



22



стор. 4

ЗИМА З АРТРИТАМИ І АРТРОЗАМИ

Фахівці радять, як боротися з поширеними хворобами насамперед нефармакологічними методами



стор. 5

Валерій НОВОСВІТНІЙ:

“ХРЕЩАТИК” БУВ ПЕРШОЮ МІСЬКОЮ ГАЗЕТОЮ, ЯКА ВИХОДИЛА В КОМП'ЮТЕРНОМУ НАБОРІ

Агресивні чотирилапі

Торік майже 4,5 тисячі киян постраждали від укусів собак

Тетяна БЕСЧАСТНА
“Хрещатик”

Нападають на людей як домашні тварини, так і бродячі пси. За підсумками 2010 року в КП “Центр ідентифікації тварин” зареєстровано 1648 укусів домашніх тварин. У 90 % випадків жертвами стають члени родини, в яких мешкають чотирилапі. А ось від нападів безпритульних собак торік постраждали 2777 людей.

Періодично у столичних ЗМІ з'являється інформація про черговий напад безпритульних собак на людей, часто такі історії мають трагічний фінал. Наприкінці минулого року на Троєщині вранці місцева жителька атакувала зграя бродячих псів. Жінка відчула лапи одного собаки на спині, другий ухопив її за ногу. На щастя, постраждалій вдалося знайти палицю й відбитися нею. Лише відчувши спротив, шес-

теро чотирилапих відступили. Багато киян пам'ятають гучну історію дворічної давнини, коли в Шевченківському районі столиці зграя вуличних собак загризла 27-річного оператора Першого національного каналу Івана Волошина. Його знайшли мертвим у калюжі крові, все тіло було вкрите укусами. Таких трагічних випадків небагато, однак більшість нападів спричиняють купу проблем.

Ветеринари кажуть, що тварини, які мешкають у великих містах, часто відчувають стреси і можуть атакувати людину безпричинно будь-коли. Найнебезпечнішими є безпритульні собаки, які часто збиваються в зграї, а також домашні тварини, яких власники вигулюють без повідка та намордника. І якщо відповідальність за приручених чотирилапих несуть лише господарі, звинуватити когось у нападі бродячого пса дуже складно. Певно, долею таких собак мають перейматися чиновники відповідних відомств. Та поки цього не відбувається на 100 відсотків, кожен має убезпечуватися самостійно. Є думка, що ймовірність нападу собаки на людину зростає навесні та восени, в періоди парування тварин. А втім, статистика демонструє, що напади на киян мають регулярний характер і відбуваються незалежно від пори року. А оскільки безпри-

тульні собаки фактично заповнили місто, потрібно знати, що робити в разі нападу. Якщо вас покусала безпритульна тварина, потрібно негайно звернутися до хірурга або травматолога в лікарні за місцем проживання. Якщо ж такої можливості немає, потрібно обробити рану самостійно. Місце укусу треба ретельно промити милом, розбавленим водою. Після цього рану обробляють розчином перексиду водню та накладають стерильну пов'язку. Та в будь-якому разі за першої ж можливості слід показати укусу спеціалістові. Не варто забувати про сказ, адже переносниками цієї хвороби можуть бути собаки. Найнебезпечніші ділянки укусів скажених собак — обличчя, кінчики пальців та голова. І якщо собака є носієм вірусу, щеплення потрібно робити негайно •

Продовження теми читайте на стор. 3



ОФІЦІЙНО

На виплату муніципальних надбавок столичним освітянам і медикам додатково виділять 70 мільйонів гривень

На виплату муніципальних надбавок освітянам та працівникам охорони здоров'я столиці у 2011 році додатково виділять 70 млн грн, повідомив голова КМДА Олександр Попов під час розширеної апаратної наради 7 лютого 2011 року. За його словами, рішення про додаткове виділення коштів на виплату муніципальних надбавок вчителям і медикам столиці прийнято після консультацій з керівниками та працівниками бюджетних організацій міста, профспілками. Цих коштів вистачить на виплату цільових надбавок до першого вересня. Водночас Головне фінансове управління разом з Головним управлінням охорони здоров'я та Головним управлінням освіти і науки має запропонувати механізми перерозподілу коштів, аби місто могло забезпечити цільові надбавки медикам та освітянам до кінця 2011 року ●

Податківці Святошинського району викрили нечесного підприємця-ювеліра

У рамках операції «Бюджет» працівники податкової інспекції Святошинського району перевірили діяльність приватного підприємця, що торгував ювелірними виробами. Як повідомили «Хрещатику» в прес-центрі ДПА у Києві, 39-річний мешканець столиці, який перебував на спрощеній системі оподаткування, реалізовував продукцію у кількох супермаркетах без належного обліку (оприбуткування). У книзі обліку доходів і витрат чоловік взагалі не заповнював графу «витрати на виробництво продукції», в якій відображаються документально підтверджені витрати, безпосередньо пов'язані з одержанням прибутку. Податківці додатково нарахували столичному бізнесменові штрафних санкцій майже на півмільйона гривень ●

У місті відбудуться змагання з бильяруду, регбі та хокею

Головне управління з питань сім'ї, молоді та спорту КМДА 14–20 лютого запланувало низку заходів. Зокрема, 15 лютого о 15.00 в управлінні відбудеться засідання міської конкурсної комісії з призначення премії Київського міського голови одиноким батькам та одиноким матерям. У суботу, 19 лютого, в БК «Маяк» (пр-кт Московський, 17/7) відбудеться командний чемпіонат міста з бильяруду. Початок — о 10.30. Також 19–20 лютого в рамках чемпіонату України з хокею із шайбою на НТБ «Авангард» (вул. Мельникова, 46) відбудеться кілька зустрічей. Окрім того, 19–20 лютого заплановано турнір з регбі, присвячений Дню захисника Вітчизни. Урочисте відкриття — на стадіоні Університету оборони (площа Космонавтів) ●

12 лютого киян запрошують на ярмарки

На ярмарках киянам та гостям столиці буде запропоновано широкий асортимент продуктів харчування: м'ясо та м'ясопродукти, молоко і молочні вироби, риба, овочі, фрукти, борошно, крупи й бакалійні товари, цукор та багато інших продовольчих товарів. Традиційно мешканці столиці матимуть змогу придбати сільгоспродукцію від безпосередніх товаровиробників з різних областей України на 10–15 % дешевше, ніж на ринках. Так, у суботу ярмарки відбудуться в п'яти районах: у Голосіївському — на вул. Володимирській (у межах вулиць Саксаганського та Жиланської), у Деснянському — на вул. Жукова (від пр-ту Лісового до вул. Волкова), у Дніпровському — на вул. Малишка, у Подільському — на пр-ті Правди, 68а, у Солом'янському — на вул. Стадінній ●

ТУРБОТА

Тест на ВІЛ можна пройти анонімно та безплатно

Найбільший у столиці кабінет «Довіра» запрацював при Голосіївській центральній поліклініці

Ірина ЩЕРБАТА
«Хрещатик»

У новому кабінеті «Довіра» безплатно та анонімно можна проконсультуватися з психологом, інфекціоністом та соціальним працівником, а також здати кров на ВІЛ та отримати презерватив.

Комплексне розміщення консультативного та лікувального відділень в одному приміщенні підказала практика. «До свід роботи в Деснянському районі, де поруч із кабінетом довіри є кабінет інфекціоніста, виявився позитивним, — розповідає головний спеціаліст з питань ВІЛ/СНІДу в Києві Олександр Юрченко. — Адже 60 відсотків первинно виявлених хворих зупиняються на диспансерному обліку і до подальшого лікування не доходять. Точніше, не доїжджають. Адже відстань до міського центру СНІДу у Святошині з Голосієва — 22 кілометри».

Тест можна пройти анонімно. Людині присвоюють код, за яким вона і здає кров. «Єдине, що ми запитуємо, це — ім'я, — розповіла психолог Людмила Пішванова. — Але людина і його може вигадати».

