

Розенко: Люди мають отримувати високі зарплати і пенсії, а не подачки від держави у вигляді пільг

Міністр соціальної політики України Павло Розенко наголошує на необхідності невідкладного реформування системи пільг. Про це він заявив в інтерв'ю «Укрінформу».

«Пільгова система – класичний приклад радянської соціалістичної системи. Коли всі отримували мізерну зарплату, а все заміщалося негрошовою формою підтримки. Так зване безкоштовне житло, безкоштовний проїзд, так звані низькі тарифи, так звані пільги зі сплати ЖКГ», – сказав Розенко.

Він зауважив, що практично в жодній розвиненій країні немає такої форми підтримки. «Відкладати реформу системи пільг на майбутнє – неможливо. Ця система з'їдає колосальний ресурс, розпорошує кошти між величезним колом громадян. І жодним чином не захищає від бідності», – наголосив міністр.

Він назвав несправедливою ситуацію, коли людина, яка отримує пенсію в 15 тис. гривень, може не платити за житлово-комунальні послуги чи безкоштовно їздити у транспорті. «Це ж абсолютно ненормально», – підкреслив Розенко.

«Реформа системи пільг – непростий процес, це зміна пострадянської психології людей. Але ми повинні оптимізувати систему соцзахисту, щоби знайти додаткові кошти, які спрямувати, в першу чергу, на підвищення заробітних плат. Бо з заробітними платами в Україні справді катастрофа. Люди мають отримувати високі зарплати і пенсії, а не подачки від держави у вигляді пільг», – підсумував міністр соціальної політики.

Міністерство соціальної політики України

Пільги на проїзд у громадському транспорті в Україні уріжуть

Правила пільгового проїзду залишаться без змін до червня 2015 року

Новим законом зменшено кількість категорій осіб, яким надаються пільги на проїзд у громадському транспорті.

Так, з 1 червня 2015 року пільговий проїзд у громадському транспорті буде надаватися тільки наступним категоріям осіб: інвалідам 1 та 2 групи, дітям-інвалідам, дітям-сиротам, дітям, позбавленим батьківського піклування, учнів з малозабезпечених сімей та особам, які їх супроводжують і які супроводжують інвалідів 1 групи та учасникам бойових дій.

Про це йдеться в статусі законопроекту №1577 "Про внесення змін та визнання такими, що втратили чинність, деяких законодавчих актів України" на сайті Верховної Ради.

Відповідний документ вже підписав президент Петро Порошенко 31 грудня.

До червня 2015 року правила пільгового проїзду залишаться без змін.

Українські національні новини

2 стор.

Про соціальні гарантії для військовослужбовців

3 стор

Разова грошова допомога ветеранам війни

4 стор.

Он-лайн сервіс Міністерства юстиції України

12 стор.

Літературна Новосанжарщина

13 стор.

Листи в редакцію

14 стор.

Психологічна сторінка

Про соціальні гарантії для військовослужбовців – учасників антитерористичної операції

Правовий статус та державні соціальні гарантії учасників бойових дій з числа військовослужбовців - учасників антитерористичної операції визначає Закон України “Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту” (із змінами).

Порядок надання статусу учасника бойових дій особам, які захищали незалежність, суверенітет та територіальну цілісність України і брали безпосередню участь в антитерористичній операції, забезпеченні її проведення затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 20 серпня 2014 року № 413 (із змінами).

Особам, яким надано статус учасника бойових дій посвідчення учасника бойових дій видають:

а) військовослужбовцям – органи Міноборони, МВС, Національної гвардії, СБУ, Служби зовнішньої розвідки, Адміністрації Держприкордонслужби, Адміністрації Держспецтрансслужби, Управління державної охорони, Адміністрації Держспецзв’язку, ДСНС, ДПтС відповідно.

б) працівникам підприємств, установ та організацій, які залучалися і брали безпосередню участь в антитерористичній операції в районах її проведення – Державна служба у справах ветеранів та учасників антитерористичної операції.

Після отримання посвідчення учаснику бойових дій необхідно звернутися до управління праці та соціального захисту населення за місцем проживання.

В управлінні праці та соціального захисту населення інформацію про учасника бойових дій та членів його сім’ї буде включено до Єдиного державного автоматизованого реєстру осіб, які мають право на пільги.

Для цього необхідно подати наступні документи:

◇ копію посвідчення “Учасник бойових дій” з пред’явленням його оригіналу,

◇ копію довідки про присвоєння ідентифікаційного номера у Державному реєстрі фізичних осіб - платників податків та інших обов’язкових платежів,

◇ копію паспорта (стор.1, 2-3,10-11) з пред’явленням його оригіналу;

◇ надати інформацію про характеристику житла та послуги, щодо отримання яких має пільги та реально ними користується.

