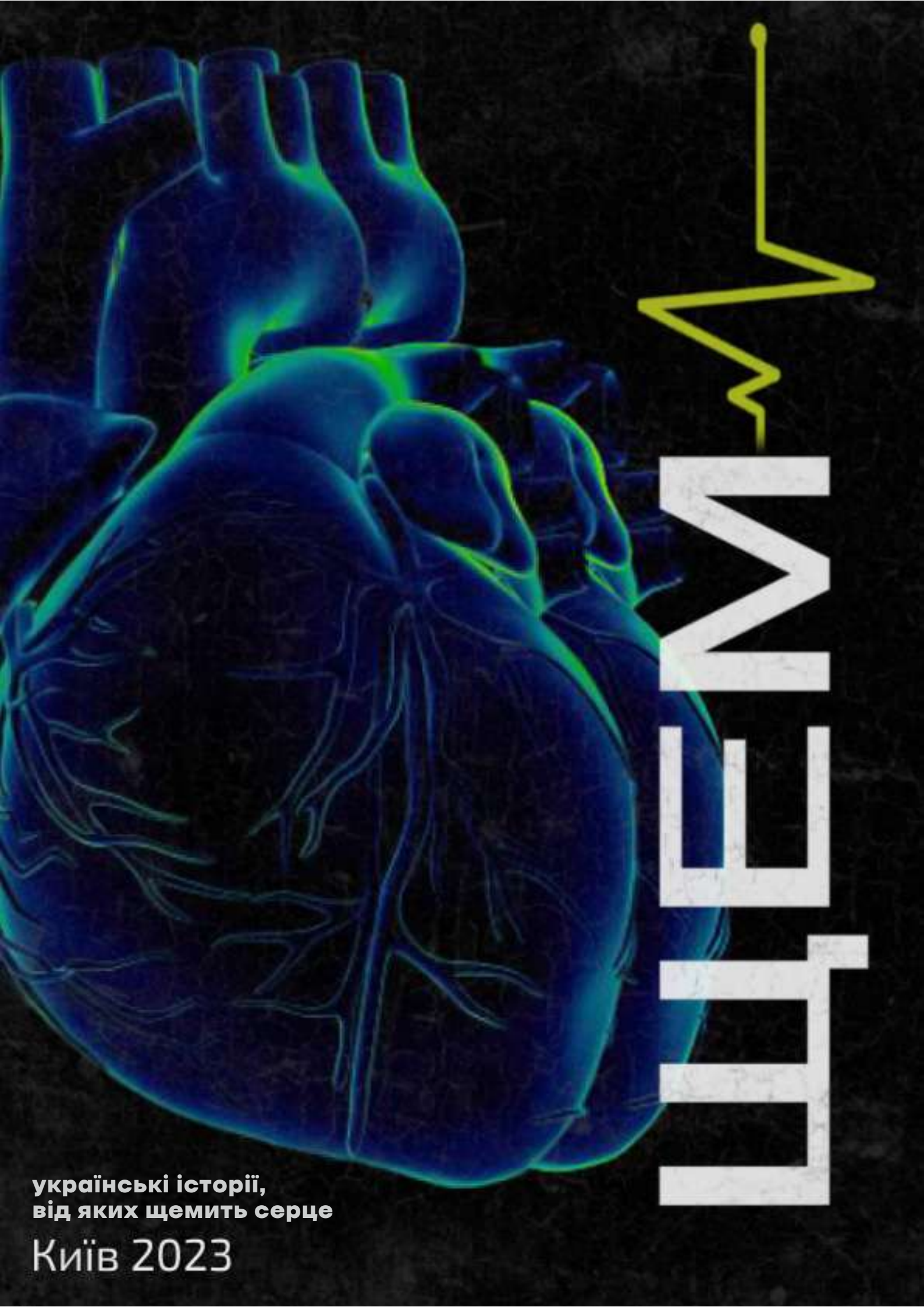




МІШЕ

українські історії,
від яких щемить серце

Київ 2023



ВІД ГОЛОВНОГО РЕДАКТОРА

Шановні читачі!

Вітаю вас на сторінках журналу «ЩЕМ». У цей бентежний час ми з редакцією, недовго роздумуючи, вирішили присвятити наш доробок історіям, від яких щемить наше велике українське серце.

Триває кровопролитна війна, від усвідомлення якої виникає бажання лише заціпеніти. Попри це, ми продовжуємо жити та змінюватися щодня. Нам є багато, що сказати, бо це болить і турбує.

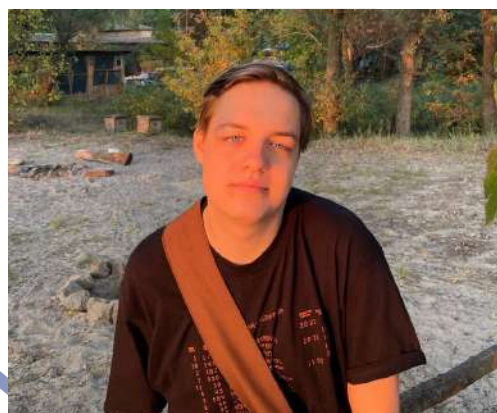
Наші журналісти зібрали важливі теми та історії, які все-таки на часі. Є низка питань, про які зараз схильні мовчати зі страху чи небажання «каламутити воду». Ми, навпаки ж, усвідомлюємо важливість говорити, бо суспільний діалог часом може зрушити камінь з мертвої точки.

Тож у журналі ми разом поєднали різножанрові публіцистичні та аналітичні матеріали про гострі проблеми держави, конфлікти сучасного українського суспільства, неоднозначні, а часом і риторичні запитання до людей, яскраві життєві історії та багато-багато іншого. Всі тексти розділені на три розділи: «Суспільство», «Політика», «Життя» і «Економіка».

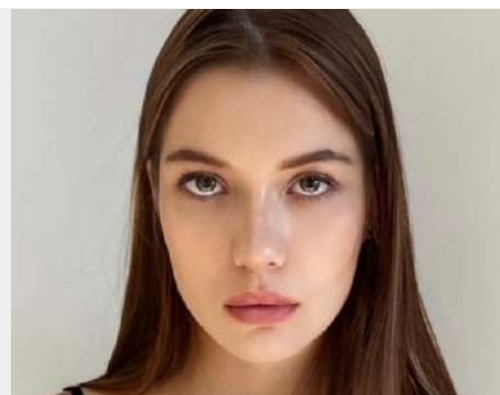
Прошу вас, читачу, на мить спинитися і погортати сторінки нашого журналу. Впевнений, ви зможете знайти тут те, що відгукнеться вашому серцю та розуму.

**З повагою,
Євгеній Золотухін – головний редактор журналу «ЩЕМ»**

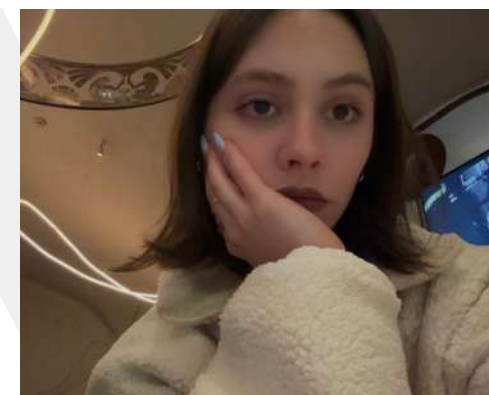
НАША РЕДАКЦІЯ



ЄВГЕНІЙ ЗОЛОТУХІН
Головний редактор



КРИСТІНА ГРЕЧАНЮК
Редакторка рубрики
«Політика»



ОЛЕСЯ ГНАТІВА
Журналістка



ВЛАДА ДУБИК
Заступниця з питань
дизайну



ЛЕСЯ ДОРЕНКО
Редакторка рубрики
«Життя»



ОЛЬГА ВОРОТНЮК
Журналістка



ДАР'Я ГЛОМОЗДА
Редакторка рубрики
«Суспільство»



МАРИНА ГРИЦАЙКО
Редакторка рубрики
«Економіка»



АЛІНА ГУЛЮК
Журналістка



07 СУСПІЛЬСТВО

- 07 Ахіллесова п'ята українців: як мовне питання стає розладом у суспільстві
- 11 Зірки-зрадники: де ж вони були вісім років?
- 15 Свій — чужий: ждуни «руського міра» в Україні
- 19 Створюємо завтра разом: спільний шлях до відбудови
- 21 Парадокси та реалії: чому ідея швидкої перемоги має протилежний ефект на людей
- 25 Розпочати життя з нуля. Історії українських переселенців
- 29 Вони обрали гідність: чому люди з інвалідністю їдуть за кордон під час війни?
- 33 Культура поза політикою: чи важлива зброя для боротьби з пропагандою?
- 35 Об'єднані горем: жінкам героїв теж потрібна підтримка
- 37 Крізь покоління: сприйняття війни в різному віці

41 ПОЛІТИКА

- 41 Надія на повернення: нові реалії українських біженців за кордоном
- 45 Корупційне лихо: що блокує розвиток України?
- 47 Світло і тінь: як святкують весілля в охопленій війною Україні?
- 51 Втеча за фейковими довідками: серйозність ситуації та наслідки для ухилянтів
- 55 Ми українці: честь і слава незламним
- 57 Війна — це кінець чи початок?

59 ЖИТТЯ

- 59 Мова моя українська — батьківська, материнська: чому важливо говорити українською?
- 61 Дитячі самогубства: на кому лежить відповідальність?
- 63 Шлях до моря. Поїзд у кримське дитинство
- 67 Живе і буде жити Україна, ніхто не спинить крил наших політ!
- 69 Війна — екзамен для людської душі
- 71 Твій біль у моєму серці: як пережити ПТСР
- 73 Майбутнє, якого ми прагнемо
- 75 «Майдан: народження мрії. Перший бій» Як проходила виставка?

77 ЕКОНОМІКА

- 77 Як український бізнес розвивається в умовах війни
- 79 Український бізнес, ніби Фенікс, постає з вогню війни
- 81 «єОселя»: чи вигідно купувати дім за цією програмою?
- 85 Людський капітал України: проблеми та перспективи

Ахіллесова п'ята українців: як мовне питання стає розладом у суспільстві

З початком повномасштабного вторгнення росії в українському суспільстві почали стрімко змінюватись пріоритети, думки, бачення та сприйняття реальності, але незмінним залишається ставлення до мови. Здавалося б, найголовніша зброя нації – мова, і та стає осередком сварок, утисків та непорозумінь. Але історичний підтекст України, на жаль, тягне за собою значний контингент

Всі ми розуміємо, що мова — то кордон, тому треба прагнути до викорінення мови насильника та агресора, щоб було видно, де є наші кордони.

Але у вільній країні кожен має свій вибір. Хтось після 24 лютого відразу перейшов на державну, хтось у повсякденному житті розмовляє російською, а за потреби переходить на українську, а хтось розмовляє від народження, наприклад, як Західна частина України. До речі, дослідження, проведене Фондом «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва, показує, що у 2022 році в Україні зросла частка громадян, які спілкуються українською мовою у повсякденному житті. **У 2021 році цей показник становив 64%, а у 2022-му зріс до 71%.**

Якою мовою Ви переважно розмовляєте вдома?

	Україна загалом (грудень 2021)	Україна загалом (грудень 2022)	Захід	Центр	Південь	Схід
Українською	64.1	70.7	95.6	78.3	34.6	40.3
Російською	32.6	23.2	3.1	16.7	54.8	47.4
Іншою/Важко відповісти	3.3	6.1	1.3	5	10.6	12.2

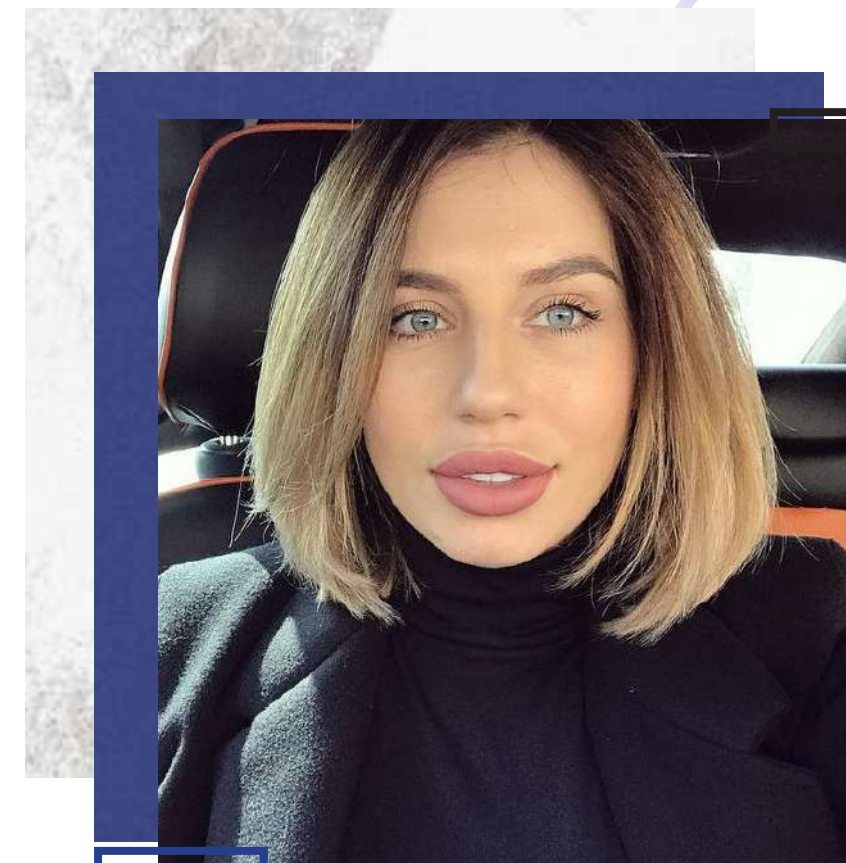
Опитування проведене Фондом «Демократичні ініціативи» спільно з соціологічною службою Центру Разумкова за підтримки програми MATRA з 13 по 21 грудня 2022 року. Опитування проведене в усіх областях України, за винятком Луганської та Донецької областей та АР Крим. У Запорізькій, Миколаївській, Харківській та Херсонській областях – на підконтрольних уряду територіях та на яких не ведуться бойові дії. Опитано 2018 респондентів віком від 18 років. Теоретична похибка вибірки не перевищує 2,3%. Разом з тим, додаткові систематичні відхилення вибірки можуть бути зумовлені наслідками російської агресії, зокрема, вимушеною евакуацією мільйонів громадян.

Created with Datawrapper

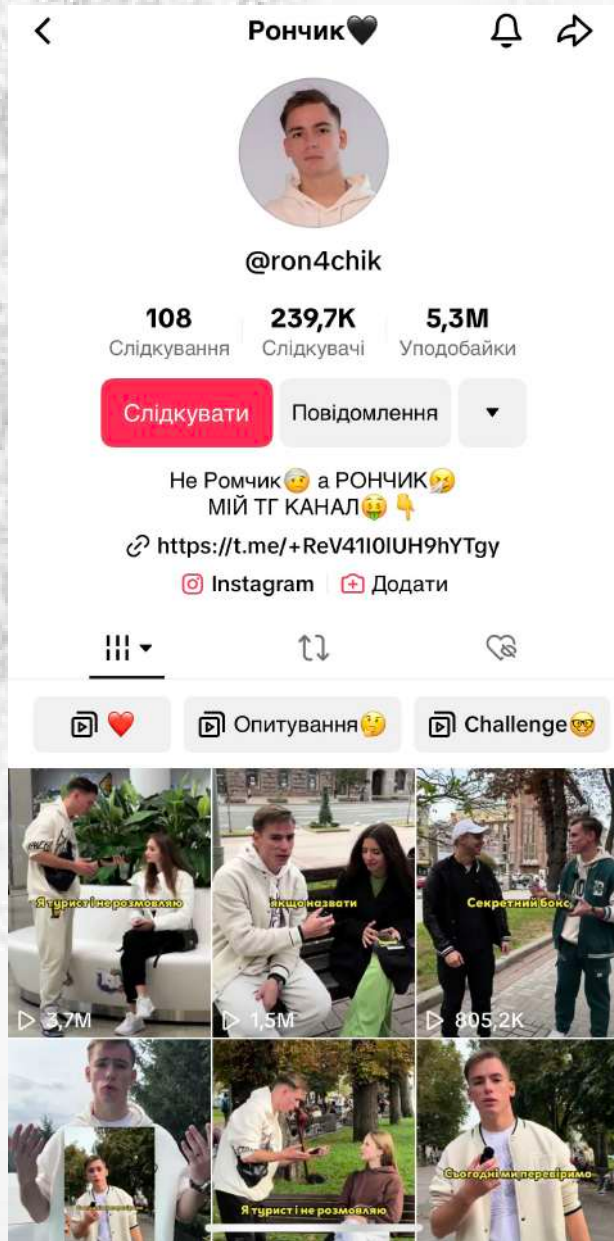
Результати дослідження фонду «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва

Однак також є громадяни, які свідомо вважають, що мова не важлива, і навіть пропагують таке ставлення у маси. Провідниками думок сьогодення зазвичай виступають блогери та публічні особистості. **Так, наприклад, блогер мільйонник Анна Алхім у своєму блозі назвала жителів Заходу України «завод Дебілів» через українську мову, на якій вони власне розмовляють.** Такі висловлювання зрозуміло, що ображають місцевих жителів, але більше того, такі слова знаходять підтримку. Люди з великою аудиторією повинні пропагувати релевантні наративи, адекватні та не суперечливі. А тут мовний конфлікт зачіпає вже іншу гостру тему – територіальну приналежність.

Мешканці Західних міст України опиняються в конфлікті також і через своє «безпечне» географічне розташування. **Російськомовні переселенці з менш безпечних міст обурюються, що, наприклад, Львів, Івано-Франківськ або Ужгород війна не зачіпає — і тому, за їх словами, там здавали квартири на початку війни по 3000 доларів, там грабують гуманітарку і там утискають у складний період співгромадян, які розмовляють російською.**



Блогерка Анна Алхім
Фото: opentv.media



Скрін сторінки автора опитування

Тобто люди, які обирають розмовляти не державною і пропагують зазвичай наративи на кшталт «какая разница» чи **«мне так удобно, это мой выбор»**, починають негативно ставитися до цілих груп населення. Хоча всі ми знаємо, що є недобросовісні люди, які наживаються на горі, всі ми знаємо, що розграбовують усюди та у великій кількості, і всі ми знаємо, що на Заході лунала виключно українська.

Так у вересні 2023 року в ТікТок поширювалось відео, де хлопець вирішив перевірити, як у Львові реагують на **«русский язык»**. Респонденти відповідали, що не розуміють питання, яке ставив хлопець і просили перейти на державну. Відео подивилося майже **10 мільйонів людей**, а у коментарях, яких назбиралося **40 тисяч**, обурені глядачі почали ображати львів'ян за таке ставлення. Пишуть **«Фортеця Львів»**, що є мемом від Фортеці Бахмут, **«прифронтове місто»**, що є також мемом після прильотів у Львів, **«де гуманітарка»**, **«от як поважають співгромадян»**, і звісно, купа коментарів про утиск за мову.



Фото: patrioty.org.ua

Проаналізувавши саме цю ситуацію, складалось враження, що зовсім і не про мову... а про щось глибше, більш очевидне. А саме, як наочно просувають російську ІПСО, яка впливає на українців. Адже таких сварок всередині нації і хоче добитися ворог. росія тисячоліттями намагалася впроваджувати свою мову на територію України, і тому зараз, знаючи про таке вразливе місце українців, намагається через інформаційний простір просувати маніпулятивні наративи.

У такий час ми маємо багато проблем, багато незгод, горя та страждань... бо війна врешті-решт. І треба навпаки підтримувати один одного, кожного громадянина, і навіть не допускати думки «а чого в іншому місті не бомблять, це не справедливо», бо це рівень інтелекту нашого сусіда-агресора, а ми, справжні українці, повинні бути згуртованими, не утискати один одного, знати та прославляти українську мову, український народ.

Дар'я Гломозда

Зірки-зрадники: де ж вони були вісім років?

Повномасштабне вторгнення в Україну зірвало маски з багатьох людей. Зокрема, ми побачили справжні обличчя зірок шоубізнесу.

Виявляється, що навіть після різанини в Бучі та катувань у херсонських підвалах деякі артисти, співаки, танцюристи, які вирости та навчалися в Україні, можуть відкрито підтримувати росію у війні або замовчувати інформацію про її злочини.

Раніше подібні кейси покривали висловом «культура поза політикою», однак зараз градус війни та пропаганди зашкалює настільки, що відмовка більше не працює. Розповідаємо про найвідоміших особистостей, які остаточно зрадили Україну.

Хто шукає зрадників?

Тих, кого в народі вже прозвали зрадниками, чимало. Платформа theylovewar.com збрала тих, хто підтримує або мовчки толерує російські злочини, поширює фейки про війну тощо.

А громадський рух «ЧЕСНО» заснував «Реєстр держзрадників», де найпопулярнішими категоріями стали спортсмени, артисти, співаки та діячі культури.

Очолює рейтинг пошукових запитів реєстру ексчемпіон світу з боксу Василь Ломаченко, на другому місці також спортсмен — футболіст Анатолій Тимощук, Третю сходинку посіла співачка Ані Лорак.

Найвідоміші зрадниці та зрадники



Таїсія Повалій під час концерту в Уфі

Співачка **Таїсія Повалій**, яка активно підтримує путіна, нещодавно оббрехала Україну та заспівала про любов до росії.

Влітку в рф відбулися пропагандистські концерти, де вихваляли окупантів та війну. Зокрема, зрадниця Повалій виступила одразу у двох містах — Уфі та Кемерові. Ще декілька цікавинок про співачку розповів Павло Зібров в інтерв'ю для «Обозревателя»:

«Я думаю, що дата, коли їй дали громадянство (24 серпня – День Незалежності України) — це не збіг обставин, — ділиться своїми здогадками виконавець. — Кремль їй платить хороші гроші, і впевнений, що вони використовують це у своїй пропаганді на повну. Мовляв, отримала в такий день російське громадянство народна артистка України. Вони ж її так там оголошують! Подивіться, вона на їхніх заходах співає про Росію-матушку! Цим годується з кремлівської помийки. Що тут коментувати: це багнюка! А її все затягує і затягує туди — вже тільки вуха стирчать!» — висловився артист.

