З нами Правда, з нами Справедливість, з нами Чесність і Честь

Третій ТОСТ

ГАЗЕТА ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ

2022 рік ● ГРУДЕНЬ ● № 23-24 (719—720)

Шановні громадяни України! Шановні бойові побратими!

ЗУСТРІЧАЮЧИ 2022 рік, ми всі сподівалися і бажали один одному миру і спокою, щастя і розквіту в родині і в Державі.

На жаль, залишилися невиконаними наші побажання і мрії.

Велику біду принесли всьому нашому народу божевільні рішення московського керівництва і підступні, агресивні, ворожі, жорстокі, терористичні дії його слухняних і залежних виконавців при мовчазній згоді і деякій підтримці невільного російського суспільства.

Наша рідна ненька, наша чарівна і квітуча Держава стала полігоном для випробувань нових методів ведення війни, стратегії і тактики, нових видів озброєння з реальним знищенням сотень тисяч людських життів, військових і цивільних, жінок і дітей, варварським руйнуванням всього, що було створено працею минулих поколінь.

Але ворог в котрий раз прорахувався. Наше суспільство об'єдналося в боротьбі за незалежність і територіальну цілісність Держави.

Незламність і вірність Батьківщині продемонстрували ветерани війни і військової служби України, серед яких помітна участь ветеранів Афганської війни. Вони швидко знайшли своє достойне місце у військовому і цивільному суспільстві країни, яка воює, в Збройних Силах, у формуваннях територіальної оборони, в рядах добровольців-волонтерів.

Українська Спілка ветеранів Афганістану в цих складних умовах зберегла єдність, керованість, взаєморозуміння і взаємопідтримку, спромоглася мобілізувати всі можливості для боротьби з агресором.

Останні події на військовому і дипломатичному фронтах надають все більше впевненості в нашій перемозі.

Зустрічаючи Новий 2023 рік, ми всі перші тости піднімемо за тих, хто на передовій, в окопах, на артилерійських позиціях, на бойовому чергуванні і в повітрі боронить нашу землю. Третій тост – за тих, хто вже ніколи не повернеться додому і назавжди залишиться в нашій пам'яті.

Але головний тост у новорічну ніч – це тост за Перемогу.

За НАШУ ПЕРЕМОГУ!

Сергій ЧЕРВОНОПИСЬКИЙ,
голова УСВА.

Дата

ПЕРЕМОЖЕ ПРАВДА І СПРАВЕДЛИВІСТЬ

25 грудня 1979 року СРСР ввів військовий контингент до Афганістану. Перший день неоголошеної війни згадує Сергій Васильович Червонописький, 1979 року – командир взводу 6-ї роти 350-го полку 103-ї Вітебської дивізії ВДВ.

—СЕРГІЮ ВАСИЛЬОВИЧУ, якими вам запам'яталися ті дні, коли ви входили до Афганістану?

– У складі 103-ї Вітебської повітряно-десантної дивізії ми прибули до Афганістану 25 грудня 1979 року. Перед цим нас підняли по тривозі у Білорусії. Летіли через Ташкент, Енгельс і потім уже в Кабул. Тобто такий довгий шлях.

Висадилися посадковим способом. Я був командиром корабельної групи на Ан-22. Корабельна група – це корабель військово-транспортної авіації, до нього завантажується техніка, а всі разом – екіпаж літака і десант – називається корабельна група.

Спершу не знали, куди летимо. Летіли на схід. У Ташкенті почали прикидати. А на той час жорстка ситуація була в Ірані. Думали, можливо, туди, про Афганістан ніхто навіть не підозрював. Наші командири знали – ті, хто перед цим літав на рекогносцировку. Але ми не знали. Тому, коли вже пішли на Кабул з Енгельса, просто у повітрі нам було чітко сказано, куди летимо. Там, де не могли цю інформацію комусь злити.

Визнано у всьому світі, що десантування нашої дивізії вважається класичним. Ми висадилися ідеальним чином. Щоправда, один літак військово-транспортної авіації ми втратили – він зачепився за гори. А так викид пройшов організовано індивідуально. Тобто, максимально чітко було спрацьовано і десантниками, і екіпажами військово-транспортної авіації.

(Закінчення на 3-й стор.)

День нашої вдячності

ТЕПЕР ДЕНЬ ЗСУ НАШІ ЛЮДИ ВІДЗНАЧАТИМУТЬ СЛОВАМИ ВДЯЧНОСТІ, ВІДЧУТТЯМ ВДЯЧНОСТІ, СЛЬОЗАМИ ВДЯЧНОСТІ

Звернення Президента України

Слава Україні!

