



Четверг

12 марта 2020 года
№ 28-29 (163-164)

Харьковская городская газета

ХАРЬКОВСКИЯ ИЗВѢСТІЯ

Основана в 1817 году

Новости

НАРКОЗАКЛАДЧИЦУ ВЗЯЛИ С ПОЛИЧНЫМ

Во время патрулирования Холодногогорского района 10 марта патрульные обратили внимание на женщину, поведение которой вызвало подозрение у правоохранителей. Гражданка, увидев патрульных, резко изменила направление движения. Патрульные остановили женщину. Во время общения с патрульным последняя заметно нервничала. И не зря...



В результате поверхностной проверки полицейские обнаружили 6 свертков с неизвестным веществом, внешне похожим на наркотическое. Также инспекторы обнаружили два места, в которых женщина успела спрятать так называемые закладки.

Для проведения соответствующих следственных действий и изъятия обнаруженных веществ для экспертизы на место была вызвана следственно-оперативная группа. В дальнейшем все обстоятельства происшествия установят следователи.

НЕРАВНЫЙ БОЙ

В результате столкновения экскаватора и автомобиля Mercedes в тихом центре Харькова пострадал только элитный автомобиль.



По данным полиции, 10 марта около 14:40 патрульные получили сообщение о ДТП на ул. Маяковского, 14.

По предварительной информации, водитель экскаватора нарушил правила дорожного движения и допустил столкновение с автомобилем Mercedes. В результате ДТП никто не пострадал.

На экскаваторщика патрульные составили административный протокол по ст. 124 КУоАП.

СМЕРТЬ ПОДРОСТКА: КТО ВИНОВАТ?

В Харькове расследуют гибель 16-летнего парня. По данным облуправления полиции, 27 февраля в отделение реанимации харьковской городской больницы с территории ТЦ «Барабашово» был госпитализирован 16-летний харьковчанин. Многочисленные травмы парень получил при падении с крыши во время ремонтных работ. Через час парень умер, не приходя в сознание.

Как отмечается, руководство компании отправило мальчишку на верную смерть — неопытного сотрудника «загнали» на крышу помогать рабочим. Подросток не удержался, упал и разбился насмерть.

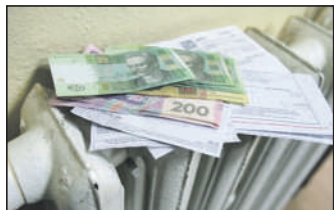
СУММА ЗА ТЕПЛО БУДЕТ УМЕНЬШЕНА

Суммы начислений за услуги КП «Харьковские тепловые сети» для населения за февраль 2020 года будут уменьшены.

Как сообщается на сайте предприятия, учитывая изменение стоимости поставки природного газа и на основании требований Кабмина, суммы начислений будут уменьшены на следующие услуги:

- тепловая энергия для нужд населения — на 21,02 %;
- по централизованному отоплению для абонентов жилых домов (с домовыми и квартирными приборами учета тепловой энергии и без них) — на 20,79 %;
- по централизованной поставке горячей воды:
- при условии подключения полотенцесушителей к системам централизованной поставки горячей воды — на 18,52 %;
- при отсутствии полотенцесушителей — на 18,34 %.

Соответствующие изменения будут отображены в платежных документах.



Харьковские синхронистки стали лучшими на чемпионате мира в Париже.

УВИДЕТЬ ПАРИЖ И... ПОБЕДИТЬ

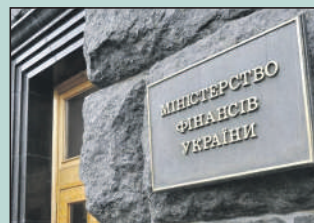
Они завоевали золотые медали на первом этапе Мировой серии FINA по синхронному плаванию в Париже (Франция). Харьковчанка Марта Федина завоевала золотые награды в техническом и произвольном соло, оставив позади соперниц из Франци и США. Об этом сообщили в пресс-службе Харьковского городского совета.

Также харьковчанки Марта Федина и Анастасия Савчук завоевали «золото» в технической программе в дуэте. Девушки выступили с результатом 90,8721 балла, победив сестер-близняшек из Франции Шарлотту и Лору Тремблэй (85,7933 балла) и дуэт из США Аниту Альварес и Линду Шредер (84,5879 балла). Всего в финале приняли участие 22 спортивных дуэта.

В БЮДЖЕТЕ — ТОЛЬКО ДЫРА

За два месяца госбюджет недовыполнен по доходам более чем на 17 миллиардов гривен — больше, чем в предыдущие годы.

Размер «дыры» в бюджете в интервью UBR оценила глава Государственной казначейской службы Татьяна Слюз. «Я хочу сказать, на самом деле в предыдущие годы тоже было невыполнение, но в этом году особенно», — сказала Т. Слюз, при этом добавив, что это довольно ощутимое падение относительно недополучения доходов. Как известно, в январе доходы госбюджета не выполнены на 13,8 млрд грн, или 24,5 %. При этом в феврале недовыполнение составило 4,7 % (3,5 млрд). В целом за два месяца более 17 млрд грн. В Минфине главной причиной недовыполнения доходов называют существенные изменения макроэкономических показателей по сравнению с прогнозом правительства, утвержденным в октябре 2019 года. Новый премьер-министр Денис Шмыгаль уже пообещал, что правительство пересмотрит бюджет на 2020 год.



КАРАНТИНУ БЫТЬ!

В УКРАИНЕ С СЕГОДНЯШНЕГО ДНЯ И ДО 3 АПРЕЛЯ В СВЯЗИ С КОРОНАВИРУСОМ ВВОДИТСЯ ОБЩЕНАЦИОНАЛЬНЫЙ КАРАНТИН

Такое решение Кабмин принял на своем закрытом заседании 11 марта.

В частности, правительством принято решение выделить 100 млн грн на первоочередную закупку средств индивидуальной защиты для текущих нужд министерств, ведомств и служб, а также для пополнения госрезерва. Одновременно, для выполнения этого решения до 1 июня запретить экспорт товаров противоэпидемического назначения, чтобы гарантировать обеспечение необходимыми средствами защиты населения.

Кабмином предложено введение ограничений на проведение массовых мероприятий, в которых запланировано участие 200 и более человек. Но это не касается мер государственной необходимости.

Проведение спортивных мероприятий возможно с разрешения международных организаций, без зрителей. Также запланировано введение карантина в учебных заведениях сроком на три недели. Кроме того, принято решение закупить инфракрасное оборудование для проведения скрининга на расстоянии в Международном аэропорту Борисполь.

А по словам нардепа Виктории Сюмар, будет закрыто авиасообщение с некоторыми странами. Также закрытию подлежит большая часть КПП: из 219 останется 49.

▶ А КАК У НИХ?

Остановить распространение коронавируса пытаются и другие страны. Как это происходит:

- Италию «закрыли» на карантин — путешествовать можно только в отдельных случаях;
- в Польше, Чехии и Молдове из-за угрозы распространения инфекции отменили массовые мероприятия;
- в Иране на карантин закроют все учебные заведения до 20 марта. Между городами устанавливают пропускные пункты;

— во Франции запретили собрания, в которых принимает участие более 1000 человек. Публичные мероприятия с большим количеством участников отменила также и Германия;

— в Израиле ввели обязательный двухнедельный карантин для всех, кто прибывает в страну.

