



❖ РІВНЕНСЬКИЙ ЖУРНАЛ УСПІШНИХ ЛЮДЕЙ

для рієчан

РІВНЯНИ

№3 (32), 2022



БОГ ВРЯТУВАВ
МОЮ СІМ'Ю ПІД ЧАС ВІЙНИ

Тарас Сеня

AnSa

Італійський одяг та взуття



BOSS
HUGO BOSS

EMPORIO  ARMANI  **FABI**



ТРЦ „Екватор“
Instagram: AnSa.ua

AnSa

Італійський одяг та взуття



BOSS
HUGO BOSS

EMPORIO  ARMANI

 **FABI**



ТРЦ „Екватор“
Instagram: AnSa.ua

БОГ СПАС МОЮ СІМ'Ю ПІД ЧАС ВІЙНИ



СЛУЖІННЯ НА ДОНБАСІ

Тарас Сень після закінчення Біблійного інституту в Києві поїхав місіонером в Луганськ. Там він одружився з одногрупницею Іриною з Тернополя, в них народилася донька Діана. Потім молода сім'я переїхала в м. Свердловськ на південь Луганщини, де прожили тринадцять з половиною років. Тарас був пастором церкви "Христос є відповідь", проповідував слово Боже в навчальних закладах, інтернатах, організував благодійні та дитячі заходи в районі. Дев'ять років вів християнську телепрограму на місцевому телебаченні, почав видавати всеукраїнську газету "Христос є відповідь".

ВІЙНА

У 2014 році Донбас почала захоплювати Росія, відбувались сильні бойові дії біля Свердловська. Моя дружина Ірина поїхала з чотирма дітьми на Західну Україну, а я лишився допомагати людям. Коли почалась школа, то у мене стало питання – що робити з сім'єю, перевозити на Донбас чи лишити на Західній Україні? Везти було небезпечно, тому що неподалік від нас війна. А нормально забезпечити на Рівненщині у мене не було можливості. Я молився до Бога і запитував: "Що робити?" Бог не давав мені ніякого розуміння. Я вирішив перевезти сім'ю в Свердловськ. Проїхавши більш як 20 блокпостів, я прибув у Харків і зупинився ночувати у свого друга. Перед сном ми молились Богові.

ДУХ СВЯТИЙ ПРОМОВЛЯЄ

Під час молитви Божа присутність наповнила кімнату, відчувалась неабияка сила Бога. Дух Божий наповнив серце дружини мого друга, і вона почала пророкувати. В євангельських церквах Дух Святий проявляється через духовні дари, такі як зцілення, пророцтво та інші. Таким чином Бог говорить до людей. І ось що мені Господь промовив: "Сину Мій, не спіши перевозити людей, бо ще буде удар за ударом, і не

потрібно їхнє життя наражати на небезпеку. Пройде час, ти почуєш голос Мій і тоді перевезеш їх. А зараз ти маєш вибір, але кажу тобі: не перевозь людей". Я відчував, що це Бог відповідає мені на молитву. Ніхто з присутніх не знав моїх намірів відносно сім'ї, тільки Бог. Бог і сказав, що мені робити.

Я ЗАВЖДИ СТАРАВСЯ ПОКОРЯТИСЬ БОГОВІ

Бог давно мене навчив важливого уроку: коли Господь щось каже, то навіть якщо я того не розумію до кінця, або якщо воно мені не подобається, то краще підкоритися, не сперечатися, бо Бог ніколи не скаже нічого нерозумного, що може пошкодити. Його повеління – найкраще, що може бути. Приїхавши на Західну Україну, я сказав дружині, що наш переїзд відміняється, бо Господь так сказав.





Допомога нащадкам Майя в Гватемалі



Допомога нужденним в Африці



Очна клініка в Ефіопії

МИ СПАСАЛИ ЛЮДЕЙ ВІД ГОЛОДНОЇ СМЕРТІ

У місцевого населення на окупованій території почалася криза, тому що перестали виплачувати пенсії та зарплати, також ту територію блокували, завезти гуманітарну допомогу було складно. Люди голодували, інколи вісімдесятилітні бабусі накладали на себе руки через нестачу їжі. Багато людей померло від голоду. Рік часу я їздив на Західну Україну і на Донбас. Три тижні активної праці на Луганщині, організовуючи благодійні та духовні заходи, та три тижні на Західній Україні я проводив час з сім'єю та шукав фінанси на продукти нужденним. За рік часу ми роздали 150 тонн харчових продуктів, багатьох людей спасли від голоду. 1000 продуктових наборів ми занесли інвалідам та пенсіонерам по домах. Багато людей молились молитвою покаяння та приймали Христа у своє серце.

В ПОЛОНІ БОЙОВИКІВ ЛНР

Під час активної праці я час від часу згадував слово від Бога, сказане шляхом пророцтва, що ще буде удар за ударом. "Що Господь мав на увазі?" – думав я. 27 вересня 2015 року після богослужіння на мене напали в масках 10 до зубів озброєних бойовиків лнр. Вони викинули мене з машини, зв'язали, одягли пакет на голову і повезли, погрожуючи розстріляти та закопати. Я опинився в Луганську в підвалах. У той час напали на церковне приміщення і на мій дім та пограбували їх. За три доби, які я провів у підвалах, мені довелося пережити частину жажів, через які проходять військовополонені. До речі, у сусідніх камерах був хтось з Правого сектора, з ВСУ. Мене сильно били, допитували, хотіли знайти причину, щоб звинуватити та розстріляти. Навіть викуп брати відмовлялись. Але Бог зробив чудо – змусив їх мене відпустити. Під час всіх тих знущань я пригадував, як Бог мені казав – не перевозь людей. Я пам'ятаю, як два сепаратисти між собою говорили:

- А где семья его? – запитав один.
 - В укропии, – відповів інший.
- Вони зі злістю до мене:
- Почему твоя семья не с тобой?

Я не знав, що буде зі мною, але в душі радів, що поряд немає сім'ї. Радів і дякував Богові, не тільки за те, що Бог мене попередив. Але і за те, що навчив підкорятися Йому.

Якби Бог мене не попередив про це або якби я Бога не послухав, що могло би бути з моєю дружиною та дітьми? Навіть уявити важко.

ВАЖЛИВИЙ УРОК

Послух Божому слову і Божому голосу відчиняє двері для Божої благодаті в наше життя, оберігає нас від багатьох проблем та бід. У народі кажуть, що на все воля Божа. Але це далеко не завжди так, бо багато нещастя в житті людей – не воля Божа, а це наслідки непослуху. Коли ми приймаємо рішення, робимо вибір, потрібно з Богом радитись і відповідно до Божих повелінь чинити. А якщо ми без Господа вирішуємо, то не потріб-

но на Нього відповідальність перекладати за наслідки. У Біблії сказано: "Не обманюйте себе, бо що людина посіє, те і пожне".

Дуже важливо навчитися чути голос Божий, який найчастіше лунає зі сторінок Біблії. Хто буде розуміти голос Божий та підкорятися йому, той буде керований, благословенний та збережений Господом.

ПРИКЛАД НОЯ

Всі ми знаємо про те, як Бог навіть потоп на землю. Біблія говорить, що Бог проявив благодать до Ноя у тому, що відкрив йому майбутнє – попередив про потоп і сказав, що потрібно зробити для спасіння сім'ї від потопу – побудувати ковчег. Бог навіть дав чіткі вказівки ковчегу. Ной послухав Божого голосу і спасся. Завдяки його послуху існуємо ми з вами. А що було б з Ноем та його сім'єю, якби він знехтував голосом Божим?

ЗРОБИ СОБИ КОВЧЕГ ДЛЯ СПАСІННЯ

Біблія стверджує, що Бог проявив благодать до кожної людини у тому, що відкриває нам майбутнє людства і планети – планета згорить, а люди стануть перед Богом. Бог назначив день, коли буде праведно судити вселенню. І щоб нам не бути засудженими за свої гріхи, а грішні абсолютно всі, Ісус Христос прийшов у світ, щоб відкупити нас від гріхів. Він постраждав за нас на Хресті, взявши на Себе всі наші провини. Бог може і хоче нас простити, бо за нас вже заплачено на Голгофі кров'ю Божого Сина. Господь велить нам зробити ковчег, щоб спастись від осудження в пекло. Наш ковчег – це щира віра в Ісуса Христа, справжнє покаяння у гріхах та підкорення слову Божому. Хто це зробить, той спасеться. Вибір за нами.



Діти в Камбоджі отримали християнські календарі



Допомога вдовам в Бангладеш



День подяки в церкві "Христос є відповідь"



Ефіопи безкоштовно отримують окуляри від місії "Христос є відповідь"



Сімейна конференція в Африці

Всім бажаю миру, добра, перемоги, благодаті, сили, успіхів. А найголовніше – отримайте спасіння від Ісуса та тримайте його. Христос сказав: "Будь вірний до смерті, і дам тобі вінець життя".



За активну гуманітарну допомогу на Донбасі Тарас Сень отримав нагороду від президента України

ЧОМУ Я ЗАКЛИКАЮ ВСІХ МОЛИТИСЬ ЗА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЖИТТЯ УКРАЇНСЬКИМ СОЛДАТАМ ТА ДО ЩИРОГО ПОКАЯННЯ

Багато разів у своєму житті я переконувався у силі Божій. Бог відповідав на молитви, змінював обставини, беріг мене під час обстрілів на Донбасі та ін. Бог сьогодні робить чудеса по молитві і там, де проходять активні бойові дії.

Не тільки смерть мирних людей є трагедією. Коли помирає військовослужбовець – це в більшості випадків подвійна біда. По-перше, померла людина. По-друге, в більшості випадків діти залишились сиротами і жінка вдовою. Тому ми маємо молитись до Бога про захист наших військових, особливо за тих, хто на передовій. А також за військове керівництво, щоб Бог допомагав їм мудро керувати армією. Багато солдатів розповідають, що вони чудом залишились живі, бо їх Бог спас. Це дійсно так.

Але чому не завжди молитва ефективна, чому часто Бог не відповідає? Тому що є перешкода в молитві. В Біблії ми читаємо слова Божі: "Ото ж бо, Господня рука не скоротшла, щоб не помагати, і Його вухо не стало тяжким, щоб не

чути, бо то тільки переступи ваші відділювали вас від вашого Бога, і ваші провини ховали обличчя Його від вас, щоб Він не почув, бо ваші долоні заплямлені кров'ю, ваші ж пальці беззаконням, уста ваші говорять неправду, язик ваш белькоче лихе!" (Іс.59:1-3).

"Коли ж руки свої простягаєте, Я мружу від вас Свої очі! Навіть коли ви молитву примножуєте, Я не слухаю вас, ваші руки наповнені кров'ю..." (Ісаїя 1:15). Всемогутній Бог, який може все, який дає та може забрати життя, який дає перемогу у війні, береже від лиха та ін., не слухає молитви через гріхи, бо гріх – перешкода в молитві. Зверніть увагу на перший гріх, про який говорить Господь – руки в крові. Ті люди, яким було адресоване це пророцтво, проливали невинну кров. Біблія говорить, щоб ми не давали місця дияволу. Коли люди порушують слово Боже, то цим вони відкривають двері для темних сил в своє життя. Диявол їм посилає хвороби, проблеми, прокляття, війну та ін. А при цьому люди нарікають на Бога, ніби Господь посилає їм ці всі речі.

Сьогодні багато людей живуть у гріхах: розпуста, крадіжки, пияцтво, обман, нецензурні слова, гордість, егоїзм, ідолопоклонство, окультизм, атеїзм – це все зло в очах Божих, це відкриті двері для злих духів. Один з найстрашніших гріхів – це вбивство, особливо невинної незахищеної дитини. Біблія говорить, що життя починається в утробі матері й що Бог має долю для кожної людини. Коли хтось обриває життя дитини в утробі, той руйнує план Божий для тієї дитини. Чи не покарає за це таких Господь? В Україні, за неофіційними даними, за 30 років незалежності зроблено 40 мільйонів абортів, ціла нація була знищена. Це жахливо. Аборт – страшний гріх. Ми можемо виправдовувати аборт, говорячи, що наше право людини та ін. Але це суті не поміняє – для Бога це вбивство, пролиття невинної крові. За цей гріх потрібно щиро покаятися, щоб Бог простив та змілувався над нами. Також цей гріх є перешкодою в молитві для багатьох.

Біблія розповідає нам, що Каїн попав під прокляття через те, що вбив свого брата Авеля, проливши невинну кров. Аборт – це пролиття невинної крові, що призведе до прокляття. Прояв прокляття – це хвороби, нещастя, передчасна смерть, війна, катаклізми та ін.

Слово Боже говорить нам, що люди пожинають те, що сіяли, і хто сіє вітер, той пожне бурю. Народ, який сіє смерть – смерть жатиме. Але Добра Новина Біблії полягає в тому, що Ісус Христос постраждав за наші провини і Його кров омиває від усякого гріха. Коли омиває? – коли люди вірять у Христа та щиро каються. Тоді гріхи прощаються і прокляття руйнується.



Сто тисяч африканців молились за Україну на крусейді

А несповіданий гріх приводить не тільки до прокляття, але і є перешкодою у молитві. Саме тому, молячись, потрібно щиро покаятися перед Богом у всіх гріхах і виправити своє життя. Тоді молитва матиме неабияку силу, бо Бог буде реагувати на неї. А хто закриває своє вухо від голосу Божого, що лунає зі сторінок Біблії, Бог закриє і своє вухо від молитви тієї людини. Якби наш народ змирився перед Богом, зрозумів це і поправив свої стосунки з Христом, Господь швидко б зупинив те безумство та смерть, що принесли нам росіяни. Біблія стверджує: "Приготовлений кінч на день бою, але перемога від Господа!" (Пр.21:31)

Церква "Христос є відповідь" постійно молиться за Україну, за перемогу над російськими окупантами та вбивцями. А також просить Бога, щоб Він беріг наших солдатів на війні.

Слава Ісусу Христу.

МІСІЯ "ХРИСТОС Є ВІДПОВІДЬ" ПРАЦЮЄ У 14 КРАЇНАХ СВІТУ

За останні декілька років місія "Христос є відповідь" вийшла на міжнародний рівень, хоча найбільше уваги продовжує приділяти Україні, тому що це батьківщина директора місії Тараса Сеня і тут іде війна. Якщо раніше, починаючи з 2015 року, як Бог дав бачення пастору Тарасу Сеню утворити місію, і він її утворив зі своїм другом Максимом Дрожжиним, праця в основному зосереджувалась на сході України і в Рівненській області, то сьогодні праця ведеться в 14 країнах світу в Центральній Америці, Європі, Африці та Азії.

Місія "Христос є відповідь" допомагає нужденним харчовими продуктами у різних країнах, організовує безкоштовні офтальмологічні клініки та дарує окуляри в різних країнах. Тільки в Рівному за 6 років більш як 6 тисяч людей безкоштовно отримали окуляри, включаючи вимушених переселенців. Місіонери місії роздали багато тонн харчових продуктів та іншої допомоги вимушеним переселенцям, вивозили багатьох біженців з гарячих точок, допомагали медикаментами. На різних телеканалах в ефір вийшли тисячі християнських телепрограм, було надруковано понад 6 мільйонів газет, півтора мільйона християнських календарів. Чимала праця ведеться з дітьми – служителі місії організують дитячі табори та гуртки, проводять недільні школи та ін. Директор місії Тарас Сень в Африці проводить конференції для пасторів, сімейні заходи. А також бере участь у крусейдах, на які збираються по сто тисяч людей. Місія відкриває церкви, організовує навчання для місіонерів. Нещодавно в Індії стартувала місіонерська школа. Християнські намети служителі ставлять в різних областях України, а також в Польщі та Ефіопії. Скоро також в Мексиці через намети будуть поширювати слово Боже. Туристичні поїздки в Карпати місія організовує вже 5,5 років. За цей час 29 поїздок та 5 конференцій було організовано церквою "Христос є відповідь". Місія веде активну роботу в Інтернеті. Багато іншої праці Бог довірив місіонерам та волонтерам звершувати. Вся ця праця – це відповіді на

Пастор Тарас Сень на крусейді місії Христос є відповідь закликав африканців молитись за Україну



молитви. Директор місії стверджує, що Бог вже зробив більше, про що він молився та мріяв. Це ще один доказ того, що Господь є, Він живий та відповідає на молитви.

У ЦЕРКВИ "ХРИСТОС Є ВІДПОВІДЬ" ВІДБУВСЯ ДЕНЬ ПОДЯКИ

Про те, як важливо бути вдячними, говорили на святковому зібранні у церкві "Христос є відповідь", присвяченому Дню Подяки, що уже традиційно відзначається восени.

200 людей прийшли на святкове богослужіння. Серед них не тільки прихожани церкви, а й вимушені переселенці та інші рівняни. Багато людей прийшло на свято після очних клінік, які проводила церква у Рівному й останні декілька місяців вони відбувалися кожний тиждень. За пів року близько 1000 людей безкоштовно перевірили зір та отримали окуляри у подарунок. Також на свято завітали люди, які побували в Карпатах разом з церквою "Христос є відповідь". Прийшли церкву привітати й служителі з інших церков.