Регіна Тодоренко

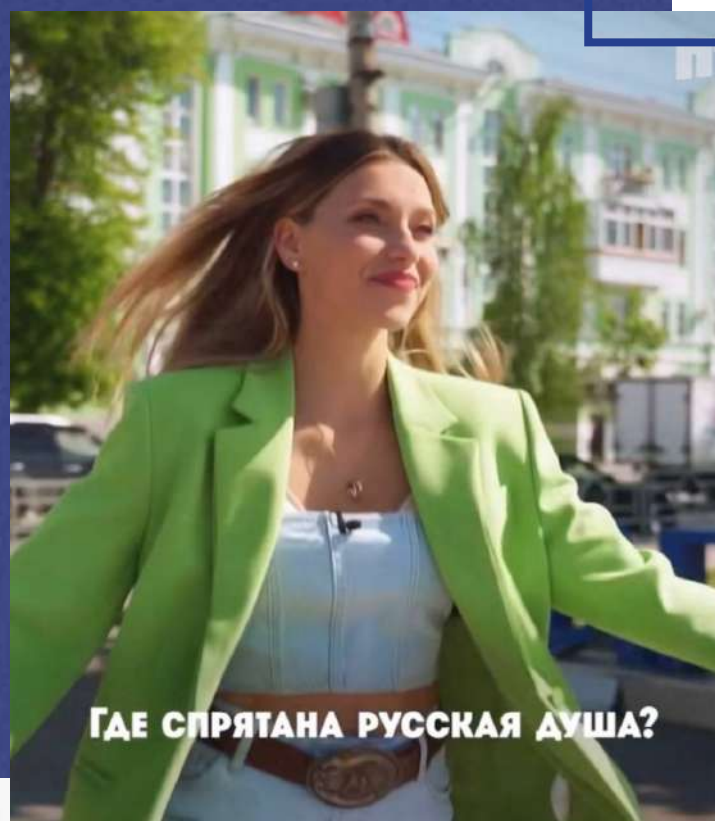


Фото: інстаграм Регіни Тодоренко (закритий для українців)

Після 24 лютого 2022 Тодоренко не виговорила жодного слова проти війни. Вона всіляко замовчує геноцид українців та продовжує свою кар'єру в росії.

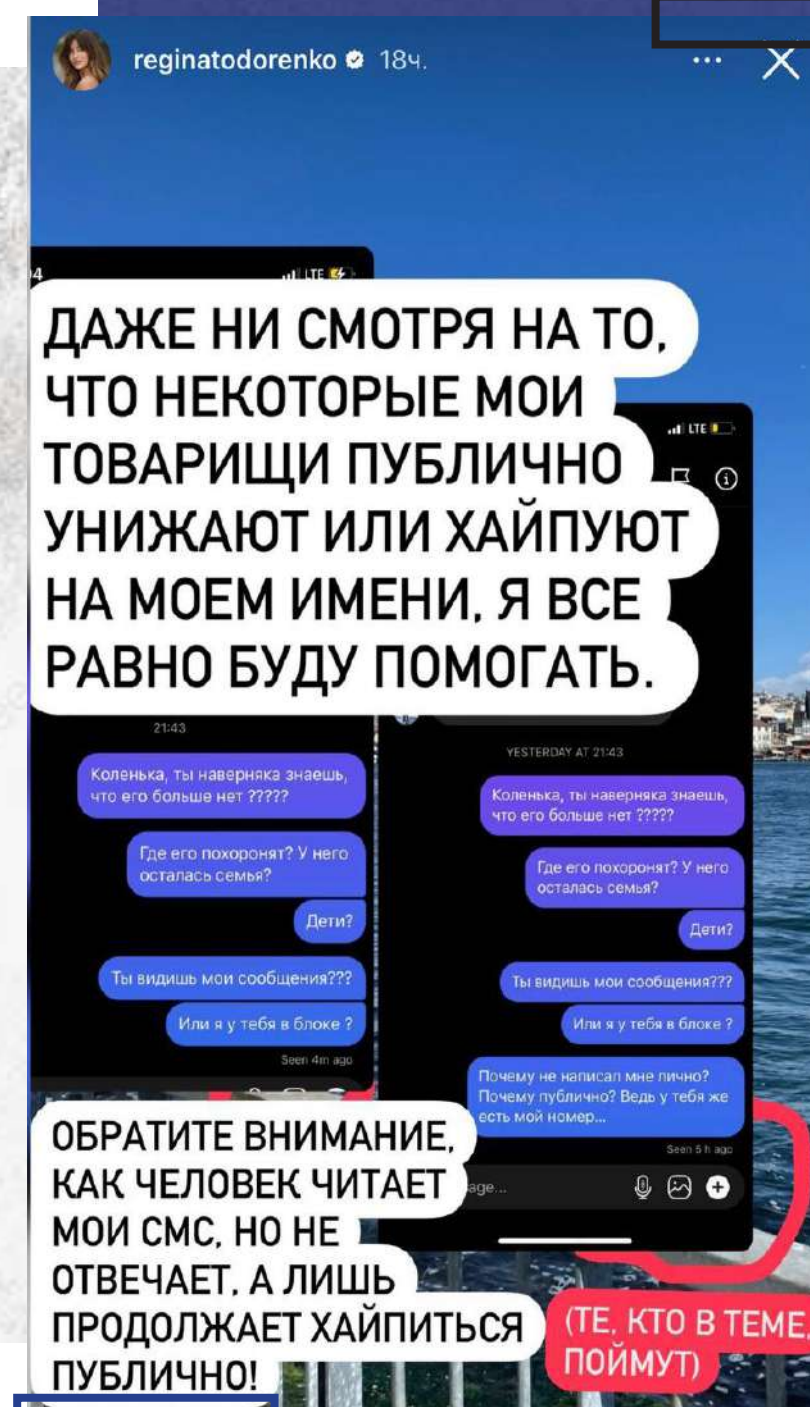
Що відомо про родину Тодоренко, яка досі живе в Україні? Відомий український музикант та колега Регіни з програми «Орел і Решка» Коля Серга розповів, що брат телеведучої-зрадниці не боїться засудити російське вторгнення.

А ось батьки Тодоренко, на думку телеведучого, підтримують її мовчазну позицію. Про це артист розповів в інтерв'ю журналісту Славі Дьоміну на YouTube. **«Я записав відеозвернення, де в особі Регіни звернувся до всіх нейтральних блогерів на території РФ. Але вона аж ніяк не відреагувала. І я зрозумів, що це був похорон Регіни в моєму житті. Надгробна промова — бац, і кинув земельку»,** — поділився ведучий.

Коля Серга листувався з Регіною й особисто, коли в Бучі загинув колишній хлопець ведучої. **«Мого друга, який колись зустрічався з Регіною Тодоренко, убили в Бучі. Вистрілили в потилицю, хоч Алік не був військовим. Він вийшов із підвалу і його просто так убили»,** — сказав Коля в програмі «Зірковий шлях». Ведуча, каже, у відповідь запитала: **«Чи правда, що Алік помер? У нього хтось залишився?»**

Наступного дня Регіна нібито виклала їхнє листування в мережу, але залишила лише свої повідомлення. І написала: **«Людина піариться на мені».**

До речі, нещодавно Тодоренко стала ведучою нового шоу на пропагандистському телеканалі. Відтепер Регіна заробляє криваві рублі на тому, що оспівує «красу» росії у тревел-шоу «Руссо-Экспрессо». Формат вкрали в української програми «Орел і Решка». На жаль, список зрадників можна продовжувати ще довго. **Прикро, що криваві гроші та ворожа пропаганда підкупають українців настільки, щоб вони зрадили свою батьківщину.**



Знімок екрану переписки Регіни з Колею Сергою (Фото: інстаграм Колі Серги)

Ольга Воротнюк

Свій – чужий: ждуни «руського міра» в Україні

Ждунами в суспільстві називають українців, що чекають на «визволення» російськими військовими. Зазвичай у цьому контексті говорять про тих, хто живе зовсім поруч біля «нуля».

Чому навіть під час повномасштабної війни деякі громадяни тихо чекають на російську окупацію та що про наших мешканців на прифронтових територіях кажуть військові? Розмірковуємо в цьому матеріалі.

Російська агресія крізь віки

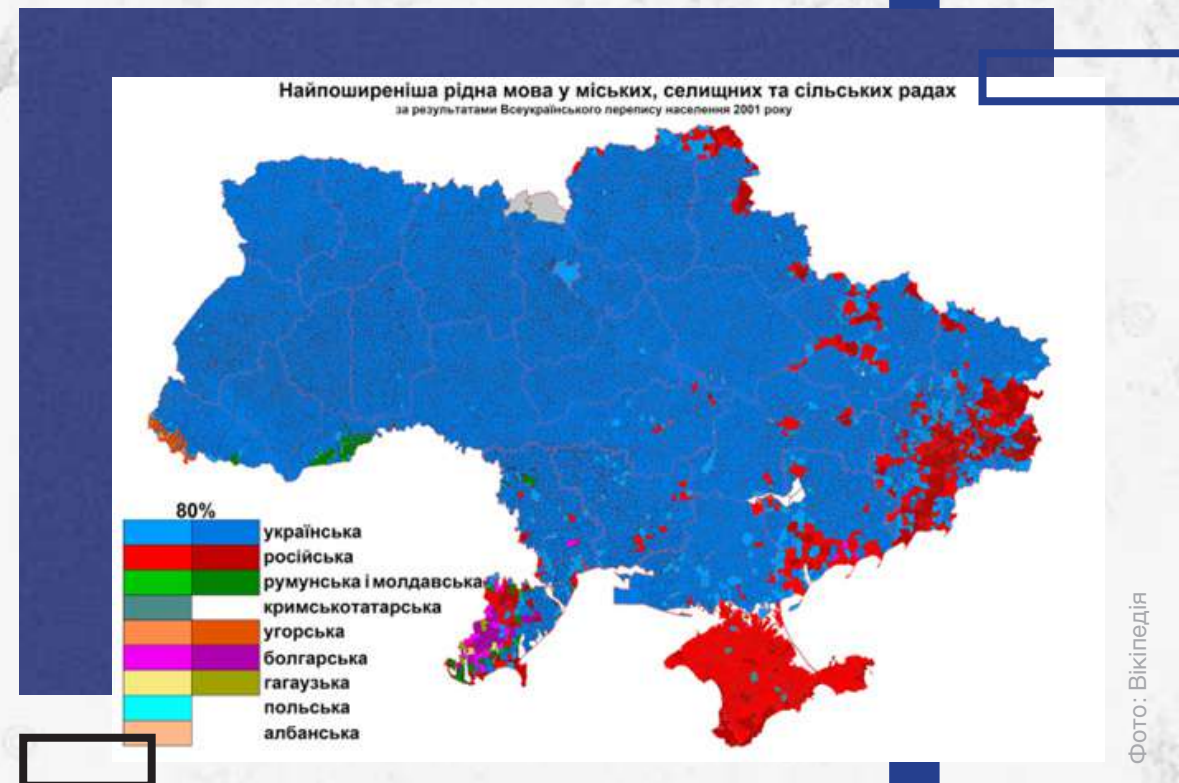
Як відомо, росія століттями намагалася знищити українську націю та схилити наших людей на свій бік. Для цього застосовували різні маніпуляції, розповсюджували пропаганду, діяли силовими методами.

Згадаймо розстріляне відродження. Тоді митці відстоювали українське попри переслідування з боку КГБ, тотальне стеження, повсюдну радянську пропаганду і загрозу фізичного знищення — яке врешті, на жаль, сталося.

І ось зараз маємо те саме, але ще більш витонченими методами, в умовах гібридної війни. Однак деякі українці приймають російських загарбників з відкритими обіймами, знаючи про терор, який вони влаштовують на окупованих територіях. Досі, на жаль, українці відчують наслідки вимушеної прив'язаності до росії, чим можна пояснити лояльне ставлення частини населення до росіян.

Експеримент: назвіть три польські виконавці фільми. Вдалося пригадати? А тепер згадайте три російські – який маєте результат? Для багатьох тут, мабуть, відповідь невтішна.

До росії нас роками прив'язувала і мова, як би її не намагалися відгородити від політики. Ще за результатами перепису населення 2001 року російську мову назвали рідною 29,6% українських громадян. На мапі нижче бачимо, що російська переважала як рідна в Криму та окремих районах Донбасу — туди ж першою і прийшла повзуча російська окупація. Все ж таки певний зв'язок у цьому є.



Військові і ждуни

Доброволець ЗСУ Антон (ім'я вигадане), який побажав зберегти анонімність, розповів про свій досвід співпраці з населенням у різних регіонах України: *«Якщо казати про Київ, то у мене було більше довіри до людей. В Одеській та Херсонській областях більшість теж підтримували Україну: люди приносили продукти, пускали безкоштовно жити до себе в будинки. А на Донеччині та Луганщині, як на мене, дуже багато ждунів. Там мій підрозділ був більш насторожений. Коли виходили з квартири, обережно смикали ручку дверей, щоб там не було ніякої гранати».*

На Донбасі війна йде вже 9 років, і це ті люди, які дійсно втомилися. Вони хочуть, щоб усе скоріше закінчилось. І чекають також через те, що там дуже добре працює російська пропаганда. Мовляв, росія зараз прийде, війна закінчиться, і все інше”, — поділився військовий Антон.

Хоча про це майже не говорять, однак було чимало випадків, коли свої ж перешкоджали українським військовим на шляху визволення. Антон розповів історію про спробу можливого отруєння з боку цивільних:

Крайня історія, яка сталася, це історія з Краматорська, де ми жили десь місяць, винаймали квартиру. Приблизно через тиждень після того, як ми заселилися, до нас піднялась бабусенька з поверхів нижче. Принесла нам млинці, дякувала за те, що захищаємо. Наступного дня подзвонив хазяїн квартири, почав питати, як наші справи, як наше здоров'я, чи всім все добре. Це був перший дзвіночок, а ту бабусечку в цьому будинку ми більше не бачили. Ці млинці з'їсти не встигли, бо і так були ситі. Викинули їх, бо було страшно. Ми не були впевнені, що вони отруєні, але сама дивна ситуація та неоднозначне ставлення населення до української армії показує, що краще в таких випадках не довіряти”.

Чи не найчастішим перешкоджанням на шляху визволення для нашої армії стають корегувальники російських ракет. За даними **Радіо Свобода**, під час окупації у селі Гроза на Харківщині було немало людей, які приязно зустрічали російських військових: пускали на свої подвір'я, годували, дозволяли зносити до хат вкрадене у мирних жителів майно. Односельчани припускають, що навести ракети в село **5 жовтня 2023 року** могли саме вони — ждуни «руського міра». **Боець ЗСУ Юрій Сиротюк в інтерв'ю для Суспільного свідчив, що в Бахмуті також були люди, які чекали росію.** Але мало хто з них вижив, бо російські снаряди та авіація не вибирають своїх та чужих.



Жертви ракетного удару по с. Гроза

Нагадаємо, що в кафе в селі Гроза від російського обстрілу загинуло 53 мирних мешканці, ще 6 отримали поранення, а 6 дітей повністю осиротіли. Правоохоронці вже встановили осіб, які навели ракету на цивільний об'єкт. Ними виявились двоє братів — колишні правоохоронці Дмитро та Володимир Мамони. Перед окупацією Харківщини вони втекли до РФ.

Припущення односельчан таки справдились. Вже перебуваючи в росії брати передавали кураторам всю інформацію, підтримуючи дружні стосунки з сусідами. Старший Мамон детально розпитав у людей, хто саме буде на поминках, о котрій та де саме.



Брати -корегувальники

Як нам бути? Безумовно, важко зміцнювати країну, коли серед людей досі є ті, хто підтримує нищівні дії росії, толерує геноцид української нації. Така полярність думок заважає об'єднанню нації проти спільного зла й залишає ворогу вікно для роботи пропаганди, адже досі вона показує певний результат.

Що ж ми можемо вдіяти? Насамперед посилювати контрпропаганду, підвищувати рівень медіаграмотності — впевнена, ви знаєте, як бабусі й дідуся легко ведуться на фейкові новини з Вайбера. Ми маємо підтримувати старше покоління, проводити м'яку культурну експансію на деокупованих територіях, запроваджувати програми всебічної підтримки для знедолених українців, які втратили все.

Кара для колаборантів безумовно має залишатися. Однак перш ніж карати варто подумати про те, як не втратити постраждалих від війни українців, яких росія може так легко завербувати в час, коли емоцію переважає над рацією.

Олеся Гнатіва

Створюємо завтра разом: спільний шлях до відбудови

Після побачених наслідків війни, в країні завжди виникає нагальна та гостра потреба в новому підході до відбудови. Адже, подібно до того, як завершується велика буря, настає відродження. Відродження — це не лише завершення військових дій, а й повноцінне відновлення нашої держави. Саме тому нам вже зараз потрібно думати, як відбудовувати кра-

Під час Ukraine Recovery Conference 2023, уряд України проаналізував масштабну потребу країни у реконструкції, приблизно оцінивши її на рекордні 411 млрд доларів США. Також уряд визначив п'ять ключових напрямків для пріоритетного відновлення: енергетика, розмінування, житлова сфера, ремонт критичної інфраструктури, економічна підтримка сектору малого та середнього бізнесу. Очевидно, що потрібне фінансування для України наразі перевищує можливості. Тож треба знайти наші першочергові завдання у довгостроковій перспективі.

Найбільше від російської агресії постраждали Донецька, Київська, Луганська, Чернігівська та Харківська області. В Маріуполі рф зруйнувала 90% інфраструктури. Відповідно до оцінок української влади, в країні постраждало понад 350 тисяч об'єктів, зруйновано мільйони квадратних

метрів житлової, освітньої, медичної та спортивної інфраструктури. Окупанти знищили тисячі кілометрів доріг і залізничних колій, а також аеропорти, порти та інші об'єкти. Наразі процес реабілітації вже започатковано на територіях, які деокупували.

«Мій будинок загорівся від потрапляння кількох снарядів. Я знаю, що я б не вижила якби б перебувала всередині», — розповідає жителька Ірпеня Марина Шевченко. Мешканка додає, що наразі дім відремонтований за гроші влади, але він недостатньо обладнаний для життя.

Відбудова інфраструктури житлової сфери, як пріоритет відновлення, вимагає заздалегідь обдуманих та стратегічних рішень. Наприклад, «панельки» епохи Хрущова створювались як тимчасове рішення після Другої світової війни, але їх вплив й досі визначає архітектурний образ багатьох наших міст.

Інший приклад, коли в кінці XX століття Китай розпочав руйнування традиційних кварталів і споруд, прагнучи до економічного зростання та модернізації. У період з 1950 по 1970 роки, за даними ЮНЕСКО, Китай втратив понад 100 тисяч історичних будівель. Це спричинило широке обурення громадян та критику з боку світової спільноти. Отже, перед нами стоїть завдання знайти оптимальний шлях: чи можливе відновлення, яке враховує сучасну модернізацію, уникаючи відсталості, і водночас зберігаючи архітектурний спадок. Подібний варіант відновлення вимагає складних рішень та технологічних інновацій, які стануть ключовим чинником у цьому процесі.

У питаннях фінансування слід акцентувати на прозорості та підзвітності, забезпечуючи відкритість і відповідальність у всіх аспектах.

Замість індивідуальних амбіцій, українцям необхідно визначити спільні цілі для планування реставрації та формування єдиної та стійкої архітектурної структури. Серед джерел фінансування відбудови розглядаються багато різних альтернатив, таких як: заморожені активи росії, репарації та допомога від ЄС. Міжнародні фінансові організації, такі як ЄБРР та Світовий банк, вже мобілізували фінансування та підтримку.

Фото: blogs.korrespondent.net



Окрім того, співпраця з міжнародними партнерами та залучення експертів з різних галузей можуть забезпечити вдумливе та компетентне планування проєктів.

Наразі Україна стоїть перед серйозним викликом відновлення після воєнних руйнувань та злочинів рф. Ukraine Recovery Conference 2023 стала ключовою точкою визначення наших завдань та потреб. Разом ми формуємо завтра, яке буде долати труднощі, зберігаючи при цьому нашу ідентичність та забезпечуючи процвітання для майбутніх поколінь.

Крістіна Гречанюк

Парадокси та реалії: чому ідея скорішої перемоги має протилежний ефект на суспільство та військових

Сприйняття війни та перспективи перемоги – це аспекти, які дуже різняться у цивільних та військовослужбовців. У війні в Україні спостерігається парадокс: чим далі від передової, тим більше людей схильні розслабля-

Від першого дня повномасштабної війни непереможний настрій став для українців мотиваційним якорем для протистояння російській агресії. Народ, як ніколи згуртувався, один став опорою для іншого. Впевненість у перемозі, або краще скажімо, у поразці ворога породжувала гасла, меми, пісні тощо... і це на початку допомагало у підтримці патріотичного, народного духу. Але з плином часу цивільні пристосувалися до нових умов життя, почали утопати в рутині – і тепер ті гасла у підтримку стали ідеєю скорішої перемоги.

У той час як військовослужбовці, втрачаючи кожного дня солдатів та стикаючись з реаліями, переконані, що перемога – це віддалена перспектива. Чому ж заповітна мрія українців почала нести порожній сенс, і як доносити суспільству реалії, щоб уникнути життя в парадоксі, як протягом останніх 9 років.