Кстати, с 15 марта аэропорт «Харьков» приостанавливает рейсы в израильский Тель-Авив. Пассажиры, которые оставили свои контактные данные при бронировании, обещают информировать о любых изменениях в расписании заранее. Если рейс отменили или перенесли, то нужно обратиться по месту покупки авиабилета или в call-центр авиакомпании.

▶ COVID-19 — ПРЕВЕНТИВНЫЕ МЕРЫ В ХАРЬКОВЕ

Вот как прокомментировал ситуацию по Харькову на своем Telegram-канале Харьковский городской голова Геннадий Кернес:

— С 12 марта и на три ближайшие недели обыденную жизнь Харькова ждут изменения. Будут закрыты театры и кинотеатры, цирк, развлекательные центры и игровые зоны в шопинг-моллах.

Спортивные мероприятия тоже пока подождут лучших времен. А для неспортивных — иначе они называются массовыми — вводится ограничение на количество участников до 60 человек. Теперь немного подробнее о том, почему не закрываем сады и школы.

Причина первая. За последние 20 дней мы наблюдаем снижение уровня заболеваний ОРВИ в школах.

Причина вторая. Куда родителям деть своих детей на время трехнедельного карантина — совершенно непонятно, и для многих из них это время становится тяжелым испытанием. Но если кто-то считает, что для его



ребенка лучше ближайшее время пересидеть дома — руководство школ не будет против, необходимо только написать соответствующее заявление на имя руководителя учебного заведения. И, к слову, скоро каникулы — с 23 по 29 марта.

Но тех детей, которые будут посещать школы, тоже ждут изменения. Для средне- и старшекласников будет отменена многокабинетная система, учебный процесс будет проходить в одном классе. По утрам дети будут проходить медицинский осмотр. Сами же школы будут дополнительно дезинфицировать.

Других мероприятий, включая изменения в работе транспорта, не будет.

Акцентирую ваше внимание, уважаемые харьковчане, на том, что в Харькове нет ни одного не то что заболевшего коронавирусом, нет ни одного подозрения на эту хворь.

Но еще неделю назад Департаментом здравоохранения все профильные лечебные заведения были подготовлены к приему больных коронавирусом.

Все описанные выше мероприятия мы проводим превентивно, чтобы таких больных в нашем любимом Харькове и не появилось.

Уверен, харьковчане с пониманием отнесутся к некоторым неудобствам, связанным с предупреждением заболевания COVID-19.

НАБОР В ПТУ СОКРАЩАТЬ НЕ БУДУТ



В 2020 году на обучение в учреждения профессионально-технического образования планируется принять 2967 человек. Об этом на состоявшемся 11 марта очередном заседании исполнительного комитета Харьковского горсовета сообщила директор Департамента образования Ольга Деменко.

Департамента. — Так, в этом году он составит 2967 человек (на 650 человек больше, чем в прошлом году). Таким образом прием в образовательные учреждения данной категории постепенно увеличивается. Всего сегодня на территории

Харькова функционируют 14 учреждений профессионально-технического образования, все они финансируются городским бюджетом (это более 250 млн грн). Члены исполкома также единогласно поддержали решение относительно немедленного изъятия малолетнего ребенка из семьи. Как пояснила заместитель городского головы по вопросам здравоохранения и соци-

альной защиты населения Светлана Горбунова-Рубан, речь идет об учащемся одной из школ города, который состоит на учете социальной службы Новобаварского района. Как выяснилось, мальчик неоднократно подвергался физическому насилию со стороны сожителя матери. Факт побоев был установлен после того, как ребенок пришел в школу в синяках. Была создана рабочая группа оперативного реагирования, установлена личность сожителя, который применял к ребенку противоправные действия, составлен соответствующий акт. «Все вышеперечисленное свидетельствует о недопустимости воспитания ребенка в данной семье. В настоящее время решается дальнейшая судьба школьника», — сообщила Светлана Горбунова-Рубан.

ЭКОНОМИЯ НАЛИЦО

Около 50 индивидуальных тепловых пунктов с автоматикой погодного регулирования установлены в жилых домах в Харькове.

Руководитель региональной группы управления проектом от КП «Харьковские тепловые сети» Роман Зинченко сообщил, что оборудование позволяет не только равномерно обогревать квартиры, но и существенно экономить жильцам на потреблении тепла. В частности, современный ИТП был установлен в пятиэтажном доме по пр. Льва Ландау, 56/3.

— Благодаря установке теплового пункта экономия на платежах жильцов дома колеблется от 10 до 40%. Тепловой пункт состоит из двух модулей — один от-

носится к горячей воде, другой — к теплоснабжению. В зимний период в квартирах, согласно нормативам, поддерживается температура 18 градусов тепла, и когда температура воздуха на улице поднимается выше 10 градусов тепла, отопление автоматически отключается, — отметил Роман Зинченко. Он добавил, что ИТП устанавливаются только в домах коммунальной формы собственности, которые ранее были оснащены тепловыми пунктами. Всего в Харькове 250 таких зданий, в каждом из которых планируется заменить устаревшее



оборудование на современное. На данный момент оборудование монтируется в 8 жилых домах в Индустриальном, Немышлянском и Шевченковском районах.

СТРОИТЕЛЬСТВО МЕТРО: ПОДГОТОВКА В РАЗГАРЕ

НА ТЕРРИТОРИИ НОВЫХ СТАНЦИЙ МЕТРО, КОТОРЫЕ СТРОЯТСЯ В ХАРЬКОВЕ, ВЕДУТСЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ. РАБОЧИЕ СО СПЕЦТЕХНИКОЙ ОЧИЩАЮТ ТЕРРИТОРИЮ ОТ СООРУЖЕНИЙ

Площадка под станцию метро «Одесская» уже готова, осталось установить забор. На месте будущей станции «Державинская» снесено около 10 домов, осталось снести еще один на переулке Стрелецком. Демонтаж и вывоз мусора на «Державинской» планируют завершить до апреля.

По словам директора КП «Харьковская дирекция строительства метрополитена» Натальи Линник, общая протяженность метрополитена в сторону Одесской составляет 3,5 км. Протяженность станционного комплекса — 650–700 м с учетом платформы, двух вестибюлей, камер вентилирования и тяговой подстанции. Станции будут строить открытым способом, тоннели между

станциями «Державинская» и «Одесская» — закрытым способом при помощи механизированного горного щита. Тоннели между станциями «Державинская» и «Метростроителей» — тоннели открытого способа работы. Их будут строить после водопонижения.

После завершения подготовительных работ будет определен генподрядчик строительства. Для проведения между-



народных торгов бенефициар «Харьковский метрополитен» готовит требования для будущего подрядчика. Проект внедряется вместе с международными банками, которые готовы предоставить 320 млн евро кредита.

Кстати, в интернете еще в конце января появились эскизы станций метро «Державинская» и «Одесская». Директор Департамента по делам информации и связям с общественностью Харьковского горсовета Юрий Сидоренко подтвердил, что это утвержденные варианты дизайна станций, однако градсовет еще может внести в них изменения.

НЕФТЯНОЙ КРИЗИС И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ

Пока украинцы праздновали 8 Марта, мировую экономику начало не на шутку штормить. Чем окончится эта встряска, эксперты пока не могут спрогнозировать, пишет Сегодня.