Кабінет розпочав роботу місяць тому. За цей час тест пройшли 34 особи. «Усі аналізи негативні, лише в одного чоловіка результат був позитивним, — розповідає пані Пішванова. — Його ми направили на ретельну перевірку до міського центру СНІДу. Той діагноз стане остаточним. Далі пацієнта направляємо до інфекціоніста, який і ставить на облік. Потім інфікована людина здає додат-



Кабінети «Довіри» лишаються основною ланкою у системі охорони здоров'я, що надають населенню консультації, обстежують і виявляють хворих на ВІЛ-інфекцію/СНІД

ково імунологічні аналізи, на вірусне навантаження. Раз на півроку хворий проходить обстеження».

Виявлення вірусу — не вирок, кажуть лікарі. Його сьогодні лікують. «Коли людина нещодавно інфікувалася, імунні показники в неї можуть лишатися у нормі. Якщо ж є порушення, спеціалісти кабінету «Довіра» направляють пацієнта на безплатну терапію, — пояснює психолог. — Пацієнтові призначають ліки, які блокують розмноження вірусних клітин. Тоді ВІЛ не переходить у СНІД».

«Різні консультації (передтестова, післятестова, а якщо є позитивний результат, то кризова консультація) у кваліфікованих лікарів кабінету «Довіра» допоможуть адекватно поставитися до діагнозу, — зазначила начальник ГУ охорони здоров'я

КМДА Раїса Моїсеєнко. — Ніщо, щоб у всіх столичних районах ми працюватимемо над тим, запрацювали такі кабінети» ●

ДОВІДКА «ХРЕЩАТИКА»

Адреси кабінетів «Довіра»:

Пр-т 40-річчя Жовтня, 59
Тест можна пройти з 9.00 до 14.30 у понеділок, середу і п'ятницю. У вівторок та четвер — з 12.00 до 17.30
Консультація з 9.00 до 15.00 у понеділок, середу і п'ятницю, а також у вівторок і четвер з 12.00 до 18.00

Вул. Трьохсвятительська, 7
Тестування — щодня з 9.00 до 19.30
Консультація — щодня з 8.00 до 20.00

Вул. Відпочинку, 11
Тест — щодня з 9.00 до 19.30
Консультація — щодня з 8.00 до 20.00

Вул. Бориспільська, 30а
Тестування — з 11.30 до 18.00 з понеділка до четверга, у п'ятницю — до 17.00
Консультація — щодня з 11.00 до 18.00

Вул. Висоцького, 8
Тест можна пройти в понеділок і середу з 8.30 до 15.00; у вівторок, у четвер — з 12.30 до 19.00; у п'ятницю — з 9.00 до 14.30
Консультація — у понеділок, середу і п'ятницю — з 8.00 до 15.00

ОБНОВИ СТОЛИЦІ

Новий погляд

Проект благоустрою центральної частини Києва до Євро-2012 визначать на конкурсній основі

Наталка МАРКІВ
«Хрещатик»

Понад півтисячі учасників із 65 країн світу висловили бажання взяти участь у відкритому міжнародному архітектурному конкурсі на найкращий проект благоустрою центральної частини Києва до футбольного чемпіонату Євро-2012. Протягом лютого — квітня архітектори представляють на розгляд журі свої концепції розвитку цієї території, а на початку травня оголосять переможців.

Учора завершилася реєстрація учасників відкритого міжнародного архітектурного конкурсу на найкращий проект благоустрою центральної частини Києва до Євро-2012, оголошений КМДА і Головним управлінням містобудування, архітектури та дизайну міського середовища. Як повідомив головний архітектор Києва Сергій Целовальник, позмагатися в конкурсі висловили бажання 512 учасників із 65 країн світу. «Ми хочемо не лише мати цікавий проект благоустрою центральної частини

міста, — пояснив пан Целовальник, — нам буде дуже цікаво отримати незаангажований, свіжий погляд закордонних колега-архітекторів на розвиток нашого міста».

Територія, визначена як об'єкт проектування, доволі велика — це шестикілометрова зона від Національного музею історії Великої Вітчизняної війни до Львівської та Контрактової площ. А концептуально конкурсні проекти мають розподілитися на два блоки. Перший — власне благоустрій міста до проведення фінальної частини футбольного чемпіонату Євро-2012, а другий — детальне опрацювання знакових туристичних місць столиці — Пейзажної алеї, Контрактової площі та Андріївського узвозу, Європейської площі з виходом Хрещатика до Дніпра і, звісно ж, набережної Дніпра.

Конкурс має не лише привернути увагу професіоналів та громадськості до неадекватного вигляду центральної частини міста, а й запропонувати шляхи розв'язання цієї проблеми на основі дбайливого ставлення до архітектури та природи. Як зауважив заступник міністра регіонального розвитку та будівництва Ігор Соколов, із конкурсом пов'язані великі очікування. «Головне, аби він був реальним для втілення у життя і враховував архітектурно-ландшафтні особливості столиці», — зазначив пан Соколов ●



Соба́че життя

Кількість безпритульних тварин у місті кардинально не зменшується, а кількість постраждалих від укусів лише зростає

Тетяна БЕСЧАСТНА
"Хрещатик"

Більшість киян періодично натрапляють на безпритульних собак, і не всім вдається уберегтися від нападу. Сьогодні біля кожного будмайданчика скупчується зграя бродячих псів, а коли будівництво завершується, собаки не дають проходу мешканцям новобудови. Тож іноді стає страшно відпускати дітей до школи, шлях до якої пролягає через зону проживання чотирилапих безхатченків. Потерпають і власники домашніх тварин, часто-густо вигулювання улюбленців перетворюється на війну з армією агресивних псів.

Бродячі собаки в місті можуть не лише розносити інфекції, а й нападати на людей, захищаючи свою територію, розповідає кінолог Олексій Ковтуненко. "Зграя собак боротиметься за виживання в місті. Завойовуючи територію, тварини атакуватимуть того, хто заходить на її простір. Поки це питання не буде вирішено, в нас будуть проблеми захворювання домашніх собак, нападів на самотніх перехожих у нічний час, укусів у маленьких дітей". Скупчення голодних псів є дуже небезпечним, вони часто нападають на людей. Тому їх потрібно вилловлювати й вивозити до притулків. Меншу загрозу, на думку кінолога, несуть так звані собаки-охоронці — ті, що мешкають на території фабрик, заводів, супермаркетів, базарів. Їх зазвичай підгодовують охоронці, сторонні люди. Ці пси також можуть атакувати перехожого, захищаючи свою територію. І вже зовсім не треба боятися собак, яких можна назвати "попрошайками". Вони живуть у підземних переходах та у дворах житлових будинків. Таких тварин можна просто стерилізувати й знову випустити на свободу. Загрози людям вони не несуть.

У Києві офіційно заборонено вбивати безпритульних тварин. З 2007 року в місті діє "Програма регулювання чисельності безпритульних тварин гуманними методами". Документ передбачає таку схему: працівники комунального притулку відловлюють собак, везуть їх до притулку, розміщують на десятиденний карантин, стерилізують і лишають або за кілька днів повертають опікунові чи на попереднє місце мешкання.

Масове знищення собак у столиці не підтвердилося

Перші звинувачення на адресу чиновників прозвучали ще торік улітку. Захисники тварин стверджували, що в місті знищують собак, розкидаючи на вулицях їжу з отрутою. Були навіть факти загибелі не лише бродячих, а й домашніх тварин, що з'їли небезпечну приманку. Йшлося і про

знищення тварин після відлову. Але довести ці факти так і не вдалося. "Ситуація з безпритульними тваринами у столиці сьогодні така сама, якою була і п'ять, і десять років тому, — каже президент Міжнародної громадської організації захисту тварин "SOS" Тамара Тарнавська. — Місцева влада декларує гуманний шлях розв'язання проблеми, приймає програми і рішення, але потім їх не виконують".