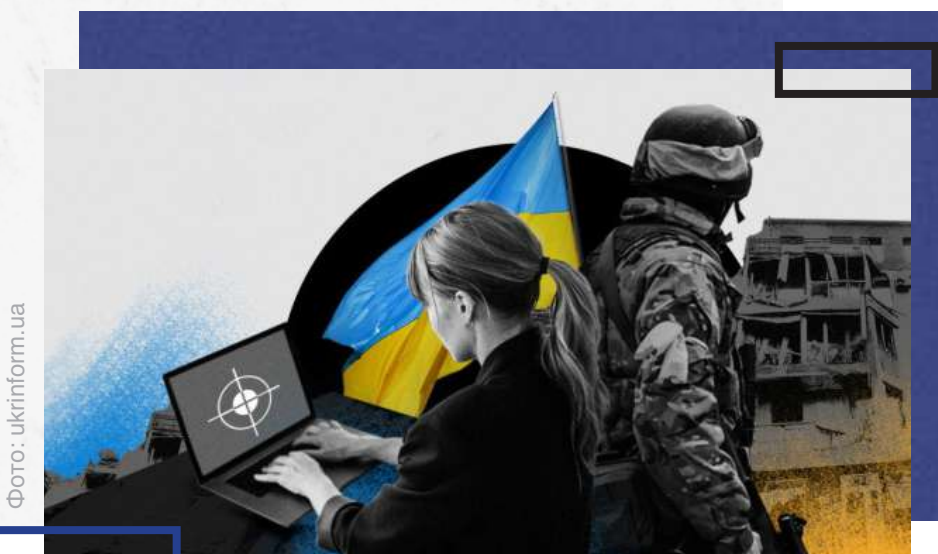


Фото: ukraineform.ua

Наразі в більш спокійних містах єдине, що нагадує про війну – це сигнали повітряної тривоги. Люди у швидкоплинному русі буднів забувають про факт війни, адже якщо я її не бачу – значить її нема. І здавалося б, це логічна поведінка і нічого парадоксального, але ж якби не ці 9 років, котрі показали, що буде, якщо не звертати уваги на війну, на політичний контекст і просто вірити в нормалізацію ситуації.

А чому так відбувалося? Відповідь доволі проста – інформаційне середовище. Наразі ситуація звісно значно краща, велика кількість медіаресурсів в соцмережах транслюють фото, зазначають втрати та у цілому показують справжню картину, але ж всі новини губляться посеред такої яскравої інформації про вдалий наступ ЗСУ або підрив Кримського мосту. І суспільство це сприймає, як надію і віру, що ось ось скоро все закінчиться.



Ютуб відео одного з ефірів каналу "Ми - Україна"

Як сказала Аліна Михайлова в інтерв'ю «Слідство Інфо», в країні панує інформаційна політика «тотальної перемоги», тобто люди починають всерйоз говорити про те, що будуть купатись в Криму наступного літа, фактично не роблячи нічого для того, щоб це хоч трішки було ймовірно.

На загальнонаціональних каналах на 2 рік повномасштабної війни все ще показують псевдоекспертів. Екстрасенси, відьми, ворожки спочатку були свого роду антистрессом, але сьогодні виділяти ефірний час на здогадки про смерть путіна чи перемогу у 2024 – це відволікання від реальних проблем.

«Інформаційному простору, ну тобто телебаченню, великим впливовим медіа треба на пряму говорити, що це все не скоро закінчиться. Треба наголошувати, що тут біда і приймати той факт, що перемоги не буде, якщо Всі не підуть воювати. Я взагалі не розумію, що означає «не лякати суспільство», типу, щоб не падав дух... А що вони будуть робити, коли ми закінчимось? Не потрібно показувати один нещасний взрив на росії там у московії. Треба показувати, як ми вигризаємо метр за метр, і вже не вистачає зубів, щоб гризти далі. Може тоді у людей з'явиться бажання готуватись до військової служби», — молодший лейтенант бригади «Буревій» Денис Зелений.

У жовтні 2023 року український журналіст Денис Кошельник провів опитування серед киян щодо оборони Маріуполя. Частина людей була обізнана, частина не знала про теракт в Оленівці, одна респондентка зазначила, що не дуже слідкує за новинами через перебування за кордоном, адже там багато справ, ще один юнак відповів, що не любить «грузити» себе поганими новинами, тому і не читає їх. Десь на просторах Ютубу якась публічна постать також каже, що новини їй заважають творити. І тут справа вже не в інформаційному просторі, а в людській совісті.

Всі знають, у кого вона відсутня. Всі знають, якими внутрішніми проблемами кишить країна. Але варто почати з себе і нарешті зрозуміти, що віра в перемогу, в настання миру без жодних зусиль — це безглуздо. Так, маленькими кроками, хтось на фронті, хтось в тилу, але діяти. Є тільки один шлях, щоб позбутись ворога — це всебічна підтримка військових, свідоме споживання інформації, обізнаність у суспільно-політичній сфері та активна участь в громадянському житті.

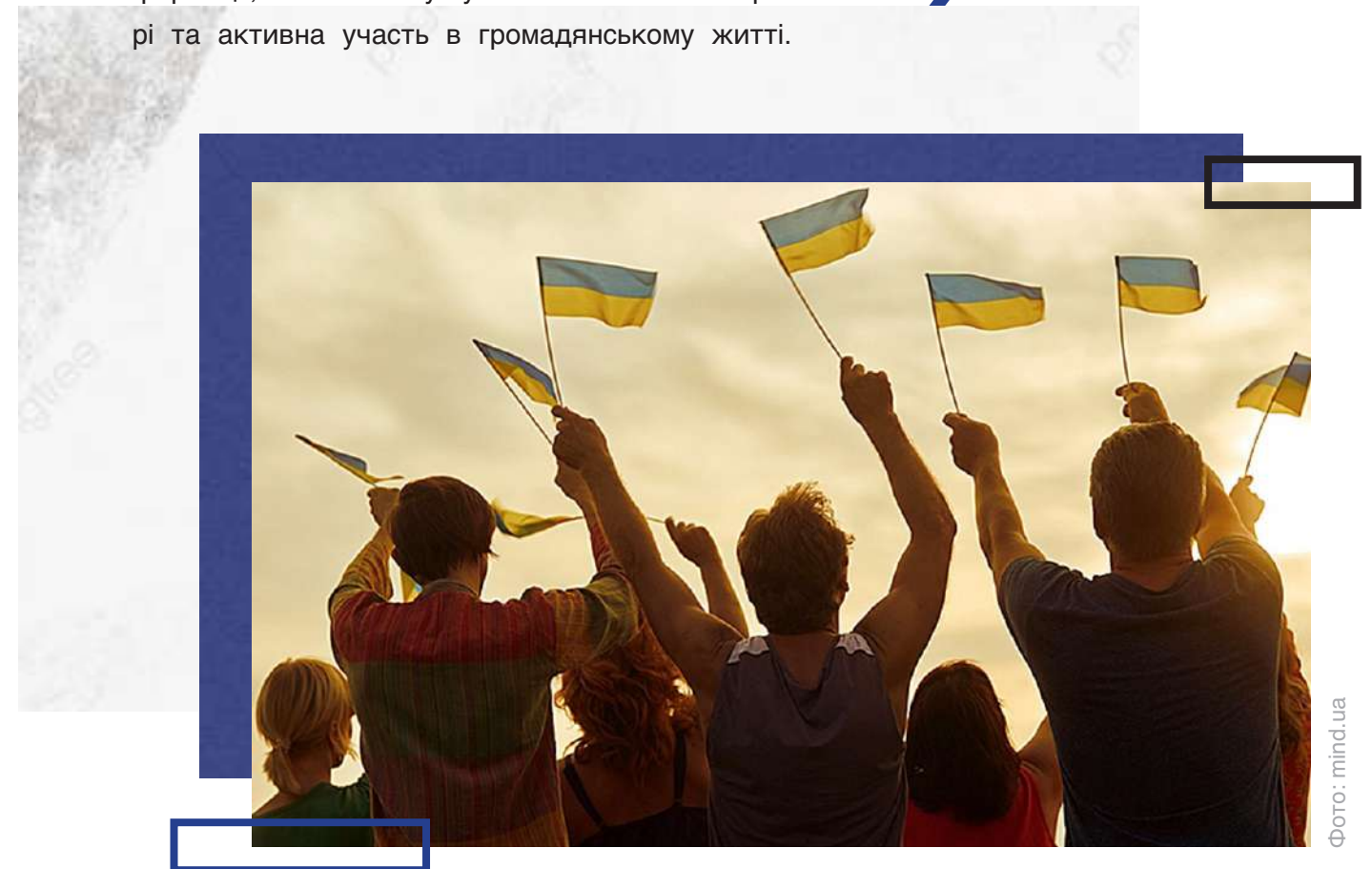


Фото: mind.ua

Важливо віддавати перевагу реалістичному підходу та свідомому розумінню складнощів, з якими стикається країна. Вже не вийде закрити очі на те, що відбувається десь там, бо опинимось знову на вихідній точці.

Дар'я Гломозда

Розпочати життя з нуля. Історії українських переселенців

Домівку відібрали, роботи немає, а зв'язок з близькими втрачено — лише я та все моє життя в одному рюкзаку. Така нова реальність застала мільйони українців, які були змушені тікати світ за очі через прихід «руського міра». Наш журналіст Євгеній Золотухін вивчив шляхи внутрішньої міграції українців та поспілкувався з тими, хто пройшов нелегкий шлях адаптації до нового середовища.

Що було пережити найважче, чи вдалося людям стати «своїми» та як почати жити, а не існувати, коли не можеш повернутися додому — розповідаємо в цьому матеріалі.

Нові домівки українців

За даними Руху «ЧЕСНО», наприкінці березня 2023 року в Україні зареєстровано **4,8 млн внутрішніх переселенців**. За кількістю лідирують Київська, Дніпропетровська та Харківські області — українці, як і у 2014-му, схильні обирати для переїзду столицю чи області поблизу своїх домівок.

Однак попри це, кількість переміщених осіб з початку повномасштабного вторгнення зросла найбільше саме в західних регіонах. **Показники на Галичині, Закарпатті та Буковині зросли у 20-40 разів.**

Впродовж сотень років захід, південь і схід України перебували у складі різних держав. І саме на різниці ментальностей українців багато спекулювали як у нас, зокрема під час виборчих кампаній, так і в росії, де на цьому побудована пропагандистська машина.

В умовах інформаційної війни важко відрізнити пропагандистські нісенітниці від реальних історій. Тож як насправді проходило життя українців, що тимчасово чи вже постійно змінили «прописку»?



Інфографіка. Джерело: Рух ЧЕСНО

Досвід українців

Студентка Навчально-наукового інституту журналістики **Крістіна Павлова** після 24 лютого стала переселенкою вже вдруге. У 2014 році дівчина з родиною переїхала з Горлівки в Краматорськ, а вже 2022-го року знайшла прихисток в Ужгороді, де прожила півтора року.

«Більшість місцевих реагувала на нас позитивно, але не всі. Якось у гуртожитку до нас підійшов вихователь і сказав, що Краматорськ — це помийка і дно, порівняно з Ужгородом», — розповідає дівчина про свій найбільш неприємний випадок.

В Ужгороді «своєю» вона себе так і не відчула, адже її світосприйняття суттєво відрізняється від того, як думають місцеві. Найважчим тягарем для юної журналістки стала тривала відсутність батька, з яким раніше вона бачилась щодня.



Модульні будиночки для ВПО на Закарпатті. Джерело: Закарпатська обласна рада

Щоб звикнути до життя в протилежному кутку країни, вона займалася хобі: **«Ще в Краматорську відкритися іншим людям мені допомогла театральна академія. Зараз, щоб втекти від апатії, я займаюся музикою. Поганий настрій — беру гітару, граю, співаю, а потім гуляю містом».**

За словами дівчини, в Ужгороді високий рівень послуг для переселенців. Там є легкодоступна медична допомога, можна отримати гуманітарку. Для молодших є курси розвитку, заняття з української мови. У місті видають безкоштовні ваучери на харчування: бабуся дівчини, маючи маленьку пенсію, може щодня їсти в кафе безкоштовно.

Головна редакторка онлайн-медіа «ДеКім-ната» **Анна Штопенко** через вторгнення переїхала з-під Києва спочатку на Закарпаття, а через декілька місяців опинилася вже в Чернівцях. Про людей на новому місці вона також відгукується неоднозначно:

“Всюди реагували по-різному. На Закарпатті деякі співчували, деякі насміхалися та ставилися до нас так, наче ми незрозуміло хто. Обурювало те, що місцеві часом не розуміли, що почалась війна, а ми приїхали до них не з курорту на курорт”.

У перші ж дні постало питання про пошук житла, і з цим було дуже важко. Родина Анни мала з собою двох маленьких собак, через яких їх не хотіли поселяти нікуди. **«В одному з будинків, куди ми приїхали, нам запропонували закинути собак у підвал, бо в них там так заведено»**, – розповідає дівчина.

Рівень медичних послуг на Закарпатті Анна відзначила як незадовільний. Будучи хворою на коронавірус, їй довелося лікуватися телефоном із київськими лікарями, адже на місці знайти нормального спеціаліста не вдалося. Ментально ж адаптуватися було важко через постійні переїзди з купою речей та домашніми тваринками. Крім цього, процес гальмували переживання про домівку й котиків, що лишилися на сусідах.

«Мені було погано, куди б я не приїхала, адже я дуже сумувала за своїм рідним містом. У Чернівцях я ходила вулицями, фотографувала місто, відвідувала кафе. Хоча люди кажуть не ходити по кафешках, бо в країні гинуть люди, але саме це допомогло мені не зануритися в пільму депресії. У кав'ярнях я отримувала такий сервіс, наче я вдома», – розповідає Анна.

І хоча адаптуватися до кінця їй так і не вдалося через постійну тугу за друзями, Києвом і його атмосферою, дівчина почувалася “свою” — вона у своїй рідній країні, в Україні.

Як швидше пройти процес адаптації?

Почати жити в новому суспільстві — це комплексний процес. По-перше, це психологічний аспект, коли людина має прийняти зміни та налаштуватися жити далі, попри всі пережиті труднощі. А по-друге, це низка соціальних взаємодій для побудови нових зв'язків із людьми, пошуку роботи, отримання послуг тощо. Що треба робити, щоб адаптація пройшла простіше та швидше?

Місцевій владі, що приймає людей, варто подбати про те, щоб ВПО мали всю інформацію про послуги та програми підтримки. Гарний приклад — мережа центрів **«ЯМаріуполь»**, де маріупольці надають комплексну підтримку маріупольцям. Таким чином, ВПО разом із земляками простіше проходять перший етап адаптації в абсолютно невідомому для себе місці.

Крім того, треба розширювати кількість місць, у яких шляхи місцевих та новоприбулих жителів перетинатимуться. **«Дуже добре на об'єднання громади працюють спільні заходи, осередки: гуртки для жінок, чоловіків та дітей за інтересами. Не потрібно концентруватися на тому, що нас роз'єднує. Варто навпаки робити якомога більше заходів, які допоможуть згуртуватися. Це може бути волонтерство, риболовля, ігри тощо»**, – зазначає психологиня Тетяна Назаренко.

Що ж робити самим переселенцям? Насамперед — **відновити свою рутину**. Шукайте місця, схожі на свій дім, ходіть у заклади зі звичною їжею — чим більше знайомого, тим краще. Це буде вашим містком із минулого в теперішнє.

Після того, як тривога та розгубленість мине, час **створювати нові звички**. Поступово ви «позаможетеся» з новим місцем, створивши ментальні зв'язки через нову рутину життя. Влаштуйте пробіжку найближчим парком, відвідайте нові музеї чи театри, ходіть на закупки в іншу крамницю. Такі дрібнички й формують наш стиль життя.



Черги з переселенців до ЦНАП у Чернівцях. Фото: molbuk.ua

І звісно ж — **спілкуйтеся з іншими людьми** поза своєю «бульбашкою». Люди — соціальні істоти, яким важливо будувати зв'язки з іншими, не залишатися на самоті. Тим паче в умовах війни, коли так важливо відновлювати ресурс, отримувати підтримку, засвоювати нову культуру та відмінний менталітет.

Місце переселенців у сучасному українському суспільстві

Головне, що варто розуміти всім: внутрішньо-переміщені особи — теж українці, попри свої різні політичні погляди та особливості світосприйняття. Тож для цих людей треба забезпечити рівні права та повноцінну інтеграцію в нові громади, до яких вони змушені були переселитися. Вони мають відчувати себе «своїми» в нашому великому українському домі.

Це завдання стоїть як перед органами місцевого самоврядування, так і перед правозахисними організаціями, і звісно ж нами — всіма українськими громадянами. Ми маємо берегти, а не втрачати одне одного. Адже лишеразом, єдиною силою, у нас є шанс збудувати міцну державу.

Євгеній Золотухін

Вони обрали гідність: чому люди з інвалідністю їдуть за кордон під час війни?



Foto: freepik.com

Тривога. Ви в кріслі колісному, ліфт не працює, перед вами — безліч сходок, щоб потрапити до укриття, яке до того не є обладнаним. Або у вас сенсорне порушення — і ви не чуєте тривогу чи не бачите шлях до укриття.

Українські воєнні реалії стають стресом для міцних горішків, які можуть спокійно пробігти пару сходових прольотів. А уявіть, наскільки важче прожити в таких умовах людям з інвалідністю. Усе через неінклюзивний підхід держави до їх потреб.

Це стає однією з причин виїзду за кордон, після якого людина з інвалідністю наряд повернеться до некомфортного дому. Чому держава не зацікавлена у захисті людей з інвалідністю, чому вони їдуть і яку допомогу надає Європа — **читайте далі.**

Нестерпне життя в Україні

Українські міста здебільшого продовжують жити за радянськими будівельними нормами і поняттями. Люди з фізичною інвалідністю, а також маломобільні групи населення (людина з переломом, людина з валізою, мама з дитиною тощо) стикаються з архітектурними бар'єрами, такими як: брак пандусів з нормальним кутом нахилу, високі пороги, непокірні високі бордюри тощо. Люди з порушенням слуху/зору мають обмежений доступ до новин і сигналів тривоги, а що найгірше — під завалами, не маючи слуху, ці люди не зможуть попросити про допомогу. Їхній крик не почують, бо вони не вміють кричати.

Список «недоступності» можна продовжувати довго, а все це підкріплюється інституційними бар'єрами, адже звернення до влади часто залишаються без належних відповідей. Це й спонукає до виїзду туди, де є і безпека, і гідне ставлення до людини.

«Люди виїжджають через низку причин: перше, і таке доволі очевидне — це через небезпеку, через обстріли, друга причина — недоступність укриттів, за офіційною статистикою, тільки 10% були обладнані, але там на практиці, ми перевіряли, набагато менше. Боюсь назвати 1%, бо це перебільшена цифра», — розповідає Наталія Пархитко, заступниця керівника організації «Доступно.UA». Вона також додає, що часто люди з інвалідністю виїжджають через нестачу ліків і якісних програм реабілітації.

Провальна евакуація

В Україні плани евакуації не розраховані на транспортування людей з інвалідністю. Це означає, що з першим днем повномасштабного вторгнення вони повинні шукати шляхи виїзду самостійно. На допомогу приходять громадські організації: «Доступно.UA», «Схід SOS», «Fight for right» тощо.

За словами адвокаційної менеджерки «Fight for right» Вікторії Харченко, яка займалася медичною евакуацією, — це дуже дорого і складно, адже бувають, наприклад, лежачі люди, які не можуть їхати сидячи. А це вже більше місця, інший транспортний засіб. Наприклад, перевезти людину на приватній швидкій з однієї лікарні до іншої коштувало 100 тис. гривень.

Сліпоту держави у бік безпеки для людей з інвалідністю відчула також і організація «Доступно.UA». Наталія Пархитко розповідає, що поїзди для евакуації людей з інвалідністю з Кривого Рогу були недоступними (згадайте сходи на вході у вагон, які треба підкорити разом з важкими валізами). Або була ситуація, коли керівник організації, який сам пересувався на кріслі колісному, перевозив жінку на діалізі через пів Польщі.

Переїзд проходить складно, але краще стерпіти добу дороги та перебувати в безпеці, ніж щоразу сподіватися, що ракета не зачепить, адже шлях до укриття не залишає інших шансів.

Життя за кордоном

У Польщі громадяни України з інвалідністю можуть подати заявку на отримання грошової допомоги для купівлі необхідного обладнання. У спеціальних центрах допомагають знайти пристосоване житло, потрапити до фахових терапевтичних центрів і лікарень. А також надають спеціалізовану медичну, реабілітаційну та психологічну опіку людям, що пересуваються на кріслах колісних, мають розлад аутистичного спектра чи інтелектуальні порушення.

У Чехії все теж починається з заяви, а потім на підставі медичного висновку ухвалюють рішення щодо надання ступеня інвалідності — там їх 3. Особи з карткою TP (по-нашому, 3 група інвалідності) мають право на окреме місце в громадському транспорті та пріоритет в чергах. Власники картки ZTP (2 група інвалідності) можуть безкоштовно їздити місцевим громадським транспортом, отримують знижки на проїзд в інших видах транспорту. Власники картки ZTP/P (1 група) мають додаткові пільги — безкоштовний транспорт національного сполучення та перевезення собаки-поводиря.

В Італії для визнання інвалідності потрібно подати запит до місцевого санітарного управління (ASL) за місцем постійного проживання. Країна аналогічно визначає різні ступені інвалідності, від яких залежить сума соціальної допомоги. Людина з інвалідністю має право на

додаткові пільги, такі як щомісячна фінансова допомога чи оплата допомоги вдома, звільнення від сплати медичного внеску, знижка на проїзд у громадському транспорті, прав на паркування у спеціальних зонах та безкоштовні протези і механізми для пересування.

У Німеччині для отримання допомоги треба також заява, актуальні медичні висновки, виписки з історії інвалідності тощо. Українське посвідчення тут не діє. Бюрократія займає багато часу, але Німеччина надає найкращий соціальний захист: безкоштовне житло, щедрі виплати, медичне страхування та багато іншого.



Фото: freepik.com

Які перспективи на шляху до інклюзивної України?

Якщо країни Європи 30 років створюють доступні міста і все ще продовжують, то скільки потрібно часу Україні, ще й і умовах війни, — питання залишається відкритим. Але прогрес вже почався з ініціативи громадських організацій, які разом з Державним агентством відновлення та розвитку інфраструктури України створюють інфокампанії про інклюзивні міста під час післявоєнної відбудови.

А поки є війна без слова “після”, правозахисні громади продовжують відстоювати права людей з інвалідністю та допомагати їм, щоб нехай після багатьох років, але наші українці змогли повернутись у відбудовану та доступну Україну.

Люди з інвалідністю в Німеччині діляться своїми історіями:

«Я виїхав за кордон, адже мені в Україні так і сказали: «уколи закінчилися, не знаємо, чим вам допомогти». Тут, у Німеччині, медичне страхування покриває мені повністю раз на місяць вартість уколів у спину», — розповідає Олександр Ромашин, який проживає вже рік за кордоном.