Скандал, вызвавший впоследствии панику на мировых финансовых рынках, разгорелся еще 6 марта — в день завершения переговоров министров стран ОПЕК и России, которые пытались договориться об ограничении добычи нефти для сдерживания падения цен, вызванного коронавирусом. Однако переговоры завершились ничем. Россия заявила о намерениях наращивать нефтедобычу. В ответ Саудовская Аравия также решила увеличить добычу нефти, кроме того, стала предоставлять покупателям щедрые скидки на свой товар.

► НАЛЕТАЙ, ПОДЕШЕВЕЛО!

9 марта стало «черным понедельником» и для нефтедобытчиков, и для фондовых рынков во всем мире. Нефть марки WTI торговалась в среднем на 30 % ниже, чем в минувшую пятницу, опускаясь порой ниже отметки в 29 долларов за баррель. Нефть марки Brent упала в цене с 45,5 до 31,3 доллара за баррель.

Фондовые рынки отреагировали мгновенно. Как результат — в понедельник упали ведущие азиатские, европейские и американские индексы.

Во вторник, впрочем, цены на нефть немного подросли, а рынки успокоились. Тем не менее эксперты прогнозируют, что это только начало грядущей «нефтяной войны», которая может растянуться не на один месяц. Как следствие — будут понижаться цены на нефтепродукты, а те, в свою очередь, потянут за собой цены и на другие товары.

► НЕГАТИВНЫЙ ЭФФЕКТ

Первое впечатление от ценовой войны будет позитивным. Так обычно бывает: потребителей явно поражают низкие цены на многие товары. Но «ценовые войны» тем и опасны, что их настоящий эффект про-

является не сразу. И этот эффект вовсе не позитивный. В такой «ценовой войне», как началась сейчас, он может проявиться в замедлении развития всей мировой экономики, в ее стагнации и даже рецессии. Эксперты предупреждают: негативный эффект от происходящего на рынке нефти и нефтепродуктов может затронуть и другие рынки.

— Мы думаем, что падение на рынках природных ресурсов продолжится. Потому что спрос на природные ресурсы, включая нефть, в большой степени формирует Китай, а он сейчас страдает из-за коронавируса. Поэтому экономика в Китае ослабляется, а это значит, что цены на природные ресурсы будут оставаться низкими, включая цены на нефть. Мы считаем, что такая ситуация будет следующих месяцев шесть, — говорит финансовый эксперт Эдвард Дубинский.

► ЧТО ЖДЕТ УКРАИНУ?

Для Украины новый кризис может стать «двойным шоком», или «шоком двух балансов»: торгового и финансового, говорит эксперт.

— Торгового — потому что, когда замедляется мировая экономика, падают цены на сырье и, соответственно, доходы от нашего экспорта. И шок финансового баланса — потому что всегда, когда происходит турбулентность на мировых рынках, инвесторы забирают деньги из развивающихся экономик и вкладывают их в т. н. «тихие гавани»: банковские металлы и казначейские облигации США. Поэтому нас ожидает еще и отток капитала. Мы не сможем влезать в новые долги для того, чтобы выплачивать старые. Но, с другой стороны, если смотреть глобально, для Украины это и новые возможности. Потому что у нас есть потенциал и в био-, и в информационных технологиях. Мы можем занять более интересное положение в новой глобальной «пищевой цепи» мировой экономики, чем занимаем сейчас — положение сырьевого придатка, — прогнозирует Алексей Куш.

— Для нас дешевые энергоресурсы будут нивелированы девальвацией гривни. И еще непонятно, какая динамика будет более опасна, — предупреждает он.

ЧТО ПО КАРМАНУ УКРАИНЦАМ

Потребительская инфляция в Украине в феврале 2020 года в годовом выражении — по сравнению с февралем 2019 года — составила 2,4 %, замедлившись с 3,2 % в январе. Такую информацию обнародовали в Госстате.

При этом по сравнению с январем 2020 года цены снизились на 0,3 %, тогда как в январе цены выросли на 0,2 %. Таким образом, с начала года снижение составило 0,1 %. А в целом за январь–февраль цены на потребительском рынке выросли на 2,8 % по сравнению с январем–февралем 2019 года.

Как подсчитали в Госстате, в феврале цены на продукты питания и безалкогольные напитки снизились на 0,4 %. Больше всего подешевели яйца — на 17,6 %. На 0,2–5,1 % снизились цены на мясо птицы, свинину, сало, макаронные изделия, подсолнечное масло.

Одежда и обувь подешевели на 4,3 %, в частности обувь — на 4,9 %, одежда — на 3,7 %. Тарифы на жилье, воду, электроэнергию, газ и другие виды топлива снизились на 2 % из-за уменьшения цен на газ на 12,9 %. Кроме того, на 1,4 % уменьшились тарифы на горячую воду и отопление.

Впрочем, на 0,2–2,2 % подорожали фрукты, говядина, сахар, овощи, хлеб, сметана, молоко, продукты переработки зерновых, рис. Цены на алкоголь и табачные изделия выросли на 0,8 %. Также выросли тарифы на водоснабжение на 15,3 % и канализацию — на 12,6 %. Транспорт в целом подорожал на 0,1 %: проезд в поездах — на 3,2 %, в автомобильном пассажирском транспорте — на 1 %.





ГЛАУКОМА — МАЛЕНЬКИЙ КРОК ДО СЛІПОТИ

ЩОРОКУ У БЕРЕЗНІ У ВСЬОМУ СВІТІ ВІДЗНАЧАЄТЬСЯ МІЖНАРОДНИЙ ДЕНЬ БОРЬБИ З ГЛАУКОМОЮ. ЦЕЙ ДЕНЬ ПОЧАВ ПРОВІДИТИСЯ З 2008 РОКУ ЗА ІНІЦІАТИВОЮ ВСЕСВІТНЬОЇ АСОЦІАЦІЇ ТОВАРИСТВ ГЛАУКОМИ

Серед різних захворювань ока глаукома посідає особливе місце. Причина цього полягає навіть не в тому, що цим терміном, по суті, називають не один певний недуг, а цілу групу, яка налічує понад 60 патологій, а в тому, що при загальному непримітному перебігу фінал у кожній з них один: невиліковна сліпота. За даними громадської організації «Асоціація хворих глаукомою», сьогодні глаукома — одна з основних причин сліпоти та слабкозорості.

►ЩО ТАКЕ ГЛАУКОМА

Глаукома — це назва очної хвороби, яка характеризується підвищеним тиском в зоровому органі, який спричиняє атрофію зорового нерва. Вона може довгий час протікати у прихованій формі, не доставляючи проблем, і часто людина приходить до лікаря вже у тому випадку, коли її зір починає втрачати свою гостроту. Серйозність захворювання на глаукому полягає саме в тому, що вона неминуче веде до сліпоти, якщо не втрутитися вчасно. У разі своєчасно розпочатого лікування хвороби збільшується ймовірність того, що процес атрофії нерва буде зупинений.

Глаукома належить до низки хвороб очей, які неможливо вилікувати повністю. Як відзначалося, вона пов'язана з підвищеним внутрішньоочним тиском і вражає у першу чергу зоровий нерв та порушує поля зору, а несвоєчасне медичне втручання не змінить ситуацію на краще.