Після встановлення статусу учасники бойових дій, згідно із статтею 6 вищезазначеного закону мають право на ряд пільг, серед яких, зокрема, наступні:

▶ 75-процентна знижка плати за користування житлом (квартирна плата) в межах соціальних норм;

▶ 75-процентна знижка плати за користування комунальними послугами (газом, електроенергією та іншими послугами), в межах соціальних нормативів;

▶ 75-процентна знижка плати за користування скрапленим балонним газом для побутових потреб в межах затверджених норм (1 балон на домогосподарство в рік в натуральному виразі або в готівковій формі, виходячи із затвердженої вартості);

▶ 75-процентна знижка вартості палива, в тому числі рідкого, в межах норм, встановлених для продажу населенню, для осіб, які проживають у будинках, що не мають центрального опалення (1 тонна на домогосподарство на рік в натуральному виразі або в готівковій формі, виходячи із затвердженої вартості);

▶ безплатний проїзд усіма видами міського пасажирського транспорту, автомобільним транспортом загального користування в сільській місцевості, а також залізничним і водним транспортом приміського сполучення та автобусами приміських і міжміських маршрутів, у тому числі внутрірайонних, внутрі- та міжобласних незалежно від відстані та місця проживання;

▶ безплатний проїзд один раз на два роки (туди і назад) залізничним, водним, повітряним або міжміським автомобільним транспортом, незалежно від наявності залізничного сполучення, або проїзд один раз на рік (туди і назад) вказаними видами транспорту з 50-процентною знижкою;



**Людмила Василівна
Корнієнко**
**Директор Департаменту
праці та соціального захисту
населення ПОДА**

▶ позачергове користування всіма послугами зв’язку та позачергове встановлення на пільгових умовах квартирних телефонів (оплата у розмірі 20 процентів від тарифів вартості основних та 50 процентів - додаткових робіт). Абонементна плата за користування телефоном встановлюється у розмірі 50 процентів від затверджених тарифів;

▶ щорічна разова грошова допомога до 5 травня, яка виплачується у розмірі, визначеному Кабінетом Міністрів України.

Додатково інформуємо, що для нарахування пільгової знижки з оплати житлово-комунальних послуг необхідно звернутися до надавачів відповідних послуг: житлово-експлуатаційної організації (об’єднання співвласників багатоквартирних будинків або житлово-будівельного кооперативу) електро-, газо-, тепло-, водопостачальних організацій.

*За матеріалами
Департаменту праці та
соціального захисту населення
Полтавської облдержадміністрації*

*телефон «гарячої лінії»
Департаменту 0-800-500-620*

Разова грошова допомога ветеранам війни до 9 травня в 2015 році

Законами України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» та «Про жертви нацистських переслідувань» ветеранам війни передбачена виплата щорічної разової грошової допомоги до Дня Перемоги

Урядом 31 березня 2015 року прийнято постанову № 147 «Деякі питання виплати у 2015 році разової грошової допомоги, передбаченої Законами України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» і «Про жертви нацистських переслідувань».

Отже, цього року щорічна разова грошова допомога до 5 травня надаватиметься у таких розмірах:

– інвалідам війни та колишнім малолітнім (яким на момент ув'язнення не виповнилося 14 років) в'язням концентраційних таборів, гетто та інших місць примусового тримання, визнаним інвалідами від загального захворювання, трудового каліцтва та з інших причин:

інвалідам I групи – 2835 гривень;
інвалідам II групи – 2475 гривень;
інвалідам III групи – 2200 гривень;
– особам, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною, – 2835 гривень;
– учасникам бойових дій та колишнім неповнолітнім (яким на момент ув'язнення не виповнилося 18 років) в'язням концентраційних таборів, гетто, інших місць примусового тримання, а також дітям, які народилися у зазначених місцях примусового тримання їх батьків – 875 грн.;
– членам сімей загиблих, та дружинам (чоловікам) померлих інвалідів війни, дружинам (чоловікам) померлих учасників бойових дій, учасників війни і жертв нацистських переслідувань, визнаних за життя інвалідами від загального захворювання, трудового каліцтва та інших причин, які не одружилися вдруге – 440 грн.;

Органами соціального захисту населення проводиться підготовча робота для забезпечення виплати разової грошової допомоги до 5 травня інвалідам війни, учасникам бойових дій, учасникам війни та членам сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.

Цього року грошову допомогу всього отримають близько 54 тис. ветеранів війни, які проживають на території Полтавської області.

Виплата грошової допомоги буде проведена кожному ветерану відділеннями поштового зв'язку за місцем проживання одержувачів або через установи уповноважених банків.

– учасникам війни та колишнім в'язням концентраційних таборів, гетто, інших місць примусового тримання, особам, які були насильно вивезені на примусові роботи, дітям партизанів, підпільників, інших учасників боротьби з націонал-соціалістським режимом у тилу ворога – 160 грн.

Фінансування виплати здійснюється за рахунок коштів державного бюджету.

У зв'язку з тим, що у ветеранів війни виникають питання стосовно виплати, отримання разової грошової допомоги, управління праці та соціального захисту населення Октябрської районної у м. Полтаві ради надає відповіді на ці запитання.

Який порядок і термін виплати разової грошової допомоги?

Виплата разової грошової допомоги проводиться управлінням праці та соціального захисту населення щорічно до 5 травня через поштові відділення зв'язку або через установи банків (шляхом перерахування на особовий рахунок отримувача) за місцем отримання пенсії, а особам, які не є пенсіонерами – за місцем їх проживання чи одержання грошового утримання.

Якщо ветеран війни одночасно належить до кількох категорій, наприклад, є учасником війни і членом сім'ї померлого учасника бойових дій, в якому розмірі виплачується компенсація?

Громадянам, які належать до кількох категорій осіб згідно із названими законами, виплачується одна допомога – у більшому розмірі, в даному випадку, як сім'ї загиблого (померлого) ветерана війни – 440 гривень.