На зібранні лунали заклики дякувати Богові за все. Пастор Тарас Сень в центральній проповіді розповідав, за що потрібно дякувати найбільше – за спасіння в Ісусі Христі, прощення гріхів, за те, що Бог нас робить Своїми дітьми по вірі та приготував нам місце в Царстві Небесному.

"Я хочу подякувати Богові за те, що знайшов мене, маленьку піщинку, у цьому величезному світі. За те, що Він дає мені Свою милість і благодать. Він виправив моє життя, яке повернулося на 180 градусів у кращу сторону", – розповіла Христюк Лариса, медпрацівник, м. Рівне.

"Я дякую Богу постійно. І на кожному відрізу свого життя я дякую за різне. На сьогодні у своєму віці, маючи певний досвід, я дякую Богу за те, що коли я зробив до Нього крок, то Він зробив до мене десять кроків. І так я Його знайшов і відчув Його присутність. Звідси випливають усі мої подяки", – поділився враженнями Дучук Ярослав, капелан, служитель християнської церкви.

Присутні насолоджувалися прекрасним співом групи прославлення. Також у зібранні брали участь діти, розповідаючи вірші. Після богослужіння усі учасники зібрання мали гарний час спілкування. Усіх присутніх пригощали ароматним чаєм і смачним печивом.



Ютуб-канал місії «Христос є відповідь»



Сайт церкви «Христос є відповідь»: cita.rv.ua
Консультація пастора: +38 096 301 13 71

КАТЕРИНА САМАРДАК:

МОЇ ДІТИ МАЮТЬ НАЙКРАЩЕ У СВІТІ ГРОМАДЯНСТВО! 🗣️



Україна переживає історичні часи. І доля країни залежить від кожного з нас. Однак жодні випробування не можуть заступити собою справжнє життя, яке, попри усе, продовжує свій звичайний плін.

Про переживання цих переломних часів, особисті пемоги, про найсокровенніше розповіла відома рівнянка Катерина САМАРДАК, адвокатка, секретар Ради адвокатів Рівненської області, депутатка від партії "Європейська Солідарність" у Рівненській обласній раді.

ДЛЯ МЕНЕ СІМ'Я – НАЙГОЛОВНІШЕ У ЖИТТІ

– ПАНІ КАТЕРИНО, ВИ БАГАТО ПРАЦЮЄТЕ, ДОСЯГАЮЧИ УСПІХУ У РІЗНИХ СФЕРАХ ЖИТТЯ, АЛЕ ЩО ДЛЯ ВАС Є ПРІОРИТЕТНИМ?

– Перш за все, я жінка, дружина та мама. І для мене насамперед дуже важлива моя сім'я. Особливо зараз, коли мої рідні потребують підтримки. У мене двоє дітей: 13-річна донька та 6-місячний син, який народився у часи повномасштабної війни.

Чоловік служить у лавах Збройних Сил, тож зараз піклування про дітей більшою мірою лежить на мені. Як і на великій кількості українських жінок, чиї чоловіки боронять нашу країну та її незалежність.

Працювати зараз доводиться багато і всім. Навіть у нинішній важкий час люди продовжують звертатись за юридичною допомогою у наше адвокатське бюро, яке я створила кілька років тому. Загалом займаюсь адвокатською практикою з 2015 року. Зараз ми продовжуємо надавати правову допомогу практично в усіх галузях права, також допомагаємо з оформленням необхідних документів релігійним громадам, які прийняли рішення перейти під юрисдикцію ПЦУ.

Окрім того, депутатська робота, яка потребує ґрунтовної підготовки для прийняття виважених та відповідальних рішень. Також, оскільки обіймаю посаду керівника Секретаріату Рівненської територіальної організації Політичної партії "Європейська Солідарність", не лишаюсь осторонь політичної діяльності партії.

Але кожен із цих напрямків мені близький тим, що всюди я роблю по суті одне й те ж – відстоюю інтереси людей. Як би це пафосно не звучало, але саме так і є.

– ДОСЯГНУВШИ УСПІХУ, ПРО ЩО ВИ ЗАРАЗ МРІЄТЕ?

– Зараз, як, без сумніву, і всі українці, я мрію про Перемогу – щоб наші чоловіки повернулися додому, аби не гинули найкращі сини та доньки України, квіт нашої нації. Свідомі та мотивовані люди, багато з яких ніколи не тримали зброї в руках, але вони з перших годин війни стояли в чергах біля військкоматів, адже розуміли, що ця війна – на виживання нашої нації та існування нашої держави. Кожна наша втрата є справжньою трагедією.

З початком війни ми усі могли переконатися, наскільки важливу роль відіграє Україна у світі. Без нашого хліба, приміром, багатьом країнам у світі загрожує голод. Але я мрію також про те, аби Україна була не лише постачальником сировини, але й виробником, творцем нового: ідей, трендів, бізнес-проектів. Ми здатні дати світові більше, ніж багатства нашої землі та природи. Власне, ми змогли також довести, що можемо бути надзвичайно стресостійкими.

ЖИТИ ТРЕБА ТУТ І ЗАРАЗ, НЕМАЄ ЧАСУ НА ЗВОЛІКАННЯ

– ДО РЕЧІ, У ВАС НЕ ВИНИКАЛА ДУМКА ЕВАКУЮВАТИСЯ У БЕЗПЕЧНІШУ КРАЇНУ, АДЖЕ ВИ ЧЕКАЛИ НА НАРОДЖЕННЯ ДИТИНИ?

– Якщо відверто, в той складний час, особливо в перші дні війни, безумовно, для всіх це питання було складним, а рішення важким. І будь-яке рішення, яке приймали українські жінки з дітьми – залишити Україну або залишитись, – було правильним. Виїхати за кордон, вивезти своїх дітей у безпечну країну та намагатись звідти допомагати – правильно, залишитись тут і робити тут все від тебе залежне – тим більше. Ми мали можливість виїхати, обговорювали це питання всією сім'єю, але нашим рішенням було залишитись. Звичайно, якби існувала реальна загроза, що на Рівненщині розпочнуться масштабні бойові дії або буде загроза окупації, то, можливо, і рішення було б іншим.

Про свій вибір жодного разу не пошкодувала і вважаю його

правильним. Час показав, що навіть з маленькою дитиною на руках можна робити потрібні і корисні справи, адже під час війни завжди є люди, які в біді і потребують допомоги.

Вірю в те, що все буде добре, адже наші люди – найкращі. А люди – це найголовніша запорука успіху. Переконана, якщо якусь справу роблять достойні люди, то вона неодмінно завершиться успішно.

- ЧИМАЛО ЛЮДЕЙ ГОВОРЯТЬ, ЩО ВІД ПОЧАТКУ ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ ПЕРЕОСМИСЛИЛИ ВЛАСНЕ ЖИТТЯ, ПО-НОВОМУ НА НЬОГО ПОГЛЯНУЛИ. ЯК ЗМІНИВ ВАС ЦЕЙ БУРЕМНИЙ ЧАС?

– Без сумніву, я теж пройшла етап переоцінки пріоритетів та цінностей. Позначилося й те, що я народжувала на початку цих трагічних подій. Точно ніколи й уявити не могла, що доведеться народжувати під звуки сирен повітряної тривоги в укритті. В ту ніч була чи не найдовша тривога, а мені вона взагалі здавалась безкінечною.

За час війни у мене, як і більшості людей, кардинально змінився погляд на світ. Набагато менше тримаєшся за матеріальне, а більше задумуєшся над справді важливими питаннями: що найважливіше та найбільш цінне у житті, чого справді хочеш досягнути. В такий складний час розумієш, що найголовнішим є сім'я, рідні та близькі, їх здоров'я та безпека. Починаєш чіткіше й правильніше визначати пріоритети, не відкладати на потім, адже з'явилося усвідомлення, наскільки життя швидкоплинне. Розумієш, що жити треба тут і зараз, немає часу на зволікання. І, якщо виникла корисна й цікава ідея, то варто починати її втілювати. Навіть якщо не вдасться завершити, то хоча б спробувати. Ми всі вчимося жити в нових умовах та з новими викликами, вчаться цього і наші діти.

ПЕРШЕ, ЩО МИ ЗРОБИМО ПІСЛЯ ПЕРЕМОГИ – ВИРУШИМО У СІМЕЙНУ ПОДОРОЖ!

- ПАНІ КАТЕРИНО, ГОВОРЯЧИ ПРО МАЙБУТНЄ, НЕ МОЖУ НЕ ЗАПИТАТИ: ЯКИМ, НА ВАШУ ДУМКУ, БУДЕ ЖИТТЯ В УКРАЇНІ ПІСЛЯ ВІЙНИ?

– Я переконана, що Україна та українці мають хороше майбутнє. Ми уже на шляху до Європейського союзу та НАТО, думаю, членство у цих організаціях – справа найближчої перспективи. Я бачу свою Батьківщину – безпечною, модерною, демократичною. Для нас також важливо – зробити висновки із цієї війни, не повторювати помилок минулого, особливо останніх кількох років, коли реальність війни просто відкидали, а наша армія була не в пріоритеті. Надалі ми маємо жити за принципом: хочеш миру, готуйся до війни. В такому разі нам не загрожуватиме жоден сусід і нашим нащадкам не доведеться відчувати жах війни.

Повертаючись до теми власної вагітності й народження сина, хочу сказати, що коли я готувалася до пологів, мені телефонували друзі та знайомі. Чимало з них радили виїхати в іншу країну, народити там, адже це дасть можливість моїй дитині у майбутньому отримати іноземне громадянство, якщо виникне така потреба. На це я незмінно відповідала, що народжуватиму лише в Україні. Відтак мої діти мають найкраще у світі громадянство – українське. Ми будемо лідерами у світі! Я у це вірю!

- ГОВОРЯЧИ ПРО ПЕРЕМОГУ, ЩО ВИ ПЛАНУЄТЕ ЗРОБИТИ У ПЕРШІ Ж МИРНІ ДНІ?

– Особливо не планувала, адже нині концентруюся на сьогоднішньому, але (задумується)... Точно дуже хочу вирушити у сімейну подорож. До початку повномасштабної війни ми сім'єю дуже любили подорожувати. Часто ми пішки находжували десятки кілометрів у нових для себе країнах та містах, відвідували музеї, культурні заходи. Мрію, щоб усі разом: я, чоловік та діти повторили це. Точно, це буде одна із перших справ після Перемоги!



ЮРИСТ ТА НАУКОВЕЦЬ
АНДРІЙ БОРОВИК:

ПРО НАВЧАННЯ

В ПЕРІОД ВІЙНИ

та **РЕЗОНАНСНІ
ЮРИДИЧНІ СПРАВИ**

У жовтні ми відзначаємо відразу два професійні свята – День юриста та День вчителя. У нашому місті не так багато цікавих та різнопланових людей, яким вдається поєднувати у собі відразу ці два напрямки. Андрій Боровик є саме таким.

Проректор з наукової роботи університету, кандидат юридичних наук, доцент, професор та професійний юрист з багаторічним досвідом. Все це про нашого сьогоднішнього співрозмовника. Про навчання та наукову роботу в період війни, а також резонансні юридичні справи – читайте у відвертій розмові з **Андрієм БОРОВИКОМ**.

- НОВИЙ НАВЧАЛЬНИЙ РІК, МАСА ВИКЛИКІВ. ОСНОВНИЙ – ВІЙНА. ЯК, НА ВАШУ ДУМКУ, В ЦЕЙ ЧАС ВАРТО ОРГАНІЗОВУВАТИ НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС?

– Статтю 3 Конституції України передбачено, що людина, її життя та здоров'я, недоторканність та безпека вважаються в Україні найвищою соціальною цінністю. Я особисто проти очного навчання під час військових дій. На сьогодні у нас у зв'язку з пандемією, яка передувала війні, настільки розвинені ІТ технології та дистанційне навчання, що з цим взагалі проблем немає. Якщо дитина хоче вчитись – вона навчиться, а якщо ні... думаю, ви зрозуміли. Ще одне питання – якість наших бомбосховищ. Ні у школах, ні в університетах бомбосховищ немає. Будемо реалістами, там є лише підвали, які мають зовсім інше призначення.

- ЧИ ВЖЕ ПРОВОДИЛИ ПАРИ В ЦЬОМУ НАВЧАЛЬНОМУ РОЦІ? ЯКІ ВРАЖЕННЯ?

– Звісно, проводив. Скажу більше, увесь навчальний процес в Міжнародному економіко-гуманітарному університеті імені академіка Степана Дем'янчука розпочався з моєї "відкритої" лекції в онлайн-режимі 05.09.2022 на тему: "Проблема віктимізації журналістів при здійсненні досудового розслідування кримінальних правопорушень проти них". Лекція призначалась для викладачів та студентів юридичного факультету та факультету журналістики, однак її послухати підключились і проректори, викладачі інших факультетів, адвокати, прокурори, судді, журналісти та багато моїх колег, докторів юридичних наук, професорів з інших навчальних закладів України. Взагалі я читаю лекції для студентів усіх курсів юридичного факультету з таких дисциплін, як: "Проблеми кримінального права та процесу", "Судові та правоохоронні органи", "Прокуратура України", "Актуальні проблеми прокурорської діяльності". При цьому кожна лекція супроводжується презентацією, адже, на мою думку, студенти так краще засвоюють матеріал.



- МИНУЛО ЛІТО, ЧИМ ЗАЙМАЛИСЬ НА ТАК ЗВАНИХ КАНІКУЛАХ? БУЛИ ЯКІСЬ НОВІ ПРОЄКТИ, НАУКОВІ РОБОТИ?

- Літо дійсно промайнуло швидко. Однак відпочивати було ніколи. Спільно з видавничим домом "Гельветика" видали три монографії, щодо адміністративно-правового забезпечення захисту суб'єктів підприємницької діяльності в Україні, захисту лісового фонду в Україні та дотримання прав людини в діяльності органів прокуратури України. Попри військовий стан, ще один з моїх учнів захистив дисертацію на здобуття наукового ступеня кандидата юридичних наук.

- СТАНОМ НА СЬОГОДНІ ЯКИМИ ЗАГАЛЬНИМИ Є ВАШІ НАЙКРАЩІ ЗДОБУТКИ (ПУБЛІКАЦІЇ, КОНФЕРЕНЦІЇ) ТА ЩО У ПРИЙДЕШНІХ ПЛАНАХ?

- Я є автором понад 300 наукових праць, у тому числі 14 монографій, з яких 9 іноземною (англійською) мовою, 8 з яких випущено у країнах Європейського союзу (Австрія, Словаччина, Польща, Чехія, Латвія), понад 90 фахових наукових статей у сфері кримінального, адміністративного права та кримінології, у тому числі тих, що індексовані в наукометричних базах Scopus та Web of science, співавтором 20 навчальних посібників та підручників, з яких 15 рекомендовано Міністерством освіти та науки України. У майбутніх планах, звісно, захист докторської дисертації та отримання вченого звання професора.

- ЗАРАЗ ПО УКРАЇНІ НЕ ТАК БАГАТО МОЖЛИВОСТЕЙ БРАТИ УЧАСТЬ В КОНФЕРЕНЦІЯХ. ЧИ ЗАПРОШУЮТЬ ВАС ВИСТУПИТИ ДЕСЬ ЗА КОРДОНОМ?

- Так, і дуже часто. Я є Почесним професором Akademie HUSPOL (Республіка Чехія), Почесним професором European Institute of Further Education (Словацька Республіка) і часто виступаю на конференціях саме у цих країнах. До речі, з ректором European Institute of Further Education Йозефом Зятко ми співпрацюємо дуже давно та оскільки двоє є юристами, навіть випускаємо спільні книги. Влітку у мене зав'язалися дружні стосунки з Президентом Незалежної кримінологічної асоціації Республіки Молдова, який одночасно є ректором Інституту кримінального права та прикладної кримінології цієї країни, Валерієм Бужором та ректором Університету політичних та соціальних наук республіки Чехія Властимілом Віценим, з якими ми уже вносили запланували два спільних проєкти на базі нашого університету. Це міжнародний круглий стіл на тему: "Запобігання та протидія домашньому насильству та насильству за ознаками статі: проблемні питання в умовах російської агресії", який відбудеться 12 жовтня цього року, та II Міжнародний пенітенціарний форум, який відбудеться 27 жовтня.

- ВАША УНІКАЛЬНІСТЬ В ТОМУ, ЩО ВИ У ЖОВТНІ ВІДЗНАЧАЄТЕ ОДРАЗУ ДВА ПРОФЕСІЙНІ СВЯТА - ВЧИТЕЛЯ ТА ЮРИСТА.