Як відомо, в Києві діє один комунальний і три громадських притулки для утримання безпритульних тварин. Громадські виживають за рахунок коштів, зібраних волонтерами. Це приблизно 5-6 тис. грн на місяць. На ці гроші вдається піклуватися приблизно про тисячу собак і котів, що стали безхатченками. Цьогоріч влада міста вперше пообіцяла громадським притулкам виділити кошти з міського бюджету. Раніше зі скарбниці Києва фінансували лише комунальний притулок. З'ясувати, скільки коштів виділяти КП "Притулок для тварин", виявилось непростим завданням. На офіційний запит до КМДА від газети "Хрещатик" від 01.02.2010 № 027-386, в якому серед інших було і питання про розмір фінансування КП "Притулок для тварин", надійшла відповідь, яку можна назвати "загалом про головне". Жодного слова про обсяги фінансування, лише загальна інформація, котру можна знайти на офіційному сайті комунального підприємства. Втім, "Хрещатику" таки вдалося знайти цю інформацію. Отже, у 2010 році на реалізацію міської програми регулювання кількості безпритульних тварин гуманними методами з міського бюджету було виділено 481 тис. 344 грн. З них: ЖЕКам — 192 тис. 538 грн, КО "Київзеленбуд" — 48 тис. 135 грн, КП "Центр ідентифікації тварин" та "Притулок для тварин" — 240 тис. 670 грн.

За різними даними, сьогодні на вулицях столиці живуть від 15 до 30 тисяч безпритульних тварин. Стерилізувати їх усіх задрого, та й неефективно. Адже тварини беруться на вулиці "не з повітря", часто люди просто викидають їх. "Тварина — це продукт української бездіяльності, байдужості, безгосподарності, — підтверджує цю думку



Фото: Боріс КОРПУСЕНКА

На відміну від України, в більшості європейських держав неприпустимі випадки, щоб хазяїн викинув на вулицю собаку

Тамара Тарнавська. — Це ж не американці їх сюди закинули, цих безпритульних собак! Звідки вони взялися? І за це їх карають смертю, здають шкіру, продають жир і вважають це нормальним. Ще й на цьому заробляють кошти. Тому я не вірю, що в Україні це питання вирішиться". У Європі ж безвідповідальність щодо братів наших менших карається законом. Та й такої кількості безпритульних тварин там немає.

Досвід інших країн

У Європі існує чітка система функціонування приватних притулків. Там це вважають престижним, тому притулки часто утримують заможні люди. Країни Євросоюзу виділяють значні кошти на створення і утримання притулків для безпритульних тварин, тому там фактично неможливо зустріти на вулиці "безхозну" собаку. А в Німеччині діє закон, що зобов'язує хазяїна отримувати ліцензію на поголи свого домашнього улюбленця, а потім накладає відповідальність за кожне народжене шеня, долю яких відстежують відповідні органи. Тому в Європі неприпустимі випадки, щоб хазяїн викинув надвір собаку. На відміну від нашої країни, де значна частина безпритульних тварин раніше мала постійну прописку і господаря. У країнах Західної Європи та Північної Америки проблему безпритульних тварин розв'язують на рівні законодавства. По-перше, всі власники тварин сплачують податки. І для господарів стерилізованих тварин податок значно

менший, ніж для тих, чий вихованець можуть мати потомство. Після введення таких правил частка стерильних тварин в цих країнах становить приблизно 80%. Тож навіть якщо домашній пес раптом загубиться й опиниться на вулиці, він не матиме потомства. Та й кожного безпритульного собаку одразу вилловлює спеціальний патруль, і тварина протягом місяця не знайдеться господар, то собаку ліквідують. Але до таких дій зрідка доходить справа, оскільки майже всі чотирилапі друзі знаходять собі нових господарів. За кордоном також існує значна кількість благодійних організацій, які підбирають тварин на вулицях, виховують їх і видають, наприклад, сліпим або глухонімим. А ось в Азії та Північній Африці поки що не надто переймаються гуманним шляхом розв'язання проблеми — там безпритульних тварин просто відстрілюють або труять, щоб уникнути епідемії сказу. Але Україна, на щастя, розташована не в Азії чи Африці. Тому можна запозичити досвід наших найближчих сусідів. Має успіхи Польща — наш партнер з проведення Євро-2012. "Польки вирішують питання не через комунальні підприємства, — розповідає Тамара Тарнавська, — вони укладають угоди на пряму через організації захисту тварин з людьми, які працюють віддано, бо люблять цю справу. Одні організації піклуватимуться про притулок, інші годуватимуть тварин, ще хтось відловлюватиме і стерилізуватиме, контролюватиме щеплення" ●

ПРЯМА МОВА

Чи взяли б Ви собі додому безпритульного собаку?

Наталія БАКАЄВА, художник:



— Нині я не змогла б узяти таку тварину. В трикімнатній квартирі нас наразі п'ятеро, і шостий член сім'ї — стара хвора кішка, що потребує спеціального догляду. Однак викинути її надвір, як багато хто робить, у мене не підніметься рука. В нашому дворі живе зграя безпритульних собак. Це небезпечно, особливо для дітей. З цим треба щось робити, наприклад, стерилізувати їх.

Сергій НАКОНЕЧНИЙ, студент:



— Я б узяв додому безпритульного собаку чи кішку, але розумію, що за ними потрібен догляд, а мені бракує часу. Я навчаюся і працюю одночасно. В Києві є лише один притулок для тварин. Гадаю, потрібно щонайменше два-три, де змогли б доглядати за ними, як це роблять у Європі спеціальні служби. Там безліч таких закладів. У нас немає

контролю за розмноженням тварин, тому й собачих зграй з кожним роком більше.

Олеся ДЕМІДЮК, студентка:



— Я, напевно б, не взяла безпритульну тварину додому. Це питання потрібно вирішувати на міському рівні. Дворняги здебільшого небезпечні, створюють незручності. Їх потрібно відловлювати і передавати до притулків. А тих людей, які викидають чотирила-

пих як використану іграшку, штрафувати.

Анатолій, підприємець:



— Я, можливо, й узяв би з вулиці кота, але живу в найманій квартирі. Взагалі, це турбота комунальних служб, та, як завжди, в них на це замало грошей. Тому потрібно шукати спонсорів, добродійні фонди для будівництва притулків, поліклінік для вуличних тварин.

Клавдія РОМАНЕНКО, медик:



— Хоч я і люблю тварин, але як лікар побоююся б узяти додому тварину з вулиці. Вони розносять інфекції, глисти. Цю проблему повинні розв'язувати біологи, зоологи, міська влада ●

Опитувала Олена СТУЛЬЄВА,
"Хрещатик"
Фото Миколи ТИМЧЕНКА



Зима з артритами і артрозами

Фахівці радять, як боротися з поширеними хворобами насамперед нефармакологічними методами

Олександр СИДОРЕНКО
спеціально для "Хрещатика"

Надворі зима. А ця пора року завжди підступна для людей середнього і старшого віку, бо в них найчастіше ослаблі суглоби й кістки. І хоча нинішня зима не така сніжна, як попередні, ожеледиця на тротуарах і дорогах уже "вкладала" багатьох у ліжко, а декого і надовго. Далі мова про те, як забезпечити опорно-руховий апарат від ушкоджень і уникнути операцій з приводу переломів, вивихів, а також розтягнень зв'язок, набряків у суглобах.

Більшість людей ідентифікують артрит і артроз, вважають їх однаковими. Однак це не так. Артрит — це запалення, котре стосується усього організму, а ось артроз — хвороба, пов'язана не із запаленням, а з порушенням обміну речовин у хрящах окремих суглобів.

Медики називають артрит хворобою молодих, бо її часто діагностують у людей після 40 чи навіть 35 років! Виявляють артрит порівняно з артрозом нечасто. Він має багато різновидів: подагричний, псоріатичний, ревматоїдний, реактивний. Слід зауважити, що запалення суглоба при артриті, тобто те, що привертає увагу насамперед, — це лише верхівка "айсберга", яка загрожує тотальними порушеннями здоров'я.