Якщо статус ветерана війни буде встановлено після 5 травня 2015 року, чи матиме цей ветеран право на одержання разової грошової допомоги в 2015 році?

Ні, разова грошова допомога не виплачується в разі набуття громадянином статусу згідно із статтями 6, 7, 9, 10, 11 «Про статус ветеранів війни, гаран-



Галина Іванівна Арсененко
Заступник голови ради з питань діяльності виконавчого органу – начальника управління праці та соціального захисту населення

тії їх соціального захисту» та із статтею 4 «Про жертви нацистських переслідувань» після 5 травня відповідного року, в якому здійснюється виплата допомоги.

Також зазначаємо, якщо у 2015 році особа вперше набуває право на виплату разової грошової допомоги та їй встановлено відповідний статус до 5 травня цього року, їй необхідно звернутися до управління праці та соціального захисту населення за місцем проживання (якщо пенсіонер – за місцем отримання пенсії) та надати паспорт, ідентифікаційний номер та посвідчення встановленого зразка.

Додаткову інформацію можна отримати за телефонами: **681153, 635538, 633115, 681149, 681155.**

Заступник голови ради з питань діяльності виконавчого органу – начальника управління
Г.І. АРСЕНЕНКО

Органами праці та соціального захисту населення спільно з установами, в яких ветерани перебувають на обліку, формуються списки ветеранів війни у розрізі відповідних категорій, тому звертатися до управлінь праці та соціального захисту населення та подавати будь-які документи не потрібно

За матеріалами Департаменту праці та соціального захисту населення Полтавської облдержадміністрації телефон «гарячої лінії» Департаменту 0-800-500-620

Он-лайн сервіс Міністерства юстиції України



Ірина Станіславівна Пашко
Начальник
Головного територіального
управління юстиції

«Начальник Головного територіального управління юстиції у Полтавській області Ірина ПАШКО відповіла на запитання щодо он-лайн сервісів Міністерства юстиції України»

Ірино Станіславівно, як виглядає надання послуг у сфері реєстрації бізнесу і майнових прав в цифрах по всій Україні?

Надання послуг у сфері реєстрації бізнесу і майнових прав в цифрах по Україні виглядає наступним чином:

- 4,8 млн. послуг у сфері реєстрації бізнесу і майнових прав отримали громадяни у 2014 році. 1,3 млн. з них – це виписки, витяги, довідки. Більшість їх отримано у м.Києві (249 тис.), Дніпропетровській (125 тис.), Харківській (80 тис.), Львівській (67 тис.), Київській областях (66 тис.) Відтепер всі ці документи можна буде отримати он-лайн.

- Від 300 грн. – вартість корупційного «прискорення» черги у реєстраційному офісі без урахування адміністративних зборів. Он-лайн сервіси дадуть змогу зекономити до 400 млн. грн. щороку тільки за рахунок відсутності хабарів.

- До 50% часу витрачають реєстратори на роботу із виписками, витягами і довідками. Підготовка кожного документу складає близько 30 хвилин, тоді як електронний буде сформовано в режимі он-лайн. Без урахування часу на черги очікування, електронні сервіси зекономлять щонайменше 67,7 тисяч годин робочого часу для економіки.

- Електронні сервіси піднімуть Україну в рейтингу DoingBusiness – за показником лег-

кості реєстрації бізнесу – з 76 на 12 місце, легкості реєстрації майна – з 59 на 35 місце.

- Сукупно із іншими законодавчими ініціативами, переведення низки послуг в он-лайн дасть змогу поліпшити інвестиційний клімат і залучити до економіки додатково до 30 млрд. грн., з яких понад 60% становитиме ефект від зменшення корупції.

Які послуги можна отримати в режимі он-лайн?

На сайті Мінюсту www.new.minjust.gov.ua можна отримати розширену інформацію (довідку, витяг, виписку) про підприємство, нерухоме майно фізичних осіб (свідоцтво про право власності, витяг про державну реєстрацію, рішення про зупинення розгляду заяви, рішення про відмову в реєстрації прав) та зареєструвати бізнес. Документи із реєстрів можна просто роздрукувати на принтері, додаткові печатки чи інші види підтвердження їх достовірності не потрібні. Електронні виписки, витяги та довідки мають таку саму юридичну силу як і паперові. Незабаром через систему можна буде також отримати он-лайн-доступ до Єдиного реєстру підприємств, щодо яких порушено провадження у справі про банкрутство, а також Системи електронної звітності арбітражних керуючих.

За якими параметрами можна отримати виписку з Єдиного реєстру?

Пошук можливий за кодом ЄДРПОУ, повною назвою, директором, засновником компанії. Пошук у реєстрі нерухомого майна можливий за власником та адресою майна.

Скільки коштує інформація з реєстру?

Безкоштовний пошук дає змогу отримати повну інформацію про юридичну особу або фізичну особу-підприємця, за винятком місця проживання фізичних осіб (засновників, фізичних осіб-підприємців), але на відміну від витягу – безкоштовний пошук можна робити лише за чотирма критеріями: за назвою або кодом ЄДРПОУ юридичної особи та за ПІБ або податковим номером фізичної особи-підприємця, результат пошуку не зберігається у системі. Вартість повного витягу із переліком засновників, керівників, видами діяльності компанії – 45,68 грн. (у паперовому вигляді 60,9 грн.), вартість витягу з реєстру нерухомості – 18,27 грн. (24,36 грн.) Реєстрація бізнесу безкоштовна.