- Як вдається поєднувати. Колись один з моїх викладачів сказав: "Навчайся, поки не пересохне річка Дніпро, але якщо хочеш чомусь навчитись - навчайся у кращих!" Насправді навіть без викладання в університеті кожен юрист є вчителем для своїх підлеглих. Я завжди згадую слова своїх керівників - прокурорів областей Олексія Баганця, Олександра Черепахи, Сергія Кубрака, Анатолія Ковальчука, які часто цитую своїм студентам. Ці люди, не маючи педагогічної практики, навчили мене більше, ніж в Академії прокуратури, яка є моєю альма-матер. Студенти люблять науковців-практиків, адже до кожної "сухої" статті закону практик наведе такий яскравий приклад, що він безперечно відкладеться у пам'яті здобувача.

- НАСКІЛЬКИ АКТИВНО НИНІ ВЕДЕТЕ ЮРИДИЧНУ ПРАКТИКУ?

- Юридичною практикою займаюсь постійно. Є засновником юридичної фірми "Боровик, Попик та партнери". В основному це кримінальне судочинство. Досить часто консультирую клієнтів та їхніх адвокатів з тих чи інших проблемних питань кримінального процесу. Буває таке, що пропонують надзвичайно солідні гонорари, лише щоб вивчити кримінальне про-

вадження та розписати алгоритм дій. Попри це сам не хочу бути адвокатом. Я дуже поважаю цю професію, але одного разу я вже прийняв присягу прокурора і залишаюсь вірний кожному слову, яке сказав, що б хто не говорив.

- ЯКІ ПИТАННЯ ЗАРАЗ НА ПІКУ ЗВЕРНЕНЬ ВІД ГРОМАДЯН? ЧИ ЗВЕРТАЮТЬСЯ ДО ВАС ВІЙСЬКОВІ?

- Дійсно, останнім часом є дуже багато звернень військових, які мобілізовані та отримували заробітну плату і за місцем роботи, і за місцем служби. Як ви знаєте, надалі виплату за місцем роботи відмінили. Загальноприйнятною є норма, що закон зворотної дії в часі немає, якщо це не покращує процесуальний статус особи. Водночас інші правники тлумачать, що людина не може отримувати подвійну заробітну плату за одну і ту ж роботу. Ми маємо понад 15 таких звернень. Однозначної судової практики немає. Зараз розбираємось з цими питаннями...

- ПРИГАДАЙТЕ, ЯКА БУЛА НАЙРЕЗОНАНСНІША СПРАВА ЗА ВСЮ ВАШУ ПРОФЕСІЙНУ КАР'ЄРУ?

- Резонансних справ було багато, але знаю на власному досвіді, що не завжди те, що резонансно розпірене, знаходить своє завершення обвинувальним вироком суду. Дійсно була низка затримань керівників області, силовиків за отримання неправомірної вигоди, зловживання, вимагання, про які писали майже всі регіональні та всеукраїнські ЗМІ. Однак мені чомусь згадалось затримання, яке справді було небезпечним для життя слідчого, прокурора та працівників спецпідрозділу "Альфа", які здійснювали супровід у провадженні. У 2016 році з Києва приїхав полк спецназу для забезпечення стабільної ситуації з видобутку бурштину у північних регіонах нашої області. Він базувався у місці Сарни. Заступник командира цього підрозділу шляхом вимагання налагодили вимагання коштів з бурштинокопачів за дозвіл здійснювати незаконний видобуток по 300 доларів за роботу однієї мотопомпи в день. При цьому гарантував, що працівники спецназу навіть будуть захищати їх від поліції. Цю злочинну діяльність задокументували співробітники СБУ. Єдиним проблемним питанням було затримання "на гарячому" у зв'язку з тим, що гроші правоохоронець отримував на території чергової частини або перед КПП, а там озброєні військові, які могли застосувати зброю. Майже так і сталося, під час отримання коштів перед КПП правоохоронця затримали працівники спецпідрозділу "Альфа", слідчий прокуратури та прокурор, а у цей момент з території частини з повним боєкомплектом вибігло понад 50 спецпризначенців та, взявши оперативну групу "в кільце", направили на них зброю. І лише вміння вести діалог процесуальним прокурором, роз'яснення їм ситуації та надання відповідних документів зупинило "перший постріл". Далі було ще цікавіше... Затриманий вирішив зімітувати серцевий напад, щоб викинути гроші, які були у нього в кишені. Слід зазначити, що затримання відбувалось за всіма нормами КПК, з понятими і застосуванням відеозйомки. Після прибуття "швидкої" прокурор не "спасував" та помістив до "швидкої" і слідчого, і навіть працівників "Альфи", не припинивши при цьому фіксацію, аж до огляду у лікарні. Як наслідок - кримінальне правопорушення було належним чином задокументовано, усі живі, правоохоронець отримав вирок, який вступив в законну силу.

- ЯКІ ЦІННОСТІ ТА ОСНОВНІ ЯКОСТІ МАЄ МАТИ ФАХОВИЙ ЮРИСТ?

- Чесність, мудрість, об'єктивність та професійну впевненість, тому що, як сказав Авраам Лінкольн: "Не можна здаватися не тільки після однієї поразки, але і після ста поразок".

- ЩО БАЖАЄТЕ ТИМ, ХТО ШЕ ДУМАЄ, ЧИ ОБИРАТИ ЮРИСПРУДЕНЦІЮ?

- Бажаю не сумніватись та впевнено йти до мети. Юридичні професії настільки різноманітні, що за роки навчання студент точно вирішить чи поринути у вир подій, небезпек, безсонних ночей та резонансних справ, обравши професію слідчого, адвоката чи прокурора, чи спокійно вести юридичну практику, працюючи нотаріусом...

«НА ЩАСЛИВОМУ» У РІВНОМУ ОРГАНІЗУВАЛИ БЛАГОДІЙНИЙ ЯРМАРОК ТА ПОЧАЛИ БУДУВАТИ ХРАМ

Нині неабияк важлива віра та взаємодопомога. Саме тому відомий житловий комплекс «На Щасливому» відзначив свято Покрови, День захисників України та інші важливі для кожного українця свята, а також своє 11-річчя, благодійним ярмарком на підтримку ЗСУ. І початком будівництва нового православного храму в нашому місті. А ще – початком роботи нового потужного торгового центру HAPPY.MALL. І кожна з цих подій мала значення для рівнян.

"ДУЖЕ ДОБРЕ, КОЛИ НЕПОДАЛІК БУДИНКУ Є ХРАМ"

На території житлового комплексу «На Щасливому» недовзі має постати нова церква. 14 жовтня предстоятель Православної церкви України, митрополит ЕПІФАНІЙ освятив хрест та місце будівництва храму на честь Юрія Переможця. Разом з митрополитом Епіфанієм молилися мешканці «На Щасливому».

Усі вони спільно на місці будівництва заклали капсулу та наріжний камінь.

«Ми розпочинаємо будівництво храму у непрості часи. Це також є свідченням неабиякої віри нашого народу. Віри в те, що Господь почує нашу молитву, ми здобудемо перемогу над агресором і цей храм постане. Щоб це сталося якнайшвидше, ми маємо бути добрими і люблячими християнами, особливо тепер, коли багато тих, хто потребує нашої підтримки. Не забуваймо, що наша спільна молитва, допомога один одному, згуртованість та єдність є дуже важливими для нашої праведної перемоги. Нехай Боже благословення та Покров Божої Матері перебуває на цьому місці, Рівненщині та усій Україні», – зазначив у своєму зверненні **митрополит ЕПІФАНІЙ**.

Мешканка житлового комплексу «На Щасливому» Тетяна цій події радіє. Жінка вірить в Бога, ходить у церкву. У капличку, яка від самого початку діє «На Щасливому», заходила нечасто. Тепер втішена, що скоро зможе відвідувати храм неподалік:

«Прийшла у свою квартиру, бачу, що закладають будівництво храму. Дуже добре, коли неподалік будинку є храм», – говорить **рівнянка Тетяна**.

"РАЗОМ ДО ПЕРЕМОГИ" НА "ЩАСЛИВОМУ"

Починаючи з полудня, на території житлового комплексу «На Щасливому» почав діяти благодійний ярмарок «Разом до перемоги». Благодійне дійство спільно організували ЖК «На

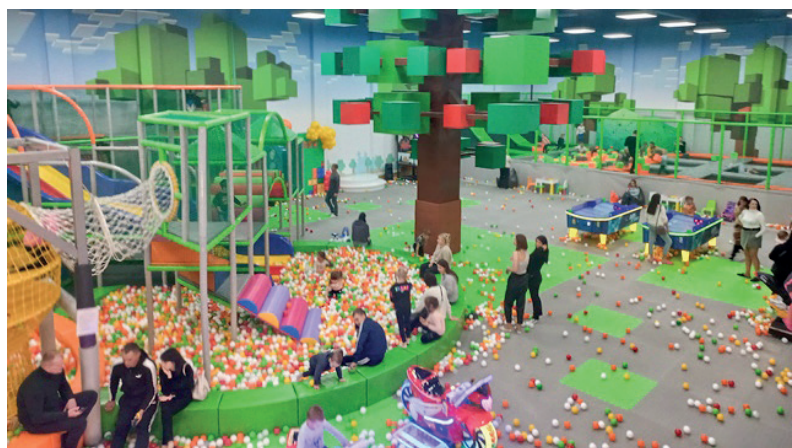


Щасливому», благодійний батальйон «ДАР», студія сучасного танцю «DANCE WAY», громадська організація «Рівне Разом».

На ярмарку можна було не тільки купити товари виробників, які зголосилися взяти участь, а також, скажімо, й художні роботи ветеранів з Клеванського шпиталю, дітей та тих, чий рідні загинули на війні. При чому, варто зазначити, що у творчих роботах можна було знайти цікаві творчі ідеї: розписані стріляні гільзи, інсталяція із використаних N LAW та гранатометів, яка, до речі, неабияк зацікавила хлопчаків. А вже поруч можна було сфотографуватися.

Але найбільший захват у дітвори (та й у дорослих) викликав темно-зелений броньований автомобіль, який найближчим часом вирушить на фронт. Машину вдалося придбати завдяки допомозі діаспори з Великої Британії та Португалії. Авто змогли побачити рівняни, адже цього броньовика ще мали належним чином підготувати до виїзду на бойові позиції. Куди саме воно має прибути, організатори не розголошують, адже таких автомобілів усього кілька штук, тож зберігають таємничість, щоб він не став мішенню ворогів. А поки його розписували усередині діти, залишаючи побажання для захисників та захисниць України. Як неодноразово говорив ведучий на сцені, одна із цілей благодійного ярмарку – зібрати гроші на ще один автомобіль.

– На сьогодні припадає чимало свят, які дуже важливі для українців. Тому ми вирішили організувати благодійний ярмарок. До організації, можу сказати з упевненістю, долучилося





більше ста людей. Долучилося дуже багато шкіл, велика кількість підприємців, які завжди радо допомагають, беруть участь у благодійних ярмарках, представляючи свої вироби, й охоче доєдналися до організації цієї події. Вдалося зорганізувати не лише ярмарок, а й чимало фотозон, – розповідає **Вікторія ШИНКАРЕНКО, координаторка благодійного батальйону “ДАР”**.

Чоловік середнього віку у формі кольору хакі – один із тих, хто відвідав ярмарок. Як і більшість військових, не дуже охочий говорити. Але зізнається, що зараз служить у ТРО, адже боронити Україну – його обов'язок. Розповідає, що подібні події для підтримки ЗСУ дуже важливі для військових. І не тільки для них.

– Я вважаю, що це має значення. Перед цим прочитав в інтернеті, мовляв, це “бенкет під час чуми”. Я з цим категорично не погоджуюся. На мою думку, такі заходи не тільки є реальною допомогою військовим, але й ми показуємо рашистам, що їм не вдалося нас залякати. Своїми масованими ракетними обстрілами вони хотіли нас налякати, зламати наш дух. Так, багатьом людям було страшно, але посіяти паніку ворогу не вдається, – розповідає **військовослужбовець Андрій (ім'я змінене – ред.)**.

Загалом на ярмарку було зібрано більше мільйона гривень. Ця сума є рекордною для Рівного.

У КОЖНОГО СВІЙ ФРОНТ

Одна з популярних локацій благодійних заходів – фотовиставка 17-го Міжнародного салону фотографії “Війна в Україні. Світ проти війни в Україні”.

– Тут представлені роботи Дмитра Козацького, які виставлялися в декількох локаціях в Україні та за кордоном. І роботи фотокореспондента “Вернісаж на Покрову 2022”. Це лише частина експозиції, більша частина фото розміщена у Міському будинку культури. Вони об'єднані однією темою – “Війна в Україні. Світ проти війни в Україні”, – розповідає **відомий фотохудожник з Рівного Олександр ХАРВАТ**.

Серед представлених робіт – й фотографії рівнянки Дарини. – Це фото підбитої техніки, яку в нас виставляли на майдані. Це лише частина моїх робіт, інші виставлені в МБК. Це фото з флешмобу на підтримку Мар'яни МАМОНОВОЇ, яка тоді знаходилася у полоні. У кожного свій фронт, вважаю. І кожен з нас робить свою роботу, наближаючи перемогу. Моя діяльність – це фотографія, – розповідає **Дарина**.

"ТУТ Є ТЕ, ЩО Я ЛЮБЛЮ"

Ще одна подія, яка відбулася 14 жовтня, це відкриття торгового центру HAPPY.MALL, який почав працювати “На Щасливому” (саме поблизу цього торгового центру та всередині й проходив благодійний ярмарок “Разом до перемоги”).

Між іншим, HAPPY.MALL теж освятить митрополит Епіфаній. **Рівнянин Володимир** спеціально змінив маршрут своєї щоденної прогулянки та завітав у HAPPY.MALL, аби оглянути дитячу кімнату HAPPY.PARK. Він – багатодітний батько, тож його саме ця локація цікавить найбільше. Чоловік каже, що особливо відзначив для себе те, що поруч знаходиться кафе, яке поєднане з дитячою кімнатою, а це дуже зручно. Говорить, що

неодмінно прийде зі своїми дітьми до HAPPY.PARK.

А от маленький рівнянин Олег там уже побував, і повертатися додому йому не хочеться, він умовляє маму повернутися знову.

– Тут багато “плейстейшенів”. Мені це подобається. Я дуже люблю грати у комп'ютерні ігри, а тут можна награтися досхочу. Я буду сюди приходити, бо тут є те, що я люблю, – говорить **хлопчик Олег**.

Як розповідає **директорка HAPPY.PARK Оксана**, тут можна не тільки знайти ігрові консолі, які так любить Олег, а ще є батутна зона, лабіринт, кімната для ігор або перегляду кіно, зона автоматів.

А от дорослі можуть знайти у HAPPY.MALL все необхідне – на 10 тисячах квадратних метрів можна придбати усе необхідне. Просто прийшовши у HAPPY.MALL, можна обрати практично будь-який товар. Варто зазначити, що відвідувачі особливо цікавилися магазином Jusk, який найбільший в Рівненській області.

Цікаво було спостерігати за молодою парою, яка прогулювалася, тримаючись за руки.

– Давай підемо до сцени, подивимось концерт? – запропонував юнак.

– Ні-і-і, краще підемо в Jusk, – відповідає дівчина, скеровуючи обох у цей магазин.



ЗІРКИ ПІДТРИМАЛИ БЛАГОДІЙНИЙ ЯРМАРОК

Благодійний концерт поруч із HAPPY.MALL тривав практично цілий день. Крім того, що рівняни могли побачити сучасний броньований автомобіль, на сцені виступав творчий колектив Dance Way, а також виконавці з Рівного. Заходи тривали аж до раннього вечора. Завершував вечір виступ гурту LAUD, який також разом із “На Щасливому”, 14 жовтня, святкував свій день народження. Відомі музиканти теж збиралися вирушити на схід України, аби підтримати людей своїми концертами. Проте, перед виїздом завітали “На Щасливе”, аби підтримати ЗСУ.

Зрозуміло, що через воєнні часи традиційного феєрверка не було, але всі поверталися із натхненним настроєм.

БЛАГОДІЙНА СПІЛЬНОТА

ВІДПОВІДАЛЬНІ  УКРАЇНЦІ

ДОПОМОГА ЗСУ



ОЛЕКСАНДР БЕЗОЩУК

ДОПОМОГА ЗСУ

ВІДПОВІДАЛЬНІ

УКРАЇНЦІ

ДОНАТИТИ ТРЕБА РЕГУЛЯРНО,
а для цього потрібна
ДОВІРА ЛЮДЕЙ!

Олександр БЕЗОЩУК – підприємець, який від початку війни активно включився в підтримку наших військових. Разом з партнерами він заснував спільноту “Відповідальні українці”, яка зібрала більше мільйона на потреби військових. Про саму ідею та напрямки роботи “відповідальних” – читайте в інтерв’ю.



- "ВІДПОВІДАЛЬНІ УКРАЇНЦІ" - ЯК ВИНИКЛА ІДЕЯ СТВОРЕННЯ ТАКОЇ СПІЛЬНОТИ Й ЧОМУ ТАКА НАЗВА?