Одним з чинників виникнення хвороби є спадкова схильність. Отже, якщо батьки були схильні до глаукоми, то в цьому разі треба постійно тримати під контролем тиск всередині очей.

На першій стадії розвитку глаукоми пацієнт зазвичай скаржиться на поганий зір і звуження його полів. Якщо зір на одному оці вже втрачено, то це не означає, що хвороба зупинила свій розвиток. Вона триватиме, вражаючи друге око.

При глаукомі у пацієнта бувають сильні головні болі, а також болі в очах. Іноді доводиться видалити око, щоб зняти больові симптоми.

►СИМПТОМАТИКА ГЛАУКОМИ

У більшості випадків глаукома розвивається у далекозорих людей, які спочатку схильні до утворення закритого кута камери ока. Хвороба починає проявляти себе найчастіше у людей віком сорок років.

До глаукоми також схильні люди, що переступили сорокалітній рубіж. На її ранній стадії будь-які симптоми відсутні, але внутрішньоочний тиск заявляє про себе, і у пацієнтів починаються сильні головні болі, «туман» перед очима, а також спостереження райдужних оболонок навколо джерел світла. Клінічна картина іноді посилюється, і тоді спостерігається падіння гостроти зору, а також звуження його полів.



►ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ХВОРОБИ

Від глаукоми страждають переважно пацієнти середнього та похилого віку. Її виникнення обумовлено змінами в організмі, які є характерними для цього віку. Встановлено ряд негативних факторів, що впливають на розвиток відкритої первинної глаукоми, а саме: шийний остеохондроз, знижений кров'яний тиск, а також склеротичні зміни шийних судин. Всі згадані чинники стають причиною поганого постачання до головного мозку крові, через що порушуються зорові функції, а також порушується метаболізм в тканинах ока та зорового нерва.

►ДІАГНОСТИКА

Діагноз ставиться офтальмологом. Діагностика відбувається в кілька етапів, спершу лікар вимірює тиск всередині ока, це здійснюється за допомогою пневмотонографа — спеціальної апаратури, яка фіксує тиск за допомогою стиснутого повітря. Тиск не повинен перевищувати 24—25 міліметрів ртутного стовпчика.

В офтальмологічне обстеження входить також вивчення очного дна і зорового нерва з використанням щільної лампи, а також проведення томографії зорового нерва спеціальним очним томографом. Крім цього, вважається важливим визначення чутливості нерва,

обстеження полів зору пацієнта, проведення ультразвукового дослідження ока, проведення гоніоскопії (вивчення кута камери ока) для того, щоб визначити ступінь руйнування дренажної системи.

►ЛІКУВАННЯ

Терапія глаукоми впливає на основний фактор, що викликає атрофію нерва, а саме: на зменшення внутрішньоочного тиску. На сьогодні існує три способи лікування глаукоми: медикаментозний, лазерний та мікрохірургічний.

У разі підтвердження діагнозу пацієнту прописуються очні краплі для їх регулярного використання. Якщо їх дія ефективна, яка полягає в зниженні внутрішньоочного тиску, то в цьому випадку пацієнт повинен не припиняти використання крапель і проходити регулярний огляд у офтальмолога. Сенса регулярних обстежень полягає в тому, щоб лікар-офтальмолог зумів вчасно посилити медикаментозне лікування, в разі якщо процес розвитку глаукоми починає прогресувати.

У тому випадку, коли потрібного ефекту не досягнуто при використанні медикаментозного лікування, або ж визначений діагноз закрити глаукома, тоді використовується лазерна терапія. Вона проводиться в амбулаторних умовах. При проведенні подібного лікування пацієнтові роблять невеликий отвір всередині ока, внаслідок чого відтік камерної рідини поліпшується, а внутрішньоочний тиск спадає.

Бувають випадки, коли лазерна терапія не має належного ефекту або протипоказана, в такому разі призначається мікрохірургічна операція. Її проводять в операційній, попередньо зробивши місцеву анестезію. Через мікрохірургічне втручання лікарі позначають нові шляхи для відтоку рідини, тим самим знижуючи внутрішньоочний тиск. Низький тиск всередині ока є запорою того, що волокна зорових нервів будуть в цілості.

У кожному разі пацієнт, що страждає від глаукоми, повинен постійно спостерігатися лікарем, який буде обстежувати його зорову функцію, призначати ліки, які покращують забезпечення кров'ю мозку. Також можливий припис лікарем вітамінного комплексу.

►ЯКІ БУВАЮТЬ УСКЛАДНЕННЯ

Як уже зазначалося раніше, повністю вилікувати глаукому неможливо, а її розвиток неминуче веде до сліпоти. У деяких пацієнтів з глаукомою спостерігалася важка дистрофія очної рогівки, яка призводила до виникнення слезоточивості, болю, а також нездатності людини відкрити очі. При підвищеному очному тиску біль може стати настільки вираженим, що для зняття больових відчуттів будуть потрібні сильнодіючі препарати. У разі якщо і вони безсилі, тоді видалення ока не уникнути.

►ПРОФІЛАКТИКА ГЛАУКОМИ

Є можливість уникнути появи глаукоми, проходячи регулярні обстеження у офтальмолога. Треба постійно проводити моніторинг очного тиску, не допускаючи його перевищення допустимого рівня. У разі, якщо найближчі родичі страждали від глаукоми, потрібно бути більш уважним: тримати під контролем очний тиск, проходити регулярне обстеження очного нерва, а також проводити його томографію. Існують краплі проти глаукоми, які, найчастіше, призначаються лікарем. Треба обов'язково дотримуватися графіка їх прийому і не пропускати жодного дня. Тільки при такому ретельному підході можна уникнути виникнення і розвитку захворювання, тим самим зберігши зір і високий рівень зорових функцій.

При глаукомі необхідно перебувати на диспансерному обліку у офтальмолога, регулярно контролювати внутрішньоочний тиск, не рідше ніж 1 раз в 6—12 місяців, артеріальний тиск і рівень холестерину в крові.

У Харкові, за даними КНП «Міська клінічна лікарня № 14 ім. Л.Л. Гіршмана» Харківської міської ради, в 2019 році вперше виявлено 4527 хворих на глаукому, на диспансерному обліку в 2019 році перебувало 8692 особи, в 2018 році — 7036.

Підготувала Алла КОСАРЕВА

За інформацією Департаменту охорони здоров'я ХМР, кваліфікована медична допомога хворим на глаукому або з підозрою на це захворювання надається в КНП «Міська клінічна лікарня № 14 ім. Л.Л. Гіршмана» Харківської міської ради, яке знаходиться за адресою: м. Харків, вул. О. Гончара, 5, а також в «Глаукомному кабінеті» поліклінічного відділення цього закладу.

НАЛЕЖНОГО КОРИСТУВАЧА АВТОТРАНСПОРТУ ВІДТЕПЕР МОЖНА РЕЄСТРУВАТИ ОНЛАЙН

Призначити належного користувача на авто можна не виходячи з дому, щоб у разі автоматичної фото- або відеофіксації порушень ПДР штрафи отримувала особа, яка користується автомобілем, а не його власник.