«У мене двоє дітей, а сама я з інвалідністю 2 групи, пересуваюсь на милицях. Нас вивезли волонтери з Краматорська — спочатку до Польщі, потім до Німеччини. Тут, навіть якщо не підтверджувати інвалідність, виплат вистачає на всі обов'язкові витрати. Мені навіть допомогли придбати спеціальний ортопедичний матрац. Єдине, що ми живемо в маленькому місті — і тут усюди в центрі бруківка, а будинки всі п'ятиповерхові без ліфта, але зате тут спокійно за дітей і за себе», — ділиться українка Лариса Остащенко.

Дар'я Гломозда



Фото: 1kr.ua

Культура поза політикою — так чи ні?

Здавалося б, війна в країні робить це питання риторичним, проте хтось досі вагається та думає, що «не потрібно всюди приплітати політику». Моє послання сьогодні для всіх, хто досі так вважає, — подивімося на це більш серйозно.

Під час повномасштабної війни культура є одним з інструментів пропаганди росіян. Багато хто ставився до цього питання не серйозно. Деякі люди казали, що культура не на часі, хтось переконував, що вона не має ніякого впливу на сучасну війну. І напали ж на нас не через російську мову, чи не так?

Водночас балерини «Донбас Опері» зробили на сцені малюнок з літер Z і V. А впродовж років росія вербувала до себе десятки, якщо не сотні артистів, співаків і танцюристів з України, які починали кар'єру тут, але зараз стали на бік ворога, прославляючи російську загарбницьку політику.

Наприклад, Ані Лорак, родом з Чернівецької області, ще на початку повномасштабної війни обрала мовчати та уникати гострих слів про політику. Вона продовжила розважати росіян та співати на птахофабриках. Війна за Україну, тобто наших людей, почалася ще давно — думаю, можна зробити певні висновки.

Фото: opera.lviv.ua



Як висловився для «Суспільного» продюсер гурту TVORCHI **Петро Заставний**: «Якби культура була поза політикою, як хтось досі вважає, культурні та наукові діячі не страждали б від репресій, а українську мову не забороняли б протягом 400 років».

Або ж згадаймо «Євробачення». Скільки б цей конкурс не намагалися зробити аполітичним, які б правила не створювали, але марно. Особисто в мене воно завжди асоціювалось з політикою, особливо коли кожна країна у фіналі віддає свої голоси іншій — трапляється така річ, як блокове голосування, коли низка країн голосують за геополітичним принципом.

Політичний бік культури, втім, не завжди поганий. Це один з методів просування України у світі та можливість познайомити з нашими талантами й унікальним колоритом. Зараз якраз той вигідний час, коли Україні досі приділяють багато уваги. Треба використовувати цю можливість і максимально нести українське в маси, незважаючи на кордони.

Гарний приклад демонструють наші театри. Нещодавно Одеський театр опери та балету виступав у Греції, а взимку 2022 року, Національний театр опери та балету України ім. Т. Г. Шевченка гастролював у Японії та продовжував їздити зі спектаклями до Італії, Франції та багатьох інших країн протягом 2023 року.

Гарний приклад демонструють наші театри. Нещодавно Одеський театр опери та балету виступав у Греції, а взимку 2022 року, Національний театр опери та балету України ім. Т. Г. Шевченка гастролював у Японії та продовжував їздити зі спектаклями до Італії, Франції та багатьох інших країн протягом 2023 року.

Ольга Воротнюк



Фото: ukraineform.ua

Об'єднані горем: жінкам героїв теж потрібна підтримка



Фото: shutterstock.com

Серед повідомлень зі статусом «зниклий безвісти», «взятий у полон» або найстрашніших «загиблій», ми забуваємо про тих, хто має надію, любить і завжди чекатиме. Жінки захисників, які переживають невизначеність чи втрату близької людини, мають часом набагато більше стресу та стикаються з низкою психологічних проблем. Чому важливо надавати кваліфіковану підтримку жінкам героїв та не залишати їх у своїй «бульбашці» — розповідаємо далі.

Війна залишає слід у кожній людині. Якщо біль заповнює серце, коли бачиш чужу історію, то навіть не хочеш думати про те, як відчувається біль очікування або біль втрати насправді. Але, на жаль, з кожним днем все більше жінок стикаються з цим щемом.

Статистика показує, що у полоні перебувають щонайменше 3574 військових, а в Єдиному реєстрі осіб, зниклих безвісти за особливих обставин налічується 15 тис. зниклих військових. Раніше статус «удови» мала третина жінок старше 40 років, тепер дедалі частіше вдовіють молоді та зовсім юні жінки.

Чекати — боротьба

Відпустивши кохану людину на фронт, жінки вже переживають великий спектр емоцій: від радості почути голос чоловіка у слухавці до щоденного хвилювання за його життя. Але навіть дзвінок чи повідомлення зі словами «я в нормі» вселяють віру в наступний день. Тиша та дзвінок бригади — так близькі дізнаються про те, що їх захисник потрапив у полон. Далі починається суто їхня боротьба за те, щоб дізнатися хоч якусь інформацію. Чому боротьба? Бо єдиний доказ про перебування у полоні — це свідчення побратимів. Велика проблема заключається у тому, що росія не підтверджує імена військовополонених, як і не робить цього Міжнародний Червоний хрест. Жінки створюють спільні організації, такі як «Серце Азовсталі» або «Дружини полонених Тошківки», звертаються до міжнародних організацій і держави, виходять на мітинги тощо. Але головна боротьба — це впоратися з тривогою та невизначеністю, очікуванням та сподіваннями.

*«Кожна людина реагує на стрес по-різному, адже все залежить від чинників навколо, від обставин. У жінок, які знають, що їх чоловіки знаходяться в російському полоні, зазвичай переважає надія, вони тримаються, активно вірять, щось роблять, діють. Були випадки, коли звертались до нас жінки з дітьми, і основними запитамі були: тривожність, допомога у роз'ясненні дітям або у вихованні, проблема страху, що полон вб'є людину, і це не тільки про фізичне сприйняття. І я б сказала, що тема повернення чоловіків додому після тривалого перебування у полоні потребує більшої уваги. Пропрацювати з жінками психологічні проблеми та можливі ризики ... у будь-якому випадку, мінімого не залишимо наодинці, спонукаємо звертатись і не боятись», — пояснює психологиня громадського руху «Жіноча Сила України» **Марина Гребенюк.***

Жити — боротьба

«Вони ставлять собі запитання не як жити далі, а навіщо жити далі» — саме так описує стан жінок, які втратили своїх чоловіків військовослужбовиця Маруся Звіробій. Вказуючи на складний психічний стан жінок, Маруся стверджує, що відсутня можливість системної реабілітації, що стан після смерті коханої людини можна порівняти з власною смертю. Це нормальна, здорова реакція на втрату перспективи майбутнього, яке будували дві закохані людини — і в мить це все втратили. Жінки стикаються з різними стадіями прийняття, соціально ізолюються, переживають наслідки ПТСР, який супроводжується емоційним та фізичним виснаженням, не вбачають сенсу у житті...

Лідія Невгадовська, дружина захисника, який загинув 10 серпня під Бахмутом, ділиться своєю історією: *«Біль не проходить, його не лікує час. Мені допомагають слова мого Віті, що ми сильні, ніяких соплів, що ми знаємо, заради чого це. І допомагають люди, які тебе розуміють. У нас з чоловіком є вже, слава Богу, дорослі діти, то вони розуміють і розуміють такі ж самі сім'ї, як і ми. Оскільки мій Вітя був педагогом, то перший час я отримувала таку кількість повідомлень підтримки, слів, обіймів, але з часом, там сьогодні, наприклад, як тільки бачать мене — то у людей одразу змінюється настрій: не привіт, а «як ти справляєшся». Я — ніяк. Як можна справитись, я не знаю, але цьому точно не допоможуть постійні нагадування про втрату та заклики «жити далі».*

Саме тому об'єднані горем жінки створюють закриті спільноти, такі як-от «Ми разом». Там вони розуміють одна одну без зайвих слів, але такий спосіб відокремлення від соціуму не має ставати нормою, бо згодом жінки стануть об'єктом стигматизації. Їм не потрібна гіперопіка, повчання та непрохані рекомендації від оточення. Найкраще, що може зробити оточення, це просто зрозуміти і запропонувати фахові центри з реабілітації. Там жінки захисників отримають реальну допомогу.

Дар'я Гломозда

Крізь покоління: сприйняття війни в різному віці

Повномасштабне вторгнення мало значний вплив на емоційний стан українців. Новини про війну та бойові дії викликають страх, тривогу та занепокоєння серед населення. Люди частіше відчувають стрес та нервозність, особливо якщо мають родичів або знайомих, які перебувають на передовій.

За результатами соціологічного дослідження «Емоційно-психологічний стан українців», проведеного Українським інститутом майбутнього спільно з «Нью імідж маркетинг груп», в українців під час війни переважають такі емоції:

- 61% респондентів зазначили, що, коли вони думають про майбутнє, у них виникає емоція «очікування покращень»;
- У 59% переважає емоція «надія»;
- У 44% — емоція «тривога»;
- Найрідше серед емоцій щодо майбутнього учасники зазначили апатію (6%), роздратування (6%), гнів (4%) та агресію (3%).

Враховуючи вікові аспекти реакція на стресові ситуації може дещо відрізнятися, залежно від стресостійкості, життєвого досвіду та особливостей індивіда. Але люди різної вікової

категорії не обов'язково реагують на травмуючі події кардинально протилежно, адже вік не завжди є показником мудрості чи недосвідченості. Це лише загальні чинники, які не претендують на стовідсоткову правдивість і не стосуються абсолютно кожного, проте теж мають місце бути.



На сьогодні існує чотири основних покоління:

ГОТУЄМОСЯ ДО НОВОГО ПОКОЛІННЯ?

«Бєбі-бумери»
~1945-1965

Покоління X
~1965-1979

Покоління Y
[«мїленїали»]
~1980-1994

Покоління Z
1995+ [2000+]

Фото: radiosvoboda.org

Теорія поколінь: що це?

Ця теорія полягає в тому, що кожні 20-25 років у світі відбувається зміна поколінь. Людей в межах одного покоління об'єднують спільні цінності, особливості поведінки й звички. Такими схожими люди однієї вікової групи стають через світові історичні події, під час яких вони дорослішали. Простими словами, поведінка поточного покоління — це наслідок того, як «наслідило» попереднє.

«ікси» були надані самі собі, що зробило їх надмірно відповідальними. Цінностями для покоління є родина, будинок, машина та стабільна робота. Вони знають — щоб досягти успіху необхідна тільки сумлінна праця. «ікси» були дорослими, коли розпався СРСР, що без сумніву мало свій вплив. А основні їх риси такі: налаштовані не на колектив, а на себе; самостійні та вміють наполегливо працювати; піклуються про сьогодення; цінують матеріальні блага і комфорт.

Назва покоління «Бєбі-бумери» пішла завдяки спалаху народжуваності (буму) після Другої світової війни. Вони дорослішали, коли підкорявся космос, розквітав СРСР, а все навколо відновлювалося після війни. Британський таблоїд The Mirror описує бєбі-бумерів як людей з твердою вірою в дотримання правил, а також важливості закону й порядку. Основні риси бєбі-бумерів, як свідчать відкриті джерела, це командний дух, ощадливість, оптимізм, патріотизм, прихильність до сім'ї, віра в щасливе майбутнє та трудоголізм.

X — значить невідомість. «Невідомим» називають покоління, народжене за часів перебудови. Поки батьки «бумери» часто працювали допізна, діти

Y — це сьогоднішня молодь, яка народилася після розпаду СРСР, в часи кризи 90-х. Росли, коли з'явився інтернет і вся інформація одночасно стала доступною. Основними рисами мїленїалів є інфантилізм, саморозвиток, прагнення бути не таким як усі, любов до свободи, небажання сліпо підкорятися, висока самооцінка та ідеалізм.

Покоління Z цілком можна назвати дітьми технологій. Як зазначає президент Pew Research Center Майкл Димок, унікальним наймолодше покоління робить те, що весь технологічний прогрес був частиною їхнього життя від самої появи на світ. Особливості Z остаточно



Фото: dumka.poltava.ua



Фото: religions.unian.ua

не виявлені: його представники в основному неповнолітні, а частина характерних рис змінюється з віком та впливом світових глобальних подій. Однак виділяють кілька основних рис: відповідалість, інтерес до екологічних проблем, здатність обробляти багато інформації, вміння виділити важливе, усвідомлення своїх бажань.

Коментарі представників різних поколінь

Задля експерименту ми провели опитування серед представників двох поколінь — Х та Y — щодо впливу на них війни. Відповіді надали двадцятирічний киянин Назар Сиротюк і п'ятдесяти семирічна киянка Марина Степанюк.

Значних відмінностей ми не побачили: обидва респонденти поділилися, що не були готові до війни морально й не могли уявити, що 24 лютого прокинуться від вибухів. Перша дія — моніторинг новин, особливо ця тенденція міцно трималася протягом перших місяців вторгнення. З інформаційних каналів опитувані обирали Телеграм, Твіттер і Ютуб. Емоційний стан внаслідок резонансу теж не надто відрізнявся, але дії були вжиті різні:

*«Особисто в мене був ступор на все... Я не очікувала від себе такої реакції, а саме — повна відсутність емоцій. Навіть рухи уповільнилися... Просто тваринний жах. Могла тільки спостерігати, що відбувалося навколо, — ділиться **Марина Степанюк**, — Як все почалося, так подзвонила рідним, щоб пересвідчитися, що вони в безпеці. Виїжджати ми не збиралися, з нами була старенька бабуся, вона ще пам'ятала Другу світову».*

Назар Сиротюк майже не пригадує, що саме відчував в першу добу після проголошення війни: *«Було нерозуміння того, що відбувається і чого можна чекати в майбутньому. Страх був точно, а що ще там було, то так вже й не пригадаю. Пам'ятаю лише, як зібрали всі документи, тривожну валізку, пішли докуповувати якісь запаси їжі, весь час моніторили новини. Перші пару днів були в Києві, але після того, як ракета влетіла в будинок на Лобановського, вирішили їхати до себе на дачу, де пробули аж до травня».*

Речі, якими респонденти займали себе під час війни нічим не схожі, але мають на меті одну ціль — хоча б ненадовго відволіктись від того, що відбувається в країні, та не зійти з глузду наодинці зі своїми думками. Марина Степанюк зазначає, що не зациклюватися на своєму емоційному стані їй допомагали природа, домашні улюбленці, піклування про сім'ю і в'язання у світлу пору дня. Назар Сиротюк в перші два місяці практично кожен день їздив до найближчого села, плів сітки, а ввечері проводив час в колі близьких, або ж відволікався самотужки за допомогою мобільних ігор. Обом значно допомагали впоратись з тривогами позитивні новини: марафони, відбиття атак, ранковий звіт генштабу і все, що демонструвало загартованість українського народу.

Підсумки

Основні реакції під час війни можуть бути однаковими та різними одночасно, починаючи з вжиття будь-яких дій і закінчуючи способами пошуку внутрішньої гармонії. Вік, безумовно, грає не останню роль у формуванні визначальних позицій, але не визначає особистість повністю — все індивідуально і залежить в першу чергу від самої людини. Наведені приклади й статистики є лише демонстрацією того, як буває.

Різниця між молоддю та старшим поколінням під час війни може виявлятися в різних аспектах, включаючи сприйняття подій, реакцію на стрес, участь у військових конфліктах та взаємодію з суспільством. Сприйняття війни в молоді може бути більш залежним від інтернет-ресурсів, коли старші спираються на свій довгий життєвий досвід. Молодь може відчувати більший страх та тривогу, в той час як старше покоління може виявляти більшу стійкість до стресу через свої навички та підвищений рівень терпіння.

Ці відмінності є загальними тенденціями і не обов'язково властиві кожній особі відповідного покоління. Індивідуальні реакції можуть значно варіюватися в залежності від особистих досвідів та переконань, а отже те, що притаманно молодому поколінню, цілком може перейнятися старшими, так і навпаки.

Олеся Гнатіва

Надія на повернення: нові реалії українських біженців за кордоном



Не слід заперечувати, що після нашої перемоги постане проблема відновлення людського потенціалу України. Як би це сумно не звучало, але більшість біженців уже мають новий дім. Їхнє життя змінилось. Вони мають інші пріоритети. Жінки працюють, а діти навчаються. Ті, хто планували повернутися назад на Батьківщину, мабуть, за півтора року війни — зробили це. Наші співгромадяни, які залишаються поза межами країни, з кожним днем віддаляються від внутрішнього контексту, який ми зараз маємо в країні. Вони теж чекають на перемогу, але після неї вони продовжать своє життя «на інших берегах».

Ми розумна, працююча та сильна нація. Тому багато країн, які прихистили наших співгромадян, зацікавлені в інтеграції українських біженців. Станом на кінець червня 2023 року за кордоном через війну перебуває понад 6 мільйонів українців. Здебільшого у європейських країнах. Найпопулярніші серед них це Німеччина, Польща, Чехія та Італія. На першому місці, безумовно, — Німеччина. Станом на червень 2023 року у ФРН зареєстровано понад 1 мільйон 100 тисяч шукачів притулку з України — про це йдеться у дослідженні Міграційної платформи EWL та Центру Східноєвропейських студій Варшавського університету.

Змушені покинути свою рідну домівку через війну, багато українців виїхали за кордон, аби бути у безпеці. Однак, ніхто не мав гадки та не давав точних прогнозів, скільки часу доведеться шукати прихистку в інших країнах. Війна досі триває, а мільйони наших жінок та дітей потроху пристосувалися до нового життя за тисячі кілометрів від дому. Чим довше росіяни продовжуватимуть проливати українську кров, тим більша ймовірність того, що всі, хто поїхали з України вже не повернуться назад. Це створює низку ризиків і випробувань для нашої країни. Що потрібно робити з цією проблемою, варто думати вже зараз.

Родина Макарових з Києва поділилася власним досвідом щодо пристосування до нового життя за кордоном. Із початком повномасштабного вторгнення Любов разом зі своєю донькою виїхали до Німеччини й тепер живуть у невеличкому містечку Штутгарт. За їхніми словами, країну, куди поїхати, вони обирали за декількома критеріями.

Любов Макарова, 46 років.

«Спершу ми думали виїжджати туди, де в нас був хоч хтось знайомий. У мене в Німеччині вже близько 4-х років живе сестра. Це мене заспокоювало, адже поруч є людина, яка може нам у разі чого допомогти. До того ж у Німеччині більші соціальні виплати та вища оплата праці, порівнюючи з тією ж Польщею. І це зіграло, мабуть, ключову роль у виборі країни».

Єлизавета Макарова, 19 років.

«Я вивчаю німецьку близько одного року. Ходжу на безкоштовні курси. Наразі досить непогано володію мовою. Німецька мені потрібна для вступу до вищого навчального закладу. Я не знаю, чи залишуся у своєму місті або ж поїду до Берліна, якщо мені вдасться потрапити до якогось з університетів там. В Україні було б набагато складніше вивчити німецьку мову, особливо за такий короткий термін і це коштувало б у рази дорожче». ж Польщею. І це зіграло, мабуть, ключову роль у виборі країни».

Деякі сім'ї з України були тільки раді виїхати до якоїсь європейської країни. Адже шанс отримати диплом у європейській державі не так легко з'являється й ніхто не стане відмовлятися від такої нагоди.

Німеччина — країна, що надає значну соціальну підтримку нашим співгромадянам. За даними порталу EnableMe, повнолітні громадяни України отримують близько 450 євро на місяць, діти 14-17 років - 420 євро, діти 6-13 років - 348 євро, а діти до 5 років - 318 євро. Багатьох українців приваблює можливість отримувати допомогу від Джобцентру (німецький центр зайнятості). Адже вони можуть не працювати, а лише відвідувати безоплатні курси з мови.

Проте існує нюанс. Потрібно позначати свої відвідування відповідних курсів та звітувати про доходи. Адже ігнорування призначеного Джобцентром терміну, тобто час призначеного візиту, без поважної причини може призвести до зменшення допомоги (на 10% щомісяця).

У такий спосіб німці інтегрують наших біженців у своє суспільство. Спочатку вони надають гарні умови, аби українці



Дослідники EWL також говорять про важливу роль, яку відіграють мовні курси при інтеграції біженців. Мова — фундаментальний чинник для полегшення спілкування та розуміння культури будь-якої країни. Німеччина звісно ж теж надає можливість вивчати мову нашим біженцям.

облаштувалися серед нового оточення, а після того, як ми звикнемо до життя в іншій країні та вивчимо мову — почнемо працювати. Рано чи пізно соціальну підтримку тут почнуть зменшувати. Однак, це не буде значною проблемою для українців. Адже володіючи мовою та знаючи, як влаштоване життя німців, вони вже будуть частиною їхнього суспільства. Для Німеччини це вигідно, бо наші люди — це чудова робоча сила.

Працьовиті українці та їхні розумні голови будуть позитивно впливати на економіку країни. Ба більше самі німці більш доброзичливі до людей з України ніж до мігрантів, наприклад, зі східного світу, яких у Німеччині теж не мала кількість.

Зрозуміло, що завершення війни — головний чинник повернення чи не повернення наших біженців на Батьківщину. Близько 90% українських біженців за кордоном кажуть, що на їхнє рішення повернутися впливає безпекова ситуація вдома. Проте на це впливають також інші чинники. Не менш

важливо мати житло, куди можна повернутися та мати можливість заробляти якісь кошти на життя. Люди порівнюватимуть базові умови життя в Україні та в країні їхнього теперішнього перебування.

Українська влада називає своїм обов'язком створення умов для повернення наших співгромадян додому. В уряді очікують, що з-за кордону повернуться близько 3 мільйонів українців. Утім, відважитися знову почати життя з нуля, повернувшись до України — надзвичайно складно. Навіть вже у рідній країні, навіть якщо у вас тут залишилось якесь майно, навіть якщо тут перебувають ваші рідні й близькі. У будь-якому разі це знову стрес для людської психіки.