Ось чому перед лікарем стоїть завдання зняти запалення і значно підвищити імунітет у хворого на артрит. Ця робота потребує цілковитої уваги фахівця та індивідуалізації його призначень для конкретного пацієнта.

Артроз, за словами медиків, має кожен третій у віці за п'ятдесят! А після сімдесяти — кожний другий, тож не звертати на цю хворобу уваги, як, наприклад, на склероз (бо не болить), не можна. Артроз піддається лише комплексному лікуванню і за обов'язкового паритету обох зацікавлених осіб — пацієнта і лікаря.

У лікарів офіційної медицини є свої схеми лікування, перевірені на багатьох тисячах пацієнтів. Деформованим кісткам повернути природну форму навряд чи вдасться, а ось поліпшити стан самого суглоба, щоб запобігти оперативному втручанню, цілком можливо. І залежить це навіть більше від пацієнта, аніж від лікаря, тому дослухатися цих порад та все знати вкрай важливо.

Гострий біль можна зняти за допомогою нестероїдних протизапальних засобів — бутадіону, індометацину, диклофенаку, піроксикаму. Нині дедалі частіше пацієнтам з артрозом ніг фахівці радять вживати моваліс, як безпечніший.

Для відновлення хрящової тканини останнім часом призначають так звані хондропротектори, спазмолітики, засоби не тривалої дії (до 1 години).

Для швидкого впливу (для зняття сильного болю, запалень, набряків) застосовують кортикостероїдні гормони: гідрокортизон, целестин, кеналог. І про лікування артрозу як таке не йдеться!

Останнім часом багато хто з лікарів надає перевагу новим засобам — "рідкому протезу", який готують на гіалуронової кислоті, або імплантату остенілу. Практика свідчить, що вони хоча б частково відновлюють затонкий хрящ, а це дуже важливо для повернення суглобам амортизаційних властивостей і нормальної рухомості.

Як представник нефармакологічних методів боротьби зі згаданими хворобами не можу обійти увагою інші засоби — ті, якими нас забезпечує матінка-природа. Нам потрібно лише нагнути, щоб узяти, і таким чином вклонитися за дари.

Нижче пропоную читачам "Хрещатика" кілька різноманітних рецептів.



Допомога при артриті й артрозі суглобів

Артрит

* Узяти добре вимиту, але нечищену картоплину в руку і зверху надягти рукавичку, щоб уві сні вона лишалася в руці — так і спати. На ногах теж можна тримати картоплину в шкарпетці. Використовувати одну й ту саму бульбу можна довго, і також довго слід виконувати цю процедуру — навіть кілька місяців.

* Частенько загострення артрити припиняються після того, як людина каїдає пити каву.

* Розім'ятим і розпареним листям берези обкласти суглоб на 2—4 години, притиснувши його до тіла бавовняною тканиною, потім целофаном і теплим рушником. Тривалість курсу — 15—20 щоденних процедур.

* Можна застосовувати настоянку вощого тіла болотного (рос. — "сабельник") для розтирання суглобів 2—3 рази на день, добре після цього вкутуючи. Курс — один місяць з такою ж перервою і повтором курсу. Настоянку готують так: заповнити півлітрову банку подрібненою сировиною і настояти у темному місці 10—15 діб.

* Примочки з розпарених свіжих бруньок чорної тополі (1/3 склянки залити 1 склянкою окропу на 15—20 хв). Добутою масою укутують суглоби щодня на 3—4 години протягом 15—20 днів. Або мазь із бруньок з вершковим маслом (1:1) втирають у суглоби 3—4 дні.

Артрит, радикуліт, ревматизм, ломота в ногах

* 3 листки фікуса залити 200 мл спирту й 200 мл холодної кип'яченої води, настояти 1 тиждень.

* Активно плескати себе мухобійкою по тих місцях, де болить. Цей метод може допомогти і при "гулях" на пальцях і навіть при "пекучих підошвах".

Артроз тазостегнового суглоба

* 2 столові ложки дрібно нарізаних свиначих вух варити в 0,5 л води на слабкому вогні протягом 2 годин. Це одна порція, яку треба з'їдати щодня протягом ін-

дивідуального курсу. Він може тривати місяць, два або навіть три.

* Залити 1 великий або 2 середніх мухомори 0,5 л горілки, настояти 20 діб. Процідити і протирати настоянкою хворі місця уранці та увечері.

* Пляшку, наповнену картопляними паростками, залити горілкою (приблизно 250 мл). Настояти 3 тижні, процідити і пити по 0,5 чайної ложки тричі на день, а також розтирати хворі місця.

* Промити 10 каштанів, пропустити їх через м'ясорубку й залити 0,5 л горілки. Настояти 10 діб, щодня струшуючи суміш. Натирати ноги на ніч, потім укутувати без целофану. На ранок біль і набряки зникають.

* Щодня по кілька разів протирати хворі місця тоненьким зрізом лимона. Курс — 3—5 тижнів.

* Залити в каструлі жменю вівсяних пластівців 2 склянками води і проварити на слабкому вогні 10—12 хвилин. Після цього накрити посудину рушником і залишити на 1 годину. Накладати компреси.

* Приготувати два розчини. Перший: 50 г камфори в 100 мл спирту, додати 50 г гірчиного порошку й добре розмішати. Другий: збити яєчні білки від 2—3 яєць і влити їх у суміш. Все добре перемішати. Мазь наносити на суглоби.

Біль від артрити, радикуліту, ревматоїдний, гайморитний, отитний

* Компресувати хворі місця чи їхні проекції вазильковою (рос. — "базилік") олією.

* Подрібнити на тертушці свіжий огірок і прив'язати до колін або до болючих зон ніг у вигляді компресу на 1,5-2 години, але не більше ніж на 4 години.

Фізичне "виховання" суглобів

Без фізичних навантажень на суглоби розв'язати проблеми не вдасться, хоча б які чудові засоби — і хімічні, і природні — застосовуватимемо. Бо тільки грамотне навантаження зможе відновити в

цих зонах порушений кровотік! А втім, слід знати, що будь-яке необережне навантаження може зашкодити замість того, щоб принести користь. Тож візьмемося за попереднє розроблення суглобів, підготовку до майбутньої зарядки. Звісно ж, бігати й стрибати необов'язково. Підняття тягарів, переміщення крутими сходами теж не потрібне, бо в цих випадках на суглоби діє сила, значно більша за власну вагу. Але некваплива ходьба рівними поверхнями, ходіння на лижах класичним стилем, нешвидка їзда на велосипеді чи велотренажері, плавання і спеціальна гімнастика допоможуть добре "прокачати" судини й активізувати кровотоки без надмірних зусиль.

Дуже корисно щодня виконувати повільні розтягувальні (по 2—4 за підхід) і зміцнювальні (по 6—8) вправи, на які потрібно 20—30 хвилин. Але вони настільки корисні, що за місяць занять відчуете приємні зміни. Виконувати вправи потрібно щоразу повільно, повертаючись у початкове положення, обов'язково розслаблятися (релаксація).

Лежачи на спині, пряму ногу повільно підняти на себе приблизно на 20—30 см від підлоги та потримати 30—40 секунд. Інша нога зігнута в коліні, а її стопа стоїть на підлозі. Підняту ногу опустити вниз і розслабитися. Підняту ногу можна кілька разів згинати в коліні.

Лежачи на животі, руки покласти вздовж тіла. Силою м'язів стегон і сідниць підняти пряму ногу над підлогою і потримати так — все і стійливо, як у попередньому випадку. Варіант: розводити в боки прямі ноги, підняти над підлогою.

Стоячи, ноги тримати на ширині плечей, а руки — на поясі. Потроху присідати на 20—30 сантиметрів, затримуючись у нижній позі (ідеально — на 30—40 секунд).