Чи потрібно ідентифікувати себе при отриманні послуги?

Виписки, довідки та витяги надаються анонімно. Єдиними ідентифікаторами можуть бути банківська картка та IP-адреса. Інформація про історію пошуків компаніям, щодо яких ведеться пошук, не надається. Під час реєстрації бізнесу потрібен електронний цифровий підпис.

Як довго формується документ у системі?

Якщо під час формування паперового документа, реєстратору доводиться витратити від 20 до 40 хвилин, то підготовка електронної виписки, довідки чи витягу відбувається автоматично в режимі он-лайн. Середній час підготовки документу – 15-30 секунд.

Чи існує обмеження на кількість одночасних доступів до системи?

Треба зазначити, що такого обмеження не існує.

Як можна сплатити за послугу і кому перераховуються ці гроші?

Оплатити отримані документи можна карткою Visa/MasterCard. Мито перераховується на рахунок у Держказначействі, комісію у розмірі 3 грн. за обслуговування платежу отримує державний Ощадбанк.

Якщо потрібно подавати документ у кілька установ, чи потрібно щоразу платити за кожен нову копію?

Ні, запитувач, один раз сплативши за формування електронного документу, отримує його номер, за яким він або будь-хто (в тому числі державні та банківські установи) може безкоштовно завантажити сформований витяг, виписку або довідку з будь-якої точки світу у режимі он-лайн через Інтернет. При цьому якщо двоє людей незалежно один від одного замовили виписки одного й того ж документа, результати записів матимуть відмінні номери. А вже час фактичного формування документа буде різнитися. Такий документ зберігатиметься у базі даних реєстру протягом 1 року.

Як документ без печатки захищений від підробки?

Достовірність виписки, довідки чи витягу легко перевірити, увівши в системі унікальний номер документа. Оскільки цей номер – у разі справжності – дає можливість завантажити весь оплачений раніше документ без обмежень, то перевірка реальності даних займе кілька секунд. Утім, слід зважати на те, що унікальний код підтверджує достовірність даних виключно на момент оплати документу.

Чи можна отримати довідку у неробочий час?

Так. Можна. На відміну від реєстраційних офісів, які переважно працюють лише в будні дні та у визначені години, он-лайн сервіси функціонують 24 години на добу, 7 днів на тиждень. При цьому забезпечується також цілодобова технічна підтримка за телефоном **0-800-50-70-70**.

Начальник Головного територіального управління юстиції у Полтавській області Ірина Станіславівна ПАШКО



ДЕНЬ ТЕАТРУ 2015

Життя – театр! І ми у ній актори!

Взяті з життя всі для театру твори!

Глядач в них бачить радості і горе,

Тих персонажів, що піднялися вгору,

А потім опинились долі,

І тих людей, що мають різні долі!

Свята влаштовують театральні

Почали греки в часи давні.

Театр існує всюди нині,

У кожній світовій країні.

Такими словами ведучі Віталій Вельгус та Світлана Красюк відкрили перший в історії клубу Учбово-виробничого підприємства «Полтаваелектро» УТОС тематичний вечір, присвячений фаховому дню Театру. Після чого:

*Затихнув гомін, в залі згасло світло,
і враз, захопивши всі чуття,
розсунулась завіса і розквітло
життя, мов казка, казка, мов життя!*

Де, перед глядачем, постали герої повчальної мініатюри «Що посієш, те й пожнеш»: два поважних господаря, коли Володимир розповів про те, що, як і буму – багатому, настільки, що не може спати. Цим дуже переймається його дружина. Щоби втішити чоловіка, вона підсилає слухняного сина вночі насипати пати кукілю у пшеницю, посіяну сусідом. Потім виявляється, що слухняний син Івась кохає Ганну, доньку багатого сусіда, до якої, з вірою у те, що Господь

поможе, послає старостів. Мати пропонує віднадити старостів гарбузом, а мудрий батько пропонує їй подати руш-колайович Прокopenко, який, разом з Ганною, якщо вона кохає Івася. Ганна діє за покликком серця. Вони одружуються. Миколаю Івановичем, є автором ідеї. Її батько, який не підозрює про те, що Івась сипав кукілю в його пшеницю, дає Івасю молодому подружжю саме ту ниву, де Івась це зробив і говорить, показуючи: «Тут вам посіяна пшениця, це вам дарую, все пожніть! Коли доспіє, як годиться, сам Бог хай вас благословить!».

Івась як глянув на ту ниву, в його душі з'явилися сором, біль і він сказав: «Я бачу ніч таку зрадливу, як сіяв я на ниву, його дружина додала: «Згадай, ми ж в Біблії недавно нагоду мали прочитати, що, милий, сієм, то, напевно,

но, те саме будем пожинають!»). Її тато підсумував, щоби підкреслити основну думку твору і одну з важливих життєвих істин додав, відкривши Біблію: «Отож, ми всі повинні знати: що будем сіяти, те й жати!»!

Нещодавно відзначалася двохсот перша річниця від дня народження великого митця Т. Г. Шевченка. Написані ним твори Балада «Утоплена», прочитана Наталею Крохмальовою та читання у ролях поеми «Наймичка» не залишили байдужими жодного глядача.