Уявіть, ви тільки-но звикли до життя в іншій країні, а тепер усе знову з початку. жготовий так ризикувати. Це людська природа й наші почуття та емоції. Ніхто не зможе запевнити вас, що після повернен-

ня до рідного міста ваше життя буде краще. Україна до 24 лютого 2022 року та після — це дві різні держави. Абсолютно. Люди, які повертаються сюди мають це усвідомлювати. Наше суспільство вже інше. Все інше. Хтось може бути не готовим до цього. А після війни, вирине купа нових проблем, які теж треба буде вирішувати.

Єлизавета Макарова, 19 років.

«Я звикла до життя в Німеччині. Так, я сумую за своїми друзями та знайомими в Україні, але це, мабуть, єдине. Будучи відвертою, я вже не бачу себе в майбутньому в Україні. Ми з мамою раді, що нам випала можливість поїхати до Європи. Сумно, що за таких обставин, проте це сталося. Душею я завжди буду з Україною, це місце де я виросла, але моє життя вже тут і я хочу продовжувати розвиватися та здобувати навчання тут. Певно хтось таки повернеться назад до України після закінчення війни, але це будуть люди, у яких не вийшло звикнути до іншого життя. Хоча мені здається, що такий великий проміжок часу більшість уже звикли».



Фото: Pexels.com



Фото: Pexels.com

Насправді питання стосовно українських біженців глибше. Існують багато інших підводних каменів, що перешкоджатимуть поверненню наших сімей до рідних домівок. Однак, варто розуміти, що повернути всіх неможливо. З цим треба змиритися. Не варто витратити всі ресурси, агітуючи повернутися до України всі 6 мільйонів біженців. Хтось повернеться. Утім, їх теж потрібно буде утримати. Для цього наша влада вже сьогодні має працювати над розвитком багатьох сфер життя в державі. Ми не маємо виправдовуватися тим, що наші співгромадяни лишилися за кордоном, бо там краще. Ми повинні зробити, щоб так само «краще» було в Україні. Аби не лише наші біженці поверталися з «чужих берегів» додому, а й громадяни інших країн приїжджали до нас та бачили сильну, незалежну й розвинену державу, де хочеться будувати своє життя, вчитися, працювати, відпочивати, розвиватися, виховувати своїх дітей та проживати усі кращі моменти життя.

Влада Дубик

Корупційне лихо: що блокує розвиток України?



Фото: slovaidlo.ua

Ми часто замислюємось про те, чому наша країна не така багата, не така приваблива для інвесторів, і ще багато «не», які постійно роз'їдають наш мозок. Якщо брати часи до повномасштабного вторгнення, то наче і маємо природні ресурси, та й розумовий потенціал людей не гірший, ніж у Європі, але чомусь розвиток держави стоїть на місці.

Одна з найвагоміших причин, яка паралельно є наймасштабнішою хворобою України – корупція. Вона наче ракова пухлина пустила метастази по всьому організму, починаючи від базових речей таких, наприклад,

як медицина і закінчуючи судовою системою. Так, зараз може дехто сказати: «Та до нас з інших країн їдуть зуби лікувати, бо там дорогоцінь» або «Щоб десь у Європі записатись до лікаря необхідно почекати, як мінімум, тиждень». Безумовно, це все так, але там людям не потрібно доплачувати ще зверху, щоб йому поставили точний діагноз чи призначили необхідне лікування – це і є наша проблема у більшості сферах життя. А з судом вічна дилема, адже всі обіцяють подолати кумівство, однак кожного разу одне й те саме: багаті роблять будь-що, наприклад, неправомірно розподіляють державні кошти, а отримують покарання



Фото: Pexels.com

максимум у вигляді штрафів чи права на внесення застави, яку вони стовідсотково можуть оплатити.

На жаль, вищезазначена недуга не існує лише 32 роки. Вона має свій початок ще з радянських часів, де люди думали, що за якісну послугу чи правду треба доплачувати. Тоді особи, які займали високі посади і робили протизаконні речі залишались безкарними... Проте сьогодні не будемо заглиблюватись у «совок», а поговоримо про теперішнє.

Шкода, але навіть війна не змінює ставлення до корупції. Попри надзвичайно складні часи політики знаходять шляхи, щоб «легально» продати якусь вигідну ділянку за не малі кошти; зірки шукають тисячу і одну причину, аби виїхати за кордон, прикриваючись благодійністю, а натомість відпочивають чи розважають хороших руських.

Але найбільше розчаровують представники ТЦК, які вже встановили ціну життя, котру можна заплатити, щоб спокійно собі далі насолоджуватись буттям. Звичайно, зараз ви можете сказати – СБУ починає затримувати цих недо-

бросовісних і все у цьому дусі... Однак чи маємо ми впевненість у тому, що їх затримують або мобілізують, що просто не відпускають або ж вони непомітно для всіх не втечуть за межі України десь у сонячну Іспанію чи Італію, насолоджуючись своїм красивим маєтком та попиваючи коктейль.

Всі ці фактори вбивають нас як європейську демократичну державу, тому поки ми не викинемо з голови старі упередження, не буде ані ЄС, ані світового сприйняття нас як достойного претендента для інвестицій великих бізнесів серед інших не менш сильних країн.

Щоб позбутись цього необхідно почати з себе: насамперед поставити в блок думку про те, що за якісну послугу потрібно доплатити, а якщо ви займаєте високу посаду, то хоча б намагайтесь стати прикладом чесного професіонала, який своїми діями показує – без корупції можна побудувати успішну кар'єру.

Зараз залишається лише сподіватись: наше покоління засвоїть всі помилки старших і вилікує свою Батьківщину від затяжної хвороби, яка блокувала нас у розвитку. Маю надію, що ми зможемо повалити стару систему і хоча б на кілька кроків вперед наблизити Україну до європейських стандартів, де люди отримують якісне лікування і в державній лікарні без доплати, де суд захищає права кожного, а дозволи справді дають тим, кому це необхідно.

Леся Доренко



Фото: ti-ukraine.org

Світло і тінь. Як святкують весілля в охопленій війною Україні?

Укrajнські соцмережі вибухнули, коли стало відомо про шикарне весілля на Львівщині. Експрокурор Ростислав Ільницький разом з дружиною Роксоланою Москвою у жовтні відгуляли дводенне святкування, що коштувало кількадесят мільйонів гривень.

Це вже не перша історія з рубрики «бенкет під час чуми». Чому людей обурило дороге весілля, та як в Україні одружуються там, де йде реальна кровопролитна війна, — біля фронту?

Як пройшло весілля?

7-8 жовтня Ільницький та Москва провели масштабне святкування свого весілля. Про це стало відомо з соцмереж, адже сама ж наречена оприлюднила фото, відео та список гостей. На святі були близько 800 людей: львівські чиновники, депутати, прокурори, судді тощо.

Все це проходило в п'ятизірковому комплексі Emily Resort, неподалік Львова. На наречений був брендовий діамантовий браслет за \$34 тисячі та сережки за \$31,5 тисячі. Для молодят виступали зірки, серед яких Олександр Пономарьов, Дзідзьо і Ольга Полякова. Виступ останньої коштує всі \$25 тисяч. Визначною пам'яткою весілля також можна назвати 2-метровий торт, який кондитери оцінили приблизно у 100 тисяч гривень.

У списку гостей журналісти помітили депутатів Львівської міськради Юрія Ломагу та Олексія Різника. Також серед запроше-

них був Василь Телиця — екс-керівник управління з організованою злочинністю МВС України у Львівській області та Святослав Мазурик. Ймовірно, це той самий чиновник, якого спіймали на хабарі у \$100 тис. у київській прокуратурі. Коротко кажучи, гості були відповідні статусу весільного святкування.

Батько нареченого просив журналістів не публікувати розслідування, адже його родина нібито багато допомагає ЗСУ. Але в людей виникло логічне питання: «Звідки гроші?», адже Ільницький в минулому був прокурором, а Москва працювала та зі скандалом була звільнена з львівського теруправління Державного бюро розслідувань.

Тобто, щоб заробити на це весілля з офіційних статків, треба було працювати чи не все життя. Тож звідки молодята назбирали грошей на таке свято?

Фото: LvivMedia
Двометровий весільний торт подружжя



Що кажуть у суспільстві?

Саме це питання стало основним тригером для вибуху в суспільстві. Окремо виникає дисонанс між напруженою ситуацією на фронтах і економічною кризою з одного боку, та гучним коштовним весіллям ексдержслужбовця — з іншого боку. Зібрали декілька коментарів з різними думками про цей скандал.

Співачка **Оля Полякова** виправдала свій виступ у молодят так: «Я точно не займатимуся аудитом, це не моя справа. Нехай цим займаються спеціально навчені люди, які отримують зарплати з податків. Якщо раптом вам буде здаватися, що хтось поганий заплатив мені за мою роботу, то ставтесь до цього, якби я була Робін Гудом — беру в поганих, віддаю хорошим». На неї одразу накинулись невдоволені, однак це вже тема для зовсім іншого матеріалу.

У ДБР вказали на те, що Москву звільнили ще 2 роки тому. А радниця з комунікацій Держбюро **Тетяна Сапьян** від себе додала, що проведення коштовного весілля під час війни — це питання громадянського сумління: «Не варто пов'язувати лакшері весілля з колишньою роботою молодят. Це - питання статків їхньої родини та громадянського сумління під час війни».

Анонімні коментатори в соцмережах були більш відвертими у своїй реакції. «Яка нагість і безкарність. Плюють в очі всім людям, а особливо хлопцям, які віддають своє життя за наше мирне життя», — написала одна з користувачок під відео в YouTube.

Фото: Батальйон "Дике поле"
Весільне фото молодят в окопах



Вивчивши коментарі звичайних глядачів, можна відзначити, що людей загалом обурює не тільки ймовірна корупційна складова, а й етичний бік питання. Мовляв, львівські молодята своїм вчинком проявили зневагу до тисяч українських військових, які сидять в окопах на фронті, далеко від своїх родин. Або ж до захисників, які одружуються в польових умовах попри всю небезпеку — вони знають, що мають шанс загинути щодня. пафосу. Від прокурорського весілля в них волосся, кажуть, стало дибки.

Весілля на фронті – як це?

Наочний приклад: військовий з батальйону спецпризначенців Володимир одружився просто на передовій. Щоб вийти заміж за бійця, його наречена Марія проїхала 700 кілометрів, хоч і було лячно.

Він воює з квітня 2022 року, отримав орден III ступеня «За мужність», а кохану не бачив понад 8 місяців. Вона ж працює в компанії, що займається експортом, але приїхала для весілля у прифронтову зону, бо майбутній чоловік не міг відлучитися з військової частини. Володимир хотів розділити свято з побратимами, бо вони йому стали рідними.

Молодята побралися дуже скромно, а фотосесію влаштували прямо в окопах. Звісно, не всі входять у шлюб за декілька кілометрів від фронту. Є й інші весілля, більш схожі на типові цивільні. Свою історію на місцевому телебаченні розповіли військовий Дмитро із Луцька та його обраниця Яна.

До вторгнення він працював патрульним, а вона в ІТ. До весілля пара готувалася порізно: вона у тиловому Луцьку, він – на фронті. Із передової узгоджував місце, гостей і навіть вибирав обручки

“Я просто поклав руку і біля неї лінійку і сказав, що це єдине, що я можу вам надіслати”, – пригадав хлопець.

Весілля організували в етностилі: наречені одягнули вишитий одяг, дотрималися давніх волинських традицій, підібрали відповідну українську музику. Замість восьмиповерхового торта був український хліб, а замість подарунків від гостей молодята зібрали понад 160 тисяч гривень «весільних донатів»

Дмитро та Яна впевнені, що святкувати весілля під час війни можна, але без зайвого шику і пафосу. Від прокурорського весілля в них волосся, кажуть, стало дибки.

Весілля під час війни – це окей?

Україна, безумовно, переживає надтяжкі часи у своїй історії, а в суспільстві зріє конфлікт між тими, хто втратив багато, і тими, хто може дозволити собі жити псевдомирним життям — з гроши-ма, житлом, поїздками за кордон тощо.

Попри це, різні свята мають місце в житті кожного громадянина держави. Війна завдає нам болю, однак це все одно не привід ставити

життя на паузу, відмовляти собі у щасливих моментах, уникати радощів, ховати усмішку.

Весілля можуть і мають відбуватися нині, адже це свідчить про те, що українці продовжують жити, одночасно сміливо змагаючись із ворогом. Інша справа — яким має бути святкування? Ми не в змозі заглядати у гаманці молодят, вказувати їм єдиноправильні рішення, однак з моральної точки зору очевидним є одне.

Марнославство й пафос зараз не на часі. Принаймні тому, що це прояв великої неповаги до сотень українських родин, які втрачають своїх синів і дочок щодня. І навіть, якщо є велике бажання відсвяткувати “на широку ногу”, можна не афішувати це, аби не викликати зайвих роздратувань у суспільстві.

Багато пар зараз збирають з гостей донати на Збройні сили — і це цілком доцільно, якщо не перетворюється на індульгенцію. Саме захисникам ми завдячуємо тим, що можемо жити, святкувати дні народження та весілля в незалежній Україні.

Євгеній Золотухін

Фото: Дмитро та Яна.
Район. Життя



Втеча за фейковими довідками: поточний стан і наслідки для ухилянтів



Фото: poltava.to

Повномасштабна війна в Україні - страшна річ, під час якої люди спочатку об'єднувалися і намагалися дивитися в одному напрямку, а згодом почали роз'їдати країну зсередини корупцією, цим розгортаючи ще один вже внутрішній фронт. Це велика проблема нашої держави і у мирний час, і у час воєнного конфлікту, про яку точно не потрібно мовчати, тому сьогодні ми розглянемо цю тему під мікроскопом теперішніх подій.

Напевно, з найрозповсюдженішого у воєнний час – це підробка медичних документів, що дозволяє відстрочити службу та ще й до цього легально без прив'язки до благодійності перетнути кордон. Так нещодавно (17 жовтня 2023 року), СБУ на Прикарпатті викрили двох лікарів-психіатрів, які видавали ухилянтам фальшиві медичні довідки. За даними слідчих, медики оформляли

військовозобов'язаним фіктивні документи про нібито наявність у них психічних захворювань. На цій підставі чоловіки незаконно отримували групи інвалідності, що дозволяло їм та людям, які їх супроводжували, перетинати кордон у період воєнного стану. За свої послуги впродовж 2022-2023 років медичні працівники отримували хабарі від

100 до 1000 доларів за внесення неправдивих даних у медичну документацію.

І, на жаль, такі випадки непоодинокі і розповсюджені не лише в якомусь одному регіоні, адже схожі викриття були і на Київщині – там, у бюро медико-соціальної експертизи, від ухилянтів вимагали понад 80 тис. грн за другу групу інвалідності. Та й центральні області країни також залишили відмітку в цьому списку: у Вінницькій підозрювані підробляли медичні довідки із реквізитами лікарень, що знаходяться на тимчасово окупованих територіях півдня та сходу України.

А що за статистикою? Де найбільша кількість відкритих справ стосовно втікачів? Отже, в Україні наразі налічують 7 312 кримінальних проваджень за фактами ухилення від призову за мобілізацією. Згідно з даними видання «Новини live», трійку лідерів посідають Закарпатська область, там 902 відкриті справи, далі йде Дніпропетровська – 628 та Миколаївська – 518. Окрім того, оголосили підозру 1 885 людям, і Закарпаття знову посідає першість – 320 підозрюваних. За ним ще Волинь – 180 і Львів – 152 випадки.

Після викриття з хабарниками все зрозуміло – їх затримують за відповідною статтею і все. Але що роблять з ухилянтами? Чи справді їх відправляють на фронт? Про це ми вирішили запитати у військового, який з березня 2022 року знаходиться у ЗСУ (своє ім'я він просить не розголошувати, тому у матеріалі буде під іменем Віктор). На питання чи зустрічались йому такі люди на передовій відповідає – ні, однак каже, що чув історії через своїх знайомих, котрі також служать. Вони розповідали про навіть обурення від цих чоловіків.

Мовляв: «Я заплатив 2 тисячі доларів за групу інвалідності й тепер ще мушу сидіти тут з мишами, бо потрапив на «некваліфікованого» лікаря, котрий не зміг довести справу до кінця».



Фото: news.liga.net

Вищезазначена теза майже вбиває надію у те, що колись ми позбудемось корупції, котра заповнила майже всі сфери. Проте краплинка сподівань на краще все ж залишається завдяки таким людям, як наш герой, який попри високий дохід вирішив не ставити своє життя вище за інше, і взагалі не бачить сенсу якось «відмазуватись» від служби.

«Війна це нестабільна річ, тому платити якомусь лікарю чи представнику ТЦК просто безрозсудно, адже жоден з них не дасть гарантії на те, що тебе не заберуть у наступній хвилі мобілізації чи його схеми не розкриють згодом. Я обрав чесність, бо не хочу, аби потім воювали мої діти або ж тим паче онуки. Навіть ті, хто відкупився рано чи пізно підуть на війну, адже, на жаль, вона не закінчиться через 10 днів або місяць», – зазначає військовий.

Шкода, але такої думки дотримуються не всі, ба більше деякі чоловіки знайшли легальні шляхи виїзду за кордон і досі можуть безперешкодно працювати там як і у довоєнний час. То що робити з ними? Влада вже задумується над цим, тому радник керівника ОП Михайло Подоляк в ефірі російської опозиціонерки Юлії Латиніної заявив, що громадяни України, які придбали довідки для того, щоб виїхати за кордон будуть мати юридичні проблеми, коли захочуть повернутися назад. До таких українців застосовуватимуться судові рішення.

«Будуть реєстри людей, які отримували фіктивні довідки... Якщо вони зараз не повертаються, то коли війна закінчиться у них будуть певні юридичні проблеми — з'ясовуватимуть підстави, на яких вони залишили країну тощо», — пояснив політик.

За його словами, окрім цього є деякі труднощі щодо екстрадиції втікачів із західних країн, адже там вважають, що людина може боятися йти на війну.

«На основі цього треба буде звертатися в суди тих держав, де вони перебувають як біженці з певними юридичними статусами, щоб їм це скасували, і вже там довести, що ця людина отримала довідку не належним чином», — додав Подоляк.

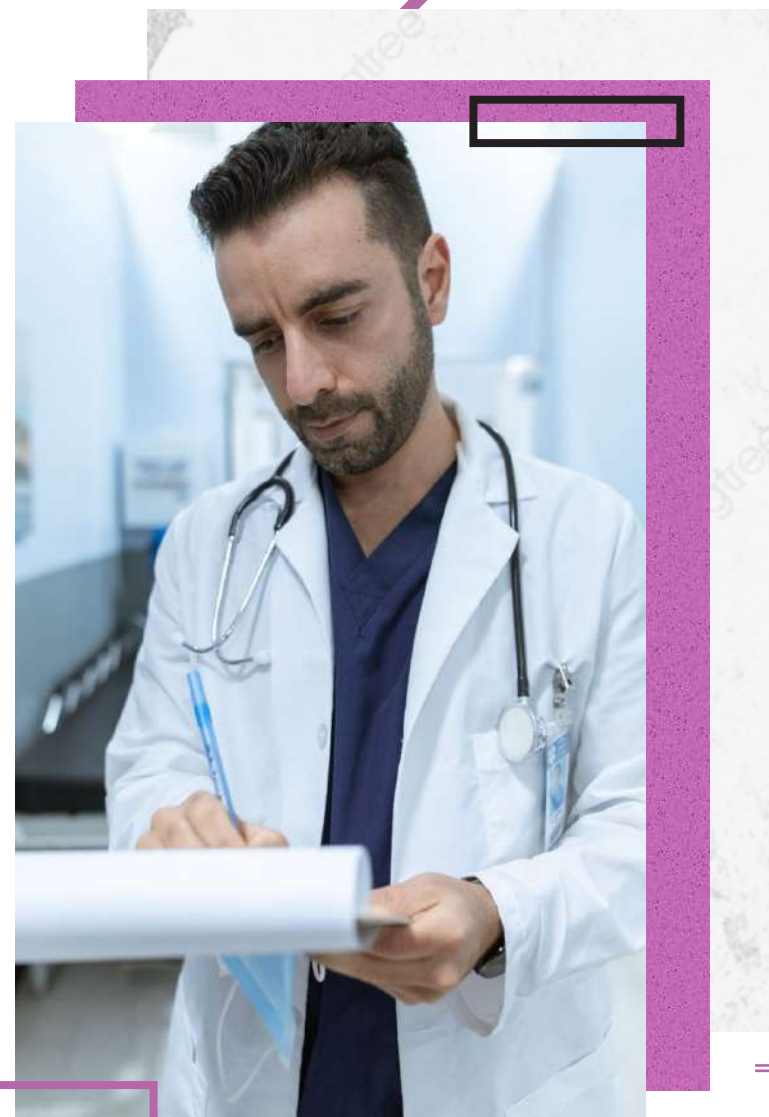
Фото: ukr.media



Фото: СБУ

Леся Доренко

Фото: Pexels.com



Як бачимо, процес виявлення і фіксації втікачів від армії непростий, бо як в Україні, так і за кордоном, важко впливати хабарників «на гарячому». Дивлячись на статистику, потрібно усвідомити: зловити і покарати всіх не вдасться, але це не означає змиритись з тим, що ти бідний чи безвладний і опустити голову. Вже сьогодні необхідно не просто писати обурливі коментарі в соцмережах, які за великим рахунком не несуть якоїсь користі, а діяти.

Для розв'язання цієї проблеми в Україні треба створити електронну базу медичних довідок і подібних дозволів, куди б потрапляли всі видані документи — причому не тільки чоловікам. Крім того, ґрунтовного реформування вимагає структура ТЦК та військово-лікарська комісія — без цього не зможе нормально функціонувати наше військо. Розпочинати варто із законодавчих змін, а згодом підключати якісну комунікацію, щоб люди не боялися всього, що пов'язано зі словом «мобілізація».

Леся Доренко

Ми – українці: честь і слава незламним



Фото: NEW YORK TIMES
DANIEL BEREHULAK

Подейкують, що труднощі гартують, а спільне горе — зближує. Лише через біль можна пізнати життя, навчитися цінувати кожну мить. Українці переконалися в цьому особисто, адже життя сьогодні підкинуло нашій нації найстрашніше випробування — війну. Здавалося б, слово, яке не має місця в сучасності, яке мало б залишитися у пережитках минулого. Але війна є, і коли для одних це щось далеке і непізнаване, для інших це жахлива реальність.