Стоячи і не згинаючи колін, нахилитися вперед, намагаючись дістати підлогу руками, але без надзусиль! Затриматись у нижній позі на 30—40 секунд. Завдяки щоденним тренуванням через рік-два можна буде запросто класти руки на підлогу! ●



Валерій НОВОСВІТНІЙ: “Хрещатик” був першою міською газетою, яка виходила в комп’ютерному наборі”

Один з перших журналістів “Хрещатика” — про найцікавіші факти з життя газети і популярність телевізійного додатка “П’ятниця”

Марія БЕЛЯЄВА
“Хрещатик”

Валерій Новосвітній працював у “Хрещатику” від дня його заснування. За 17 років спостерігав за зміною влади і редакторів, виріс від журналіста до редактора популярної в 1990-х роках щотижневої газети “П’ятниця”.

Перші кроки

Спочатку редакція газети працювала в будівлі Київради, а потім ми потрапили в нинішнє приміщення на Володимирській, лише на першій та підвальній поверхи. На першій плані було лише 7-8 чоловік. Виходили ми тоді в “гарячому” наборі. Засиляли матеріали до видавництва “Київська правда”, де лінотипісти набирали шпальти, які потрапляли на верстку. Лінотипісти часто сварилися, адже вставити букву чи прибрати речення було дуже складно: потрібно було вибивати металеві пластини зі зверстаної сторінки, вставляти інші. Причому кількість рядків мала не змінюватися, тому під час правок підраховували всі літери.

На початку 90-х “Хрещатик” був першою міською газетою, не тижневиком, яка почала виходити в комп’ютерному наборі. Часто не вистачало паперу, бракувало фінансування. Папір доводилося позичати в інших видань. А вчора, спілкуючись із дружиною першого редактора “Хрещатика” (ним був депутат Київради Віктор Кузьменко), Лілією Кирилівною, дізнався таке: якось вона відкрила його ошадкнижку, а там чомусь поменшало грошей — зникли 400 карбованців (на той час великі гроші, моя зарплата як журналіста становила, здається, карбованців 200-250). Виявляється, Кузьменко віддав свої кривні, аби залагодити якусь проблему в друкарні.

Ексклюзив “Хрещатика”

Великий фурор був, коли Дмитро Табачник, на ті часи депутат Київради, написав замітку про прибуття на Річковий вокзал корабля з українською гривнею. Ми повідомили про це першими, і “Хрещатик” цитували закордонні та українські видання, радіоголоси.

Особисто мені як журналістові запам’ятався епізод, коли я побував на місці падіння літака АН-70, що зіштовхнувся з літаком супроводу АН-72. Тоді в лісі на Київщині загинули 7 членів екіпажу. Потрапити на місце аварії було складно — його оточили міліціонери. Депутат Київради, який раніше працював на заводі Антонова, провів двох трьох журналістів, зокрема й мене, на місце катастрофи, але з тилу, де чергували співробітники заводу. Фотокореспондентові Сергію П’ятерикову навіть вдалося зробити з-під поли кілька знімків. До того ж одного разу зрадливо спрацював фотоспалах. Враження було гнітюче — багатотонний літак увійшов у землю, як ніж у масло, а у великі чор-

ні поліетиленові мішки збирали останки пілотів...

Плинність керівництва

За 17 років, які пропрацював у газеті, змінилося десять редакторів, і мало не кожен пропонував нову концепцію. Був навіть виконувач обов’язків редактора, який протримався тиждень-півтора, зате одразу збурило усю редакцію, а матеріали, підготовлені в номер, викинув у кошик для сміття. Він працював парламентським кореспондентом у “Голосі України” і навіть без звільнення пішов працювати до нас. Проте депутати Київради не підтримали його кандидатури.

Найдовше редакцію очолював Геннадій Киридясов. Тоді газета по п’ятницях виходила у кольорі, розширився штат, з’явився відділ реалізації, ефективніше запрацювала рекламна служба. Таке “перезавантаження” видання було пов’язане з тим, що мером і головою Київради стала одна особа — Олександр Омельченко — тож фінансові й організаційні питання видання вирішувалися досить повно й оперативно.

Рекорд судового позову

Газета “Хрещатик” стала рекордсменом за розміром судового позову. Ми друкували багато критичних публікацій про кабельного оператора “Воля-кабель”, що лише вийшов на ринок і мав від киян багато нарікань і зауважень. “Воля-кабель” подала судовий позов на газету “Хрещатик”, на мене особисто і співавтора однієї з публікацій “за нанесення немайнової шкоди”. Позов становив (уявіть собі!) 22 мільйони 525 тисяч 392 гривні 84 копійки. На той час це майже 5 мільйонів доларів. Але після кількох судових засідань компанія змінила свого представника-юриста, який запропонував іти на мирову. Так “Воля-кабель” відмовилася від претензій.

“П’ятниця” — першопрохідець спеціалізованих телетижневиків

Газета “П’ятниця” з’явилася у кіосках 28 лютого 1992 року. Ідея видання належала “Мегаполі” — першій комерційній телекомпанії в Києві. Її керівництво запропонувало виконувачу обов’язків головного редактора “Хрещатика” Володимир Мостовому випустити по п’ятницях спільний тижневик як додаток до газети Київради. Оскільки я незадовго до цього брав інтерв’ю у директора “Мегаполі”, то Володимир Мостовий призначив мене редактором “П’ятниці”. “Твоя журналістика на цьому закінчилася, відтепер ти сидитимеш на місці — керуватимеш”, — сказав він тоді. Проте ще протягом року я бігав між двома стільцями — працював журналістом “Хрещатика” і був редактором “П’ятниці”.



Фото Миколи ТИМЧЕНКА

Про вихід газети дізнався з реклами на “Мегаполі” й перелякався, адже за тиждень мав з’явитися перший номер, а не було ні матеріалів, ні журналістів, ні верстальників, ні літредакторів чи коректорів. Спочатку виходили “бойовим листком” — чотири сторінки, з яких дві займала програма.

У редакції “П’ятниці” я робив усе — писав матеріали, готував чужі, а з часом, після Олександра Канюки, став відповідальним секретарем, випусковим, працював із розповсюджувачами. Наклад “П’ятниці” сягав 84 тисячі примірників, а “Союздруку” просив 100 тисяч. Газета викликала ажіотаж. У п’ятницю зранку 15-20 чоловік стояли в черзі до кіосків по всьому місту. Котресь із видань провело своєрідний рейтинг: яку газету найшвидше розкуповують. Нашим конкурентом була лише *Aviso*, що тоді лише починала виходити.

Спочатку ми подавали матеріали про діяльність телекомпанії “Мегапол”, анонсували передачі, кінофільми, робили інтерв’ю з ведучими. І вони ж, наприклад, Анатолій Векслярський і Юрій Мінзянов, готували для нас інформацію — музичні інформації або відеоновини. Згодом взяли на роботу і своїх авторів. Так, Олександр Шиманський, який колись працював на київському заводі, але за покликанням був меломаном, став основним автором про музику і кіно. Тоді не було Інтернету, і ми першими розповідали про головні фестивалі світу, зарубіжних артистів та музикантів, подавали їхні біографії, фільмографії чи дискографії (до того ж і зарубіжними мовами), черпаючи інформацію із закордонних видань, теле- і радіоканалів. Ще один наш автор, Ростислав Першин, публікував рок-енциклопедію. З кінця 1950—1960-х він простежував історію зарубіжної рок-музики. Філолог Ігор Федоренко, або ж “Фенікс”, який створив студію звукозапису “Фенікс”, публікував матеріали про найсвіжішу сучасну музику.

Окрім кіно та музики, “П’ятниця” спеціалізувалася на інформації і про розвиток телебачення й радіо, створення в Києві нових компаній. Історичні екскурси у світ нашого і зарубіжного телебачення

чи радіо готував Іван Машенко, котрий чверть сторіччя пропрацював на керівних посадах Національної телерадіокомпанії. Активний читач газети Борис Скуратівський готував інформації про діяльність радіоканалів, а потім створив власний інтернет-сайт.