- На жаль, ця війна надовго. Тому дуже важливо допомагати постійно. А для того потрібні постійні донати. Я задумався, як це краще побудувати і яким чином залучити людей. Тому з волонтером Юрієм Дюгом вирішили запустити тривалий проєкт - благодійну спільноту "Відповідальні українці". Її головна особливість - це регулярність донатів, а як наслідок можливість разом допомагати ЗСУ і через місяць, і через пів року, і через рік.

Чому "відповідальні українці"? Це формулювання видалось нам найбільш підходящим, адже це спільнота українців, патріотів, які регулярно й дисципліновано допомагають своїй країні. Це відповідально і правильно.

- ХТО ЗАСНОВНИКИ ОРГАНІЗАЦІЇ І СКІЛЬКИ ВЖЕ ЗАРАЗ В КОМАНДІ МАЄТЕ ЛЮДЕЙ?

- Засновниками можна вважати перших учасників - тут буде декілька десятків людей. Зараз маємо швидше координаторів - це я та Юрій Дюг. Багато допомагає з івентами Тамара Салімова, щодо підбору й ремонту авто - для нас незамінним є Андрій Біланчук зі своїми хлопцями. Загалом зараз до спільноти долучилось вже більш як 150 підприємців, власників та керівників бізнесу, волонтерів та небайдужих українців з різних міст України, Німеччини, Великобританії, США, Ірландії, Польщі, Литви, Латвії.

- СКІЛЬКИ КОШТІВ ВДАЛОСЯ ЗІБРАТИ І НА ЯКІ ОСНОВНІ ПОТРЕБИ?

- Станом на зараз за три місяці роботи зібрали вже понад 1,2 мільйона гривень. Найбільше на купівлю позашляховиків для ЗСУ. Вже завершуємо придбання та передачу п'ятого за рахунком авто. Також збираємо кошти на ремонт автомобілів, закупівлю планшетів, іншого важливого спорядження. Ми одразу розбили наші фандрейзингові проєкти на три категорії: малі, середні та великі.

- РОЗКАЖІТЬ ПРО ЦІ КАТЕГОРІЇ ДОКЛАДНІШЕ...

- Великі - це купівля авто на ЗСУ. Щомісяця донатять фіксовані суми майже 140 учасників спільноти. Ми ведемо облік всіх надходжень і витрат, щомісячно звітуємо. Ця онлайн таблиця доступна всім учасникам спільноти. Авто передаємо публічно, по документах - ставимо на баланс військової частини. А також рішення про те, кому передаємо авто - спільно визначаємо на голосуванні в наших координаційних групах. Тобто все демократично. Кожен може запропонувати, а більшість вирішує, якій частині допомагатимемо першочергово. Все це описано в правилах, з якими ознайомлюється кожен охочий доєднатися до спільноти.

Менші й середні проєкти робимо під конкретні потреби - ремонт авто, купівля генераторів чи планшетів і таке інше. Звітуємо після закінчення кожного збору.

Звітність робимо для донатерів регулярно й регулярно, адже довіра - це зараз головне. Якщо люди не будуть вірити спільноті - то не будуть донатити регулярно.

- ВИ НЕ ТІЛЬКИ ОРГАНІЗУЄТЕ ЗБОРИ КОШТІВ, А Й ПРОВОДИТЕ ІВЕНТИ. РОЗКАЖІТЬ ПРО ЦЕ.

- Робимо події та заходи не дуже часто, але стараємося зробити їх креативними й такими, щоб запам'ятовувались. Так, у серпні ми провели благодійний ярмарок "Бренди Рівненщини" в Історичному кварталі на пивзаводі, де зібрали на купівлю авто більш як 127 тисяч гривень.

Нещодавно спільно з Рівненським пивзаводом та Народним клубом "Верес" провели благодійну презентацію ексклюзивного пива, де зібрали ще 104 тисячі гривень. У цьому нам багато допомагає Рівненське відділення асоціації ріелторів та небайдужі волонтери.

Також проводимо періодично благодійні футбольні матчі спільно з футбольною академією "Стандарт". Зараз думаємо над новими концептуальними заходами, щоб зібрати більше коштів для ЗСУ.

- ЧИ ЗБИРАЄТЕСЯ ПРОДОВЖИТИ РОБОТУ ПІСЛЯ ПЕРЕМОГИ, ЧИ ЦЕ ЛИШ НА ПЕРІОД ВІЙНИ?

- Чесно кажучи, про це не думали. Адже війна триватиме довго і дуже потрібно допомагати армії - як зараз, так і через півроку-рік. А що після перемоги? Невідомо ще коли вона буде. Та й після того проблеми, в яких варто допомагати, не зникнуть. Треба буде допомагати пораненим військовим в реабілітації, родинам загиблих героїв і так далі. Словом, зараз треба зосередитись на ЗСУ, а далі - побачимо.



“МАРКЕТ МЕБЛІ”: ТУТ МОЖНА ЗНАЙТИ УСЕ НЕОБХІДНЕ, НЕЗВАЖАЮЧИ НА ОБСТАВИНИ

Попри складні історичні події, вітчизняний бізнес продовжує свою роботу. І не тільки утримуючи високий рівень професіоналізму, який напрацювали до повномасштабного вторгнення, але й продовжуючи розвиватися, відкривати нові горизонти.

Один з таких стійких бізнес-проектів – меблевий магазин “Маркет меблі”, який вже більш як 20 років добре знааний у Рівному та поза його межами. Свою активну діяльність він продовжує і зараз, пропонуючи найширший вибір різноманітних товарів для своїх покупців. Відвідавши “Маркет меблі”, можна придбати усе необхідне, аби створити комфорт у своєму помешканні чи робочий настрій в офісі.

Магазин із власним стилем ведення бізнесу

За понад два десятки активної діяльності керівництво та працівники магазину змогли випрацювати особливий стиль ведення власного бізнесу, який тримається на кількох важливих принципах. Перший з них полягає у відповідальному ставленні до всього, що стосується власної справи. Через це реалізуються лише те товари з екологічно чистих та якісних матеріалів. Пропозиції



для покупців обирають, орієнтуючись на сучасні тренди, які уважно відслідковує керівництво та працівники “Маркет меблі”. Уся продукція має сертифікати якості та гарантійний строк.

Варто зазначити, що кожен охочий може отримати консультацію щодо оформлення власного помешкання й навіть замовити унікальний дизайнерський проект, фахівці готові втілити найсміливіші ідеї, у тому числі якщо на їх появу надихнули фото з інтернету.

Разом із “Маркет меблі” можливо умеблювати будь-яке приміщення у найрізноманітнішому стилі, який відповідатиме вашому світобаченню й естетичним переконанням. Експертам та майстрам магазину підвладні будь-які стилі та дизайнерські рішення.

Команда професіоналів “Маркет меблі” не зупиняється у своєму розвитку

Команда магазину не зупинилася у своєму розвитку й нині. Від початку цього року у “Маркет меблі” запровадили кілька важливих нововведень. Зокрема, тепер можна придбати також міжкімнатні двері. А також у продажі з'явився ламінат. Крім того, почала працювати команда майстрів, які займаються внутрішнім оздобленням. Проте, дещо залишилося незмінним – так само можна придбати всі види меблів з різних куточків світу. А ще тут продають найрізноманітніші картини від українських майстрів.

Разом із “Маркет меблі” можна створити помешкання або офіс власної мрії!

Як знайти “Маркет меблі”?

Прийти у магазин “Маркет меблі” за якісними меблями можна за адресами:

**м. Рівне,
вул. Соборна, 430а,
вул. Соборна, 434,
м. Здолбунів-2,
вул. М.Старицького, 7.**

**Номери телефонів:
(0362) 62-14-78,
(050) 375-80-76.**



МИ ПОТРІБНІ УКРАЇНІ ЗДОРОВИМИ!

Стоматолог Володимир ВАСИЛЬЧУК від початку повномасштабного вторгнення допомагає військовим та переселенцям, надаючи безкоштовно стоматологічні послуги. А ще підтримує бойкот російських товарів, які підтримують країну-агресора. Про роботу в період війни та про те, чому лікувати зуби варто тут і тепер – читайте в інтерв'ю.

– З ПОЧАТКОМ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ БАГАТО ЛЮДЕЙ ВІДКЛАДАЮТЬ СВІЙ ПОХІД ДО СТОМАТОЛОГА, ВВАЖАЮЧИ, ЩО ЦЕ НЕ НА ЧАСІ. ЩО ВИ ДУМАЄТЕ З ЦЬОГО ПРИВОДУ?

– Дійсно, багато людей відмовляються від медичної допомоги через відчуття провини, задаючись питанням: “Чи можу я думати про хворий зуб, якщо в країні війна?” Та це неправильно, адже саме на фоні стресу та постійних переживань, в найбільш незручний момент, виникають проблеми з зубами. Про себе нагадують зуби мудрості, тріскає коронка, з'являється карієс, який спричиняє гострий біль, тощо. Не варто чекати, поки дрібні стоматологічні нюанси переростуть в серйозні проблеми. Сьогодні ми потрібні Україні здоровими!

– ЗМІНИЛИСЯ ВИДИ ЗВЕРНЕНЬ ВАШИХ ПАЦІЄНТІВ?

– Кардинальних змін не відбулося. Було певне затишшя у березні, але так було в усіх сферах діяльності. Більшість людей, зазвичай, звертаються в разі гострого болю, і ми ж не знаємо, виникне цей біль 24 лютого чи 10 жовтня. А ось естетичні реабілітації, які можна відкласти на потім, зараз знову набувають популярності в нашому регіоні, аргументуючи це тим: “Коли, як не зараз?”

– ЧИ ОБСЛУГОВУЮТЬСЯ У ВАС ВІЙСЬКОВІ ТА ТЕРИТОРІАЛЬНА ОБОРОНА? ДІЮТЬ ДЛЯ ЦЬОЇ КАТЕГОРІЇ ЗНИЖКИ?

– Військовим та бійцям тероборони з початку війни надаю невідкладну стоматологічну допомогу безкоштовно. Це стосу-



ється і переселенців, які мають документ реєстрації з ЦНАПу. Сьогодні попит на стоматологічні послуги найбільший у бійців, які повернулися з гарячих точок, адже там немає нормальної води, у них стрес і зуби просто псуються.

– БАГАТО РОСІЙСЬКИХ БРЕНДІВ ПОКИНУЛИ УКРАЇНСЬКІ ТОРГОВІ ПОЛИЦІ. ЯК ЩОДО СТОМАТОЛОГІЧНИХ ТОВАРІВ?

– Ті, які покинули, про них і не варто згадувати. А от що робити з тими, які досі продаються в Україні? Свідомо не купувати! Так, ми звикли до них, можливо, вони бюджетні або ж просто від них є ефект, проте таким чином ми спонсоруємо країну-агресора. Splat, Новий Жемчуг, Лесной бальзам, Дракоша, R.O.C.S., Biomed, Асепта Plus, Colgate з рф, тощо – торгові марки, про які варто забути.

У деяких регіонах на місцевому рівні рекомендували магазинам маркувати товари російського виробництва та забрати їх з прилавків біля кас. Однак це не вимога, а лише рекомендація. Хто користується Telegram, то там є бот, який повідомляє про бренди та компанії, які працюють на ворога. Для цього потрібно лише надіслати назву товару у бот @BoycottRussiaBot.

– А САНКЦІЇ ВПЛИНУЛИ НА ВАШУ СФЕРУ ДІЯЛЬНОСТІ?

– Мені здається, що не має жодного напрямку, який залишився непідсанкційним. Результати, власне, ми можемо читати з новин. Приміром, різкий стрибок цін на зубну пасту зафіксовано в оренбурзі. Паста Colgate там подорожчала у понад два рази, хоча дефіциту продукції на полицях не спостерігається.

– ЧОГО ЗИЧТЕ НАШИМ РІВНЯНАМ?

– Що можна побажати у такий час? Лише миру. Дякуємо та підтримуємо тим, хто його нам приносить – нашим хлопцям з ЗСУ.

VASYLCHUK DENTAL STUDIO

м. Здолбунів, вул. Незалежності, 20

Рівненська обласна клінічна лікарня ім. Ю.Семенюка

м. Рівне, вул. Київська, 78 (корпус 3)

+38 093 383 31 36

 Володимир Васильчук

 dr_vasylchuk



Медикinja з Рівненщини МАМОНОВА ВПЕРШЕ ПОКАЗАЛА ДОНЕЧКУ

Звільнена з полону медикinja Мар'яна Мамонова вперше показала донечку Анну під час професійної фотосесії. Разом з чоловіком вони провели першу фотосесію з новонародженою дівчинкою, яка з'явилася на світ 25 вересня.

Авторка світлин - фотограф Антоніна Матвійчук, яка професійно займається фотосесіями для новонароджених.

Нагадаємо, Мар'яна Мамонова вагітною перебувала у російському полоні понад чотири місяці. 21 вересня її звільнили, а вже 25 жінка народила дівчинку у Волинському обласному перинатальному центрі.



Тетяна ВИГОВСЬКА: СЬОГОДНІ Я ТАМ, ДЕ МАЮ БУТИ

Рівненський косметолог й експерт компанії "Лазерхауз" Тетяна ВИГОВСЬКА уже не перший рік працює в індустрії краси. Спеціально для журналу "РІВНЯНИ" вона розповіла про закулісся своєї професії, за що любить свою роботу й чому пацієнти довіряють саме їй.

- ЯК ДАВНО ВИ ПРИЙШЛИ ПРАЦЮВАТИ У СФЕРУ КОСМЕТОЛОГІЇ ТА З ЧОГО ВСЕ ПОЧИНАЛОСЯ?

- Моя стежка в "собор краси" розпочалася з випадковості. Але, як кажуть, випадковостей просто так не буває. Після закінчення Запорізького медуніверситету я працювала клініцистом і сумісно у фармацевтичній компанії. На своєму професійному шляху я зустрічала багато нових і цікавих людей, але розуміла, що це все було не моє... Не моє і крапка. Настав період, коли мене перестало влаштовувати все! Саме тоді моя добра подруга подала резюме в компанію, де я згодом розцвіла як один із найкращих косметологів. Це був шлях упродовж майже 8 років, і я ні про що не шкодую. Сьогодні я там, де маю бути. Працюю в колективі найкращих спеціалістів "Лазерхауз". Той, хто був у мене на прийомі, мав у цьому переконатися.

- У ЧОМУ, НА ВАШУ ДУМКУ, СЕКРЕТ КРАСИ?

- Сьогодні краса - поняття відносне. Насамперед кожна людина має поважати себе і сприймати такою, як вона є. Красива людина душею, позитивною думкою, щирістю, почуттями та цінностями. Звичайно, зовнішність також відіграє велику роль, бо передусім нас сприймають візуально, а вже тоді ми відкриваємось як особистість. Тому ми не маємо права губити молодість у той час, коли існують всі необхідні інструменти для її підтримання. А секрету не існувало й не існує. Любов, повага і чесне ставлення до себе.

- ЯКІ СУЧАСНІ МЕТОДИ ВИ ЗАСТОСОВУЄТЕ В КОСМЕТОЛОГІЇ?

- Так вже складається, що косметологія має полягати у превентивності. Серед методик обов'язково має бути комплексний підхід. Усі методи та протоколи, які я застосовую - сучасні й ефективні. Головне - злагоджена робота цілого колективу, а не лише моя, як косметолога. У клініці "Лазерхауз", де я працюю, завжди новітні методики, найкращі сертифіковані апарати і препарати, якісна космецевтика. Тут наявні й апаратні методики, і там де потрібно - ін'єкційні, можливо призначене обстеження і надалі лікування, а також загальні доглядові процедури. У жодному разі не присутня продукція й апарат, які не мають належних сертифікатів і не були протестовані на результат. Ось це гарант якості, який дає компанія і я, як її експерт.

- ЧОМУ КЛІЄНТИ ДОВІРЯЮТЬ САМЕ ВАМ?

- Я чесна й відверта зі своїми пацієнтами. Завжди можу підтримати, допомогти і, що важливо - не нашкодити! Є любов і повага до кожного. Я віддаю усі знання, які я збираю по світу, і це відчувається. Неодноразово мені казали: "Тетяно Антонівно, у вас очі горять, коли ви працюєте зі мною, помітно, що ви любите те, чим займаєтесь". Ось це те, що хоче

чути кожен спеціаліст, який поважає себе і свою роботу - вдячність.

- ЧИ ІСНУЮТЬ ЯКІСЬ НЕХИТРІ ПРАВИЛА, ЩОБ ТРИМАТИ ШКІРУ В ТОНУСІ Й ГАРНОМУ СТАНІ?

- Тут коротко, лаконічно і зовсім не хитро - правильно підібраний домашній догляд! Зокрема, має бути якісне очищення, зволоження чи живлення та фактори захисту шкіри. Це все. Далі за потреби робота з "комфортним" кваліфікованим косметологом.

- ЧОМУ ВІЗИТ ДО КОСМЕТОЛОГА - ЦЕ ВАЖЛИВО?