Захід, якому ми, учасники драматичного гуртка, дали назву «Про що душа говорить» продовжився і власні вірші читали: Вікторія Яроль – «Любимому», Віталій Вельгус – «Скажи мені, друже...». Інші учасники донесли до глядачів ті твори, які їм припали до душі.

Актуальні твори Полтавських поетес Дар'ї Горлиці та Людмили Дудникової звучали з вуст ветерана гуртка Миколи Шарамка, Олени Жолинської та Сергія Носенка. Іронічною оповідкою Михайла Володимир розповів про те, що, як і буму – багатому, настільки, що не може спати. Цим дуже переймається його дружина. Щоби втішити чоловіка, вона підсилає слухняного сина вночі насипати пати кукілю у пшеницю, посіяну сусідом. Потім виявляється, що слухняний син Івась кохає Ганну, доньку багатого сусіда, до якої, з вірою у те, що Господь

поможе, послає старостів. Мати пропонує віднадити старостів гарбузом, а мудрий батько пропонує їй подати руш-колайович Прокopenко, який, разом з Ганною, якщо вона кохає Івася. Ганна діє за покликком серця. Вони одружуються. Миколаю Івановичем, є автором ідеї. Її батько, який не підозрює про те, що Івась сипав кукілю в його пшеницю, дає Івасю молодому подружжю саме ту ниву, де Івась це зробив і говорить, показуючи: «Тут вам посіяна пшениця, це вам дарую, все пожніть! Коли доспіє, як годиться, сам Бог хай вас благословить!».

Івась як глянув на ту ниву, в його душі з'явилися сором, біль і він сказав: «Я бачу ніч таку зрадливу, як сіяв я на ниву, його дружина додала: «Згадай, ми ж в Біблії недавно нагоду мали прочитати, що, милий, сієм, то, напевно, увагу на те, що істотно зріс рівень ви-

конавчої майстерності Вельгуса Віталія та Ігоря Гриня під час читання у ролях, відновленої колективом поеми Т. Г. Шевченка «Наймичка». Прекрасно, що у нас є талановиті автори, що сьогодні саме на нашій сцені дебютувала як автор і виконавець Вікторія Яроль. Життєва аксіома «Що посієш, те й пожнеш», втілена учасниками у напівказковому, начебто типовому сюжеті, але у дотепній та доречній формі, я гадаю, примусив замислитися над піднятою темою багатьох присутніх у залі. Впевнене читання дев'ятирічною дитиною вірша «Лист солдату» є плодом того, що дівчинка виховується у творчій Утосівській сім'ї і перші спроби виступати з мікрофоном, з яким вона зараз вже на Ти, відбулися саме на нашій сцені ще кілька років тому.

Слід зазначити, що працівники клубу від тотально незрячого директора клубу Мегелика Сергія Івановича, який, під час проведення заходів, виконує ще і функцію звукорежисера, до відповідального за підбір костюмів – люди з інвалідністю по зору». Директор УВП «Полтаваелектро» УТОС Січевський Віталій Сергійович сказав: «Все було добре! Ви молодці!» Від колективу: нам було комфортно під час підготовки та проведення цього вечора, тому що ми мали моральну підтримку як від адміністрації та наших незрячих, так і від зрячих колег. Ми, учасники гуртка, маємо надію на те, що проведення дня театру стане традиційним у клубі нашого підприємства, у інших клубах та будинках культури УТОС.

Про колектив: колектив нараховує 15 осіб різних вікових груп. Наймолодшому учаснику, Віталію Вельгусу, 01.05.2015 року виповниться 30 років, найстаршому, Миколі Івановичу Шарамку, – 76. 13 учасників – працівники підприємства, 2 – раніше були нашими співпрацівниками, а зараз перебувають на заслуженому відпочинку.

*Скажи мені друже, хто з них є правий?
Хто пале вогонь для себе, й живий.
Зате до тепла спокійно дожив-
Тихенько співаючи, просто любив.
Чи той, хто у тиші прожити не зміг -
Палив свій вогонь, без жалю, для всіх.
Тим самим згорів... і духу нема,
Хоча і довкола холодна зима –
І грітись нізащо, за мить все спалив.
Але в цю часину теплом всіх зігрів.
Тож як ти гадаєш, хто з них був правий?
Може той – перший, а може другий.
Ти грій нас – Людей і тихенько молись.
За душу Людську, хай не спуститься в низ.
За твою Людську і відповідь тям,
Хто тепло віддає нам – людям, другим,
Які тим і живуть, що споживчою дії.
Зігрій світ, людей, як ті, що нас гріють.*

Віталій Вельгус
Полтавська обласна
організація УТОС

Як дізнатися про характер людини за кольором її очей



(Продовження. Початок в попередньому номері)

Володарі **сірих** очей дуже рішучі і розумні. Вони не вдаються до «страусиноного методу», якщо у них виникають проблеми. Навпаки, вирішують їх без зволікання. Але, разом з тим, виявляються безпорадними перед ситуаціями, де розум безсилій. Сірі очі є прикметою чутливості і допитливості. Таким людям все цікаво. А тому – це очі везунчиків: їм щастить і в кар'єрі, і в коханні.