У газеті “П’ятниця” була найповніша програма телепередач. З часом запропонували нову верстку — окремий стовпчик на кожен канал. Потім я запропонував формувати програму не по каналах, а за часом, щоб читач міг в одному проміжку, наприклад, з 18-ї до 19-ї, побачити програми всіх каналів одночасно. Ми могли “дивачити” як загодно, якось надрукували замітку догори дригом, через що верстальники мало не зняли газету з друку.

У квітні 1998 року ми дали оголошення в газеті, що у зв’язку з фінансовим станом більше не виходитимемо, проте протрималися аж до серпня. В останні місяці потрібні були додаткові кошти на розвиток газети, з’явилися конкуренти, а телекомпанія “Мегапол” відмовилася від нас. Напевно, на неї тиснули засновники, що вирішили створити газету “Киевские ведомости”.

“Хрещатик” — школа творчості й життя

“Хрещатик” для мене — це видання, де розпочався і на сьогодні завершився мій журналістський шлях. Тут я виріс до редактора спеціалізованого видання. Тут зустрів свою нинішню дружину. Взірцем ставлення до людей і створення приязної атмосфери в колективі стали для мене перші редактори — Віктор Кузьменко і Володимир Мостовий, багато журналістських уроків я взяв від редактора Геннадія Киридясова.

Газета завжди спеціалізувалася на гострих політичних публікаціях ще від журналіста Миколи Черненка. Варто згадати й нині покійного Бориса Рогозу, колишнього головного редактора “Літературної України”, який працював у “Хрещатику” літредактором і вів кілька років рубрику “Уроки державної мови”. Нині їх видано окремою книжкою ●



Чемпіонат Світу зі спортивного танцю
Латиноамериканська та європейська програми
XXII МІЖНАРОДНІ ТРАДИЦІЙНІ ЗМАГАННЯ

Парад надій - 2011

26-27 лютого о 9:30, 14:00 та 19:00

генеральний партнер
ФОКСТРОТ
ГРУППА КОМПАНІЙ

партнер точного часу
Секунда

партнери змагань
За підтримки голови правління
Конверсбанку Веніаміна Лебедєва

Кубок ФОКСТРОТУ
ФОКСТРОТ
техніка для дому

інформаційні партнери

е

Алла

день

Метро
АФИША

Інформаційний партнер:
ХРЕЩАТИК
Київська муніципальна газета

КОНОСОЛЬСЬКА ПРАВДА!

ГОВАТА ПО-КИЄВСЬКИ

Місце проведення: Виставковий Центр «Київекспоплаза» вул. Сапюжна 2 Б

XI МІЖНАРОДНА СПЕЦІАЛІЗОВАНА ВИСТАВКА
КОСМЕТИКИ, КОСМЕТОЛОГІЇ, ПЕРУКАРСЬКОГО МИСТЕЦТВА

7-10
КВІТНЯ
2011 р.

В-сесіон
Краса та здоров'я - 2011

Україна, Київ
МІЖНАРОДНИЙ
ВИСТАВКОВИЙ ЦЕНТР
Броварський пр-т, 15
"Лівобережна"

ОРГАНІЗАТОР:
ТОВ "Міжнародний
виставковий центр"
☎ +380 44 201-11-89, 201-11-68
e-mail: info@isc-expo.com.ua
www.isc-expo.com.ua

• ПЕРУКАРСЬКЕ МИСТЕЦТВО • ПРОФЕСІЙНА КОСМЕТИКА
• ДЕКРАТИВНА КОСМЕТИКА ТА ВІЗАН
• НАРОЩУВАННЯ ТА ДИЗАЙН НІГТІВ
• NON-STOP МАЙСТЕР КЛАСИ • ШОУ - ПОКАЗИ
• КОНКУРС ВЕСІЛЬНОГО ТА ВЕЧІРНЬОГО СТИЛЮ

IX МІЖНАРОДНИЙ ФЕСТИВАЛЬ ПЕРУКАРСЬКОГО МИСТЕЦТВА
"КРИСТАЛЕВИЙ ЯГОЛ"

Генеральний меда-партнер: **НАТАЛІ**

Інформаційний партнер:
ХРЕЩАТИК
Київська муніципальна газета

Технічний партнер: **RealMedia**

ПЕРЕДПЛАТА на 2011 рік

НА ГАЗЕТУ «ХРЕЩАТИК» ЗА ПІВЦІНИ

ГОРОСКОП ДІСКОСІ
ЖУРНАЛІСТСЬКІ РОЗСЛІДУВАННЯ
ТЕАТРИ
ЧИТВО
ПЕРЕДПЛАТА -50%
ТВ ПРОГРАМА ДОКУМЕНТИ
РЕДАКЦІЯ ГАЗЕТИ ХРЕЩАТИК

АДРЕСА:
01034, м. Київ,
вул. Володимирська, 51-6
ТЕЛЕФОН: 234-27-35

ІНДЕКС ЩОДЕННОГО ВИПУСКУ (ВТ, СР, ЧТ, ПТ)	61308	ІНДЕКС ЧЕТВЕРГОВОГО ВИПУСКУ (З ПРОГРАМОЮ ТБ)	22094
Передплатні ціни			
на місяць	40 грн. 90 коп.	на місяць	10 грн. 90 коп.
на 3 місяця	122 грн. 10 коп.	на 3 місяця	32 грн. 10 коп.
на 6 місяців	242 грн. 55 коп.	на 6 місяців	62 грн. 55 коп.
на 12 місяців	483 грн. 90 коп.	на 12 місяців	123 грн. 90 коп.
Пільгова передплата з доставкою газети в поштову скриньку			
на місяць	21 грн. 50 коп.	на місяць	6 грн. 50 коп.
на 3 місяця	64 грн. 50 коп.	на 3 місяця	19 грн. 50 коп.
на 6 місяців	129 грн. 00 коп.	на 6 місяців	39 грн. 00 коп.
на 12 місяців	258 грн. 00 коп.	на 12 місяців	78 грн. 00 коп.
Оформлення проводиться в редакції			

Управління культури Дніпровської районної у м.Києві державної адміністрації

ТЕАТР УКРАЇНСЬКОЇ ТРАДИЦІЇ
"Я той сила чиста, що робить лаш
добро, бажаюч лиш злого..."
"Фауст" Гете

ДЗЕРКАЛО

ЛОХОТРОН

по-українськи

Інформаційний партнер:
ХРЕЩАТИК
Київська муніципальна газета

або

100 000 \$

фасальна комедія за п'єсою І.К. Карпенко-Карого
"Сім гисич"

ідея і постановка - Всеволод Петренко
режисер - Василь Євхарс
художник - Віля Олександрівна
художній керівник театру - Володимир Петренко

тел. факс: 8 044 558 98 49
www.ukrtrad.at.ua
e-mail: ukrtrad@mail.ru

Посвідчення ліквідатора на ЧАЕС, категорія 2, серія А, № 227982 на ім'я Дорошенка Юрія Лаврентійовича вважається недійсним.

Посвідчення ліквідатора на ЧАЕС, категорія 2, серія А, № 503358 на ім'я Краснощока Олександра Борисовича вважається недійсним.

В провадженні Святошинського районного суду м. Києва знаходиться цивільна справа за позовом Осмак Ю. М. до Михайлюка О. В. про стягнення заборгованості за договором позики.

У зв'язку з цим просимо розмістити оголошення наступного змісту:

Святошинський районний суд м. Києва викликає відповідача Михайлюка Олександра Васильовича, який зареєстрований за адресою: м. Київ, вул. Булгакова, 5-б, кв. 177, фактично проживає за адресою: м. Київ, вул. Стуса, 26, кв. 4 для участі в цивільній справі за позовом Осмак Ю. М. до Михайлюка О. В. про стягнення заборгованості за договором позики.

Судове засідання відбудеться 21.02.2011 р. о 9.30 за адресою: м. Київ, вул. Жиланська, 142, каб. 22. Суддя Шум Л. М.