Панове генерали, офіцери, сержанти, солдати!

Дорогі українці!

Шановні присутні!

Сьогодні – день нашої вдячності. Саме такий сенс у 6 грудня – і це назавжди. Тепер лише так наші люди відзначатимуть День Збройних Сил України – словами вдячності, відчуттям вдячності, сльозами вдячності.

Я впевнений, мільйони разів сьогодні в Україні прозвучало або просто подумалося саме так – «дякую».

Дякую воїнам нашої армії й усіх формувань сил оборони України.

Дякую батькам наших воїнів, які виховали справді переможців. Саме так – переможців.

Дякую всім лікарям і медичним сестричкам, які рятують поранених героїв.

Дякую кожному, хто зміцнює оборону й забезпечує українських воїнів усім необхідним.

Коли в державі День Збройних Сил за своїм сенсом є святом вдячності, таку державу, я впевнений, неможливо здолати й неможливо зламати. І сьогодні ми всі це точно бачимо і ще раз побачили.

Шановні присутні!

Вісім років і вже 286 днів Збройні Сили України боронять нашу прекрасну державу від окупанта, від російської агресії. Тисячі українців віддали свої життя, щоб настав той день, коли на нашій землі не залишиться жодного окупанта й коли всі наші люди знову будуть вільними.

Я прошу вас зараз ушанувати хвилиною мовчання пам'ять кожного, пам'ять кожної, хто загинув на полях бою заради нашої держави, заради України, й чиє життя стало частиною героїчної історії сміливості України.

Дорогі українці!

Сьогодні для мене честь провести увесь день разом із нашими захисниками й захисницями. Вранці я був на Донеччині – подякував бійцям, які боронять нашу державу на найбільш небезпечних і відповідальних напрямках. Тим, хто б'ється на Сватівському, Бахмутському, Авдіївському та інших напрямках у Донецькій та Луганській областях. Вручив воїнам державні нагороди й відзнаки.

Я був сьогодні на Харківщині – подякував лікарям, які рятують наших незламних бійців. На Харківщині я вручив нагороди бійцям, які брали участь у звільненні регіону і які продовжують виганяти окупантів з України.

Сьогодні нам вдалося повернути додому ще 60 воїнів, які були в російському полоні. Ми продовжимо повертати наших і звільнимо всіх.

Зараз тут, у Маріїнському палаці, – наші герої, рідні наших воїнів, командири й представники бойових бригад і підрозділів, які щойно прибули з фронту й знову повертаються на передову. Туди, де справді гаряче. Туди, де вони справді борються за нашу свободу, за нашу незалежність, за наших дітей.

І я хочу сказати всім присутнім саме те, що сьогодні у серці, впевнений, кожного українця: я дякую вам! Я дякую абсолютно всім солдатам, усім матросам, усім сержантам, старшинам, усім офіцерам, усім героям, генералам і обов язково – усім татам і всім мамам вашим, наші шановні, поважні українські воїни.

Я бажаю всім вам одного – перемоги! Усім нам. Ви заслуговуєте! Весь наш народ заслуговує. Всі наші батьки, наші діти заслуговують. Наша держава й історія заслуговують. Нарешті здобути перемогу.

Слава Збройним Силам України!

Слава Україні!

6 грудня 2022 року.

Воїни-«афганці» — українській армії

НАША ГАЗЕТА НА ПЕРЕДОВІЙ

При Шепетівській спілці ветеранів Афганістану створений та активно діє волонтерський центр «Ветеран».

ЙОГО ГОЛОВНИМ завданням є допомога землякам–побратимам і воїнам всіх підрозділів, медикам на передньому краї, мирним жителям, які постраждали від окупації. Їх забезпечують найнеобхіднішими речами: продуктами харчування, медикаментами, засобами гігієни, ковдрами, спальними мішками, дронами, приладами нічного бачення, шинами до автівок, зарядними пристроями, батарейками, ліхтариками, свічками та іншим.

А ще, коли відправляємо буси, практикуємо передачу газет «Третій тост» і «Шепетівський вісник». Наша газета повинна бути разом з нашими земляками в окопах і бліндажах. Саме на шпальтах «афганської» газети можна прочитати інформацію про суспільно–політичну ситуацію в країні, висвітлюються військові теми, теми соціального захисту.

Уявіть собі, Інтернет не працює, тому газету буквально вихоплюють з рук і зачитують до дірок. Ну а далі вона йде на самокрутки. Але це теж необхідна справа.