Власники **темно-сірих** очей (сірий колір притаманний Меркурію, а його більш темне забарвлення говорить про невеликі домішки Сатурна) вперті й сміливі. Вони самовіддані, володіють сильною волею та рішучим характером. Ці люди часто ревниві. Якщо у Вашого супутника життя темно-сірі очі, то Вам пощастило, адже такі люди майже завжди однолюбів.

Якщо Ви володієте **сіро-зеленими** очима, то про Вас можна сказати, що у Вас дуже сильна воля. Вам по плечу будь-яка вершина. Хоча Вас вважають неговірливими, але найчастіше саме це допомагає Вам досягати поставленої мети. Володарі сіро-зелених очей часом норовливі, які можуть проявити у вирішенні важливих для себе питань жорсткість, а у виняткових випадках – і жорстокість.

Зеленоокі люди – це сама ніжність. Кохають вони завжди широко, гаряче і відрізняються вірністю тим, кого обрали. Зелені очі нерідко притаманні справжнім лицарям. Друзі цінують їх за надійність і доброту, вороги ненавидять за принциповість і твердість. Вони хороші слухачі та співрозмовники. Взагалі, люди з зеленими очима – найбільш благополучна категорія. Дуже добре справляються з кривими посадами.

Тигрові очі – жовті, зустрічаються у людей дуже рідко. Люди з такими очима володіють рідкісними талантами і можуть, як кажуть, читати чужі думки. Вони артистичні і творчо підходять до будь-якої справи.

© Ірина BUSHIDO, "Школа життя"



Як правильно знайомитися і зберегти стосунки

Шукаєте ідеального партнера? Цікавитесь, чи будуть ваші стосунки тривалими? Такі запитання рано чи пізно виникають у багатьох. То як же знайти "свою" людину і втримати її? Ханна Фрай, авторка книжки "Математика кохання", розповідає про магічну формулу з трьох складників.

1. Пишайтеся собою: акцентуйте те, що вас відрізняє Усім, хто колись реєструвався на сайті знайомств, знайома ця мука – як обрати найкраще профільне фото, з бездоганною зачіскою, сяючою шкірою і чарівною усмішкою. Виявляється, це не вартє клопотів. Миловида зовнішність не є запорукою успіху на теренах інтернету. Навпаки, якщо деяким людям ви здаєтеся непривабливим, це може зіграти вам на руку. На перший погляд, це суперечить логіці, але статистика це підтверджує. Перша порада: більшість людей, обираючи фото для сайту знайомств, стараються приховати те, що може здатись комусь негарним. Але треба робити якраз навпаки. Обираючи профільне фото, не бійтесь когось відштовхнути. Ваша мета – не зібрати якнайбільше компліментів з широких мас, тож не виставляйте себе стандартною красунькою чи красунчиком. Підкресліть свої особливості – це найкращий спосіб привабити тих, хто вас по-справжньому оцінить.

2. Будьте активні: домагайтесь бажаного Уявіть, що разом з іншими самотніми людьми ви прийшли на вечірку, де усі мають на меті з кимось познайомитися. Як вам краще поводитися? Сидіти і чекати, поки хтось до вас підійде, чи самому підійти до найпривабливішої людини, попри ризик бути відштовхнутим? І до кого краще підійти, щоб мати найбільше шансів на успіх? Якщо дозволити вечірці розігратися за старомодним сценарієм "кавалери запрошують дам", кожен хлопець підійде до найбажанішої дівчини. Тоді кожна дівчина, до якої підійде більш ніж один хлопець, обере з них того, хто їй до вподоби, решта ж хлопців перейдуть до другої у рейтингу своїх уподобань і так далі. За умови, що ніхто не хоче залишитися один, рано чи пізно усі знайдуть собі пару. Описаний метод, згідно з яким одна група обирає серед іншої, відповідає "алгоритмові Гейла-Шеплі": ті, хто проявляють ініціативу, завжди отримують набагато кращих партнерів, ніж ті, хто лише очікує пропозицій. Незалежно від типу стосунків, які ви прагнете побудувати, завжди вигідно брати ініціативу на себе.

3. Не мовчіть: кажіть, якщо вас щось не задовольняє Навіть найкращі пари часом сваряться. Але математики дослідили: те, як ви сваритесь, визначає ваші шанси на тривалі стосунки. Психолог Джон Готтман протягом багатьох років записував розмови одружених пар, яких просив обговорити найскладніші питання у їхніх стосунках. Під час обговорень пан Готтман та його помічники фіксували, вимірювали та підраховували усе, що тільки можна: тиск партнерів, їхній пульс, нервові імпульси і те, як це все співвідносилось зі змістом сказаного. Дослідники виявили, що у хороших стосунках подружжя мають глибоко вкорінену позитивну думку одне про одного, і це відображається у словах, які вони вживають навіть під час сварки. Вони схильні приписувати неприємні вчинки партнера надзвичайним обставинам: "Вона просто стомлена", "Останнім часом у нього багато стресу на роботі". У стосунках, приречених на розрив, усе було навпаки. Партнери були низької думки одне про одного, а погані вчинки використовували лише для підкріплення цієї думки: "Ти завжди така!", "От бачиш, який ти egoїст!" Найкращий шанс лишитись разом на довгі роки у подружжів з низьким порогом негативності – тих, хто не боїться оголошувати вголос свої думки і претензії. Такі пари вирішують незначні проблеми у стосунках на постійній основі і не допускають, щоб ті накопичувались місяцями, допоки не вибухнуть. Тож нехай ваше спілкування буде позитивним, відкритим і чесним!