У разі неявки відповідача Михайлюка О. В. до суду без поважних причин або у разі не повідомлення про причини неявки справа буде розглядатися за його відсутності.

Оголошення щодо намірів отримання дозволу на викиди забруднюючих речовин в атмосферне повітря

ДТГО ПЗз Вагонна дільниця станції Київ-Пасажирський, що знаходиться за адресою: вул. Уманська, 8, повідомляє про наміри щодо отримання дозволу на викиди забруднюючих речовин в атмосферне повітря.

Предметом виробничої діяльності підприємства є експлуатація та підготовка до рейсів пасажирських поїздів і окремих вагонів.

Джерелами викидів забруднюючих речовин є основне виробництво: прання, прасування, пакування комплектів постільної білизни, ремонт білизни, хімічстка, миття вагонів;

допоміжне виробництво — котельня, деревообробні, металообробні верстати, зварювальні дільниці, дільниці зарядки акумуляторів, склад вугілля, АЗС, стоянки автотранспорту, ранжирні парки (місця відстою вагонів).

Стационарних джерел викидів на підприємстві — 58, з них 5 обладнані газоочисними установками.

Стационарними джерелами викидається 34 найменування забруднюючих речовин, найпоширенішими з яких є: оксид вуглецю, натрію гідрооксид, азоту діоксид, сажа, ангідрид сірчистий, суспендовані тверді частки, неметанові леткі органічні сполуки.

Потужність викидів по підприємству 0,7243 г/с; 11,7636 т/рік.

На підприємстві орендари немає.

Зауваження та пропозиції щодо намірів підприємства просимо надсилати в місячний термін до Солом'янської районної у м. Києві державної адміністрації за адресою: пр-т Повітрофлотський, 41, тел./факс 207-09-75.

Тел./факс 465-38-74.

"Повідомлення про проведення чергових Загальних зборів акціонерів ЗАТ "Мандарин Плаза"

ЗАТ "Мандарин Плаза" (код ЄДРПОУ 30675610, адреса: 01004, м. Київ, вул. Басейна, 6 (Літера "А")) повідомляє: 30 березня 2011 року о 10.00 ранку у м. Києві до вул. Мечникова, 2 на 6 поверсі відбудуться чергові загальні збори акціонерів ЗАТ "Мандарин Плаза".

Порядок денний:

- Затвердження річного звіту та балансів ЗАТ "Мандарин Плаза" за 2010 рік.
- Затвердження умов кредитного договору № 3 ВД від 1 лютого 2011 року, укладеного між ЗАТ "Мандарин Плаза" та ПАТ "ВТБ Банк" (код ЄДРПОУ 14359319).
- Затвердження умов іпотечного договору від 1 лютого 2011 року, укладеного між ЗАТ "Мандарин Плаза" та ПАТ "ВТБ Банк" (код ЄДРПОУ 14359319), посвідченого 1 лютого 2011 року Міленіною К. О., приватним нотаріусом Київського міського нотаріального округу, зареєстрованого в реєстрі нотаріальних дій за № 90.

Для участі у зборах при собі необхідно мати документ, що посвідчує особу. Представники акціонерів повинні мати при собі паспорт та доручення, оформлене згідно з чинним законодавством України.

Правління ЗАТ "Мандарин Плаза"



ГОРОСКОП

на тиждень (13—19 лютого)

ОВНИ. Громадська діяльність, приятельські зв'язки — ось терени успішної самореалізації. Тут на вас зачакалися приємні сюрпризи. У колі союзників і однодумців ви почуватиметесь як риба у воді, точніше, станете неформальним харизматичним лідером і зможете спрямовувати колективну енергію в русло власних інтересів. У любовних справах за плотськими пристрастями не ганяйтеся, бо ваш ідеал — друг і коханець в одній іпостасі.

ТЕЛЬЦІ. Якщо вам рухатимуть кар'єрні амбіції, не чиніть їм спротиву, то чудовий тонік (і вчасний!) для професійного вдосконалення. Стати на вищу службову сходинку, де ваш геній розквітне, не буде складно. Якщо бракує знань, вчіться на ходу. А ось у сім'ї атмосфера наелектризована. Переступивши поріг домівки, ви перетворюєтесь з лагідного телятка на грізного бика, тому пожалуйте бідолошних домочадців, інакше зробите собі гірше.

БЛИЗНЯТА. Вас приваблюватимуть високі матерії та все оригінальне, нетрадиційне, кортітиме зазирнути під езотеричний покрив, пізнати світ незбагненного. Це допоможе знайти відповіді на чимало запитань, зрозуміти свою місію. Обговорюйте животрепетні теми з духовними людьми і не вступаєте в полеміку з обмеженими особами, бо можуть розтоптати. У критичні моменти нічого не бійтеся, екстрим — ваш друг і помічник. Нині всі, хто вам щось винен, мають повернути борги.

РАКИ. На кар'єрному небосхилі зійшло сонце удачі. Ловіть щасливі шанси, адже ви у фаворі сильних світу цього аж до червня! Хіба що приструніть ненаситне "хочу", бо рівновага бажань і можливостей — це святе! У ваших партнерів (ділових, шлюбних) багатий арсенал ресурсів, тож можна до них долучитися та плідно співпрацювати. Нехай союзники диктують свої правила, ставлять на чільне місце власні інтереси, а ваш клопіт — поступитися і без амбіцій піти назустріч їхнім вимогам та виконати взяті на себе зобов'язання.

ЛЕВИ. Ви переходите на новий виток розвитку і маєте гармонійно вписатися у вимоги реальності, аби зробити потужний стрибок завдяки накопиченим ресурсам. Прибор-

кайте гонор, час реанімувати і зміцнити партнерські стосунки (ділові, шлюбні). "Я і ти" — це одне ціле, сплав духовних ідеалів та інтересів, без яких серця неспроможні битися в унісон. Обранець гідний ваших високих почуттів, тож підтримуйте баланс і продемонструйте всім взіреть лебединої вірності, випийте чашу взаємної любові до дна! Увага холостякам: нині у вашому полі зору — гідні претенденти на руку та серце. Не прогайте фортуноного шансу!

ДІВИ. Події тижня мотивовані кармічно. Пливить за течією, сумлінно виконуйте доручення і не намагайтеся диктувати власну волю. Камінь накопичених емоцій, здебільшого від власних страхів і фантазій, зрештою спаде з душі (сягнувши критичної точки). Все таємне стане явним, тривоги та ілюзії зникнуть, і ви зможете дихати на повні груди. Пірніть з головою в бурхливу атмосферу службового колективу, вона несе цілющий ефект, а відчуття професійної цінності вселить оптимізм, віру у світле майбутнє.

ТЕРЕЗИ. Вас закружляє запаморочлива романтична віхола в любовному танку. Веселіться, насолоджуйтеся сердечною гармонією та заряджайтеся благодатними емоціями. Станьте взірцем відданості заради міцності союзу, сфера партнерства під благодатним покривом Творця до червня. Увага одинакам, не прогайте свою половинку, яка є даром Божим, і звийте затішне сімейне гніздо! Ви здатні на унікальні артистичні перевтілення, блискучий гумор, і покликані активізувати в людях лише прекрасні струни. Несіть у Всесвіт любов і радість. Життя — це гра, де злу й журбі немає місця!

СКОРПІОНИ. Тримайте руку на сімейному пульсі, тут — джерело сил і творчого натхнення. Доброзичливість, консолідація з родичами посилять авторитет, що стане запорукою домашньої ідилії. Якщо маєте духовну монолітність і єдність інтересів з близькими, вважайте що космічна індивідуальна програма виконується на "відмінно". На роботі все кипить, тут ви безцінний спеціаліст широкого профілю, знахідка для роботодавців, радість для колективу, тож боятися конкурентів не варто. Вам дано з блискучим прагматизмом зав'язувати вигідні

стосунки, домовлятися і проштовхувати практичні ідеї та добувати безцінну ділову інформацію.