Жоден українець не зітре з пам'яті ранок, коли у більшості регіонів держави пролунали перші вибухи: одні прокинулися в холодному поті, іншим про початок повномасштабного вторгнення повідомили близькі та друзі. І жоден з нас не міг повірити, що це насправді відбувається: чи ми точно не спимо, чи ніхто секундою згодом не піднесеться з веселим: «Тебе розіграли»? Але ніхто не сміявся, і жарти не лунали. На питання: «Що ж тепер буде?» чується

відчайдушне: «Не знаю», і довго, надто довго мовчання, що тягарем опустилося на плечі всієї країни.

Ми не забудемо і не пробачимо жоден вибух, жодну втрату, пам'ятатимемо кожну болючу думку: «А якщо на цей раз точно кінець?». З пам'яті не викинути і липкий страх, коли не засинаєш вночі, бо боїшся більше не прокинутися, не побачити рідні обличчя, не почути голос близьких. Адже з того світу не повертаються, ще нікому не вдавалося.

Так, горе і справді зближує — за півтора року ми стали



Фото: nus.org.ua

Фото: vechirniy.kyiv.ua



сильнішими. З початком війни життя застигло на межі «до» та «після». Нам довелося повністю змінити темп звичної рутини та переналаштуватися, щоб продовжити жити в нових реаліях. Це не наш вибір, але ми з ним миримось, роблячи все можливе, щоб кошмар наяву скоріше закінчився, і всі, хто був змушений тікати, повернулися додому — в рідну Україну.

Революція Гідності у 2014 році стала незабутнім прикладом єдності української нації, червоним слідом, який навіки залишиться на сторінках нашої історії. Війна на Донбасі стала другим етапом

— ще тоді треба було показати нашу безстрашність всьому світу. Від 24 лютого 2022 року ми втретє водимо свою незламність. Війна стала незабутнім уроком з того, що ніколи не варто недооцінювати ворога. Прогнозували перемогу РФ і захоплення Києва за три дні? Що ж, Україна досі

героїчно вистояє у боротьбі та не планує здаватися. Це залишається можливим завдяки українцям: волонтерам, нашим самовідданим захисникам і всім небайдужим, хто хоч якось сприяв поліпшенню ситуації. Звісно, ми завдячуємо і нашим іноземним партнерам, але саме українці у найважчі дні тут підтримували одне одного, щоб не зійти з глузду, надавали притулки своїм людям і братам нашим меншим.

Ми навчилися сміятися і співати крізь біль — чи є інші способи вберегти себе ментально, коли навколо лише горе і розруха? Жарти стали наймогутнішою зброєю проти страху перед смертю. Наш народ — єдина надія на те, що ми знайдемо сили відвоювати все, що вкрала росія. Наша молодь — наше майбутнє, наш народ — наше теперішнє. Втрачені життя не повернеш, але ми не забуваємо, заради чого і заради кого продовжуємо запеклу боротьбу із злом. Ми боремось, і боремось задля одного тільки слова — перемога.

Олеся Гнатіва

Війна - кінець чи початок

Війна - це завжди трагедія. Вона приносить смерть, руйнування і страждання. Але чи є війна завжди лише кінцем? Чи вона може бути також і початком чогось нового?

Війна завжди викликає змішані почуття та думки. Це найбільший випробувальний камінь для суспільства, який може змінити хід історії та покликаний розкрити найкраще і найгірше в людях.

Тому питання «війна — це кінець чи початок?» залишається актуальним завжди.

Дехто стверджує, що війна - це кінець всього, що ми вважаємо нормальним і стабільним у нашому житті. Війна завдає страждань і нищить міста та інфраструктуру. Вона призводить до втрат життів та травм не лише тіла, а й душі. Війна може вивести людство на край знищення та винищення. У цьому контексті війна - це кінець нашої наївності та ілюзій про безпеку та гармонію.

З іншого боку, війна може бути початком чогось нового. Вона стає ним, коли суспільство об'єднується в боротьбі за загальні цілі, а люди проявляють героїзм і самопожертву. Війна може змусити нас переосмислити наші цінності та пріоритети. Вона може викликати інновації та наукові відкриття, щоб зробити майбутнє кращим. В цьому сенсі війна може бути початком нового етапу в історії людства. Яскравим зразком слугує Громадянська війна в США, яка призвела до скасування рабства й утвердження принципів рівності та свободи.

Історія знає багато випадків, коли війна вела до позитивних змін. Наприклад, після Другої світової війни була створена Організація Об'єднаних Націй, яка має на меті запобігти новим війнам. Вирішивши німецько-французький конфлікт, було створено Європейський Союз, який сьогодні є одним з найуспішніших економічних і політичних союзів у світі.

Безперечно, конфлікти не завжди породжують гарні зміни. Однак навіть у найтемніші часи є надія на краще. І якщо ми будемо діяти мудро та відповідально, війна може стати початком нового миру і спокою.

Як на мене, то війна в Україні є прикладом кінця і початку одночасно, зараз поясню чому. З одного боку, вона призвела до загибелі тисяч громадян, руйнування інфраструктури та масового вигнання людей зі своїх домівок. З іншого боку, вона об'єднала світ проти агресії росії та показала, що навіть у найважчі часи люди можуть знайти сили для боротьби за свободу і справедливість.

Можливо війна в Україні стане початком нового світу, в якому не буде місця агресії, насильству та несправедливості. Проте, для цього нам потрібно зробити все можливе, щоб її зупинити та відновити мир в Україні.

«Якби цинічно це зараз не прозвучало, але для тих, хто гине або втрачає все, що має, війна є кінцем. Для тих, хто вижив і бореться за мир, війна може стати початком чогось нового.»

Щодо війни між Ізраїлем та Палестиною, то вона є продовженням столітнього конфлікту, який призвів до загибелі тисяч людей і руйнування домівок. Знову ж таки це несе негативні наслідки для регіону, підриваючи стабільність і безпеку.

Хоча, чому не можна створити дві держави, одна єврейська та друга арабська?

Гаразд, це буде зробити надзвичайно важко зважаючи на те, що цьому конфлікту вже 70 років і вони ніяк не можуть прийти до «якоюсь» згоди. Тоді альтернативне

рішення: можна створити конфедерацію, в якій Ізраїль та Палестина будуть об'єднані в рамках єдиної держави, але матимуть певну автономію. Це б стало початком нових держав, які змогли б мирно «співіснувати» як й інші.

Отже, війни мають складний і неоднозначний характер. Вони можуть призвести до загибелі людей, руйнування інфраструктури та порушення нормального життя людей. Однак вони також можуть призвести до змін у суспільній свідомості, розвитку нових технологій і створення нових держав або об'єднань.

Марина Грицайко

Фото: unsplash.com



Фото: unsplash.com

Мова моя українська — батьківська, материнська: чому важливо спілкуватися Українською

Українська мова є одним із найважливіших елементів української ідентичності. Вона є мовою, якою говорили українці протягом століть. Розмовляючи українською, ви демонструєте прихильність до своєї країни та її культури.

У сучасному світі, коли російська мова є мовою агресора, українська - стає ще більш важливою. Вона є символом нашої свободи та незалежності. Звичайно, не всі українці вміють говорити українською. Це може бути пов'язано з різними причинами, такими як історичні обставини, освіта, міграція тощо. Однак важливо, щоб українці прагнули вивча-

«Моє місто стало прихистком для тисяч біженців зі східних регіонів, і мене, як ніколи, дратує їхній вислів «я – російськомовний українець». Цей термін зник для мене 24 лютого, коли вся країна прокинулася від перших вибухів – першого полум'я жажливої війни», – розповідає жителька міста Хмельницького Анна Гарник.

Американці розмовляють англійською, французи французькою, то чому ми вирішили, що можемо дозволити собі не спілкуватись українською. Чому ми можемо на нашій українській землі стверджувати, що немає різниці якою мовою розмовляти.

Та є різниця і вона важлива. Звісно, мовна тема дуже хитка, зараз це прирівнюється до політики та релігії.

Але все ж варто зазначити: росія закінчується там, де закінчується російський язик (кацапська мова). В одному зі своїх інтерв'ю, яке було записано вже після жорстокого повномасштабного нападу російської федерації на Україну, професорка Ірина Дмитрівна Фаріон висловила так:

«Щойно наші біженці опинилися на території Польщі, що зробили поляки? Організували курси вивчення польської мови для дітей і дорослих. Мовляв, не розносьте нам російської зарази, бо прийде путін поляків захищати».

Якщо порівняти 2021 рік та 2022, то за даними опитування проведеного «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва спільно з соціологічною службою Центру Разумкова: «У 2022 році зросла частка громадян, які вживають українську мову в повсякденному житті, порівняно з 2021 роком. Якщо у 2021 році цей показник становив 64%, то у 2022-му він зріс до 71%. Водночас рівень вживання російської мови знизився на майже 10%».

«Зросла й частка громадян, які вважають українську мову рідною. Якщо у 2021 році частка населення, котра вважала українську мову рідною, становила 77%, то за рік вона зросла до 87%. При цьому українська мовна ідентичність переважає в усіх регіонах України», – мовиться в результатах опитування.

Ці дослідження демонструють, що не все втрачено. Українці не зважаючи на все, потроху відмовляються від мови агресора та переходять на рідну. Тим самим демонструють свою підтримку до неньки, яка як ніколи цього потребує.

Українська мова – феномен, тому що сплетіння звуків та букв дають життя мільйонам нових виняткових слів. Тут і легендарна «мрія», яку за переказами видав український письменник Михайло Старицький, і «мистецтво» авторства незрівнянної Олени Пчілки. Колориту ж нашій мові додають діалекти – ці завше дивакуваті слова часом розуміють лише жителі одного регіону, але саме в них криється уся краса і різноманітність нашої чудової мови. Бамбетель, вуйна, камізьелька, ровер, слоїк, мешти, ксьондз, драглі, галяретка... Галицькі діалекти мають чарівну силу. Тож не дивно, що окупанти не можуть вимовити таке рідне нам слово «п'ялиниця». Кацапська мова ж далека від мовної різноманітності зі своїми калінками-малінками та матрьошками, так само як і росія далека від цивілізованого світу.

Микола Скриницький: «Тарас Шевченко наголошував на важливості вивчення української мови. Він зі зневагою ставився до тих українців, які зрікалися рідної мови чи «забували» її. Про це він писав у поемі: «І мертвим, і живим, і ненародженим землякам...» ».

Мова є невід'ємною частиною кожного народу, держави. Під час бойових дій це особливо загострюється, необхідно навпаки «тікати» від агресора, його мови, мислення, менталітету. Всі ми – українці, тому важливо говорити та думати на своїй рідній мові й тоді легше буде пережити цю кляту війну. Саме думки на рідній мові зближують, дають надію, що не все так погано і ми вистімо, бо з нами правда, з нами віра, з нами Бог.

Аліса Гетманцева: «Я цілком певна, що кожен українець знає про нелегку долю нашої мови, яка пережила не один ворожий указ та циркуляр. Українська мова загартувувалась численними царськими, советськими розпорядженнями та жорсткою цензурою, пережила не одного Валуєва і Щербицького, аби в кінцевому результаті стати справжнім феноменом».



Фото: Перша сторінка газети «Самостійна Україна» від 10 липня 1941 року.

Під час війни наш громадянський обов'язок — говорити українською, щоб мати якомога менше спільного з країною-агресоркою. Увесь світ побачив, що в українців інші життєві цінності та зовсім протилежні орієнтири, ніж у загарбників із рф. Ми боремося за Батьківщину, за життя, за майбутнє дітей, за незалежність, тому й Перемога буде нашою!

Марина Грицайко

Дитячі самогубства: на кому лежить відповідальність?

Поради, осуд, жаль, сум, нарікання та в рідкісних випадках захоплення — типові, як на мене, реакції людей на новини про самогубства. Все частіше, особливо з липня 2023 року, ми можемо чути про підлітків, що скоїли суїцид.

«Мертві Ромео та Джульєтта», «Дві дівчинки вистрибнули з вікна», «Студент намагався скоїти самогубство»: гучні заголовки так і рясніють у стрічці новин.

Згадаймо найрезонансніший випадок: хлопець та дівчина віком близько 18 років вистрибнули з багатоповерхівки під час прямої трансляції в соцмережі. За день до підлітки попередньо оприлюднили свої міркування та плани в телеграм-каналі, за яким стежило близько 100 осіб. На жаль, тоді ніхто навіть не спробував зв'язатися з їхніми батьками чи викликати спеціальні служби. Інші підлітки лише з захопленням коментували дії молодих людей.

Реакція суспільства на це неоднозначна. Збиті з пантелику батьки починають щось розуміти та більше спілкуватись зі своїми дітьми або ж вирішують ізолювати їх від соціуму, забираючи гаджети. Діти ж лякаються, однак шукають більше інформації в інтернеті, тому що їм цікаво.

Гайп, самотність, бажання здобути популярність, тривала депресія та відсутність уваги — це все типові причини виникнення подібної проблеми.

Статистика теж далеко невтішна — , протягом 2020 року в Україні зареєстрували 123 випадки самогубств серед дітей. Ця кількість випадків в середньому фіксується щорічно.

Проте за період липень-жовтень тільки в Києві трапилось щонайменше шість дитячих самогубств — на думку навіть спадає, чи не пов'язані вони між собою, адже такої хвилі не було вже давно.. Зрештою суїцид можна пояснити впливом багатьох негативних факторів, таких як : війна, тривожність, пандемія, стрес, переїзди, внутрішні переживання, негатив у інформаційному полі.

На жаль, навіть хвиля самогубств не підготувала українське суспільство до відкритої розмови про цю проблему. Для багатьох діти й досі чомусь часто залишаються темою табу. Байдужість вдома, у школі та серед друзів тільки погіршує ситуацію, робить дітей більш вразливими.

Вкрай важливо розуміти: тема суїциду потребує якісної уваги та певних дій з боку суспільства, батьків, освітніх установ.

Одних публікацій у телеграм-каналах недостатньо — лише розголос не зупинить це. Нам важливо постійно говорити про дитяче психічне здоров'я, надавати дітям підтримку та доступ до ресурсів, які допоможуть їм справлятися зі стресом і тривогами. Хто, як не ми? Будьмо відвертими: так чи інакше, ми всі дуже сильно впливаємо один на одного, тож наша увага і щире бажання допомогти може стати ключем для порятунку тої самої дитини, яка задумалася закінчити своє життя. Це наша спільна відповідальність, тож треба діяти, аби створити безпечний світ для дітей.

Крістіна Гречанюк

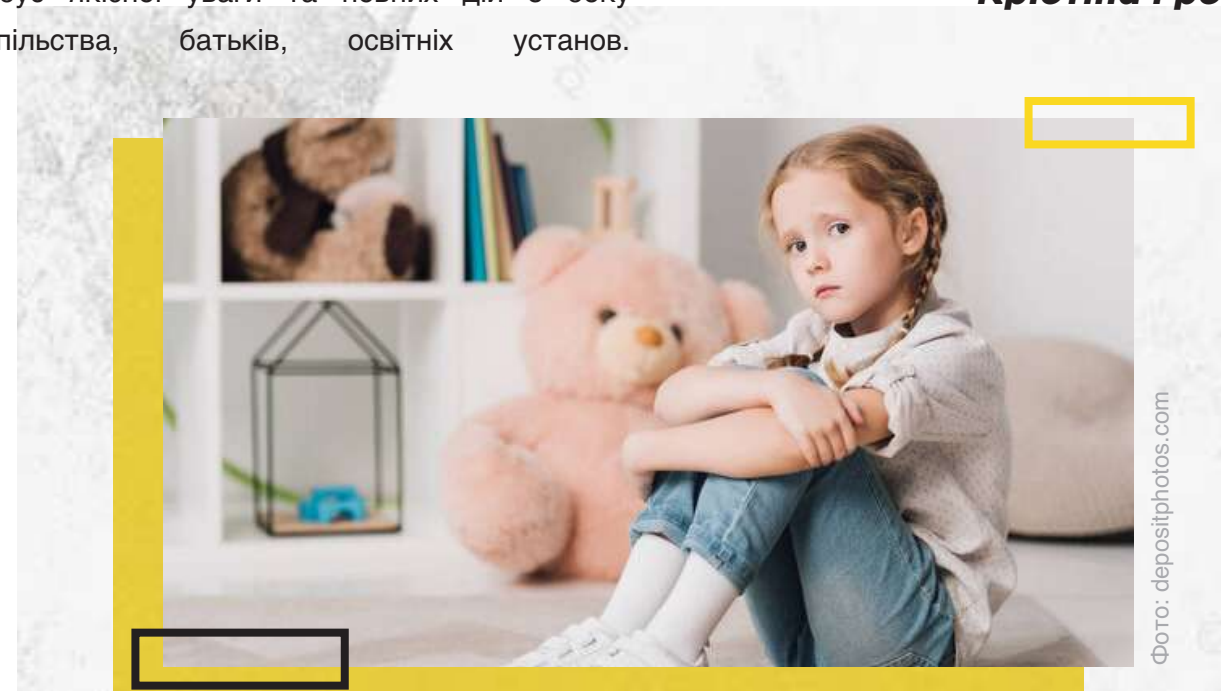


Фото: depositphotos.com

Звертайте увагу та слухайте, щоб вчасно зреагувати!

Шлях до моря. Поїзд у кримське дитинство

Сьогодні загадав свій шлях до моря — надихнула пісня Джамали, яку я люблю слухати вже дуже давно. Море мого дитинства — це Крим, той самий, на жаль, «заборонений плід», якому я віддаю все своє серце.

З цього мальовничого краю мої батьки, мої дідуся та бабусі. Мама возила туди мене ще при надії, а далі я разом з нею, з семи місяців катався поїздами з Києва на південь. Традиційно я проводив місяць літа у Криму, де плавав у Чорному морі, палив собі біляву «міську» шкіру під пекельним липневим сонцем, ходив по гористих стежках Південного узбережжя.

Кожна літня поїздка була для мене справжнім святом життя!

Щойно я дізнавався дату, коли ми нарешті їдемо на море, то починав рахувати дні до неї, малювати наш поїзд, марили цим моментом, коли буду пасажиром 10-ї колії столичного вокзалу — звідти ми відправлялися кожен рік. Поїздки до Криму народили в мені любов до залізниці.

Кінець липня, страшна задуха та пил у бетонному Києві. Купейний, рідше плацкартний вагон, який розрізають золотисті вечірні сонячні промені, я їм кукурудзяні пластівці (мама сварила, бо вони взагалі-то нам у дорогу, а я знищував пів пачки вже в перші 30 хв). Я знаю всі зупинки напам'ять, дивлюся у віконце та нуджуся, бо тоді модних смартфонів та павербанків у мене не було. З розваг — вікно та подорож у туалет вагона.

Вже у «ліжечку», яке ми бронювали дуже завчасно (вхопити омріяні нижні місця у топовий для Криму липень — то було щось на грані неможливого), але спиться мені некомфортно. Не тому, що твердо, а тому, що в голові зовсім не сон, а кримське море. Якась година ранку. Зелені ліси коло Києва вже давно щезли, я нетерпляче прокидаюся у тихому вагоні, що трохи скрипить по коліях. За вікном море???? Ні, це ще не море, а велике соляне озеро Сиваш під самою колією, яке зливається з горизонтом, а десть далі прокидається сонце, готове до нового дня. З іншого вікна видно спокійні будинки, де теж усі сплять — здається, тут ні в кого немає турбот.



Рожеве кримське озеро, на якому раніше добували сіль.
Фото: Вікіпедія

Я нарешті буджу маму та дізнаюся, скільки вже годин в Україні. Чай та бутерброди з майонезом і сімферопольським сервелатом, а ще хрусткі огірочки. Майонез уже всотався в хліб, а ковбаса прийняла приємну м'яку кондицію.

Цей священний смак доступний мені лише в поїзді, і більше ніде на планеті. Якщо Сиваш — це очі, стукіт коліс — це вуха, то ці бутерброди — це те, що про шлях до моря пам'ятає мій рот разом зі шлунком. Більше жодна ковбаса не змогла перемогти саме цю — ранкову, літню, в поїзді, з мого світлого дитинства.

Пасажири, які не подбали про сніданок, вхоплюють що-небудь на станціях, що першими зустрічають київських гостей у Криму — Армянськ, Джанкой, Красноперекоск. Торгівля там, мабуть, основне джерело доходу, бо влітку щодня туди-сюди їздить десятки поїздів, а найближчі великі вокзали розташовані доволі далеко. Ось так голодні пасажири частково роблять економіку цих міст та набивають гаманці місцевих жителів. Укрзалізниця не дуже рада цьому бізнесу, але хто там її слухає? Солоніводи вже змінилися розжареним степом з поодинокими висохлими деревами. Це степовий Крим. Тут найкраще відчувається дух кримських татар, сліди войовничих сарматів. Картинка красива, але трохи нудна. Перед морем ще мій неулюблений Сімферополь, щось на кшталт «кримського Києва». Це місто — лише транспортний вузол і діловий центр Криму, коротше нецікаво.



Унікальний вигляд кримських вагонів.
Фото: mycheaptrip.com

Київський десант висаджується на пероні сімферопольського вокзалу. **“Таксі, таксі, Алушта, Ялта, Феодосія”** — чую вигуки місцевих таксистів, які здирають з недосвідчених туристів гроші за кілометри в автівці.

Від Сімферополя до Севастополя найцікавіше. Там за вікном з’являються вже залізобетонні докази, що бажане зовсім поруч — море, пагорби та улюблене місто, де народилася моя мама. Вона їде до себе додому та вже, мабуть, уявляє, як обговорить останні плітки зі своїми подружками та приголубить племінників. А я хочу купатися! На горизонті починають виринати скелі. Земля буквально зморщується! Мій мозок вже навіює морський запах із вікна, але перед ним ще ціла розвага. Поїзд по дорозі до Севастополя проїжджає 7 тунелів, які прорізають ті самі гори та скелі. У моєму розпорядженні вже цілі села та містечка, на які я споглядаю з висоти залізничного моста. А потім оп — і темрява на 2 хвилини, це поїзд їде по найдовшому тунелі. На жаль, я забув, який це по черзі — от що значить, давно не їздив поїздом у Крим. У вагоні люди, що залишилися, вже метушаться та готуються залишити вагон, що встигнув стати домівкою на ніч. Так і ми вже давно здали постіль, зібрали речі, перевдяглися у вуличне. Мама гомонить з подругами по телефону, докладаючи їм чітку локацію — вона як місцева знає кожен кілометр, де ми їдемо. Ці знання частково передалися мені.