Належний користувач — це особа, яка на законних підставах користується транспортним засобом, що їй не належить. Можливість зазначати належного користувача транспортного засобу (ТЗ) стане в нагоді автомобілістам у зв’язку з появою нових правил та налагодженням системи фото- і відеофіксації та паркування. Адже нести відповідальність за свою поведінку на дорозі має безпосередньо водій авто, а не його власник (отримувати сповіщення про нові штрафи, сплачувати їх тощо).

В Електронному кабінеті водія з’явилася нова безкоштовна послуга «Керування належним користувачем». Онлайн-сервіс доступний на сайті e-driver.hsc.gov.ua та на Урядовому порталі kmu.gov.ua у розділі «Електронні послуги».

— Це перша онлайн-послуга, яка була створена відразу в електронному форматі. Так працює принцип «digital by design», коли не в онлайн переводять вже наявні адміністративні послуги, а створюють нові, спираючись на онлайн-досвід користувачів. Раніше запуску всіх послуг в електронному форматі передувало надання сервісів за безпосереднього звернення клієнта до відповідної організації, — каже заступник начальника Регіонального сервісного центру МВС в Харківській області Олег Мурашов.

Проект реалізований у партнерстві Головного сервісного центру МВС і Міністерства цифрової трансформації, за підтримки проекту USAID/UK aid «Прозорість та підзвітність у державному управлінні та послугах/TAPAS».

ЯК ПРИЗНАЧИТИ НАЛЕЖНОГО КОРИСТУВАЧА ОНЛАЙН

Замовником послуги може бути фізична або юридична особа, яка хоче стати належним користувачем. Для цього необхідно:

- Авторизуватися в Електронному кабінеті водія за допомогою кваліфікованого електронного підпису (КЕП, раніше ЕЦП), BankID або MobileID.
 - Обрати з переліку послугу «Керування належним користувачем».
 - Ввести VIN-код автомобіля, для якого особа хоче стати належним користувачем. Система видасть деперсоніфіковану інформацію про автомобіль, не про його власника.
 - Обрати підставу для належного користування:
 - домовленість із власником;
 - довіреність на право користування ТЗ;
 - договір оренди, найму чи позики;
 - договір фінансового або оперативного лізингу.
 - Ввести e-mail і телефон власника авто.
 - Перевірити свої дані та за необхідності прикріпити скан-копії довіреності чи договору, що є підставою для належного користування.
 - Підписати створену заявку за допомогою кваліфікованого електронного підпису.
- Після чого власник отримує листа з посиленням на онлайн-заяву. Для успішного завершення процедури власник авто має перейти за посиланням і дати згоду на це призначення. Якщо підставою для призначення є лише домовленість, власник автомобіля має підписати заяву за допомогою КЕПу. Після чого особа,

яка замовила послугу належного користувача, може побачити статус підтвердження заявки в е-Кабінеті водія. Повний цикл надання послуги онлайн забирає один робочий день.

— Електронна послуга «Керування належним користувачем» доступна для фізичних та юридичних осіб і є безкоштовною. На один транспортний засіб може бути призначено не більше одного належного користувача. Видалення призначеного належного користувача можливе власником ТЗ — за поданою заявою або автоматично, у разі закінчення терміну, на який був призначений належний користувач, — уточнює Мурашов.

Стати належним користувачем може лише особа, яка є власником національного посвідчення водія або посвідчення водія іноземної держави, що відповідає вимогам Конвенції про дорожній рух 1968 року. У випадках, якщо підставою для належного користування є оформлення на особу тимчасового реєстраційного талона або призначення працівника належним користувачем безпосередньо керівником юридичної особи, послуга надається лише в територіальних сервісних центрах МВС і за умови присутності власника ТЗ та особи, яка планує стати належним користувачем.

Нагадаємо, у грудні 2018 року відбувся запуск Електронного кабінету водія, покликаного цифровізувати послуги сервісних центрів МВС, зробивши їх зручними та позбавленими корупційних ризиків. Користувачі е-Кабінету можуть дізнатися про інформацію про власні водійські посвідчення, транспортні засоби та адміністративні правопорушення. Також у е-Кабінеті можна сплатити штрафи, зареєструватися в електронній черзі на отримання послуг у сервісних центрах МВС, замовити безкоштовну чи платну послугу перевірки транспортного засобу за його VIN-кодом, а також — індивідуальний номерний знак.

Проект реалізовано у співпраці з Фондом Східна Європа.

Регіональний сервісний центр МВС в Харківській області

Інформація про спеціальні рекламні конструкції, що демонтовані у лютому 2020 року згідно з рішеннями ХМР та прийнятті на тимчасове зберігання на території КП «Харківводоканал» за адресою м. Харків, вул. Коростельська, 46 телефон для довідок: 739-96-20

№ з/с	Дата	Спеціальна конструкція, що демонтована	Адреса демонтажу	Власник конструкції
1	07.02.2020	щит на фасаді «К. С. Лав.»	пр. Науки, 40	при демонтажі відсутній
2	07.02.2020	щит на огорожі «Графский»	пр. Перемоги, 55-є	при демонтажі відсутній
3	07.02.2020	щит на огорожі «Автошкола «Вираз»	пр. Перемоги, 55-є	при демонтажі відсутній
4	07.02.2020	щит на огорожі «Автомойка»	пр. Перемоги, 55-є	при демонтажі відсутній
5	07.02.2020	щит на огорожі «Автошкола»	пр. Перемоги, 55-є	при демонтажі відсутній
6	07.02.2020	щит стаціонарний «Аптека оптових ц.»	вул. Лісопарківська, 2	при демонтажі відсутній
7	13.02.2020	щит на огорожі «Кредит кафе»	вул. Є. Котляра — м-н Привокзальний	при демонтажі відсутній
8	13.02.2020	щит на огорожі «Кредит кафе»	вул. Є. Котляра — Полтавський Шлях	при демонтажі відсутній
9	13.02.2020	щит стаціонарний «Мойка»	вул. Плеханівська, 126	при демонтажі відсутній
10	13.02.2020	щит виносний «Работа в Европе»	м-н «Захисників Вітчизни, 7/8	при демонтажі відсутній
11	13.02.2020	щит на фасаді «Аптека»	вул. Бібліка, 4-а	при демонтажі відсутній

Оголошення

Департамент у справах сім’ї, молоді та спорту Харківської міської ради оголошує конкурс на заміщення вакантної посади головного спеціаліста відділу інноваційних, інвестиційних та грантових проектів Управління інноваційного розвитку та іміджевих проектів Департаменту у справах сім’ї, молоді та спорту Харківської міської ради.

Претенденти на заміщення вакантної посади повинні відповідати таким основним вимогам:

- бути громадянином України;
 - мати вищу освіту не нижче ступеня бакалавра;
 - вільно володіти державною мовою;
 - без вимог до стажу роботи;
 - мати навички роботи з ПК.
- Особи, які відповідають основним кваліфікаційним вимогам і бажають взяти участь у конкурсі, подають:
- До конкурсної комісії такі документи:
 - заяву про участь у конкурсі;

- заповнену особову картку (форма П-2 ДС) з відповідними додатками;
 - дві фотокартки розміром 4х6 см (без ку-та);
 - копії документів про освіту з додатками, підвищення кваліфікації, присвоєння вченого звання, присудження наукового ступеня;
 - копію паспорта громадянина України;
 - копію військового квитка;
- При подачі копій при собі мати оригінали.
- Шляхом заповнення на офіційному веб-

сайті Національного агентства з питань запобігання корупції подати декларацію особи, уповноваженої на виконання функцій держави або місцевого самоврядування, за минулий рік.