- Як казала Моніка Беллуччі: "Бути гарною в 20 - це природно. Але коли ви гарні в 35 або 45 років - це вже життєва позиція". Ось і вся відповідь про важливість косметолога у житті жінки чи чоловіка.

- ЩО ВИ МОЖЕТЕ ПОРАДИТИ НАШИМ ЧИТАЧАМ?

- Одна з кращих порад, яку мені коли-небудь давали: "Не приймай критику людей, до яких ти не підеш за порадою". А ще, ніколи не втрачайте віри в себе і займайтесь тим, що вам до вподоби.

📍 вул. Гетьмана Мазепи, 3

☎ 093 177-0241

📄 doc_vigovska





Весільний та сімейний фотограф

Кузічкіна Надія

+38 096 80 22 910

📸 *nkuzichkina*

www.kuzichkina.com

ОКСАНА ТРЕТЯК: “Я ЛЮБЛЮ ЛЮДЕЙ І БАЖАЮ СЛУЖИТИ ЇМ!”

Клінічний психолог Оксана ТРЕТЯК працює з людьми та знайшла призначення в допомозі їм. Зараз, у час війни, вона особливо розуміє важливість своєї професії чи то покликання. Адже для перемоги потрібні не тільки фізичні, а й моральні, духовні сили. Про це та інше – читайте в ексклюзивному інтерв'ю для журналу “РІВНЯНИ”.

- ПАНІ ОКСАНО, РОЗКАЖІТЬ, ДЕ ВИ НАВЧАЛИСЯ І ЧИ ПРОДОВЖУЄТЕ ЗДОБУВАТИ НОВІ ЗНАННЯ ДАЛІ?

- За спеціальністю я клінічний психолог, навчалася в Рівненському державному гуманітарному університеті й закінчила його у 2008 році. Після того була учасником багатьох сертифікованих програм, у тому числі “Практичне консультування”, пройшла навчання в напрямку “Тілесно-орієнтованої терапії”. Зараз продовжую навчатися у Київському гештальт-університеті. Адже переконана, що вдосконалюватися потрібно постійно.

- ЯК ПРИЙНЯЛИ РІШЕННЯ СТАТИ ПСИХОЛОГОМ?

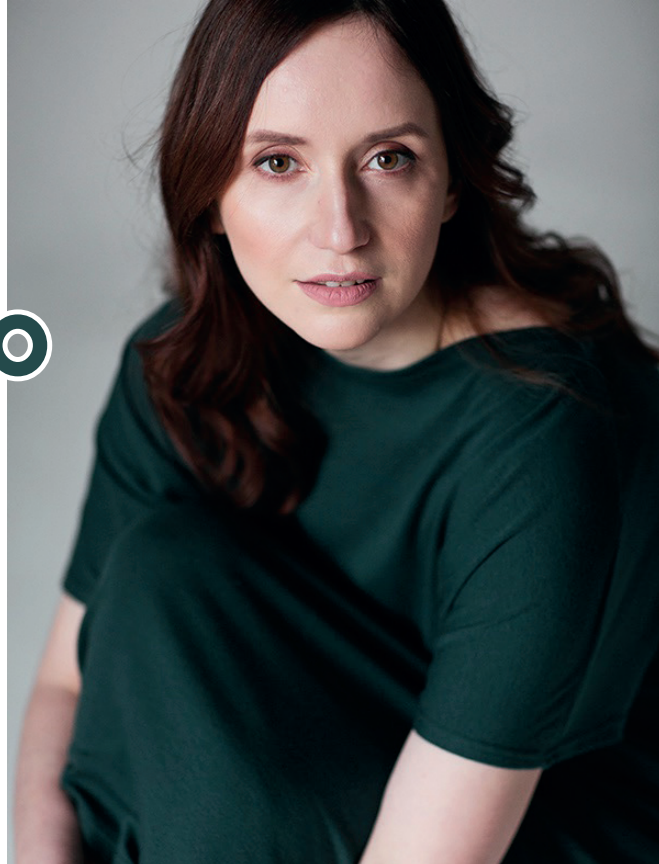
- Я завжди знала, що хочу працювати з людьми. Мені дуже подобається контакт з людьми, подобається співпраця. Перша моя освіта – медична, але медична галузь не дала мені повного задоволення роботою, бо мені завжди хотілося розуміти людину глибше, ніж на рівні проблем тіла. Я справді люблю людей і завжди вбачала своє призначення у служінні їм. Можу сказати, що в мене є талант до емпатії та співпереживання. Тому отримую багато задоволення від причетності до тих моментів, коли мої клієнти змінюють якість свого життя. Відчуваю гордість, що можу бути дотичною до збільшення кількості барв у житті моїх клієнтів.

- ЯК ДАВНО ВЕДЕТЕ ПРИЙОМ І ЧИ ПРАКТИКУЄТЕ ПРИЙОМ ОНЛАЙН?

- Я досить давно веду приватну практику і працюю з клієнтами, які проживають в Рівному, інших містах України та за кордоном. І це велике щастя, що сучасні технології дозволяють працювати наживо і онлайн. Мені особисто підходять обидва способи роботи: інколи людині необхідне живе спілкування, відчуття живої справжньої людини перед собою. А інколи людина набагато швидше входить в контакт й отримує бажаний результат, коли знаходиться у власному безпечному середовищі.

- ЯК ВПЛИНУЛА ВІЙНА НА ВАШУ РОБОТУ? З ЯКИМИ ЗАПИТАМИ ПОЧАЛИ ЗВЕРТАТИСЯ ЛЮДИ?

- Абсолютно всі люди тим чи іншим чином є постраждалими від війни, навіть ті, які не є напряду причетними до бойових дій, не стикалися з обстрілами. Підвищений рівень напруги переживають абсолютно всі, і я думаю, що лікувати наслідки війни ми будемо ще багато років по її завершенні. Вже зараз спостерігається, і я особисто з цим стикаюся, що запити клієнтів починають змінюватися. Якщо на початку війни ми багато працювали зі страхами, панікою, розгубленістю, адаптацією до нових реалій, то зараз на передній план вийшли міжособистісні стосунки: стосунки у парах, стосунки батьків та дітей, чоловіків і жінок, колег, родичів, друзів. Ці люди є найближчим колом спілкування, і саме тому їм найбезпечніше виливати своє невдоволення, емоційну напругу, надлишок емоцій. Великим плюсом на сьогодні є доступ психотерапії людям.



- А ЯК БУЛО ДО ВІЙНИ?

- До війни спостерігалась деяка тенденція, коли клієнти зверталися не з якоюсь проблемою, а з бажанням самодослідження, з бажанням пізнати себе, розібратися у своїх потребах, цінностях, розширити своє уявлення про себе. Зараз же відбувається деякий відкат назад, на передній план все ж виходять проблеми. Для мене це говорить про те, що наше суспільство виходить на новий якісний рівень розвитку.

- ДЛЯ ВАС ПСИХОЛОГІЯ – ЦЕ РОБОТА, ЧИ ВСЕ Ж ПОКЛИКАННЯ?

- Психологія – це унікальний напрям роботи і психолог – це особлива професія, мені навіть важко назвати це роботою. Щоб стати психологом, необхідно розширити своє світосприйняття. Це стиль життя, і я, як психотерапевт, працюю не інструментами, а собою. Тобто кожну консультацію я живу життя клієнта, розділяю його життєві ситуації, емоції, труднощі, кризи, радощі, успіхи. На це затрачається велика кількість власного ресурсу, тому це справді має бути покликом душі. Моє переконання, що психологом має працювати той, хто просто не може цього не робити.

- ЧИ ПРАКТИКУЄТЕ ВИ РОБОТУ В ГРУПАХ У ПРАКТИЦІ Й КОМУ ЦЕ НАЙБІЛЬШЕ ПІДХОДИТЬ?

- Дуже багато людей бояться осудження, і їхні власні переживання часто є не вираженими, оскільки здаються їм дріб'язковими, недостатньо масштабними. І якраз робота у групах є тим безпечним простором, де можна бути собою. Я дуже люблю групові взаємодії. Терапевтична група – це маленький соціум, куди ми несемо всі свої поведінкові звички, автоматизми, і в цьому безпечному просторі з'являється шанс ризикнути проявитися якимось новим, незвичним для себе чином.

Ми всі пов'язані між собою і можемо допомагати одне одному. Не потрібно терпіти те, що можна вирішити. Наше спільне завдання – не тільки вистояти в цей кризовий час, а й мати сили фізичні, емоційні та ментальні, щоб відновлювати нашу прекрасну Україну!

+38 098 579 0807

📍 oksana_tretyak_psycholog



торговий дім ВИНА СВІТУ



ТРИМАЄМО СТРИЙ, ПРАЦЮЄМО НА ПЕРЕМОГУ!

Так, беззаперечно, ми нині маємо надзвичайно складний час війни. Але навіть в таких умовах економіка мусить працювати, а люди мають отримувати якісні продукти та товари.

Саме тому фірмовий магазин Вина світу ні на день не спинив свою роботу. Тут продовжують імпортувати для вас найкращі іноземні товари кращої якості з практично усіх країн Європи за гарними цінами.

І разом з тим, мережа постійно підтримує й українських виробників, які представлені у Вина світу в широкому асортименті, щоб ви точно змогли обрати щось собі до смаку. Бо ж зараз так хочеться підняти келих одеського вина чи шампанського і звісно ж випити за нашу перемогу.

*Тримаємо економічний фронт!
Запрошуємо відчутти смак якості
у Вина світу!*

вул. Гагаріна, 186
вул. Чорновола, 98а
+38 067 641 76 70
@vinasvitu_rivne



НАДМІРНЕ ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ
ШКОДИТЬ ВАШОМУ ЗДОРОВ'Ю

ВОНА ЗНАЄ, ЯК СТВОРИТИ ІСТИННУ КРАСУ

Анастасія КРАВЧЕНКО – косметолог, а ще майстер перманентного макіяжу, яка точно знає, як зробити все, щоб ви виглядали просто неперевершено. Про те, як поєднати ці сфери та які риси важливі в її професії – читайте в ексклюзивному інтерв'ю для журналу "РІВНЯНИ".

- АНАСТАСІЄ, РОЗКАЖІТЬ ПРО СЕБЕ. ДЕ НАВЧАЛИСЯ, ЯКУ ОСВІТУ ЗДОБУЛИ?

– У 18 років батьки допомогли мені вступити до університету в Європі. Окремо хочу подякувати моїй Мамі за стимул та натхнення в моїй сфері діяльності. Закінчила навчання у Варшаві, здобула спеціальність дерматокосметолог. Крім того, я ще майстер перманентного макіяжу. Закінчила художню школу, тому вмію бачити красу з естетичної та художньої точки зору. Кожна людина прекрасна, але майстер може по-особливому це підкреслити.

- ЗАРАЗ ПОСЛУГИ ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГІВ НА ПІКУ ПОПУЛЯРНОСТІ. ЧОМУ, НА ВАШУ ДУМКУ, ЗАРАЗ ТАКИЙ ПОПИТ НА ЦЕ?

– На мою думку, косметологія зараз на піку популярності, тому що зовнішність – це візитна картка кожної людини, особливо для жінки. Тому індустрія краси стрімко розвивається, жінки з кожним днем хочуть бути все гарнішими та привабливішими не тільки для себе, а й для соціуму!

- ЯКІ ПОСЛУГИ САМЕ ВИ НАДАЄТЕ І ЯК ВДАЄТЬСЯ ПОЄДНУВАТИ РІЗНІ СФЕРИ?

– Я займаюсь косметологією та перманентним макіяжем. Знаю, ці сфери тяжко поєднати, але саме в них я знайшла своє покликання. А коли людина отримує задоволення від своєї професії – це означає, що вона на своєму місці та приносить користь і щастя людям навколо себе.

Коротко про косметологію та перманентний макіяж:

Сучасна косметологія – це наука, яка гармонійно поєднує в собі як апаратні методики, так ін'єкційні. Сьогодні на прийомі у косметолога можна усунути практично будь-які шкірні проблеми, недосконалості шкіри та вікові зміни.

Перманентний макіяж – це внесення пігменту під верхній шар дерми за допомогою голки. Тобто, по суті, це довготривалий мейкап, що не змивається і може триматися в середньому від року до двох. Технічно перманентний макіяж дуже схожий на татуаж, але є відмінності. Татуаж передбачає більш глибоке проникнення голки під шкіру: це забезпечує щільніше забарвлення,



і його складно потім позбутися. При процедурі перманентного макіяжу голка проникає не так глибоко, тому це менш болісно та має ніжніший, натуральніший вигляд.

- ЧИ БУЛИ ВИПАДКИ, КОЛИ ВИ ВІДМОВЛЯЛИ ПОТЕНЦІЙНИМ КЛІЄНТАМ У НАДАННІ ПОСЛУГ ТА ЧОМУ?

– Були випадки, коли приходять молоді дівчата й хочуть зробити все, щоб швидше змінити свою зовнішність. На жаль, я не всі процедури рекомендую робити з 20 років, тому деяким відмовляю, коли бачу, що клієнту це не потрібно. Адже моя мета – "Не зашкодити та не спотворити, а зробити краще з максимальною безпечністю для людини!"

- ЯК ЗНАЙТИ ПІДХІД ДО КЛІЄНТА? МАЄТЕ СВОЇ, ОСОБЛИВІ СЕКРЕТИ?

– Вважаю, якщо спеціаліст має досвід, професійні знання, хорошу енергетику та вміння комунікувати з різними людьми, то підхід буде легко знайти до кожного.

- І НА ЗАВЕРШЕННЯ: ЩО, ОКРІМ ПРОЦЕДУР, РОБИТЬ ЖІНКУ ДІЙСНО ПРЕКРАСНОЮ?

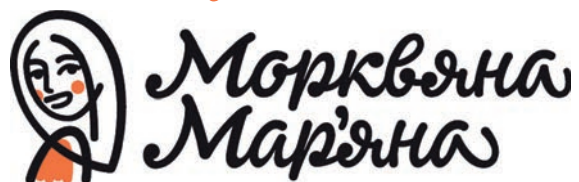
– Насправді жінку робить гарною ЛЮБОВ та ТУРБОТА коханої людини. А в матеріальному світі – косметолог та догляд за собою, тому запрошую. Будемо разом творити красу!

+38 067 49 049 33

© anastasia_kravchenko



Смакуй життя з



В холодну пору року зігріває любов, обійми і запахи какао.

Запрошуємо отримати порцію теплих емоцій від наших новинок: класичного, горіхового та карамельного какао і ніжних сінабонів на основі масляної французької слойки з шоколадом або корицею та поливкою з маскарпоне.

П.С. Традиційно виготовляємо торти в індивідуальному оформленні та кенді бари на весілля, день народження, хрестини та інші свята за попереднім замовленням.



**Чекаємо тебе
в наших кондитерських
у місті Рівне:**
Мазепи, 30
Чорновола, 60
Коновальця, 2
тел.: +38 068 385 72 31

НАШЕ МЕНЮ



АЛІНА КАНЕВСЬКА:

У ПРІОРИТЕТАХ В МЕНЕ – НЕ МАТЕРІАЛЬНИЙ БІК МОЄЇ ДІЯЛЬНОСТІ, А ЛЮДЯНІСТЬ

Майстер з волосся Аліна КАНЕВСЬКА розповіла спеціально для журналу "РІВНЯНИ", чому клієнти їй довіряють та що робити для того, щоб своїм волоссям можна було пишатися.

– ЧОМУ ПРОЦЕДУРИ З ДОГЛЯДУ ЗА ВОЛОССЯМ НАБРАЛИ ТАКОЇ ПОПУЛЯРНІСТІ ЗА ОСТАННІЙ ЧАС?

– Дівчата завжди хочуть виглядати доглянутими, а волосся – найперше, на що звертають увагу люди. Підтримувати здоров'я та красу шевелюри в домашніх умовах непросто. Навіть правильно підібравши комплекс косметичних засобів вдома, ми не завжди можемо сподіватися на відновлення пошкоджень, блиск, еластичність та пружність. Оскільки типи волосся є різними, то й домашній догляд впливає на нього по-різному. Часто в таких ситуаціях ми так і лишаємося без ефекту. Нам знову і знову впадає в око розпушеність, закуйовдженість, кучерявість. Саме тому процедури для візуалу все більше користуються попитом.

– ЯКІ ПРОЦЕДУРИ НАЙБІЛЬШЕ РОБЛЯТЬ ДІВЧАТА?

– Зараз дівчата більше за природність і хочуть зберегти свою структуру волосся. Зміцнити, наповнити, зволжити, надати блиску та еластичності – допомагає "реконструкція волосся". Найчастіше це необхідно після невдалих та довгих років фарбувань, хімічних завивок, неправильного догляду. Ботокс та кератин сюди не входять, оскільки вони впливають на випрямлення волосини, а нам потрібно зберегти її цілою, відростити та відновити. Для цього ми починаємо працювати в кожному шарі волосини в 3 етапи: амінокислоти, ліпіди, протеїни.