© Бі-Бі-Сі Україна

СИМПТОМИ БОЛІ, ЩО СИГНАЛІЗУЮТЬ ПРО НЕБЕЗПЕКУ



Раптовий сильний головний біль
Крім цього, біль може супроводжуватися запамороченням і порушенням зору. У цьому випадку негайно зверніться в швидку медичну допомогу, так як біль може бути обумовлений розривом аневризми судини головного мозку. Аневризма – це нечасте патологічне розширення тонкої стінки артерії, яке являє собою слабе місце, готове розірватися в будь-який момент і привести до інсульту.

Зубний біль, від якого ви прокинулися
Якщо ви ночами стискає зуби, то емаль на них стирається, зуб втрачає захист і легко запалюється. Цей стан називається бруксизм, часто він викликаний постійним стресом. У запущених випадках можна навіть стерти зуби практично до самої основи. Зверніться до стоматолога за допомогою. Наприклад, він може виготовити для вас спеціальну вкладку, яка завдасть механічному пошкодженню зубів уві сні.

Сильний біль в животі, який перемістився з центру живота вниз і вправо
Це симптом апендициту. При появі такого болю негайно зверніться до лікаря, оскільки вам необхідно якнайшвидше хірургічне втручання. Якщо ви забаритесь, то апендикс розірветься і бактерії, що знаходяться в просвіті кишки, попадуть у черевну порожнину і викличуть

смертельно небезпечний перитоніт.

Біль трохи вище попереку, що супроводжується високою температурою
Це симптом інфекції нирок, яка розвивається при поширенні бактерій із сечових шляхів і сечового міхура (наприклад, при циститі) в нирки. Напередодні ви можете відчувати біль при сечовипусканні. У такому випадку вам необхідно антибактеріальне лікування, тому обов'язково зверніться до лікаря.

Біль при менструації, яка не проходить після спазмолітиків
Такий біль може викликати ендометріоз – хвороба, при якій кровоточать островці тканини матки розростаються на внутрішніх органах. Це дуже поширене захворювання: 50% жінок з хворобливими менструаціями страждають від ендометріозу. Це захворювання лікується за допомогою оральних контрацептивів або хірургічним шляхом.

Раптовий біль у грудях, що відає між лопаток
Так може проявлятися розрив аневризми аорти. Це суперекстремний стан. Людина може померти в будь-яку секунду, тому що вся кров, яка повинна жити організм, виливається через утворену дірку. Якщо у вас з'явилися такі болі, необхідно звернутися в швидку допомогу якнайшвидше.

ЯК ОЧИСТИТИ ОРГАНІЗМ ЗА ДОПОМОГОЮ АКТИВОВАНОГО ВУГІЛЛЯ

Активоване вугілля для очищення організму можна застосовувати по одній таблетці, якщо ж вугілля застосовується в лікувальних цілях, то дозування потрібно збільшити. При перших ознаках отруєння неякісними продуктами харчування потрібно прийняти від двох до чотирьох таблеток активованого вугілля. Потім прийом таблеток можна повторити, але не раніше, ніж через дві години. Так як активоване вугілля не викликає звикання і не вбиває природну мікрофлору кишечника, як це трапляється після антибіотиків, його можна приймати до тих пір поки не зникнуть основні симптоми отруєння (нудота, діарея). Однак приймати активоване вугілля без рекомендації лікаря не варто більше чотирьох днів. Після надмірного вживання алкогольних напоїв, активоване вугілля також можна застосовувати. Перед безпосереднім вживанням алкогольних напоїв можна випити активованого вугілля, в розрахунку одна таблетка на двадцять кілограм ваги. Після закінчення банкету, можна також спожити вугілля, але в розрахунку однієї таблетки на десять кілограм ваги. Запивши великою кількістю чистої негазованої води. Активоване вугілля вважається одним з найбільш доступних і ефективних засобів для очищення кишечника. Вугілля особливо рекомендується застосовувати тим людям, у яких проблеми з травним трактом. При сильному метеоризмі, дорослим рекомендується приймати активоване вугілля в дозуванні: одна таблетка на десять кілограм ваги, запиваючи чистою водою, три рази на сутки за годину до їжі, протягом трьох – семи днів. При дизентерії, отруєнні хімічними речовинами приймати активоване вугілля потрібно по системі, розробленій лікарем.

ТОП 3 ПОРАДИ ЯК ЗМІЦНИТИ ЗДОРОВ'Я НАВЕСНІ

Більше рухатися. Немає кращого часу, щоб почати тренування – або збільшити їх інтенсивність. Дні стають довшими, і є шанс, що буде ще світло на вулиці, коли людина повертається додому з роботи. Це прекрасна можливість для пробіжки по вулиці або на місцевому стадіоні. Пробіжки зміцнюють серцево-судинну систему, зміцнюють кістки і м'язи, підвищують рівень енергії, допомагають краще спати і тримають стрес у вузді.

Добре харчуватися. Здорове харчування має бути пріоритетом цілий рік, але навесні фрукти і овочі порадують виснажений зимою організм найбільше. Можна поекспериментувати з новими продуктами і корисними рецептами.