Сімферопольський залізничний вокзал, забитий пасажирами.
Фото: Вікіпедія

Вигорілі степи остаточно змінюються на біло-жовто-помаранчеву землю й скелі. Здається, тут узагалі не буває дощів, принаймні влітку. У віконце задуває вітерець, поїзд уже мчить до кінцевої зупинки. Шість тунелів позаду, а де ще один загубився? А він буде далі. А поки що — омріяне море! Ми робимо крутий віраж — і я бачу цікаве вирізьблене в скелі підприємство. Це Інкерман, де є завод відомих ігристих вин. Я вже бачу Інкерманську бухту та кричу мамі — море, море!

Цікаво, мама думає про море чи про ігристе, яке вона посмакує після важкої дороги?

У бухті вантажні судна та крани, що працюють з металоломом. Вони пофарбовані у жовто-синій, хоча Крим ніколи не вирізнявся національною українською символікою. Теплі кольори мого прапора, синє-синє море, безхмарне небо та жарке повітря разом відчиняють мені двері у світ без турбот. Усмішка не сходила з обличчя, у мріях уже купання в морі та довгоочікувана зустріч із двоюрідними. Канікули, відпочинок, Крим! За рік, мабуть, стільки всього змінилося — думаю. Як виглядає наша вулиця, чи посадили нові рослини під вікном нашої квартири на першому поверсі, чи зробила моя тітка Оксана нарешті ремонт? А як та вивіска на зупинці біля нашого дому, ще на місці? А море сьогодні тепле, а як із заторами в місті?

Нарешті цей останній тунель, що вже в самому місті — дуже короткий, але це ніби останній блокпост. Навколо нас уже підпірні кам’яні стіни залізниці, міські будинки, дорогами їздять машини.

Поїзд на залізничному перегоні поблизу Інкермана.
Фото: travel-hystory.com



Я повертаюся додому, до свого другого дому, з яким ми не бачилися з минулого літа. Щойно спрацювали гальма, я вже займаю місце на вихід у коридорі, ну дуже нетерпляча дитина. З віконечка я виглядаю тітоньку Оксану та мого двоюрідного брата Льошу — він єдиний її син та допоможе віднести нам важкі сумки. Вже за лічені миті вони спитають у нас: “Як ви доїхали? Яка погода в Києві?”. Поїзд зупиняється, подорож припиняється. Моя нога у босоніжку ступає перону, де все так само на місці, як і раніше. Ми з мамою поринаємо в обійми рідних нам людей. Спогади з чергової поїздки я беру з собою — і паперові квиточки, які віддавав назад провідник, теж, бо я їх колекціоную. Далі цілий місяць яскравих спогадів. Здавалося, так буде щороку, але життя змінюється. Крим назавжди залишиться у моїй дитячій свідомості таким: сонячним, літнім, теплим, жовто-блакитним, неочікуваним, різним, примхливим, гостинним, затишним, смачним, яскравим, довгоочікуваним, омріяним та коханим.

Я знайду свій шлях у кримське дитинство, щоб віднайти баланс із собою. Це обов’язково станеться, навіть якщо в моїй старості. Я це знаю. І вірю в це.

Євгеній Золотухін

«Живе і буде жити Україна, ніхто не спинить крил наших політ!»

Україна пережила багато випробувань у своїй історії, а ми, українці, разом з нею завжди залишалися незламними, а також відданими ідеї нашої незалежності. Із століття у століття ми передаємо своїм нащадкам, той генетичний код, завдяки якому ми так відчайдушно боронимо свою країну від загарбників. Ми готові віддати все, пожертвувати останнім, аби бути вільними та самобутніми, щоб зватися українцями.

Проте чому ми такі? Бо готові до самопожертви заради країни. Тисячі військових наразі знаходяться в найгарячіших точках на передовій. Усі вони пішли на безліч жертв заради нас, тих, кого ми зevamo «цивільними». У кожного та кожній з них є сім'я та друзі, свої цілі та мрії. Однак, зараз вони там. Там, де будь-яка мить може стати останньою. Там, де тебе не хвилюють робочі суперечки з керівництвом або недосолений борщ.

Здавалося б, що майже неможливою задачею було відстояти свою самобутність під час тоталітарних режимів минулого століття. **Утім, українська нація не збиралася здаватися, як і не збирається зараз.** Після важких років, Україна знову виходить на світову арену і промовляє: «Ми будемо йти до кінця, яким би він не був, заради майбутнього, заради наших близьких, дітей та рідних, заради того, щоб перемогло світло».



Фото: Pexels.com

Україна – не просто якась територія на світовій мапі. Це країна, де народилася ідея гідності, де люди борються за права та свободу кожного громадянина, де мрії про кращий світ об'єднують нас у спільній справі. Ось чому ми досі існуємо як нація. У нас є те, заради чого ми живемо, будемо жити й заради чого готові віддати життя. Це й відрізняє українців від інших націй у світі. Цим захоплюються та це поважають.

Сьогодні Україна продовжує свій шлях розвитку, а ми допомагаємо зберігати та обороняти спадщину великої та вічно живої нації, аби нашим нащадкам не довелося відчувати жах, які зараз відчуваємо ми. Життя України триватиме далі, а наші крила завжди будуть нести нас разом із нею вище. Ніхто не спинить нас на цьому шляху. **Ми є Україна, і вона живе, доки живемо ми.** У наших серцях завжди горітиме вічний вогонь незалежності та незгасна віра в себе.

Влада Дубик

Фото: Pexels.com



Війна – екзамен для людської душі



Фото: golos.com.ua

Мільйони людей залишили свої домівки, а тисячі українців загинули. Це випробування не лише фізичної міцності, але й глибини людської душі.

Зараз серця українців переживають надзвичайний стрес і душевні конфлікти. Звідси виникають якнайглибші питання про справедливість, мораль і значення життя. Здатність зберегти гуманізм під час війни стає для українців випробуванням духу. Наскільки довго людина може залишатися вірною своїм принципам в умовах екстремальної несправедливості та безмежного насильства?

Війна ховає в собі найтемніші куточки людської душі. Страх, ненависть, втрата – ці почуття розкривають глибини нашої вразливості. З іншого ж боку, з'являється життєво важливий імпульс, який змушує нас переосмислювати свої цінності та пріоритети.

Людська душа, перебуваючи у війні, перетворює свою структуру та адаптується до непередбачуваних умов.

Фото: golos.com.ua



Вона може виразити героїзм і самопожертву, або ж, навпаки, впасти в глибоку моральну кризу. Цей конфлікт справжнього «я» і екстернальних факторів визначає, наскільки міцно закладені наші переконання.

Однак важливо враховувати, що війна несе й неочікувані форми внутрішнього відродження. Вона може підштовхнути до розвитку внутрішніх резервів і виявлення сил, які ми раніше не підозрювали в собі. Війна стає каталізатором для виявлення справжньої суті людської душі – її вразливостей та потенціалу для добродійності.

Наразі діти є найбільш вразливою групою населення під час війни. Вони часто стикаються з жахливими сценами насильства та руйнування, що може призвести до посттравматичного стресового розладу, тривоги та депресії. Багато дітей були змушені залишити свої домівки та розлучитися з батьками. Це є, безумовно, дуже травматичним досвідом, який матиме довгострокові наслідки.

Жінки під час війни теж дуже вразливі. Вони, зокрема, стають жертвами домашнього та сексуального насильства. На жаль, війна, віддзеркалюючи виховання та складність людської природи, закликає нас ретельно розглядати внутрішній світ під впливом кризових обставин. Це випробування – ще раз істинний вимір емоційної міцності та моральної витривалості. І дуже жахливо, що ми маємо проходити це методом насильства і вбивств.

Навантаження на собі несуть і чоловіки. Вони зобов'язані воювати, захищати свої сім'ї та країну. Не кожен приймає цей обов'язок, але під впливом держави іншого виходу немає. Тож і тут виникає несправедливість, небажана жертва, духовна криза.

Багато чоловіків загинули або були поранені в боях – і це переносить випробування на їхніх близьких, що переживають втрату.

Отже, війна – це певний «екзамен» для людської душі, що змушує нас переосмислювати наше буття. Це важливий етап, де відбувається не лише зовнішня боротьба, але й внутрішня перебудова, яка формує наш характер та визначає новий сенс життя. Люди адаптуються – і це неможливо уникнути.

Аліна Гулюк

Твій біль у моєму серці: як пережити ПТСР

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) — один з наслідків, який відчує людина, яка пережила надстресові події. Розлад проявляється разом із бажанням знову відчути контроль над собою та своїм життям. Більше про ПТСР та способи його подолати розповідаємо далі.

Люди, які пережили війну, ніколи не зможуть її забути. Ба більше, вона вигравіюється в мозку та нагадуватиме про себе як про страшний спогад. На цьому життя не припиняється, однак щоб припинити страждання, треба боротися з ПТСР та зводити його шкоду до мінімуму.

ПТСР — це не істерія, як його називали раніше. Це справжній тривожний розлад, спричинений дуже стресовими, лячними або неприємними подіями. Зазвичай розлад дає про себе знати приблизно за шість місяців після травматичної події. Якщо ж подразник триває довго чи має постійний характер (тривала окупація, постійні тривоги, регулярні обстріли), ПТСР імовірно розвинеться протягом короткого часу. За статистикою МОЗ, посттравматичний стресовий розлад мають **20-30% осіб**, які пережили травматичні події. Найбільш уразливі — людина до **22** або понад **30** років. Діти та підлітки так само перебувають у зоні ризику. У жовтні 2022 року Харківський національний університет внутрішніх справ провів опитування та виявив: **25,9%** опитаних українців свідчать про те, що мають симптоми ПТСР. Дослідження також показало, що респонденти в середньому пережили 9 подій, пов'язаних з воєнним конфліктом: повітряні тривоги, стрілянини, втрата близьких тощо.

Педіатр **Марина Назарова** пережила подібний досвід та розповідає: *«Дійсно важко постійно боротися зі стресом, особливо в мої 62 роки. Війна та жахливі події, які я пережила, залишили та продовжують залишати сліди в моєму житті. Проте, я вирішила взяти себе в руки та знайти допомогу в спеціалістів, попросити підтримки в родині. Це було жахливо, але мені стає легше, і це додає сил боротися далі. Ми переможемо, навіть попри всі виклики, і я вірю в це всім серцем!»*

Як зазначає МОЗ, посттравматичний стресовий розлад проявляється у нав'язливих думках про травматичну подію, які з'являються непередбачувано — тобто, людину тригерить. Крім цього, вона тривожиться, може мати порушення сну та уваги, ознаки саморуйнівної поведінки. Серед інших можливих наслідків: зловживання алкоголем, проблеми з травленням, підвищений тиск, тахікардія тощо.. Крім уже наявних пацієнтів з ПТСР, після війни до нас повернуться тисячі військових. Тому суспільство має бути готове до різних проявів ПТСР, попри вік, професію чи стать людини.

Саме розуміння та підтримка відіграватимуть значну роль у лікуванні людей, хворих на ПТСР. **Психологиня Наталя Науменко дала нам фаховий коментар щодо того, як поводитись із людьми з ПТСР, щоб не зашкодити.** Вона наголошує: важливо створити сприятливу та доброзичливу атмосферу, яка допоможе людині подолати труднощі та відновити якість життя. **«Утримуйтеся від суджень і критики. Пам'ятайте, що реакції на стрес і ПТСР можуть бути індивідуальними. Суспільство повинно мати терпимість до змін. Перебування в стресі та ПТСР може супроводжуватися мінливістю настрою та поведінки. Будьте толерантними та емпатичними»**, — зазначила психологиня.

Наталя Науменко також підкреслила важливість надання кваліфікованої психологічної підтримки тим, хто стикається з цим розладом. Кожному треба надати доступ до цього, незалежно від рівня доходу. Емоції жалю та інтересу, що виникають до людей з таким розладом, — цілком природні. Хтось хоче підтримати, зрозуміти потреби хворого. Інші ж, навпаки, можуть бути нечутливими, ставити некоректні запитання, бо знають про розлад недостатньо. **«Життя принесло мені багато випробувань. Я розумію, що іноді мої реакції можуть здаватися незвичними або незрозумілими для інших, але це результат моєї боротьби з ПТСР, — каже вчитель з фізики Сергій Смикало, який вже другий рік живе з ПТСР та додає: — Я хочу попросити про розуміння і підтримку від оточення. Прошу пам'ятати, що боротьба з ПТСР не визначає цінність людини. Розлад може торкнутися кожного з нас, тож важливо бути співчутливими до інших — вони теж можуть переживати подібне»**

На жаль, українці здебільшого намагаються уникнути осіб із ПТСР, бо не знають про розлад чи не впевнені, як правильно на це реагувати. Люди свідомо не хочуть заводити розмови про це, мати справу з хворими на ПТСР. Хоча така реакція може бути обумовлена змислою ситуації (сучасне покоління не було свідком такої масштабної війни по всій країні), вона негативно впливає на тих, хто стикався із посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Люди можуть відчувати напругу, самотність, мусять сподіватися лише на себе — усе це тому, що близьке суспільство не розуміє їхніх переживань. Люди з ПТСР та без нього буквально говорять і відчують трохи різними мовами.

Тому дуже важливо інформувати населення та вчити українців відкрито говорити про свої почуття й потреби. Якщо ви відчуваєте симптоми розладу, звертайтеся до психотерапевта без зайвих вагань. Чим раніше почнеться лікування, тим легше буде впоратися з наслідками ПТСР та повернути собі нормальне життя.

Крістіна Гречанюк

Фото: depositphotos.com

Майбутнє, якого ми прагнемо

Це майбутнє, де немає війн, знищення народу, болю, жаху, сліз та печалі.

Проте, майбутнє, якого ми прагнемо, не може існувати без соціальної справедливості та міжнародного світу. Ми мріємо про майбутнє, де кожна людина має рівні можливості та доступ до освіти, охорони здоров'я і справедливих умов життя. Ми прагнемо до майбутнього, де конфлікти та війни замінені дипломатією і співпрацею.

Майбутнє завжди було джерелом надії та натхнення для людства. **Споконвіку людство прагнуло до того, щоб зробити майбутнє кращим, ніж сьогодні.** Одним з аспектів майбутнього, якого ми прагнемо, є сталий розвиток. На сьогодні, світ потерпає від серйозних екологічних, економічних та соціальних проблем, і щоб забезпечити життєздатність нашої планети для майбутніх поколінь, ми повинні розвиватися за принципами сталого розвитку. Ми прагнемо до майбутнього, де енергія добувається з відновлюваних джерел, виробництво мінімізує викиди в атмосферу, а суспільство спрямоване на забезпечення балансу між потребами людей та екосистеми.



Фото: unsplash.com

Війна – це нові реалії життя кожного українця від малого до дорослого та найгірше те, що наші діти, квіти нації проживають усе це. Серце розривається, коли чуєш історії цих янголят, що тікали від окупації, від ракет, бомб. Хтось залишився без батька, якого вбив ворожий снаряд, а когось закатували. Без матері, яка героїчно закрила власним тілом своє чадо, щоб врятувати від смерті. Хочеться найкращого для дітей, щоб вони це все забули, а їх майбутнє було світлим та сповнене радощів, сміху.

Ще однією ключовою складовою майбутнього є технологічний прогрес. Історія людства доводить, що технологія допомагає нам розв'язувати складні проблеми та покращувати якість життя. Ми прагнемо до майбутнього, де нові технології ведуть до медичних відкриттів, ефективних методів боротьби зі змінами клімату та забезпечення комфорту та безпеки для всіх людей.

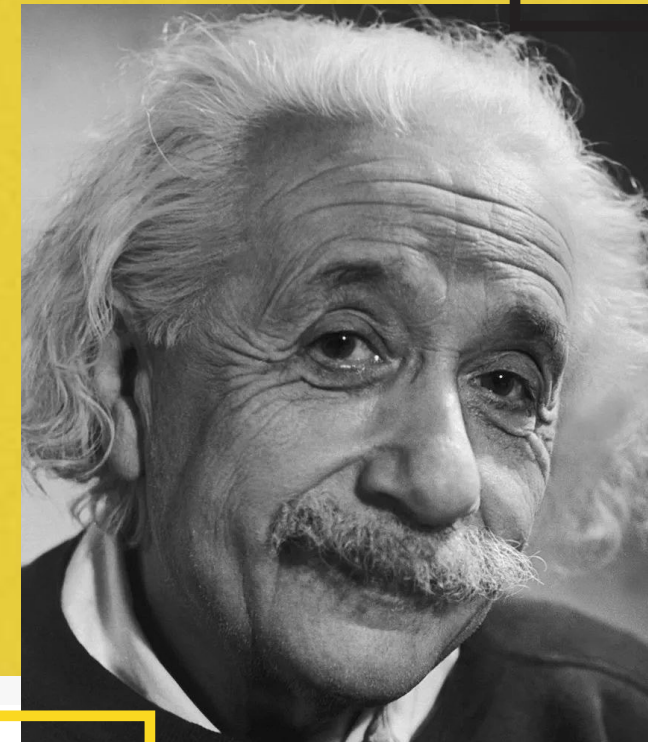


Фото: відкрите джерело

Відомий американський мислитель Альберт Ейнштейн сказав: **«Ми не можемо вирішити наші проблеми на тому ж рівні мислення, на якому ми їх створили».** Ця цитата демонструє важливість поточного розвитку та зміни у нашому суспільстві. Ми прагнемо до майбутнього, в якому наші проблеми розв'язуються завдяки новим ідеям, технологіям та підходам. **Отже, майбутнє, якого ми прагнемо, це світ, де сталий розвиток, технологічний прогрес, соціальна справедливість і мир йдуть пліч-о-пліч.** Саме таку модель світу, ми зобов'язані залишити нащадкам, і для досягнення цієї мети нам потрібно працювати разом і залишитися вірними своїм цілям та цінностям.

Марина Грицайко

«Майдан: народження мрії. Перший бій» Як проходила виставка?

У Києві в Українському Домі з 21 листопада — 3 грудня відбулася виставка «Майдан: народження мрії. Перший бій», яка була присвячена десятій річниці Революції Гідності. На ній представлені експонати з протестного руху в столиці, що зародився восени 2013 року. Деякі з них демонструвалися вперше — повідомляє кореспондентка журналу «ЦЕМ», Ольга Воротнюк.



Фото: Ольга Воротнюк

Експозицію розгорнули на трьох поверхах Українського Дому, який теж був частиною історії Революції Гідності. У виставкових залах зібрали оригінальні речі майданівців. Відвідувачі могли відчувати атмосферу Революції Гідності завдяки відтворенню окремих локацій Майдану. Також були представлені твори революційного мистецтва.

«Сьогодні 10-та річниця Революції Гідності, 19-та річниця Помаранчевої революції. І саме у День Гідності та Свободи Музей Майдану вперше показує найраритетніші речі з власної колекції, яка була евакуйована свого часу, коли почалося повномасштабне вторгнення» — розповідає гендиректор музею Ігор Пошивайло.

За його словами, саме на Майдані виплекалася національна ідея і мрія українців бути вільними, незалежними, гідними. «Упродовж 94 днів Майдану і дотепер українці довели, що вони готові захищати своє майбутнє, цінності, свою мрію до кінця», — каже він. Серед найбільш впізнаваних символів Євромайдану — автентична конструкція «ялинки» і речі, які на ній були: плакати, прапори, верхівка у вигляді Тризуба.

Артефакти, представлені на виставці, відображають події Майдану на різних його етапах: початок протестів, появу ініціатив Автомайдан, Євромайдан SOS, Бібліотека Майдану, Мистецька Сотня і багато інших.

На відкритті виставки побували учасники Революції Гідності, військові, політики, держслужбовці. Зранку експозицію оглянула президентка Молдови Майя Санду.

Також на виставку завітав заступник начальника Національного університету оборони України генерал-майор Ігор Гордійчук. Він був одним з учасників Революції Гідності.

«На жаль, Україні не вдалося одразу стати частиною європейської сім'ї, як це зробили поляки, естонці, литовці та латвійці, які разом з Україною були частиною радянської системи. Україна пішла важким шляхом і зараз ми розуміємо, яку ціну доводиться платити за свободу. Хотілося би, щоб наш народ цінував та робив висновки, щоб ми перемогли та гідно ввійшли у ЄС і НАТО, за що і боролись учасники Євромайдану» — зазначив Ігор Гордійчук.

Він вдячний усім, хто зберіг артефакти з Майдану та наголосив про те, що потрібно підтримувати пам'ять про ті події, про всіх учасників, Героїв Небесної Сотні.

Після відкриття відвідувачів запросили на показ та обговорення фільму «Євромайдан SOS» від режисера Сергія Лисенка. Багато охочих переглянули його та після цього бажаючи висловлювали свою думку та ділились враженнями.

Ця виставка була потужна та важлива в теперішній час, заради того аби нагадати людям про такі історичні події та незламність українців.

Ольга Воротнюк



Фото: Ольга Воротнюк



Фото: Ольга Воротнюк

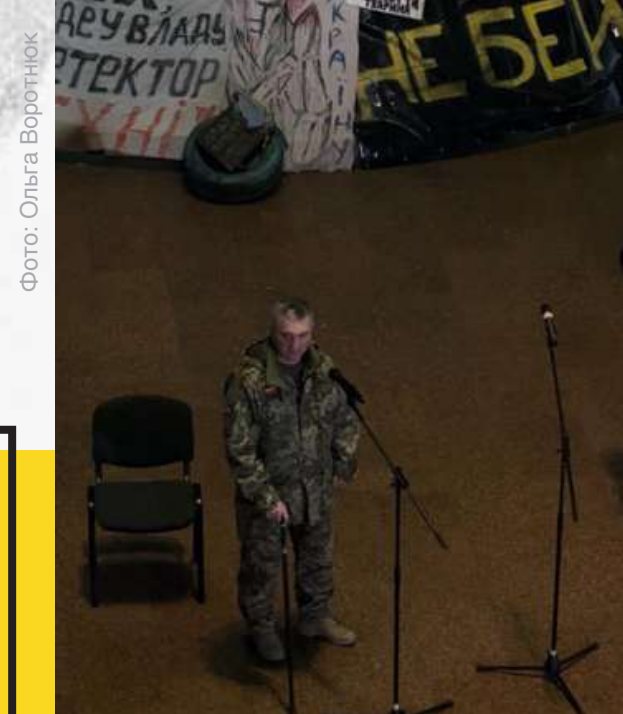


Фото: Ольга Воротнюк

Як український бізнес розвивається в умовах війни?