– ЗАРАЗ ХОРОШИЙ МАЙСТЕР – ЦЕ НЕ ЛИШЕ ТОЙ, ХТО ДОБРЕ РОБИТЬ СВОЮ СПРАВУ, А І ТОЙ, ХТО СТВОРЮЄ ДЛЯ КЛІЄНТА КОМФОРТНІ УМОВИ. НА ЯКІ ПЕРЕВАГИ МОЖУТЬ РОЗРАХОВУВАТИ ЛЮДИ, ЩО ЙДУТЬ ДО ВАС НА ПРОЦЕДУРУ?

– До мене йдуть тому, що я завжди кажу правду. Якщо людині не можна робити процедуру – ми її не робимо. У пріоритетах в мене – не матеріальний бік моєї діяльності, а людяність. Усіх грошей на світі не заробиш, а усмінені й задоволені клієнти – це завжди приємно. Я не лише роблю свою роботу, а й даю поради з догляду. Колись я вчилася в медичному коледжі, де за своєю правилами – "НЕ НАШКОДИТИ". Хоч я зараз не медик, але в моїй роботі воно теж діє.

– ЧОМУ ВАШІ КЛІЄНТИ ЛЮБЛЯТЬ ПОВЕРТАТИСЯ ДО ВАС?

– Тому що я ставлюся до своєї роботи з душею. Клієнти йдуть вдруge лише до майстра, якому довіряють. А за роки моєї діяльності довіри до мене багато. Люди кажуть, що зі мною легко та комфортно. Часто після п'яти годин у кріслі я чую від клієнок те, що цей час промайнув дуже швидко. Це й не дивно – теплі розмови за чашечкою чаю чи кави, а також зі смаколиками, люблять всі.

– ЯКІ ВІДГУКИ ПРО СВОЮ РОБОТУ ВИ ЗАЗВИЧАЙ ОТРИМУЄТЕ? ЩО НАЙБІЛЬШЕ ПОДОБАЄТЬСЯ КЛІЄНТАМ?

– Після процедури кожна клієнтка дивиться на себе у дзеркало із захватом. Як правило, говорять: "Вау, це моє волосся? Його просто не впізнати! Дякую, ти справжня фея!". Коли я отримую повідомлення, вони завжди починаються з: "Добрий день, хочу писатися до вас на процедуру. Мені вас



порекомендували. Мене попереджали, що через великий потік клієнтів потрапити до вас складно. Це показник того, що ви дійсно чудовий майстер".

– ЩО ПОРАДИТЕ ЛЮДЯМ, ЯКІ ХОЧУТЬ ПОКРАШИТИ СВОЄ ВОЛОССЯ, АЛЕ НЕ МОЖУТЬ НАВАЖИТИСЯ?

– Прийдіть на консультацію, поспілкуйтеся з майстром, розкажіть всі свої страхи та скарги на стан волосся. Я маю клієнок, які роками виношували думку про процедуру. Це рішення має бути виваженим. Я ніколи не вмовляю клієнта, а навпаки запитую: "Чи ви цього хочете? Чи вам це потрібно?". Є люди, які потрапляють до недобросовісних майстрів і бояться наважитися знову. Я часто чую від клієнтів: "Я була не в того майстра. Як добре, що я знайшла тебе!".

oh my hair
студія краси твого волосся

+38 098 507 95 35

Instagram icon kanevska_ohmyhair





ЗІРОЧКА РІВНОГО – Аделіна Окладова

Неймовірно працююча та талановита рівнянка Аделіна Окладова з 4 років розвиває вокальні здібності, декламує вірші.

Весь день юної зірочки розписаний майже по хвиликах. Аделіна відвідує театральну школу, музичну школу, художню школу, а також додаткові уроки з англійської мови.

Завдяки такій завнятій праці вона має низку досягнень, серед яких:

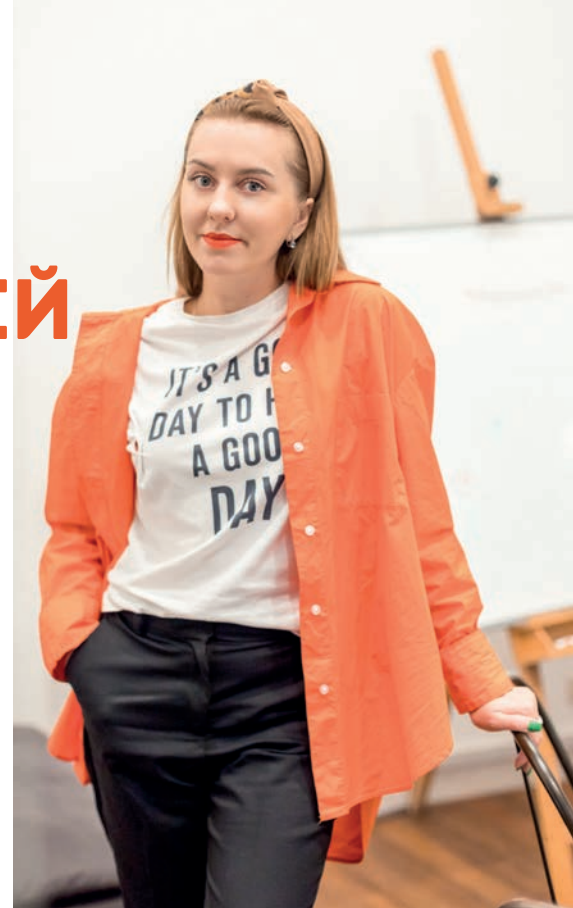
- Стипендіатка міського голови
- Увійшла до складу «100 успішних дітей України»
- Отримала перемогу в номінації «Краща жіноча роль» на Одеському театральному фестивалі.
- Переможниця багатьох Всеукраїнських та Міжнародних вокальних фестивалів-конкурсів.
- Відео з піснями, у виконанні Аделіни, набирають тисячі, а іноді навіть мільйони переглядів у соціальних мережах.

Зичимо юній та талановитій Аделіні подальших успіхів. Сяй, наша зірочко!



НАЙБІЛЬШЕ В СВОЇЙ РОБОТІ Я ЛЮБЛЮ ДІТЕЙ

Віталія Гавриш



Ексклюзивна розмова з психологом-логопедом Віталією ГАВРИШ. Фахівчиня розповіла журналу "РІВНЯНИ", за що любить свою роботу, як допомагає дітям та як планує розвивати свою унікальність далі.

ЧОМУ ВИ ОБРАЛИ САМЕ ТАКУ ПРОФЕСІЮ?

Я цікавилася психологією ще з дитинства і вважаю, що її потрібно вводити в школі як повноцінний предмет. Знати, як бути хорошою мамою, дружиною та щасливою людиною – це те, що необхідно для життя. Логопедію я почала вивчати дещо пізніше, тому що бачила гостру нестачу фахівців, які поєднують в собі й ту, і ту галузь. Я стала таким фахівцем.

ЩО НАЙБІЛЬШЕ ЛЮБИТЕ У СВОЇЙ ДІЯЛЬНОСТІ?

Найбільше у своїй роботі я люблю дітей. Найкраще для мене – це бачити їхні результати та успіх. Також мені подобається те, що я маю можливість не лише вчити, але й навчатися. Діти – найкращі вчителі щирості, безпосередності та любові.

У ЧОМУ ВАША УНІКАЛЬНІСТЬ ЯК ФАХІВЦЯ? ЧОМУ ЛЮДИ ЗВЕРТАЮТЬСЯ САМЕ ДО ВАС?

Моя унікальність – якраз-таки в тому, що я і психолог, і логопед. А також в тому, що насамперед фокусується на дитині й не закликаю ходити до мене. Я наголошую батькам, що вони мають знайти не просто дипломованого фахівця, а людину, яка буде подобатися дитині. Мене часто рекомендують іншим та приводять своїх наступних дітей. Бували випадки, коли після роботи з дітьми батьки теж записувалися до мене.

РОЗКАЖІТЬ НАЙБІЛЬШ ВРАЖАЮЧУ ІСТОРІЮ ЗА ЧАС ВАШОЇ РОБОТИ. МОЖЛИВО, Є ЩОСЬ, ЩО ЗМУСИЛО ВАС ПЕРЕЖИВАТИ СИЛЬНІ ЕМОЦІЇ ТА ЗМОТИВУВАЛО ДО БІЛЬШИХ ЗВЕРШЕНЬ?

Найсильніші емоції я відчуваю тоді, коли кажу батькам, що розвиток їхньої

дитини йде не в тому руслі. Адже всі сприймають це по-різному. Хтось ставиться з розумінням, хтось усвідомлює не відразу і втрачає час.

У мене є багато історій про дітей, що лишили слід в моєму серці. Перша історія – про двох рідних братиків, один з яких мав аутизм, інший – затримку мовлення. Їхня мама померла. У таких випадках стараюся дати дітям материнську любов і ласку.

Також в мене є дівчинка-аутист, з якою я працювала кілька років. Її мама теж померла, пів року тому. Я розуміла, що я для неї дуже близька, тож хрестила її, й зараз вона для мене як рідна донька. Тепер я можу давати поради не лише як фахівець, а і як мама, що переживає ці проблеми на власному досвіді. Часто батьки ловлять на собі погляди людей, які не знають про аутизм і думають, що діти просто невиховані. Я вчу їх не боятися цього.

ЯКІ МЕТОДИ НАЙБІЛЬШ ЕФЕКТИВНІ В БОРОТБІ З МОВНИМИ ДЕФЕКТАМИ?

Я виділяла б один. Варто просто комплексно підходити до корекції мовлення, корекції психомовних дефектів. Багато залежить від батьків, від виконання домашніх завдань. Перш ніж усувати проблему, потрібно усунути її причину. Мовний розвиток дитини пов'язаний не лише з психологічним розвитком, а й з фізіологічним; загальною, дрібною моторикою. Є багато дій, які батьки можуть виконувати самостійно, аби допомогти дитині.

ВИ РОЗРОБИЛИ БІЗНЕС-ПЛАН ТА ХОЧЕТЕ ВІДКРИТИ СЕНСОРНІ КІМНАТИ. ХТО МОЖЕ ДОЛУЧИТИСЯ ДО ЦІЄЇ СПРАВИ ТА ЯК САМЕ?

Я зіштовхнулася з тим, що в нашій місті мало належних центрів для

дітей з особливими потребами. Саме тому планую відкрити сенсорні кімнати. Війна внесла свої корективи у цю справу, але я і надалі шукаю спонсорів для її реалізації. Основна ідея полягає в тому, щоб створити простір не лише для дітей, а й для мам, аби вони розуміли, що вони не самотні зі своєю проблемою. Я мрію зробити це тим, чого в Рівному ще не було: світла та темна кімнати з іграшками, відповідною технікою та фахівцями.

ЧОМУ САМЕ ЛОГОПЕД-ПСИХОЛОГ Є НАЙКРАЩИМ ФАХІВЦЕМ ДЛЯ РОБОТИ З ДІТЬМИ?

У психології є багато технік: арттерапії, ігрові, терапевтичні. Якщо фахівець має це все у своєму кейсі, він завжди буде затребуваним. Трирічну дитину не можна змусити просто виконувати вправи, їй потрібна ігрова форма. Це розуміє та застосовує на практиці саме психолог-логопед.

м. Рівне,
вул. Грушевського 2к, оф. 207
+38 068 013 07 63

© vitaliay_y_dzerkali_
f Віталія Гавриш



Робота з дітками
з особливими освітніми
потребами –

МОЯ МРІЯ ТА ОСОБИСТА МЕТА

Анастасія АНТОНЮК не зі слів знає про потреби дітей з особливими освітніми потребами, тому прагне допомагати таким дітям, як і вона. Її мрія – постійний саморозвиток та праця на благо дітей. Саме з цим вона успішно справляється і вже має свої перші успіхи. Пряма мова – далі.

– За спеціальністю я логопед-дефектолог, зараз тільки розпочинаю свою практичну діяльність. Вибір професії – моя здійснена мрія. У майбутньому я планую створити власний освітній простір, де зможу зробити дітей з особливими освітніми потребами соціалізованими у цьому суспільстві. Адже я й сама є особистістю з особливими освітніми потребами. Тому це для мене має особливе особисте значення. Втілення моєї великої мрії я розпочинаю з маленьких кроків. Нині працюю асистентом вчителя у рівненському ліцеї. Ця робота – хороший старт у моїй професії, адже у ній є багато того, що перетинається з логопедією.

– Я – молодий спеціаліст, який лише розпочинає свою роботу і робить це у воєнний час, а це має свої особливості. А започаткувала свою приватну практику, так зване логопедичне репетиторство, коли навчалася на другому курсі університету. Стартувало все з підготовки до школи дітей 5-7 років. Це був дуже крутий досвід, який став класним підробітком для мене, дав зрозуміти, чи дійсно хочу працювати за спеціальністю.

– З початком повномасштабної війни я почала надавати онлайн-консультації для батьків та психологічну допомогу для дітей та підлітків, адже отримала хорошу базу в університеті не лише з логопедії, а й з психології.

– Наразі працюю з корекцією звуковимови, займаюся підготовкою до школи, комплексно працюю з дитиною з особливими освітніми потребами. Крім того, у мене є можливість надавати онлайн-консультації. На відміну від очних консультацій, онлайн-консультації мають певні свої особливості. Якщо це консультація з батьками про дитину і її мовлення, то робота будується за таким принципом: батьки описують запит, тобто питання, з яким до мене звертаються, а я, вивчивши цей запит, даю батькам пораду. Але наголошую, що найкраще для батьків не самолікування, а звернення до спеціалістів. І тоді вже пропоную свої послуги.

Якщо говорити про онлайн-взаємодію з дитиною, то для логопеда-початківця цей варіант я особисто вважаю неак-



туальним. Адже комунікувати з дитиною, не маючи можливості до неї доторкнутися й допомогти, буде мегаскладно. Це не буде давати бажаного результату. Простіше кажучи, для онлайн-взаємодії з дитиною потрібен досвід і величезна наполегливість. Такого досвіду у мене поки що немає.

– Але моє життя – не тільки робота. Найбільше моє хобі – це заняття з вокалу у студії Марії-Злати. Для мене спів – це можливість наповнитися енергією та силою для звершень. А також просто розслабитися, випустити негативні емоції у безпечний спосіб. Оскільки робота вчителя доволі енергозатратна, має бути щось, звідки ти черпаєш енергію. Для мене це спів.

– Нещодавно я почала вести свій блог в інстаграмі. Мій Instagram blog – це ще одна величезна улюблена частина життя, який вже чотири роки. Взагалі мій блог з'явився випадково, через нездійснені журналістські амбіції та потік творчої душі. Це був своєрідний спосіб позбутися своїх комплексів і відкритися світу, прийняти себе справжньою.

097 543-2541

 [anastasiia__antoniuk](https://www.instagram.com/anastasiia__antoniuk)

Бажаю нашим читачам не припиняти вірити у нашу перемогу, як би часом це важко не було.

Допомагайте людям, працюйте, якщо маєте можливість, вірте у ЗСУ, допомагайте їм. І все буде Україна!

Оксана СТРАТОВИЧ:

Я відкрила магазин, аби робити дівчат ще кращими

Власниця магазину жіночого одягу Moda Sana **Оксана СТРАТОВИЧ** розповіла в ексклюзивному інтерв'ю журналу "РІВНЯНИ", чому дівчатам важливо красиво одягатися, як одяг впливає на нашу впевненість та які речі зараз у тренді.

- З ЯКОЮ МЕТОЮ ВИ ВІДКРИЛИ МАГАЗИН ОДЯГУ MODA SANA?

- Насамперед, я відкрила магазин, аби робити дівчат ще кращими. Також мені завжди був цікавий "модний напрямок". Хотілось відкрити магазин з цікавими речами як для себе, так і для інших.

- ЧОМУ ДІВЧАТА ПОЛЮБЛЯЮТЬ КРАСИВО ОДЯГАТИСЯ? І ЯК ОДЯГ ВПЛИВАЄ НА НАШУ ВПЕВНЕНІСТЬ У СОБІ?

- Бо для дівчат одягнути красивий одяг - це одягнути настрій! Це можливість самовиразитися, підкреслити свої особливості! Як тільки дівчина знаходить свій образ, вона змінюється, в неї горять очі, їй подобається своє відображення в дзеркалі, і в неї одразу з'являється впевненість в собі. Вона готова підкорювати не тільки чоловіків, а й увесь світ!

- ЯКИЙ ОДЯГ ЗАРАЗ У ТРЕНДІ? ЩО КУПУЮТЬ НАЙБІЛЬШЕ?

- Через обставини, в тренді практичний одяг у стилі кежуал. Мегатрендом стали лосини зі штрипками. Це ТОП продажів, починаючи з минулого сезону. А також оверсайз куртки, спортивні прогулянкові костюми, джинси палаццо у поєднанні з об'ємними джемперами.

- ЧОМУ КЛІЄНТИ ЛЮБЛЯТЬ ВАШ МАГАЗИН ТА ВІДГУКУЮТЬСЯ ПРО НЬОГО ПОЗИТИВНО?