Заяви та документи приймаються протягом 30 календарних днів з дня публікації об’яви в засобах масової інформації за адресою: м. Харків, майдан Конституції, 7, 1-й поверх, кімн. 11. Телефони для довідок: 725-31-10, 725-30-91.

Адміністрація Немишлянського району Харківської міської ради оголошує конкурс на заміщення вакантних посад:

— головного спеціаліста сектору опрацювання заяв та прийняття рішень відділу соціальних допомог Управління праці та соціального захисту населення адміністрації Немишлянського району Харківської міської ради;

— спеціаліста І категорії відділу з питань обслуговування осіб з інвалідністю, ветеранів війни та праці Управління праці та соціального захисту населення адміністрації Немишлянського району

Харківської міської ради (на період відпустки основного працівника для догляду за дитиною до досягнення нею трирічного віку до дня фактичного виходу її з відпустки).

Претенденти на заміщення вакантних посад повинні відповідати таким кваліфікаційним вимогам:

- бути громадянином України;
- мати вищу освіту не нижче ступеня бакалавра (для головного спеціаліста сектору опрацювання заяв та прийняття рішень відділу соціальних допомог у галузі знань «Інформаційні технології»);

— вільно володіти державною мовою та основними програмами роботи на комп’ютері;

- без вимог до стажу роботи.

Особи, які відповідають основним кваліфікаційним вимогам і бажають взяти участь у конкурсі, подають:

- До конкурсної комісії такі документи:
 - заяву про участь у конкурсі;
 - заповнену особову картку (форма П-2 ДС) з відповідними додатками;
 - дві фотокартки розміром 4х6 см;
 - копії документів про освіту, підвищення кваліфікації, присвоєння вченого звання, присудження наукового ступеня;

- копію паспорта громадянина України;
- копію військового квитка (для військово-вослужбовців або військовозобов’язаних).

При подачі копій при собі мати оригінали.

- Шляхом заповнення на офіційному веб-сайті Національного агентства з питань запобігання корупції декларацію особи, уповноваженої на виконання функцій держави або місцевого самоврядування, за минулий рік.

Заяви приймаються протягом 30 календарних днів після опублікування оголошення за адресою: м. Харків-91, просп. Петра Григоренка, 17, 3-й поверх, каб. 45. Телефони для довідок: 725-32-56, 725-32-52.

УВИДЕТЬ РАБОТУ ОЗЕЛЕНИТЕЛЕЙ
СКП «ХАРЬКОВЗЕЛЕНСТРОЙ»
ДЕПАРТАМЕНТА
КОММУНАЛЬНОГО ХОЗЯЙСТВА
ХГС ВО ВСЕЙ КРАСЕ
ХАРЬКОВЧАНЕ И ГОСТИ ГОРОДА
СМОГУТ УЖЕ СОВСЕМ СКОРО

СКОРО! НА ВСЕХ КЛУМБАХ ГОРОДА!

Планов на этот год не меньше, чем было в прошлом: высадить на клумбы Харькова больше 2 млн растений, которые будут радовать глаз на протяжении всей весны, лета и части осени.

Цветочница предприятия Светлана Власенко признается, что даже подсчитать невозможно, сколько она за годы своей работы высадила цветов. Счет идет на десятки миллионов растений:



— 36 лет здесь работаю, даже не могу вам сказать, сколько я распикировала и посадила. В день 1000—1100 высаживаю, а пикируем по 3000. Если бы ещё жители города относились с уважением к нашему труду и понимали, как это тяжело выращивать. Работа очень трудоёмкая. Семена сеются очень мелкие, потом пикируются по 300 штук в ящик, а потом высаживаем в горшочки. Затем уже будем по мере вырастания высаживать в открытый грунт в городе. Также в теплице выращивают растения, которые не цветут, но являются неотъемлемой частью городских клумб. Например, ахирантес из семейства амарантовых. Этот многолетник особенно любят городские озеленители.

— Берём, обрезаем подходящий цветок для черенкования. Верхушку срезаем, замачиваем, затем в горшки — и всё. Через 2 недели пойдёт уже в рост, а через месяц нужно будет высаживать на клумбе. Ахиранте-

сом пишут буквы «Мы любим Харьков». Оформляют клумбы так: посередине растёт петунья, а по краю идёт бордюрчик из ахирантеса, — рассказывает цветочница Елена Попова.



Кстати, петуний, еще маленьких, в теплице тоже десятки тысяч: красные, белые, фиолетовые и многоцветные.

— Нужно приложить много усилий, чтобы получилось хорошее и здоровое растение. Но мы хотим, чтобы город был красивый и радовал харьковчан, поэтому не жалеем сил, — поясняет сотрудница «Харьковзеленстрой» Надежда Середенко.

АРТ-ВЕСНА

В большом зале
ИВЦ «Бузок» (ХНАТОБ)
с 7 по 19 марта
проходит выставка
масляной живописи
«Арт-весна».



На ней представлены картины различных стилей и направлений современной живописи.

Здесь присутствуют камерные по характеру натюрморты в духе старых мастеров, реалистичные и фэнтезийные пейзажи, жанровые сюжеты, романтические цветочные композиции, портреты.

Картины выполнены в различных техниках: классическая многослойная живопись, динамичные импрессионистские мазки, работа мастихином.



ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ВЕРНИСАЖ

С 5 по 21 марта в галерее «Мистецтво Слобожанщини» проходит «Художественный вернисаж» — традиционная итоговая областная выставка детских художественных работ учеников — лауреатов и дипломантов областных конкурсов.

В экспозицию выставки вошли работы победителей двух конкурсов.

Первый — «Объединимся же, братья мои!», целью которого является популяризация творческого наследия Т. Г. Шевченко. На рассмотрение жюри было предоставлено 255 детских работ: 55 работ в номинации «Декоративно-прикладное искусство» с использованием различных техник исполнения — батика, валяния, аппликации из ниток, природных материалов, вышивки, шерстяной акварели, гобелена, изготовления кукол, росписи по стеклу, по деревине, солонго и полимерного теста, пластилина и тому подобное; 200 работ в номинации «Изобразительное искусство», выполненных гуашью, акварелью, пастелью, акрилом, карандашами, в технике линогравюры, графогравии, монотипии и др.



Всего в конкурсе приняли участие воспитанники из 28 художественных школ Харьковской области и города Харькова.

Второй — «Слобожанщина — мой край родной», основная цель которого — стимулирование интереса учащихся к изучению и сохранению культурного и исторического наследия родного края.