СТРІЛЬЦІ. Пошуки сенсу буття, "перевірка на міцність" духовних принципів і власної системи цінностей полягають в умінні знайти точки дотику з малознайомими людьми на тлі єдності ідеалів та духовних інтересів. Це допоможе зберегти високий моральний ценз і відрізнити зло від добра. Не цурайтеся випадкових знайомств, з радістю зав'яжуйте різноманітні контакти та збагачайте цікавою інформацією. Раптово, на перший погляд, зустріч може стати ключем до дверей у щасливе завтра. Ваша поведінка має бути грайливою, невимушеною, з шармом артистизму. І постарайтеся ні перед ким не бути в боргу (матимете нові кармічні вузли!).

КОЗОРОГИ. Моральна цитадель (ідейні переконання, добрі наміри) піддаються серйозному випробуванню, якщо не сказати спокусі. Йдеться про вигідні для вас справи, та якщо розраховуєте на недосвідченість чи легковір'я ділових партнерів, вас очікує прокол. Не ждьте легкого хліба. Над вами витає дух банкрутства, ризикуєте збідніти через власну нерозважливість. Приславши пильність, прогайте важливі кроки, не виконаєте зобов'язань, розтринькаєте гроші на власні забаганки.

ВОДОЛІІ. Виходьте з підпілля, настала пора подбати про зовнішність, кардинально змінити імідж. Оновіть гардероб, зачіску, макіяж, продумайте до дрібниць свій туалет і красиву манеру поведінки. Не стримуйте внутрішнього імпульсу стати вродливими, чарівнішими, це природний порив, мотивований глибинними трансформаційними процесами! Нині вам визначено знайти гідну пару (а одруження — воскресити стосунки), для чого доведеться попрацювати, під лежачий камінь вода не тече. В плані нових знайомств у вас розпочалася фортуна смуга до червня.

РИБИ. Ви пливете кармічною течією. Відкриваються тіньові сторони ества, які донині вас зовсім не цікавили. Тепер можете звільнитися від негативних нашарувань, позбутися ілюзій, самообману, фіксидей, розблокувавши світлу сторону вдачі. Свідомість пробудиться і поверне вас до свободи та неупередженого сприйняття краси Божого творіння. А гарячий службовий аврал уже не здаватиметься таким страхотним, здоров'я поліпшиться. Головне — насолода від праці ●

Підготувала Любов ШЕХМАТОВА, астролог

ПРИРОДА І МИ

Столична феєрія для закоханих

До Дня святого Валентина в місті відкриють виставку фіалок, встановлять металеве серце та проведуть конкурси

Оксана ЛИСИНОК
"Хрещатик"

З 10 до 13 лютого в Київському міському будинку природи триватиме виставка сенполій (кімнатних фіалок), присвячена Дню святого Валентина. Головне управління у справах сім'ї, молоді та спорту до цього свята проводить конкурс на найкращу валентинку "За що я люблю Київ". Також на майдані Незалежності з'явиться металеве п'ятиметрове серце.



Цьогоріч міська влада на День закоханих вирішила порадувати киян та гостей столиці цікавими виставками та конкурсами. Так, з 10 до 13 лютого Київський міський будинок природи запрошує усіх любителів кімнатних фіалок на першу нинішнього року виставку, де можна буде придбати квітку для коханої людини.

Уже сім років після селекціонери-любители збираються у Будинок природи, щоб поділитися досвідом та порадувати своїх відвідувачів новинками; три роки цю виставку присвячують Дню святого Валентина. Нині представлено понад 500 сортів, зокрема й рідкісні мініатюрні сенполії.

На кожній такій виставці представлено лише частини приватних колекцій, що не повторюються.

"Чоловіки купують тут фіалки в подарунок коханим, але є і ті, хто колекціонує ці квіти і приходить, аби придбати нові сорти. Колекціонерам завжди мало, постійно хочеться виростити новий вид", — розповідає керівник секції "Сенполії" при Будинку природи Ірина Юміна. За її словами, фіалка — рослина дуже гармонійна, викликає позитивні емоції.

Для юних закоханих Головне управління у справах сім'ї, молоді та спорту проводить конкурс "За що я люблю Київ". Студенти п'яти найбільших столичних вузів змагаються в написанні найоригінальнішого свідчення у любові до Києва. Також студенти можуть оформити валентинку "Я люблю Київ за..." і передати свій варіант до згаданого управління. Переможця оголосять після 21 лютого, як приз він отримає путівку на літній відпочинок.

"Щоб отримати в подарунок запрошення на святкову романтичну вечерю для двох в одному з кращих ресторанів столиці, треба до 20 лютого зайти на сайт www.happy-family.kiev.ua, освідчитися у коханні та залишити свої координати. А якщо хочете, щоб ваше свідчення прочитала кохана людина, залиште її контактний телефон", — розповідає організатор проекту Софія Терехова про ще один конкурс.

Також у вихідні неподалік монумента Незалежності буде встановлене "Серце". За словами радника мера Києва Ігоря Добруцького, його зроблено з металу, пофарбованого в креманий і шоколадний колір з відтінками золота заввишки понад п'ять метрів. "Тиждень "Серце" радуватиме киян на Майдані, а потім "переїде" на Пейзажну алею", — розповів пан Добруцький ●

НАРОДНИЙ КАЛЕНДАР
Завтра

В Україні хмарно. На більшості території опади. Вітер північно-західний, південно-західний, 5—10 м/с. Температура вдень +2...+6°C, вночі 0...-2°C; на узбережжі Криму до +8°C; на Одещині та в Криму місцями +2...+3°C, на сході країни +2...+3°C, вночі 0...-4°C; у західних областях місцями +1...-4°C, вночі -2...-6°C.

На Київщині хмарно. Часом сніг. Вітер південно-західний, 5—8 м/с. Температура вдень 0...+1°C, вночі -2...-6°C.

Іменинники: Герасим, Гнат, Іона, Лаврентій, Лука, Мокій, Питирим, Роман, Селіван, Юліан, Яків ●

СУДОКУ

				6	9		3	
8				7	1			
				8				
	5			2				
3	6			4				5
							2	4
				6				
	8						7	

Відповідь на sudoku, вміщений у назві газети 10 лютого

Правила sudoku

Гральне поле 9 на 9 клітинок. Поле розділене на квадрати 3 на 3. На початку гри відома певна кількість цифр. Спочатку — заповнити всі порожні клітинки цифрами від 1 до 9 за такими правилами:

1. Цифра може з'явитися тільки один раз в кожному рядку.
2. Цифра може з'явитися тільки один раз в кожному стовпчику.
3. Цифра може з'явитися тільки один раз в кожному квадраті.

7	6	4	5	1	3	9	8	2
8	5	3	9	6	2	7	4	1
1	9	2	7	8	4	5	3	6
9	2	8	6	4	7	1	5	3
3	1	5	2	9	8	6	7	4
6	4	7	1	3	5	2	9	8
2	8	1	4	7	9	3	6	5
4	7	6	3	5	1	8	2	9
5	3	9	8	2	6	4	1	7

Засновник — Київська міська Рада
В. о. головного редактора Денис ЖАРКИХ

Газета заснована 7 вересня 1990 року.
Перерестрована в Міністерстві інформації України 10 січня 1999 року.
Свідоцтво серії КВ №3620

ХРЕЩАТИК

виходить у вівторок, середу, четвер та п'ятницю

Редакція листується з читачами тільки на сторінках газети. Газета публікує також ті матеріали, в яких думки авторів не збігаються з позицією редакції. При передруку посилання на "Хрещатик" обов'язкове. Рукописи не рецензуються і не повертаються. Матеріали зі знаком (D) та під рубрикою "Конфлікт" друкуються на правах реклами. Набір, верстка та кольоропідбір: комп'ютерний центр газети "Хрещатик". Друк: СПД Скуйбіда В.П.

Загальний наклад 131855
Замовлення 47