- Нас неможливо не любити. Ми індивідуально підходимо до кожного клієнта: допомагаємо підбирати образи, формувати гардероб, розкрити власний стиль людини. Бо як виявилось, для багатьох є проблемою правильно поєднати одяг в образі. Крім того, у нас досить великий асортимент одягу, постійне оновлення товару, найкращі ціни. А також наявність як офлайн, так і онлайн-магазину. Для клієнтів це дуже великий плюс.

- ВАШ МАГАЗИН З'ЯВИВСЯ ЩЕ У 2010 РОЦІ. ЯК БАГАТО ПОСТІЙНИХ КЛІЄНТІВ НАБУЛИ ЗА ЦЕЙ ЧАС?

- Так, ми, Moda Sana, з'явилися в 2010 році, і за цей час набули тисячі клієнтів. У нас купують люди не лише з Рівного, а й з усієї України. Мені надзвичайно приємно, коли мене впізнають і зі мною скрізь вітаються мої клієнти.

- ВИ ПРОДАЄТЕ НЕ ЛИШЕ В РІВНОМУ, АЛЕ Й В ІНТЕРНЕТІ. ЧОМУ І ОФЛАЙН, І ОНЛАЙН-ПОКУПКИ Є ЗРУЧНИМИ?

- Так, в нас є офлайн і онлайн-магазини, що дуже зручно клієнтам. Рівнянки люблять більше офлайн,



тому що є можливість річ приміряти, подивитись якість. Але зараз ми намагаємось і онлайн-магазин максимально наблизити до клієнта, надавши максимально правдиві та красиві фото. Щоб онлайн-покупки були в радість, а не розчаруванням. Для цього ми намагаємось зробити максимально точні заміри та підібрати вдалу модель, щоб клієнт лишився задоволеним. Фото в Інстаграмі - це як підказка, як можна сформувати свій стиль. Можу сміливо сказати, що зараз в нас чудовий контент в Інстаграмі, дівчатам зручно підбирати собі "своє", бо вони бачать, як воно виглядає "наживо", на мені особисто. І вже приблизно орієнтуються, чи пасуватиме їм та чи та модель. І часто дівчата приходять вже з готовими фото того, що вони бажають приміряти, а це дуже економить час для шопінгу.

- ЩО ПОРАДИТЕ ДІВЧАТАМ, ЯКІ ДУМАЮТЬ, ЩО ГАРНО ОДЯГАТИСЯ - ЦЕ ДОРОГО?

- Гарно одягатися - не завжди дорого. Насамперед річ має пасувати саме вам! В нашому магазині дуже хороші, адекватні ціни. Саме в нас можна розумно витратити кошти на шопінг! Як сказав французький модельєр Ів Сен-Лоран: "Найголовніше в сукні - це жінка, яка її одягає".

ТЦ "Центральний" (нова підземка), бутік 106
+380 97 671 2763

@modasana_official
@oksana_mes_stratovich



ВИ ЛЮБИТЕ ГРАТИ В ІГРИ?

ЛЮБИТЕ, АЛЕ НЕ МАЄТЕ ЧАСУ РОЗБИРАТИСЯ В ПРАВИЛАХ? ВВАЖАЄТЕ СЕБЕ ДОРΟΣЛИМИ ДЛЯ ЦЬОГО?

Територія Розумних ігор – простір, де грають в настільні ігри – не прості, а ті, які допомагають здобути необхідні навички та використати їх в житті. З правилами просто тому, що є тренер-ведучий, який вже має все необхідне для гри.

Кожного тижня, в середу та суботу, граємо у 2 із 3-х великих тренінгових ігор.

СИЛА В ТОБІ (POWER INSIDE) – інструмент для вирішення нагальних (тактичних) життєвих питань – стосунки, події, справи.

Тривалість 2,5 год.

РЕЗУЛЬТАТ – вибудовування 5-6 послідовних кроків у найоптимальніший для гравця спосіб вирішення власного питання.

ЦІЛЕТВОРЕЦЬ (GOAL MAKERS) – інструмент для вирішення цільових (стратегічних) завдань у часі. ОБ'ЄКТИВНА ПЕРЕВІРКА ЦІЛІ.

Тривалість 2,5 год.

РЕЗУЛЬТАТ – перевірка цілі на реальність та складання живого покрокового плану досягнення цілі.



ЖИТТЄВИЙ КАПІТАЛ – настільна гра, в яку закладено все життя українців через призму грошей.

Тривалість 4 год.

РЕЗУЛЬТАТ – базові знання з фінансової грамоти для молоді; розуміння своєї позиції щодо власних ресурсів та можливість швидкого корегування фінансових дій без реальних грошових втрат для дорослих.

Також є ігри для веселої компанії або для тренування гнучкості мислення, спостережливості, реакції, навичок комунікації.

Найцікавіше те, що всі ігри підходять як підліткам 12+, так і дорослим. В залежності від віку гравців за столом змінюються способи гри (рівні складності), щоби всім було цікаво та зручно.

Професійність тренерства дозволяє новим гравцям почуватися впевнено! Це закон!

Для деяких ігор необхідна ціла компанія, а для деяких – на гру можна приходити у зручний час і по одному (режим ПОТОКУ).

Зовсім скоро плануємо відкривати ще один напрямок – інтелектуальна гра **ДЕБАТИ – ЛІГА ЧЕМПІОНІВ** – для прокачки лідерських, ораторських навичок та формування власної думки і вміння її захищати.

Всю інформацію про ігри можна дізнатися в телеграмі: **Розумна гра.**





ВОЛОНТЕРСТВО НА КОРИСТЬ БЕЗПРИТУЛЬНИХ СОБАК

Майже від початку війни я шукала свій шлях у наближенні Перемоги.

Світлини та історії про покинутих тварин, інформація про розбиті стайні та розстріляних коней вражала своєю жорстокістю та безглуздістю.

Шукала способи допомоги хвостатим друзям. Так я опинилась у Центрі Стерилізації тварин (ЦС), де живуть хворі, покинуті, забуті собаки, а також ті, яких зловили або безсилимими знайшли у місті.

У нас був пес, який охороняв блокпост, а потім люди пішли, а він залишився. Його знайшли напівмертвим (він лежав і не рухався) нагодували, напоїли, побрили, повиймали майже 100 кліщів (а от людям до кінця він так і не довірився). Я побачила собак зі зламаними лапами в апараті Ілізарова (таке в Рівному роблять ветлікарі-хірурги), допомагала надавати першу медичну допомогу собаці, у якого шкури на боку не було (ДТП). І знаєте, що цікаво – собаки між собою мають суперечки про лідерство, а от до людей, які бувають в ЦС, вони милі та дружні – все вони розуміють...

У кожного хвостатого своя непроста історія. А які вони розумні, хитрі та живучі...

Майже у всіх волонтерів, хто буває в ЦС, є собака з ЦС (і я не виняток, хоча і не думала, маючи дві кицьки, про велику собаку). А тепер не уявляю, як ми жили без неї – вона теж має свою важку історію.

Нещодавно ГО "Під Егідою" разом з Центром Стерилізації тварин організували захід на підтримку безпритульних собак. Що було: Благодійний ярмарок, зустріч з кінологом,



вікторина про собак з цікавими запитаннями та смачними призами. Родзинкою стало знайомство з собаками з ЦС, які чекають на своїх ЛЮДЕЙ, щоби подарувати свою любов. Гостями були вже прилаштовані Хвостики зі своїми господарями.

Прилаштованим собакам ми одягнули жовті хусточки, а тим, які ще живуть в ЦС – рожеві.

Отож, якщо ви в місті побачите собаку з рожевою хусточкою на шиї і вона вам сподобається, знайте – вона прилаштовується і може бути вашою прекрасною подружкою.

Ми вдячні всім, хто взяв участь у нашій події, всім, хто долучився і задонатив гроші – вони дуже потрібні.

Нашим хвостатим друзям – лікування, корм, вакцинація.

Також можна приходити в ЦС (вул.Київська, 100 Г) познайомитися, вигуляти, допомогти по господарству або з догляду за хворими та стерилізованими "пацієнтами". А ще – щоб знайти собі ніжного друга з вухами та хвостом.

Тетяна Кравчук, засновниця Території розумних ігор, тренерка - ігротехнік, мотиватор



МОЛОДЬ ДЛЯ МІСТА – *місто для молоді*

7 жовтня 2022 року у Любліні відбувся щорічний Конгрес транскордонної співпраці, котрий є однією з найважливіших міжнародних подій Любліна та країн Східного партнерства. Конгрес є платформою для діалогу органів місцевого самоврядування, громадських організацій, середовищ науки та бізнесу. У рамках ініціативи «Молодь для міста, місто для молоді – проекти та ініціативи із залученням місцевих громад» було створено простір для молоді з Польщі, Норвегії та України для обговорення актуальних питань під час панелей та семінарів, а також навчальних візитів у рамках Конгресу.



Головною темою XI Конгресу є «Безпека та солідарність». На порядку денному – збройна агресія Росії проти України, проблема біженців та тимчасово переміщених осіб та постачання гуманітарної допомоги. Завдяки багаторічній співпраці місцевих громад України, Польщі та усієї Європи та підтримці культурних установ, шкіл, університетів та неурядових організацій транскордонні зв'язки між країнами-партнерами значно зміцнились.



Участь у панельній дискусії брали представники з різних європейських країн, аби підсумувати співпрацю місцевих громад, враховуючи різний практичний підхід кожної держав. Під час вступних дебатів говорили з владою міст, які поділились власним досвідом у перші дні збройної агресії. Вдалим початком дискусії стала презентація досвіду Любліна, де уже за кілька годин після початку повномасштабної війни було створено Люблінський громадський комітет допомоги Україні, який пропонував допомогу українським біженцям, щойно вони перетнули кордон.

Будучи Молодіжною столицею Європи-2023, Люблін гостинно прийняв активну та амбіційну молодь для участі у дискусіях. Мені, як представниці ГО ЛІТЕКО, активної молодіжної організації у м. Рівному, діяльність якої охоплює різноманітні сфери, до прикладу, літературу, історію, туризм, екологію, культуру, освіту та волонтерство, пощастило пройти відбір та стати учасницею наукового конгресу, взявши участь у обговореннях. Надзвичайно цікавий досвід, який мотивує діяти та надихає на створення власного проекту. Першочергово обговорювалось формування молодіжної політики за участі самої молоді, а також роль молоді у міжкультурній інтеграції. Найважливішим меседжем, який буде актуальним для кожного, стали слова одного з головних спікерів: «Молодь – це не майбутнє. Це сьогодні. Не варто чекати зрілості, аби довести, що ваші ідеї мають цінність. Пробуйте, вірте у себе, і у вас усе неодмінно вдасться».

Ольга Попелік



Малановита рівнянка СПІВАЄ ДУШЕЮ

Тринадцятирічна Анна Чернега з дитинства перебуває у вирі творчості. Дівчина займається вокалом, опановує гру на гітарі, пише власні вірші та музику, створюючи неймовірно зворушливі твори. Нещодавно відбулася прем'єра її нової пісні «Нашу землю не забрати», яку Анна присвятила Збройним силам України. У ній дівчина описала трагічність війни для українського народу, а головним меседжем стала його незламність та віра у перемогу.

– РОЗКАЖІТЬ НАШИМ ЧИТАЧАМ ТРИШКИ ПРО СЕБЕ.

– Мене звати Анна Чернега, мені 13 років, і я співачка-поцатківця.

– ЧИМ ЦІКАВИТЬСЯ МОЛОДЬ У ПОЗАШКІЛЬНИЙ ЧАС?

– Очевидно, кожен обирає собі справу до душі, котра постійно надихатиме та запалюватиме іскру у серці. Хтось обожає бальні танці і не може уявити своє життя без трико та пуантів, дехто захоплюється малюванням настільки, що бачить полотно для творчості у віконній шибці чи піщаній доріжці. Я, наприклад, планую пов'язати своє життя з хобі, котре уже переросло у професійну діяльність. Протягом багатьох років я займаюся вокалом, відвідую Палац дітей та молоді, а також граю на гітарі.

– У ЯКОМУ ВІЦІ ТИ НАПИСАЛА СВОЮ ПЕРШУ ПОЕЗІЮ? ПРО ЩО ВОНА БУЛА?

– Я почала писати ще у молодшій школі, проте, на жаль, зразки перших проб пера у мене не збереглися. Найдавніший вірш, котрий маю на руках, датований 2018-им роком та називається «Село». Справа в тому, що раніше я проводила багато часу у бабусі і саме там надихалась на написання нових поезій.

– КОЛИ ТИ ВПЕРШЕ НАПИСАЛА АВТОРСЬКУ МЕЛОДІЮ НА ВЛАСНИЙ ВІРШ?

– Рік тому я почала відвідувати уроки гри на гітарі, проте із початком війни усі секції призупинили свою діяльність, тож надалі я була змушена займатись самостійно. Щодня, по телевізору та у соцмережах, я бачила, скільки відчаю, горя та люти переживають українці. Мені було дуже боляче за рідну країну, але висловити свої емоції простими словами не виходило. Тоді я почала писати пісні та музику, виливаючи душевні переживання у поетичні рядки.



– ЧИ НЕ СКЛАДНО ПОЄДНУВАТИ СТІЛЬКИ ВИДІВ ДІЯЛЬНОСТІ ОДНОЧАСНО? ЗВІДКИ БЕРЕШ НАТХНЕННЯ, ЩОБ ТВОРИТИ?

– Поєднувати складно лише тоді, коли займаєшся немилою серцю справою. Звісно, написати змістовний текст та відповідну музику нелегко, однак коли ти отримуєш задоволення від цього, ніщо не стане на заваді.

– ВДАЄТЬСЯ ЗАРАЗ ПИСАТИ ПОЕЗІЮ У ТАКИЙ СКЛАДНИЙ ВОЄННИЙ ЧАС?

– Так, і закономірно, що уся моя творчість так чи інакше пов'язана з воєнною тематикою. Звісно, маю кілька піднесених етюдів про щасливі миті, адже усім так хочеться перемоги та миру. Попри все я продовжую писати, висловлюючи свої думки, мрії, переживання, таким чином відволікаючись або ж навпаки занурюючись глибше у цю тему.

– ЧИ АКТУАЛЬНО ЗАРАЗ ДЛЯ МОЛОДІ РОЗВИВАТИСЯ В МИСТЕЦЬКИХ НАПРЯМКАХ?

– Я завжди казала, що мистецтво було, є і буде на часі завжди. З давніх-давен воно було яскравим променем у темні часи для усього людства, а особливо зараз, у часи війни, мистецтво стало не лише основою для творчості, а й потужним інструментом комунікації. Тож молодь, озброївшись пензлем, музичним інструментом чи просто словом, зараз пише нову історію для наступних поколінь.

– ХУДОЖНЄ СЛОВО ЧИ МУЗИКА – ЩО ДЛЯ ТЕБЕ ГРАЄ БІЛЬШУ РОЛЬ?

– Художнє слово – це мова душі, а музика – це сама душа. Обрати щось одне неможливо, адже без голосу душа б мовчала, та і без душі не було б голосу.

– ХТО БРАВ УЧАСТЬ У СТВОРЕННІ КЛІПУ НА ПІСНЮ «НАШУ ЗЕМЛЮ НЕ ЗАБРАТИ»?

– Організаторами зйомки були Людмила Стасюк та Юлія Бондарук. Відеозйомкою та монтажем займалася Тетяна Бенедюк, а звук Любомир Пастушенко. Також мене підтримували мої батьки та бабуся. Мама була поруч зі мною впродовж усього знімального процесу та дуже допомагала, за що я їй безмежно вдячна.

З виходом першої пісні та кліпу мені писали безліч слів захоплення та підтримки. Для мене такий фідбек є дуже цінним, адже тоді я бачу, що мої старання не були даремними. Дякую усім!

Вікторія Шевчук

СИЛА СЛОВА СЬОГОДНІ

Поезія – це найвеличніша форма,
в яку може втілитися людська думка

Альфонс де Ламартін

Поезія – один з найгеніальніших винаходів людства. Перефразовуючи слова поета Бориса Олійника, можна сказати, що поезія «нас охрестила на людину, піднявши з чотирьох до піднебесь». Де і коли був написаний перший віршований твір – невідомо. Можливо, то була молитва, первісне заклинання чи гімн природі? А може, перше зізнання в коханні?

Анастасія Багатко ще з шкільних років почала писати. З кожним роком, уже будучи студенткою Навчально-наукового інституту права НУВГП, дівчина все більше розкриває у собі талант до написання поезії. Вважає своїм обов'язком нести в українську культуру натхненне поетичне слово, адже сьогодні це як ніколи важливо для нас.

– РОЗКАЖІТЬ ПРО УЧАСТЬ У ВІДКРИТОМУ ПАТРІОТИЧНОМУ ФЕСТИВАЛІ-КОНКУРСІ «НАРОД-ГЕРОЙ ГЕРОІВ ПРОЯВЛЯЄ».