ФЕСТИВАЛЬ УЛИЧНОГО ИСКУССТВА ПОДВЕЛ ИТОГИ

ВТОРОЕ И ТРЕТЬЕ МЕСТО НА V ВСЕУКРАИНСКОМ ФЕСТИВАЛЕ УЛИЧНОГО ИСКУССТВА ЗАНЯЛИ ПРЕДСТАВИТЕЛЬНИЦЫ ХАРЬКОВСКОЙ ЦИРКОВОЙ ШКОЛЫ CIRCUSFLEX АНАСТАСИЯ ТИТОВА И ТАТЬЯНА САЖИНА. РЕЗУЛЬТАТЫ СТАЛИ ИЗВЕСТНЫ НА ЦЕРЕМОНИИ ЗАКРЫТИЯ ФЕСТИВАЛЯ В ДНЕПРЕ. ВСЕГО В КОНКУРСЕ С ОТКРЫТИЯ 10 ЯНВАРЯ В ХАРЬКОВЕ И ДО ЗАВЕРШЕНИЯ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ 12 АРТИСТОВ, КОТОРЫЕ СОРЕВНОВАЛИСЬ ЗА ПРИЗЫ В ДВУХ НОМИНАЦИЯХ: СТАТИЧЕСКИЕ И ДИНАМИЧЕСКИЕ ЖАНРЫ

Харьковчанки Анастасия Титова и Татьяна Сажина участвовали в фестивале такого формата впервые, и сами стали пионерами мероприятия — благодаря им на Всеукраинском фестивале уличного искусства появились доселе невиданные жанры жонглирование и эквилибристики на тростях. А эквилибристка Татьяна Сажина стала еще и самой молодой участницей фестиваля — в день своего 16-летия она выступала на конкурсной площадке.

— Это был очень интересный опыт, который оставил только приятные впечатления. Для нас это уникальная возможность отработать с аудиторией некоторые элементы, которые раньше мы не могли включать в свои программы из-за нехватки времени, — рассказала руководитель студии и призер фестиваля Анастасия Титова. Выигранные деньги харьковчанка планирует инвестировать в студию, ее младшая коллега — в костюмы и реквизит для выступлений. Девочку-эквилибристку особенно отметил режиссер Харьковского театра имени Пушкина Ольга Турутя-Прасолова: «Меня поразила Татьяна Сажина. Я наблюдала за ней долго, и в галерее, и пока в лифте поднималась, она все время была в движении, иногда вверх ногами, но лицо приветливое, девушка улыбалась. У нее была физически сложная программа, и зрители это понимали, особенно дети, они просто пришли в восторг».

А ее коллега по жюри, актер, постановщик и консультант пластических и боевых сцен в фильмах, спектаклях и видеоиграх, каскадер,

преподаватель ХНУИ им. Котляревского, художественный руководитель Театра боевой хореографии «Ярь» Игорь Сурков увидел потенциал в сотрудничестве двух жанров: «Я застал момент, когда две артистки работали вместе. По сравнению с моментом, когда они выступали соло, как минимум, в несколько раз увеличилось количество публики. И зрители смотрели с интересом, потому что взаимодействие двух людей всегда яркое».

Победителем в динамических жанрах, где выступали харьковчанки, второй раз подряд стал кукольник из Житомира Сергей Соловьев (театр кукол «Комплимент»), который набрал 90 баллов из 90 возможных.

В номинации «статические жанры» победу с первой попытки получил дуэт «В поисках сокровищ» (Виталий Демчук и Юлия Пахаян) — первые представители Кривого Рога в истории фестиваля. Второе

место в номинации занял многократный участник фестиваля, победитель прошлого конкурса Дмитрий Буйвал из Сум. А третье — днепропетрянин Николай Федосов. Шесть лучших участников разделили между собой призовой фонд в 80 000 грн. Каждый призер в каждой из двух номинаций получили вознаграждение: 5000 за третье место, 10 000 — за второе и 25 000 — за первое. А обладательница Приза зрительских симпатий Анастасия Титова получила сертификат на покупки на сумму 1000 грн.

Подготовила Алла КОСАРЕВА



Гороскоп на 12 марта

- ♈ Овен (21 марта — 20 апреля)**
Делитесь сокровенным в этот день только с теми, кому вы безоговорочно доверяете — с друзьями или родными, остальных же выведите за круг общения.
- ♉ Телец (21 апреля — 20 мая)**
Самое востребованное качество этого дня — умение держать себя в руках: если дать эмоциям волю, они накроют с головой и вас, и тех, кто вас окружает.
- ♊ Близнецы (21 мая — 21 июня)**
Деловые переговоры настоятельно рекомендуется перенести на другой день — все равно договориться ни о чем не удастся, только даром потратите время.
- ♋ Рак (22 июня — 22 июля)**
Нейтрализовать негатив, осевший у вас дома, можно, затеяв генеральную уборку: нужно не только вымыть полы, но и избавиться от старых вещей.
- ♌ Лев (23 июля — 23 августа)**
Нехватка энергии не даст возможности замануться на серьезные профессиональные достижения, лучше сосредоточиться на мелких делах.
- ♍ Дева (24 августа — 23 сентября)**
Финансовые операции в это время находятся под запретом: не стоит не только осуществлять коммунальные платежи, но и вообще брать деньги в руки.
- ♎ Весы (24 сентября — 23 октября)**
Несмотря на присущую вам интеллигентность и мягкость, найдите в себе силы дать отпор тем, кто захочет сесть вам на голову, — в противном случае придется идти у них на поводу.
- ♏ Скорпион (24 октября — 22 ноября)**
Не стоит руководствоваться чужим мнением, даже если на первый взгляд оно покажется вам не лишним смыслом. Живите собственным умом.
- ♐ Стрелец (23 ноября — 21 декабря)**
Как бы вам ни хотелось помочь кому-то из знакомых, перенесите «операцию» по его спасению на другое время — скорее всего, выяснится, что обратиться к вам его заставили корыстные побуждения.
- ♑ Козерог (22 декабря — 20 января)**
Девиз дня для вас гласит: осторожность превыше всего — не разговаривайте с незнакомцами и не открывайте дверь, если никого не ждете.
- ♒ Водолей (21 января — 18 февраля)**
Не вступайте в споры, не ссорьтесь, избегайте конфликтов — энергическую брешь, которую вы в результате получите, долго не удастся «залатать».
- ♓ Рыбы (19 февраля — 20 марта)**
Не стоит давать необдуманных обещаний, скорее всего, вы не сможете их выполнить и в результате заработаете дурную репутацию.

ПОГОДА



Магнитосфера возбужденная.

13 марта — пасмурно, дождь. Ветер западный, 5–6 м/сек. Температура ночью — 7 °С, днем — 13 °С.

14 марта — пасмурно, дождь. Ветер западный, 4–8 м/сек. Температура ночью — 0 °С, днем — 8 °С.

АНЕКДОТЫ

Приближается весна... Из-под кроватей робко появляются первые весы...



Есть только одно место, где сила земного притяжения достигает максимальной величины — диван перед телевизором!

ДОЛОЙ ПРОСТУДУ!

Болезнь весной, когда наконец-то ушли зимние холода и природа начала просыпаться от сна, особенно неприятно. Однако в начале марта наш организм часто ослаблен, поэтому к нам чаще обычного «цепляются» простуды. Что же нужно делать, чтобы не простудиться в марте?