Очистити будинок. Прихід весни – ідеальний час не тільки для того, щоб вичистити павутину з полиць шаф, але і для очищення води і повітря в будинку – адже це дві основні системи, які підтримують людей, але які не часто чистять



з тією ж строгістю, що і житлові приміщення. Установка систем очищення води в раковинах і душі для видалення потенційно шкідливих речовин, таких як свинець і хлор, принесе безсумнівну користь. Очищувачі повітря допоможуть видалити мікробів, цвіль, бактерії і пил з повітря, що особливо важливо під час сезону алергії.

Овен Постарайтесь быть спокойным и уравновешенным, не теряйте контроля над своими эмоциями, иначе рискуете прослыть истеричным человеком. Похоже, неделя будет достаточно напряженной из-за увеличения нагрузки на работе. Проблемы, которые возникнут в личной жизни, сможете решить только вы сами, не стоит искать помощи со стороны, лучше постороже спросить с себя.

Телец На этой неделе сложившаяся ситуация может потребовать от вас большей активности, тогда есть вероятность добиться успеха как в личных делах, так и в бизнесе. В среду будьте предельно честны и откровенны с друзьями и членами семьи. В пятницу будьте осторожны, так как ваши недоброжелатели способны нанести урон вашей репутации. В выходные лучшим отдыхом будет посещение театральных премьер или выставок.

Близнецы На этой неделе у вас появится шанс научиться чему-то новому и, как выяснится позже, – совершенно необходимому. Быстрота, активность, нестандартные решения в возникающих ситуациях, мгновенная реакция на происходящее помогут превратить вашу работу в настоящее удовольствие. В выходные уделите внимание семье, приготовьте что-нибудь вкусное для близких.

Рак Вас ждет прекрасная, яркая, насыщенная неделя. У вас будет практически все получаться. Однако не стоит хвастаться и задира́ть нос. В четверг ваша инициатива может встретить серьезное сопротивление со стороны начальства. Понадобится все ваше красноречие, чтобы убедить собеседника в вашей правоте. Соперники в любви или в делах могут воспользоваться вашей излишней эмоциональностью и спровоцировать конфликтную ситуацию.

Лев Неделя способствует деловым успехам, благоприятна для творчества. Во вторник постарайтесь не идти на поводу у соблазнов. Вовремя уходите в сторону или переключайте внимание на что-то другое. Продвижение по служебной лестнице будет нынче во многом зависеть только от вас самих. Используйте свои новые разработки, начальство их оценит. Во второй половине недели появится возможность добиться значительных успехов в личных делах. В выходные отправляйтесь на свидание или дружескую вечеринку.

Дева На этой неделе вас ожидают встречи с интересными людьми. Совершенно неожиданно вы можете получить одобрение всех своих начинаний со стороны руководства. Постарайтесь быть собранными и аккуратными, проявлять терпение во всех делах. Если же вы кого-то критикуете, то будьте готовы услышать в ответ тоже не самое лестное мнение о себе. Во вторник и среду старайтесь держать под контролем эмоциональные импульсы. Возможны конфликты с детьми.

Весы На этой неделе стоит трижды подумать, чему именно посвятить свое время. На все, что требует вашего внимания, его явно не хватит, так что чем-то придется жертвовать. Хорошо бы не близкими. Особенно неудачным будет выбор в пользу общения с друзьями в ущерб семье. Вообще лучше поменьше времени тратить на вечеринки и развлечения. А больше внимания уделить своему здоровью. Возможно, вам придется ухаживать за кем-то из родственников. Выходные посвятите отдыху на природе.

Скорпион Все контакты этой недели должны быть подчинены интересам дела. В понедельник нежелательно планировать ответственные дела и встречи. Вам понадобится мудрость и терпение, чтобы этот день прошел благополучно. В среду используйте свою коммуникабельность и обаяние, и вы найдете поддержку и понимание со стороны окружающих. Родственникам может понадобиться ваша помощь, возьмите на себя нагрузку по силам.

Стрелец На этой неделе наступает благоприятное время для реализации планов, связанных с зарубежными поездками, подписанием договоров, банковских сделок. Во второй половине недели удачными будут крупные покупки. Хороший момент для начала ремонта квартиры, строительства дачи, украшения интерьера. Если вы недовольны складывающимися обстоятельствами, то попробуйте что-нибудь изменить в себе, остальное изменится само.

Козерог На этой неделе вам могут понадобиться такие качества, как спокойствие, разумность и выдержка. Возможно, коллеги по работе не всегда будут о вас лестного мнения, но их критика не должна подрывать в вас уверенность в собственных силах. Действуйте сами. Искать чужого совета следует лишь в исключительных ситуациях. Избегайте резких жизненных перемен и слишком дорогих покупок.

Водолей Это звездный час для людей творческих. Соединив вдохновение с практическими задачами, вы сможете убить двух зайцев одновременно, раскрыв свой творческий потенциал и укрепив материальное положение. Возможны некоторые осложнения и препятствия в достижении цели во вторник. В пятницу вам будет что отметить и отпраздновать с близкими людьми. Воскресенье посвятите собственному отдыху, не напрягаясь, устраивая чай-то.

Рыбы На этой неделе заканчивается период трудностей и стрессов, уже к ее середине должно наступить заметное потепление в ваших отношениях с Фортуной. Есть шанс получить одобрение давно лелеемой вами идеи и деньги на ее реализацию. В выходные дни больше общайтесь с детьми, отправляйтесь в небольшое путешествие вместе всей семьей.