За півтора року повномасштабної війни росії проти України наша економіка зазнала надзвичайно великих збитків. За даними Київської школи економіки прямі збитки, які понесли приватні компанії та державні підприємства сягають близько \$13 млрд, непрямі ж — \$33 млрд.

Зараз українські підприємці демонструють неабияку стійкість. Від невеликих стартапів до великих підприємств, компанії пристосовуються до складних обставин, досліджуючи нові ринки та інвестуючи в технології. Відомі кожному з нас компанії змогли масштабуватися на західний ринок та показати європейцям, що таке українська винахідливість, завзятість, наполегливість та сміливість.

Компанія з експрес-доставки «Нова пошта» заснована ще далекого 2001 року. Станом на листопад 2023-го, в неї 9300 відділень та 14000 поштоматів. За найтяжчий в нашій історії 2022 рік компанія відправила аж 315 млн посилок та вантажів, одною з перших поверталася в деокуповані міста та селища.

Бізнес почали активно масштабувати в Європі. Спочатку в жовтні 2022-го «Нова пошта» вийшла на ринок Польщі, де працює 32 відділення у 19 містах. Далі експансія пішла на Литву, Чехію, Румунію, Німеччину, Словаччину та Угорщину. У компанії кажуть, що вихід на міжнародний рівень планували ще до війни. Однак, після 24 лютого 2022 року стало зрозуміло: це треба робити якнайшвидше, щоб надати послуги українцям за кордоном. Часу збирати великі валізи ні в кого не було, тому люди тікали з невеличкими сумками та рюкзаками. Саме тому питання щодо транспортування посилок та вантажів з України до європейських країн і навпаки стало в рази актуальнішим, а «Нова пошта» отримала перспективи розвитку.

«Зараз за кордоном ми створюємо взагалі новий бізнес, основна мета якого — зв'язати Україну з Європою. Ви приходите до відділення, яке створене спеціально для того, щоб відправляти в Україну документи, посилки, вантажі. Саме тому ринки Європи — це блакитний океан для Nova Post. Другим етапом розвитку будуть доставки всередині Європи», — розповів співзасновник компанії **Володимир Поперешнюк** виданню AIN.UA

Українці радіють, що знайомий їм сервіс з експрес-доставки набирає такого успіху за межами нашої країни. Ось, що вони пишуть у соцмережах:

Наталя Гарасимович: «Я доньці відправляю вже декілька разів посилку до Варшави. Дуже зручно! А до цього 10 років відправляла якимись перевізниками, потім були якісь нестиковки — шукали буса. Зараз все цивільно, завезла на відділення — донька отримала доставку кур'єром! Супер! Дякую!».

Наталія Шестун: «Я вам дуже вдячна. Завдяки вам я можу й надалі займатися бізнесом та підтримувати дітей за кордоном. Навіть усе для ремонту будинку, все було доставлено Новою поштою. Проблем не було жодного разу».

Користувачі не просто радіють, а з нетерпінням чекають новин про розширення географії діяльності компанії. «А Англія коли?», «Майорка (Іспанія) є в планах?», «Чи є в перспективах Відень — Австрія?» — такі запитання лунають у соцмережах компанії.

«Нова пошта» анонсувала відкриття ще 18 нових європейських відділень, зокрема у Франції, Італії, Іспанії, Туреччині, Великій Британії, Болгарії, Ірландії, Нідерландах, Бельгії, Португалії, Швейцарії, Словенії, Хорватії, Греції, Данії, Фінляндії та Швеції. Головна ціль — відкриття відділень у кожній країні Європи, кажуть засновники компанії.

А от послуга доставок між країнам ЄС може запрацювати у 2025 році. Її вже почали тестувати в деяких країнах, де відкрилися відділення «Нової пошти». За словами мир Поперешнюка, для цього компанія використовує два літаки

Раїса Грінченко: «Нова пошта, ви найкращі! Дякую за вашу працю та оперативність! Відправлення у Варшаву вже вкотре надійшло за півтора дня! Супер!»

АН-26 власної авіакомпанії Supernova Airlines. Крім цього, «Нова пошта» планує взяти в лізинг далекомагістральний літак, який дозволить доставляти відправлення до США.

Війна суттєво впливає на кожен день нашого життя, вносить нестабільність, а тому й ускладнює ведення бізнесу в Україні. Ніхто не знає, що буде завтра, але український бізнес здебільшого швидко адаптувався та звик до нових реалій. Ми пишаємося, що наші компанії завойовують нові ринки, здобувають авторитет за кордоном, сприяють розвитку української економіки.

Влада Дубик



Фото: ms.detector.media

Фото: facebook.com



Український бізнес, ніби Фенікс, постає з вогню війни

Повномасштабна війна в Україні, яка триває вже два роки, має значний вплив на бізнес у всьому світі. Вона призвела до зростання цін на енергоносії, сировину та продовольство, що негативно позначилося на прибутковості багатьох компаній. Крім того, війна ускладнила міжнародну торгівлю та інвестиції.

Як виживають наші підприємці попри всі труднощі — читайте далі.

Жорсткий удар війни

«З початком повномасштабного вторгнення у нас кардинально змінилося життя. Мене як бізнесмена хвилювало те, що станеться далі з працею всього мого життя. Спочатку було важко, різкий ріст долара, деталі для техніки знайти стало ще важче, адже через кордони провезти було нерально. Проте пройшов час, зараз уже легше, бо споживачі звикли до нових цін і вже можна повернутися на довоєнний рівень доходу. Хоча війна здатна швидко внести свої корективи, тому тут як на «пороховій діжці», — поділився власним сприйняттям підприємець **Сергій Пегейчук**.

Внаслідок вторгнення ми втратили 30,4% національної економіки. Крім цього, за даними Мінсоцполітики 2021 року за межею бідності опинилося майже 30% українців, що в свою чергу мало значний вплив на платоспроможність громадян. Споживча інфляція (тобто це показник, який показує зміну цін/тарифів на певні споживчі товари за період часу) - сягнула 26,6%.

Фото: ukrainianinpoland



Паралельно втратила в ціні наша національна валюта, впадши з 29 грн/\$ до 40 грн/\$. А з початком війни підприємці майже втратили можливість вести будь-яку зовнішньоекономічну діяльність: західні кордони перевантажені, морські порти заблоковані, авіапростір закрито, торгівля з РФ та Білоруссю неможлива.

Руйнівного удару по бізнесах завдало зростання цін на енергоносії, адже Росія є одним із найбільших світових виробників нафти і газу. Санкції та маніпуляції Росії призвели до неймовірного зростання цін на ці ресурси, а отже і частина виробництва з логістикою стали необґрунтовано дорогими.

За даними Київської школи економіки, прямі збитки, які понесли приватні компанії та державні підприємства України, сягають \$13 млрд, а непрямі (загальні) збитки фахівці оцінюють у \$33 млрд. Крім того, багато українських працівників мобілізувалися до ЗСУ — ось і дефіцит робочої сили. Та й попит спочатку суттєво зменшився, адже з України виїхали мільйони потенційних споживачів.

Попри всі труднощі, деякі українські підприємства змогли адаптуватися до умов війни і продовжувати свою діяльність. Здебільшого йдеться про виробників товарів і надавачів послуг, затребуваних в умовах війни.

Хто зміг втриматися?

Кафе-кондитерська «Collie» стала першою підприємницькою справою киянки Єви Цой. Вона розповіла свою історію: «Звичайно, складно працювати під час війни. Були моменти, коли на вулицях лунали вибухи. А в нас сиділи відвідувачі й дитина, якій чотири роки. Вона спитала: «Мама, це вибухи?». А мама відповіла: «Ні, це грім». Ми тоді винесли пряники та розфарбовували їх з дитиною. А потім повели її на кухню, провели екскурсію. Зараз відчуття, що відповідаєш не тільки за себе, а за всіх».

Втриматися та почати розвиток змогли підприємства, що виробляють продукти харчування, одяг, медикаменти та інші товари першої необхідності. «Dnipro-M», «Галя Балувана», «Чорноморка», «Львівські круасани» — це все українські компанії, що змогли вийти за межі нашої держави та розвиватися за кордоном.

Попри втрату десятків фізичних магазинів, компанія з продажу будівельних інструментів «Dnipro-M» змогла збільшити мережу до 406 магазинів: відновили чотири пошкоджені салони, відкрили сім власних та 60 франчайзингових точок. У квітні Dnipro-M відкрив за франшизою першу крамни-

цю у Вроцлаві, а до кінця року в сусідніх з нами країнах мають відчинити двері 120 магазинів.

Перспективи для бізнесу в Україні

Попри надважкі умови та нестабільність, за даними Європейської Бізнес Асоціації більш ніж половина опитаних, а саме 76% підприємців, планують розширення свого бізнесу. З них:

- 28% – ставлять за мету розширити географію присутності;**
- 26% – планують відкрити нові напрямки діяльності;**
- 25% – хочуть змінити стратегію на зовнішній ринок;**
- 21% - будуть збільшувати штат співробітників.**

Варто також відзначити, що для розширення свого бізнесу підприємці планують використовувати власні кошти, і лише 33% покладаються на кредитування та гранти.

Звичайно, що в умовах воєнного стану наївно сподіватися на економічний бум. Але ділова спільнота України очікує рішучих дій від держави, стабілізації економіки та підтримки бізнесу.

На думку фахівців Європейської Бізнес Асоціації, держава переглянути чинні інструменти, які використовуються для регулювання та контролю бізнесу, дати підприємцям більше свободи. На сьогодні в Україні зафіксовано майже 1000 інструментів державного регулювання, що зв'язують руки підприємців, які щоденно намагаються вистояти та зберегти власну справу.

Перспективи для бізнесу далеко не райдужні, але це не кінець світу. Українські компанії адаптуються до війни, вкладаються в безпеку, вигадують нові продукти й сервіси — усе це для більшої ефективності та завоювання нових ринків.

Підтримуймо українське!

Марина Грицайко

«ЄОселя»: чи вигідно купувати дім за цією програмою?

Сьогодні на ринку нерухомості ми бачимо чимало новобудов від класу «економ» до «бізнесу». Однак попит на купівлю житла зменшився у рази через повномасштабну війну. Багато українців втратили роботу та джерела доходу, а ціни на квартири лшилися на місці або ж тільки підвищилися. Дехто ж просто боїться вкладатися в нерухомість, адже невідомо, куди прилетить наступного разу.

За даними «Опендатабот», активність у придбанні квартир і житлових будинків під час повномасштабного вторгнення впала майже у 3,5 рази: з 218 тис. до 63 тис. угод. Тому, щоб не вийти в мінус при будівництві, забудовники разом із державою ще у 2022 році розробили програму кредитування «ЄОселя».

Які умови в пільговій державній іпотеки?

Ми вирішили порівняти звичайний кредит із «ЄОселею» — про різницю та підводні камені читайте далі.

Почнемо з нововведення, тобто «ЄОселі». Цей спосіб передбачає від 3-7% річних та дає можливість виплачувати кредит від 1 до 20 років за умови внесення першої частки у 20% від загальної суми.

Діють такі умови не для всіх. Кредит під 3% можуть запропонувати лише для військовослужбовців-контрактників, медичних і освітніх працівників з родинами, детективів НАБУ, деяких працівників ДБР, БЕБ, військових і силовиків з інвалідністю I-II груп, отриманою внаслідок боїв.

Також претендувати на іпотеку мають право люди, які не володіють житлом або мають у власності менше ніж 52,5 м² + 21 м² на кожного члена родини додатково; або володіють квартирою, розташованою в районі бойових дій чи на тимчасово окупованій території.

До того ж охочі отримати фінансування мають бути не молодші за 18 років і не старші за 70 на дату погашення кредиту — і звісно ж, бути платоспроможними.

Кредит під 7% за цією програмою дають ветеранам війни та членам їхніх сімей, учасникам бойових дій, особам з інвалідністю внаслідок війни, сім'ям загиблих (померлих) ветеранів, а також родинам загиблих захисників і захисниць України.



Фото: kh.vgorode.ua

Звичайні кредити

Річні відсотки без пільг значно вищі. Наприклад, «Ощадбанк» пропонує клієнтам 7-19% річних, внесення першої частки у розмірі від 30% загальної суми й можливість сплачувати за свою оселю протягом 20 років. Натомість «Глобус банк» надає кредити на житло під 9.9-23.9%, за умови внесення такої ж частки, однак тут свій «борг» люди мають оплатити впродовж 10 років, що значно збільшує остаточну ціну квартир чи будинку.

Що думають люди, які вже придбали квартиру за програмою «ЄОселя»?

Жителька Первомайська Юлія Дробик, яка 7 років працює у ДСНС подала заявку на іпотечне кредитування в листопаді 2022 року. За її словами, своє житло отримала вже 26 січня 2023. Тобто процедура доволі швидка. Жінка радіє, що має можливість платити вже за власну оселю.

«Ми знімали квартиру і ви ж розумієте, що так платимо за чуже. А тут якщо сплачуємо, то за своє. Це дійсно хороший шанс у житті, адже не кожен зможе придбати житло за свої заощадження, а ця програма дає можливість отримати власну нерухомість. Навіть якщо буде розрахунок на 20 років, то все рівно людина знатиме - у неї є житло».

Жителька Вінниці, що веде ютуб-блог «Гнасько Фемелі», придбала квартиру за цією програмою з трьох причин: по-перше, за підрахунками середня оплата за оренду приблизно дорівнює оплаті за кредит, якщо говорити про хороший район міста; по-друге, її сім'я не має грошей, щоб придбати нерухомість, але якщо б і мала, то за словами блогерки, вони не бачать перспективи у тому, щоб вкласти умовно 50 тисяч доларів лише у хату, де ти будеш жити і по-третє, інфляція, яка впливає на орендовану оселю, бо прирівнюють цю плату до курсу долара.



Фото: gdevkievezhithorosh.com

Що обрати?

Жителька Первомайська Юлія Дробик, яка 7 років працює у ДСНС подала заявку на іпотечне кредитування в листопаді 2022 року. За її словами, своє житло отримала вже 26 січня 2023. Тобто процедура доволі швидка. Жінка радіє, що має можливість платити вже за власну оселю. «Ми знімали квартиру і ви ж розумієте, що так платимо за чуже. А тут якщо сплачуємо, то за своє».

Якщо ви підпадаєте під категорії програми «єОселя», то, на перший погляд, звичайно вигідніше обрати цей варіант. Та які підводні камені криються за цією пільгою, і чи справді все так просто? Про це розповів ріелтор Віталій Свірідов для видання «The Page».

За його словами, одним із недоліків такого кредитування — виплати в гривні: продавці квартир зазвичай вказують вартість у доларах і хочуть отримати повну суму у валюті на руки, а не гривню на банківський рахунок. Зараз є обмеження на зняття більш ніж 100 тис. грн готівки зі свого рахунку на день. Другий аспект, який стримує розвиток «єОселі» — обмеження максимальної ціни квадратного метра та вибір житлового фонду віком до 10 років і лише в обласних центрах.

«Гранична ціна квадратного метра обмежує можливість купити нормальну квартиру від 2013 року в Києві з ремонтом, бо вартість такого житла досить висока. Квартиру без ремонту за такі гроші знайти простіше, але зараз житло шукають багато військових. Плюс вартість матеріалів. У пріоритеті нерухомість з ремонтом, тому іпотека не підходить для Києва», — констатує ріелтор Віталій Свірідов.

Фото: youtube.com

єОселя

Програма державної іпотеки в Дії



Під умови «єОселі» простіше знайти житло, наприклад, у Київській області або інших невеликих містах.

І третій підводний камінь — великий перший внесок. За вимогами програми він має бути не менш як 20%, але в кожному банку свої умови. Наприклад, в «Ощадбанку» реально видають від 20%, у «Приватбанку» — від 30%. Пан Свірідов, який часто консультує потенційних позичальників, свідчить, що такий перший внесок розрахований для військових і правоохоронців.

Медикам, науковцям і педагогам «Приватбанк» в середньому погоджує перший внесок у розмірі 40-50%. Був навіть випадок, коли вчителька просто боролася за цю іпотеку, адже «Приватбанк» нарахував 60% першого внеску. А це, за словами Свірідова, вже розтермінування, а не кредитування.

Як бачимо, «єОселя» — зовсім не панацея, яка б точно здійснила вашу мрію про нову квартиру у столиці. Однак якщо ви розглядаєте покупку житла в багатоповерхівці не в Києві, а в інших облцентрах, то пільгова іпотека буде цілком вигідною. Головне обрати правильний банк, щоб отримати можливість внести все ж таки 20% першого внеску, як заплановано програмою, а не більше.

Леся Доренко

Людський капітал України: проблеми та перспективи



Фото: rubryka.com

У країна – це країна з великим потенціалом людського капіталу. Наша держава має освічену та кваліфіковану робочу силу, а також молоде та зростаюче населення. Однак, незважаючи на цей потенціал, Україна також має низку проблем у сфері людського капіталу, які стримують її економічний розвиток.

Перша проблема, з якою стикається наша країна – це низький рівень середньої освіти. За даними Міністерства освіти і науки України, у 2022 році лише 46% дорослого населення України мали повну середню освіту. Це значно нижче, ніж у більшості країн Європи.

Друга – нерівномірний розподіл державних коштів та корупція. Корупція – це одна з найсерйозніших проблем, які стримують економічний розвиток України. Вона проявляється у всіх сферах життя країни, від політики до бізнесу. А також призводить до втрачених можливостей, зниження ефективності економіки та зростання нерівності.

Ось що про це думають свідомі українці:

«Корупція – це зло, яке руйнує нашу країну. Вона позбавляє українців можливості отримувати якісну освіту, медичну допомогу та інші соціальні послуги. Вона також відлякує інвестиції та перешкоджає економічному розвитку. Ми повинні боротися з корупцією, щоб Україна стала успішною країною» - прокоментувала студентка Київського національного університету імені Тараса Шевченка **Марія Іваненко**, яка була на мітингові проти корупції, який відбувся в Києві в 2023 році.

Ще одним важливою складовою є те, що урбанізація в Україні є високою, і більшість освічених та кваліфікованих працівників проживають у великих містах, тому виникають проблеми у розвитку сільської економіки та регіонів.

Останньою і не менш важливою проблемою – є нестача кваліфікованих кадрів у певних галузях. В Україні спостерігається дефіцит кваліфікованих кадрів у таких галузях, як ІТ, машинобудування та сільське господарство.

«Ми маємо зробити все можливе, щоб підвищити рівень освіти та професійної підготовки в Україні. Це є ключем до нашого економічного зростання та благополуччя наших громадян. Ми повинні зробити освіту більш доступною та якісною для всіх українців, незалежно від їхнього соціального статусу чи місця проживання. Ми повинні працювати над реформою освіти, яка дасть нашим громадянам необхідні знання та навички для успіху в сучасному світі. Ми повинні забезпечити якісну освіту для дітей, які постраждали від війни. Це допоможе їм відновити своє життя та знайти своє місце у суспільстві» - наголосив **Володимир Зеленський** у своєму виступі на конференції «Освіта 2030: Європейський вимір».

Тепер з'ясуємо які ж перспективи людського капіталу в Україні. Попри існуючі проблеми, країна має ряд переваг, які можуть сприяти розвитку економіки.

– **Зростаюче населення.** За прогнозами ООН, населення України до 2050 року зросте до 50 мільйонів. Це дасть можливість збільшити кількість освічених та кваліфікованих працівників.

– **Міжнародна співпраця.** Україна активно співпрацює з міжнародними організаціями та країнами у сфері освіти та професійної підготовки. Це сприяє поширенню нових знань та навичок серед українських працівників.

– **Інвестиції в людський капітал.** Уряд України в останні роки збільшує інвестиції в освіту та професійну підготовку. Це створює умови для підвищення рівня людського капіталу.

Державний капітал українців є важливим фактором економічного розвитку України. Подолання існуючих проблем в економічній сфері життя українців та реалізація наявних перспектив дасть можливість Україні підвищити державний бюджет та досягти загального, стійкого економічного зростання.

Аліна Гулюк

ЩЕМ – навчальне видання студентів третього курсу
Навчально-наукового інституту журналістики Київського
національного університету імені Тараса Шевченка
(Медіавиробництво з журналістики та соціальної
комунікації: продукт)

Засноване другою підгрупою першої академічної групи
ОПП «Журналістика і соціальна комунікація» 8 вересня 2023 року

Редакційна рада

Головний редактор: Євгеній Золотухін

**Заступниця головного редактора з питань
дизайну:** Влада Дубик

Редакторка розділу «Суспільство»: Дар'я Гломозда

Редакторка розділу «Політика»: Крістіна Гречанюк

Редакторка розділу «Життя»: Леся Доренко

Редакторка розділу «Економіка»: Марина Грицайко

Журналістки: Олеся Гнатіва, Ольга Воротнюк, Аліна Гулюк

Адреса редакції: Україна, м. Київ, 04119,
вул. Юрія Ілленка, 36/1.

Телефон: +38 (095) 615 70 61

Підписано до друку:

Тираж: 20 прим.

Не для продажу

Куратори проекту:

Р. В. Радчик, доц. кафедри періодичної преси

І. М. Євдокименко, ас. кафедри історії журналістики

Д. В. Філоненко, ас. кафедри мультимедійних
технологій та медіадизайну

О. О. Грозна, ас. кафедри мультимедійних
технологій та медіадизайну



У виданні використовуються ілюстрації з мережі Інтернет, які знаходяться
у вільному доступі. Передрук/використання матеріалів без згоди редакції
заборонено. Автори несуть відповідальність за достовірність наданої
інформації.

© ЩЕМ, 2023

Редакція залишає за собою право на редагування надісланих матеріалів без узгодження з автором.
Рукописи не рецензуються та не повертаються. Редакція може не поділяти думку авторів