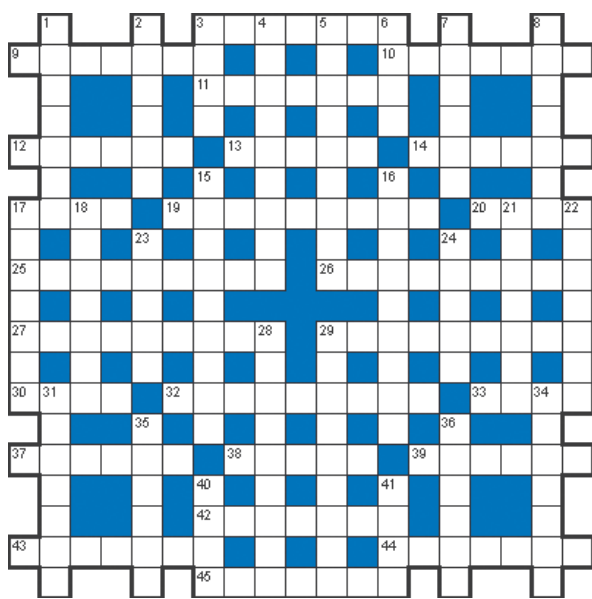
◆ **Больше времени уделяйте прогулкам, чаще бывайте на природе.** Свежий воздух, солнце, движение — все поможет укреплению иммунитета. Солнечный свет способствует выработке витамина D, что тоже очень важно для противостояния простуде.

◆ **Правильно питаться.** В начале весны нужно уменьшить количество потребляемой калорийной «тяжелой» пищи. Лучше налегать на салаты с оливковым маслом из капусты, петрушки, свеклы, моркови, рыбу, злаковые продукты, которые позаботятся о том, чтобы иммунитет был крепким. Необходимо принимать витамины.

◆ **Одевайтесь по погоде.** Весенняя погода довольно переменчива. А в марте она меняется по несколько раз на день. Поэтому следите за прогнозом погоды и старайтесь одеваться «многослойно», чтобы при необходимости можно было регулировать теплоту одежды, и не забывайте проветривать свой дом.

◆ **Физическая активность.** Умеренная физическая активность — необходимое условие нормальной работы организма. Но в период, когда защитные функции организма снижаются, лучше не испытывать организм «на прочность». Не стоит резко начинать закаливание или вводить слишком интенсивные нагрузки. Это не значит, что нужно отказаться и от занятий спортом. Но наращивание нагрузок должно быть постепенным.

◆ **Сон и отдых — часть профилактики простуды.** Чтобы восстановить силы, нам нужно спать 7–8 часов в сутки. Именно во сне идет активация Т-лимфоцитов, которые являются незаменимой частью иммунной системы. Не засиживайтесь допоздна за компьютером. Засыпать нужно обязательно до 23 часов. Это обеспечит выработку максимального количества мелатонина — специального гормона, который также стимулирует иммунную систему.



По горизонтали: 3. Род рыб семейства тресковых. 9. Пьеса, составленная из заимствованных мелодий. 10. Предмет кухонной утвари с мелкими отверстиями для процеживания жидкости. 11. Углубление на поверхности чего-либо, образовавшееся в результате удара. 12. Прибор для радиоизотопной диагностики. 13. Государственное или общественное учреждение, организация. 14. Род деревьев и кустарников семейства мимозовых. 17. Сплетенные в виде жгута несколько длинных прядей волос. 19. Материк, суша. 20. Большой стоячий ящик с дверками. 25. Газообразная оболочка Земли. 26. Сельскохозяйственная профессия. 27. Театральное произведение с преобладанием в сюжете внешне ужасного и чувствительного. 29. Отрасль сельского хозяйства. 30. 1000 кубических сантиметров. 32. Культурно-развлекательное танцевальное мероприятие. 33. Туго закрученная полоса какого-нибудь мягкого материала. 37. Чувство печали, уныния. 38. Электрическое устройство для жарения или выпечки. 39. Углубление, полое

пространство под землей или в горном массиве. 42. Род растений семейства кутровых. 43. Сбор с какого-либо представления в пользу известного артиста. 44. Ребёнок или подросток женского пола. 45. Сахаристое кондитерское изделие.

По вертикали: 1. Тонкая неспряданная нить растительного или животного происхождения. 2. Биржевой посредник при заключении сделок. 3. Слабоалкогольный напиток. 4. Предмет мебели. 5. Помещение для свиней. 6. Тяжёлая неприятность, потрясение. 7. Край чего-либо. 8. Несходство, различие в чем-нибудь. 15. Соединение во взаимном соответствии. 16. Совокупность правил и приёмов, имеющих целью облегчить запоминание. 17. Угледов, накапливающийся в клетках в виде зёрен. 18. Летательный аппарат тяжелее воздуха. 21. Специалист по собакам. 22. Сложное органическое вещество белковой природы. 23. Средства, предоставляемые в кредит. 24. Группа людей, деятельность, поведение которых вызывает неодобрение окружающих. 28. Музыкальный инструмент наподобие гармоники. 29. Образование новых отростков у растений. 31. Кафель. 34. Запряжённая повозка. 35. Часть стихотворного текста, объединяющая ритмически и по содержанию несколько строк. 36. Верёвка лучковой пилы. 40. Внешний блеск. 41. Толпа, скопище, банда.

Ответы на кроссворд, опубликованный в прошлом номере

По горизонтали: 3. Пульс. 8. Рулетка. 9. Учитель. 10. Леся. 11. Рагу. 12. Леер. 14. Аврал. 15. Рубин. 16. Кадастр. 20. Канава. 22. Атаман. 25. Стрелок. 26. Лопата. 27. Ерунда. 28. Транзит. 29. Червяк. 32. Колосс. 35. Арабика. 39. Качка. 41. Смерд. 42. Овал. 43. Ромб. 44. Икона. 45. Титаник. 46. Стрелка. 47. Ткань.

По вертикали: 1. Путёвка. 2. Отвал. 3. Палуба. 4. Лосина. 5. Туалет. 6. Лидер. 7. Ключица. 11. Рама. 13. Руда. 16. Касатка. 17. Держава. 18. Салазки. 19. Ракетка. 20. Калач. 21. Напор. 23. Манто. 24. Нюанс. 30. Епархия. 31. Веко. 33. Лимб. 34. Скрепка. 36. Реликт. 37. Борона. 38. Карась. 40. Аванс. 41. Смерч.

Издатель —
ООО «Газета «Харьковские Известия»
Харьковская городская газета.
Свидетельство о регистрации:
ХК № 2230—971ПР от 28.12.2018.
Адрес редакции: 61003, г. Харьков,
пл. Павловская, 10, тел. (057) 771-01-50.
Главный редактор — Григорий ГРИГОРЯН.

Отдел рекламы: тел./факс (057) 771-01-50.
E-mail: info@izv.kharkov.ua — общий;
reklama@izv.kharkov.ua — реклама;
sekretar@izv.kharkov.ua — секретарь.
Редакция не несет ответственности
за содержание и достоверность рекламных
материалов.
R — материалы на правах рекламы.

Газета выходит три раза в неделю:
по вторникам, четвергам и субботам.
Заказ № 1969.
Тираж номера 8825.
Цена договорная.
Отпечатано в типографии ООО «Фактор-Друк».
61030, г. Харьков, ул. Саратовская, 51.

ХАРЬКОВСКИЯ ИЗВѢСТІЯ
200-летняя история харьковской журналистики
СОХРАНЯЯ ТРАДИЦИИ
реклама и маркетинг
731-42-50, 731-21-81, 771-01-50.
E-mail: reklama@izv.kharkov.ua
ОСТАВЬ СВОЕ ИМЯ В ИСТОРИИ ГОРОДА
СОЗДАВАЯ БУДУЩЕЕ