– Усе дуже просто. Ще з дитинства я була завзятою та ініціативною, прагнула до розвитку та самореалізації, а тому завжди цікавилась такими конкурсами. Безумовно, мене зачепила назва, вольова та патріотична, тож мені захотілося спробувати свої сили і долучитись до такої ініціативи. Слово – це теж зброя, головне – вміло нею користуватись. Я переконана, що історія та література завжди будуть на часі, адже вони є фундаментом національної свідомості.

– ЧИ ПИШЕТЕ ЗАРАЗ ПОЕЗІЮ В ТАКИЙ СКЛАДНИЙ ВОЄННИЙ ЧАС? ПРО ЩО ВОНА?

– З лютого і протягом усієї весни не писалося. Знаєте, як кажуть, очі бачать, а серце не вірить. От і я не могла повірити. Брала ручку в руки кілька разів, але з того нічого не виходило. Лише протягом останніх кількох місяців вдалося створити кілька чорнових варіантів літературних етюдів. Теми поезій, звісно ж, про життя, любов, біль та силу рухатись далі. Адже життя продовжується, і кожен повинен робити максимум: воювати, волонтерити, працювати, допомагати, одним словом – усе, щоб наблизити перемогу.



– ЧИ АКТУАЛЬНА ЗАРАЗ ЛІТЕРАТУРА, ТВОРЧІСТЬ?

– Авжеж, потрібна як ніколи, без неї ніяк. Щоправда, актуальні зараз не лише паперові книги, а й аудіозаписи у вигляді пісень чи відеопоезій. Часу погортати книгу може не бути зовсім, а от прослухати кілька розділів чи поетичних рядків у навушниках має можливість майже кожен: волонтер в дорозі чи навіть воїн в окопі. На мою думку, література – це архіважливий чинник для відродження нашої нації. Питома, автентична, патріотична.

– ВИ СТУДЕНТКА, МАЙБУТНЯ ЮРИСТКА. ЯК ВДАЄТЬСЯ ПОЄДНУВАТИ НАВЧАННЯ ТА ТВОРЧІСТЬ?

– Аби було бажання. Для мене навчання у пріоритеті, проте я завжди знайду кілька хвилин вільного часу, аби зайнятись улюбленою справою. Головне – прагнути чогось, тоді усе вдається. Сучасна молодь багато втрачає, проводячи практично усе своє дозвілля онлайн, тому моя порада – намагайтесь вийти із зони комфорту, змініть вид діяльності, спробуйте щось створити для себе. І тоді неодмінно з'являться крила та натхнення.

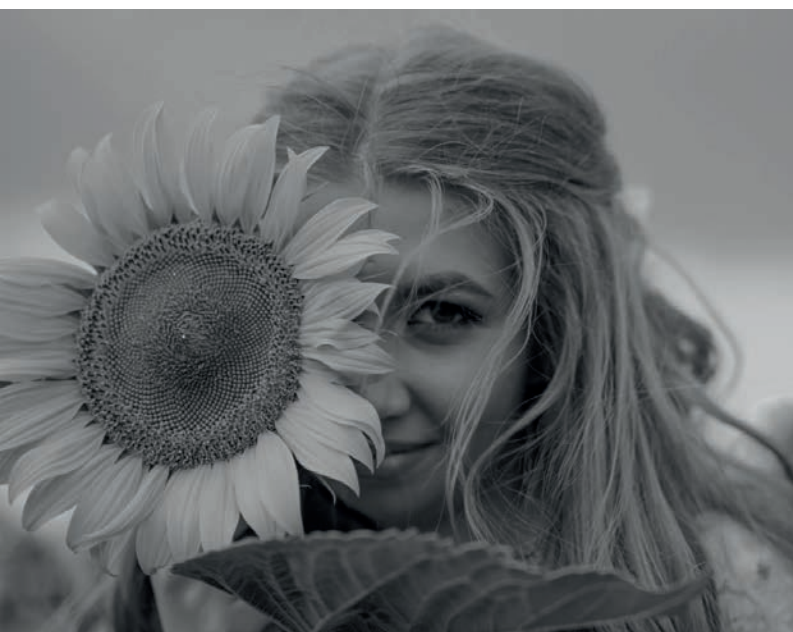
– ЧИ МРІЄТЕ ПРО ВЛАСНУ КНИГУ?

– А яка поетеса-початківця не мріє? Ще трохи рано про це говорити, тому не забігатиму наперед. Проте я щоденно працюю над створенням власної книги і впевнена, що незабаром запрошу вас на презентацію своєї особливої літературної творчості.

– ЧИ Є ЗАРАЗ ПОПУЛЯРНИМ ФОРМАТ ВІДЕОПОЕЗІЇ? МАЄТЕ ТАКІ У СВОЄМУ ДОРОБКУ?

– Думаю, цей вид творчості зараз саме набирає обертів, адже якісний візуалізований аудіопродукт набагато краще сприймається аудиторією. Власну відеопоезію я подала на літературний конкурс та увійшла у трійку кращих читців, посівши I місце. Наостанок хочу побажати молоді – пам'ятайте, хто ви та звідки ваше коріння, не бійтеся шукати себе у всіх можливих сферах, віри та наснаги – і тоді у вас неодмінно усе вдається!

Вікторія Шевчук



МИСТЕЦЬКІ, ПСИХОЛОГІЧНІ ІНТЕРАКТИВИ

Доброго вечора, ми з України!

Прагнеш особистісного зростання? Цікавишся вражаючими мистецькими подіями у Рівному? Мрієш реалізувати свій потенціал на максимум? Хочеш започаткувати власний бренд? Волієш подолати надокучливі страхи та комплекси? Тоді наша унікальна пропозиція – саме те, що тобі потрібно. Психологічні проєкти та тренінги, над створенням яких ми з командою працюємо з року в рік, стануть опорною точкою для твоїх позитивних змін.

Хто я?

Олена Главінська – засновниця та організаторка проєкту «Школа сучасного тренера», а також:

- психологиня;
- бізнес-тренерка;
- коуч-консультантка;
- кандидатка психологічних наук;
- докторка філософії;
- доцентка кафедри загальної психології Рівненського державного гуманітарного університету;
- засновниця проєкту «Нічний тренінг-марафон "DRIVE/NIGHT"».

Що це таке? «Drive-Night» – нічний психологічний тренінг-марафон для всіх охочих провести час весело та з користю. Кожного разу ми обираємо нову актуальну тему відповідно до запитів молоді – і готуємо тренінг, який складається з якісно підібраної теорії та захоплюючих практичних вправ на її закріплення.

Чому саме вночі? Все просто: зміна формату, незвичайна атмосфера, пробудження творчості та «прихованих сторін підсвідомості». Швидкі знайомства, круті психологічні техніки, корисна інфо, яку не знайдеш відкривши перше посилання в google, купа вражень, які неможливо описати словами, а лише відчувати та прийти знову – усе це чекає тебе на проєкті «DRIVE/NIGHT». Учасником може стати кожен, хто цікавиться психологією, прагне розвитку, незабутніх емоцій а також хоче спробувати щось нове та незвичне у місті Рівному.



Тепер про жіночність та красу. «Школа сучасної жінки» – це психологічний проєкт для жінок, які прагнуть глибше пізнати себе, розвинути свою жіночність та силу зваблення, посилити енергію аніми, навчитися використовувати усі особливості та переваги жінки з користю. До того ж, наш проєкт про стиль та імідж: куди ж без них, адже справжня сучасна леді – це внутрішня гармонія та зовнішня краса. З Вами працюватиме креативна команда справжніх фахівців: психолог, стиліст, імідж-консультант, візажист, косметолог, ароматерапевт, мистецтвознавець, експерт з етикету. Наша мета – поділитися знаннями, а також досвідом мистецтва бути жінкою! Навчання проводитиметься за блоками: «Світська пані», «Щастя селф-мейд», «Імідж», «Робота і кар'єра», «Мова тіла», «Філософія насолоди», «Секрети жінки», «Геометрія стосунків», «Формула мрії», «Психологія камасутри».

А тепер, як то кажуть, «вишенька на торті» - наш особливий проєкт: «Школа сучасного спікера» Цільова аудиторія: управлінці, керівники, викладачі освітніх навчальних профорієнтаційних закладів, вчителі, організатори гуртків розвитку молоді, тренери та усі ті, хто працює у сфері «людина-людина»: освітяни, працівники творчої та мистецької галузі. Унікальність проєкту: навчання проводиться командою висококваліфікованих фахівців-практиків; якісна інтерактивна офлайн-підготовка; програма містить сучасні навчальні інструменти, методи і технології орієнтовані на особистісне зростання та розкриття потенціалу кожного учасника. Методи роботи: міні-лекції, інтерактиви, групові дискусії, «мозговий штурм», елементи відео-тренінгу, моделювання ситуацій реального досвіду, психодинамічні вправи. Показником якості нашого проєкту є відгуки учасників, а так, як вони завжди позитивні – радо запрошуємо саме тебе!

Реєструйся на курс за номером **+380 67 382 66 96**.
Досі вагаєшся? Телефонуй.

Олена Главінська



ПСИХОЛОГІЯ – МИСТЕЦТВО ЗЦІЛЕННЯ ДУШІ

Бути абсолютно чесним із самим собою – хороша вправа.

Зигмунд Фрейд

Не так багато років минуло, як у нас в країні, взагалі, стало широко відомо слово «психологія» і така професія як психолог. Сьогодні відбувається не масова популяризація психологічної науки, а життя, обставини, що змушують нас шукати консультацій у психологів, курсів, де навчають як долати стреси, конфлікти і просто вислухають тебе. За чашкою кави, у рівненській кав'ярні ми говоритимемо з психологом, психотерапевтом, арт консультантом та лайф-коучем Ольгою Куцель про роботу психолога під час війни, травми, психологічні перенавантаження, стосунки, а також про роботу з молоддю, їхні запити.

– ЯК ВИ ЗРОЗУМІЛИ, ЩО ВАШЕ ПОКЛИКАННЯ – РОБОТА У СФЕРІ ПСИХОЛОГІЇ?

– Повертаючись на кілька років тому, пригадую, як мріяла вступити у Вінницьку медичну академію. На той час життєві обставини склались таким чином, що я не могла цього собі дозволити. Зрештою вирішила, що піду вчитись на психолога, адже непогано володіла іноземною мовою та просто обожнювала медицину. Лише на другому курсі навчання я збагнула весь потенціал моїх можливостей – допомагати людям. Це усвідомлення дало мені невичерпну мотивацію працювати далі та самовдосконалюватись. Я відвідувала різноманітні курси та працювала у різних психотерапевтичних групах. Кажуть, хороший психолог – це дуже добре пропрацьований клієнт. Це справді так, адже справжній фахівець повинен пропустити кризь себе максимальний спектр проблем та складних випадків, аби згодом мати змогу надати якісну допомогу.

– ЧИ МОЖЕ ПСИХОЛОГ ДОПОМОГТИ ПОДОЛАТИ ДИТЯЧІ ЕМОЦІЙ ТРАВМИ?

– У своїй практиці я досить часто маю справу з такими проблемами. Насправді існують різні види психологічних травм. До прикладу, ті, що можуть спричинити посттравматичні реакції й посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

Йдеться про ситуації, які безпосередньо загрожували життю чи здоров'ю людини чи близьких їй людей. Поширеними також є травми, що не мають такого різкого негативного впливу на людську психіку тому, що не несуть прямої загрози життю та здоров'ю. Наприклад, розлучення батьків чи втрата домашнього улюбленця. Люди часто недооцінюють їхній вплив, а дарма. Такі, на перший погляд, незначні життєві ситуації згодом можуть стати каталізатором незворотних явищ. У такому разі важливо якомога швидше звернутись за консультацією до спеціаліста, адже можна уникнути багатьох негараздів, якщо вчасно помітити проблему та почати її аналізувати. Я допомагаю у цьому, використовуючи м'який спосіб, який неодмінно буде дієвим і для дітей, і для дорослих, – арттерапію. Це вид психотерапії та психологічної корекції, заснований на мистецтві та творчості. Малюючи картинки чи ліплячи щось з пластиліну у спокійній, розслабленій атмосфері, дитина мимоволі починає ділитись тим, що її турбує, і про що, можливо, вона не може розповісти батькам. Головне – не тиснути та намагатись спрямувати діалог у потрібне русло. Уже при першій зустрічі під час діагностики я можу визначити передумови та причини наявної проблеми, а також підібрати можливі варіанти вирішення. Безперечно, усе залежить від пацієнта та рівня складності його випадку, а також наскільки він розкутий, чи йому комфортно працювати зі мною і тд.

– ЧИ РЕАЛЬНО ЗАРАЗ ЗВЕРНУТИСЬ ПО ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ ПІД ЧАС ВІЙНИ?

– У перші тижні війни усі були дуже налякані та стривожені. І це, як не дивно, нормальний стан людини, адже у цей час на неї впливають чинники, котрі загрожують життю та здоров'ю. Звісно, я теж була страшенно схвильована та напружена, однак, дивлячись в очі доньки та моїх батьків, я розуміла, що мушу триматись, підтримати їх, налаштувати на рішучість та бойовий дух. Таким чином першим людям, яким я надала допомогу, стала моя сім'я. Згодом я почала давати контакти жінкам, чоловіки яких були змушені відразу піти на фронт, знайомі поширювали мій телефон хлопцям на передових позиціях. Це був один з най-



важчих періодів у моєму житті, оскільки я розмовляла з людьми, які незворушно дивились у вічі смерті. Тоді вони не знали достеменно, чи побачать своїх рідних, чи погуляють вулицями рідного міста, натомість відчували обов'язок. Я пам'ятаю голос чоловіка, сповнений болем, розпачем та почуттям несправедливості, який просто кричав у слухавку від безвиході. Я усвідомлювала, у чому полягало моє завдання. Намагаючись відволікти його від того психоемоційного стану, у якому він перебував, я зосереджувала увагу на щасливих моментах, які він проживав до війни, говорила про сім'ю, дітей, які чекають тата з перемогою, або просто розпитувала про дитинство. І знаєте, така проста невимушена розмова ставала ковтком свіжого повітря для когось. Зараз я консультую хлопців, що йдуть на ротацію. Працюю у приватному кабінеті на вулиці Кавказька, 6 на волонтерських засадах. Радо приймаю кожного, адже розумію, що це місія мого життя.

– ВИ Є НАСТАВНИКОМ НА КУРСІ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ «ЮРИДИЧНА ЖУРНАЛІСТИКА». ЧОГО САМЕ ВИ НАВЧАЄТЕ СТУДЕНТІВ?

– Насправді я обожнюю цей курс, крутий, сучасний, насичений корисною інформацією. Я не є лекторкою у традиційному розумінні цього слова. Не люблю формальності, вона заважає пізнавати людей по-справжньому. На курсі звертаю увагу на основні теоретичні аспекти, працюю над вихованням особистісних рис, які неодмінно потрібні для журналіста чи журналістки, що працює у сфері юриспруденції. Також займаюсь підвищенням самооцінки, рівня довіри та впевненості у собі, розкриваю прихований потенціал та заохочую насолоджуватись процесом.

Анна Прытак

Я НЕ ВІДДАМ тобі Україну!

Проект про любов до України, силу духу, незламність кожного українця, розум і серце якого кричить: "Я не віддам тобі Україну!"

Проект популяризує культурну нематеріальну історичну спадщину України, знайомить із сакральною символікою крізь призму бачення учасників, нагадує про етнічні цінності, любов до рідної землі, багатовікову історію та культуру нашої Батьківщини. Учасники демонструють красу, силу та самобутність незалежних та вільних українців.

Учасники проекту: громадські активісти, працівники культурних та мистецьких сфер, педагоги, студенти та школярі Рівненського регіону.

Партнери проекту: Асоціація митців Рівненщини, ГО ЛІТЕКО, Здолбунівський краєзнавчий музей

Фотограф: Дмитро Головченко (Україна. Київ. Рівне.)



FLOVERS - ГАРМОНІЯ,
ЗАТИШОК І ЛЮБОВ У ВАШІЙ ОСЕЛІ!



вул. Карнаухова, 4
+38 096 500 89 83

 @Салон квітів

 flowers_rivne



ЗАКЛАД, ДЕ МОЖНА
**ЗУПИНИТИ
МОМЕНТ**
та ПОСМАКУВАТИ ЖИТТЯ
Ресторан Adaline



В теперішніх реаліях треба насолоджуватися кожним моментом та смакувати своє життя на повну, нічого не відкладаючи на потім. Тому в ресторані Adaline завжди раді бачити вас на дружню зустріч чи бізнес-ланч, романтичне побачення чи ділову зустріч, банкет чи весілля. Смачна кухня, затишний інтер'єр та гостинний персонал - це точно про Adaline!

Дякуємо ЗСУ за новий день та можливість працювати для Вас!

м. Рівне, вул. Проспект Миру, 19, тел. +38 097 098 28 88