На мою думку, потрібно, щоб наш «Третій тост», йшов на передову з усіх регіонів. А для цього пропоную передплатити.

Побратиме, це наша з тобою газета. Підтримаємо «Третій тост» передплатою.

Володимир ПИПИЧ,
член Шепетівської СВА, учасник бойових дій в Афганістані.

ВОЛОНТЕРИ – НАЙПОТУЖНІША ЧАСТИНА ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА УКРАЇНИ

Звернення Президента Володимира Зеленського з нагоди Міжнародного дня волонтера

ДОРОГІ УКРАЇНЦІ!

СЬОГОДНІ – Міжнародний день волонтера. Міжнародний, але такий український.

Це день мільйонів наших людей. Не сотень і не тисяч, а мільйонів. Це день усіх, хто допомагає боронити державу. Усіх, хто допомагає захищати людей. Усіх, хто віддає душу, час, кошти, щоб Україні й українцям вдалося. Щоб вдалося перемогти.

Волонтерський рух у нашій державі підіймався хвилями від Майдану, з 2014 року і від 24 лютого. Хвилями все вищими й міцнішими.

Сьогодні волонтери – це найпотужніша частина громадянського суспільства України. Це рух, який об'єднує всі міста й громади нашої держави та всі соціальні групи.

І це ідея, яка залучає до української боротьби за свободу мільйони людей із різних країн світу.

Сьогодні – день дуже відомих організацій, чиї назви чув кожен українець, і день людей, чиї імена поки що не звучать по всій державі, але які разом з усіма у день нашої перемоги відчують, що це – їхній результат.

Це день Veteran Hub і Армія SOS, день «Зграї» і «Аеророзвідки», день KSE Foundation і тих, хто заснував і допомагає проекту «Небесна гвардія».

День «Госпітальєрів» і всіх парамедиків і лікарів, які допомагають на фронті. Це день «Крил перемоги» і ГО «Землячки», фонду «Повернись живим» і «Мотохелп», Фонду Сергія Притули і Волонтерської сотні Доброволя, фонду «Коло» і «Солом'янських котиків», центру Марлог і Української волонтерської служби, Razom for Ukraine, об'єднання «Народний тил», волонтерської групи Help Army і Товариства Червоного Хреста України. Це день United24 і кожного з понад

сотні країн, хто допомагає закупити машини швидкої чи морські дрони. Це день зіркових амбасадорів, які теж стали волонтерами й спрямовують силу світу для України.

Сьогодні день харківського Фонду «Підтримка захисників» і львівського ГО «Незалежні», день «Союзу українок» з Франківщини й краматорського центру «Разом до перемоги», фонду «Янголи спасіння» з Донеччини та ГО «Міський центр допомоги» із Запоріжжя.

Це день СпівДії та ПЛАСТу, ГО «Рідне Полісся», Групи активної реабілітації, Українського жіночого батальйону, «Котиків-патріотиків» і «Доброї справи», фондів Let's help, «Харків з тобою», HopeUA, «Твоя опора», «Ми з Україною» і «Район номер 1».

А також день Євгена Суботи, координатора волонтерських центрів Гостомеля. Уляни Греділь з ГО «Апостольська Чота». ГО «Захист – об єднання волонтерів». Юлії Коновалової, голови ГО «Люди усюди» й волонтера проекту World Central Kitchen. Володимира Фірмана, ректора Марійського духовного центру «Зарваниця».

Це день Українського католицького університету й десятків університетів і студентських спільнот у нашій країні та за кордоном, які долучилися до захисту нашої держави, свободи та людей. І людяності.

Тому сьогодні ми дякуємо таким організаціям, як «Зоопатруль» і UAnimals, та всім, хто знає, що порятунок тварин – це також порятунок душі.

Більшість із цих назв ви напевно знаєте, якимось із цих організацій і проектів ви уже могли допомагати. Але волонтерський рух значно більший і ширший. Це тисячі структур, десятки тисяч небайдужих людей і мільйони тих, хто долучається.

Це день тих, хто шукав броніки ще на Майдані та продовжив шукати й доправляти все, що може бути потрібним для передової.

Це день тих, хто робить маскувальні сітки: Львів, Рівне та ще тисячі українських міст і сіл, десятки тисяч людей.

Це день простих українців, які допомагають нам усім розв'язувати дуже непрості завдання. Допомагають відновлювати енергетику після ударів. Повертати нормальне життя на деокуповану територію.

Це день тих, хто забезпечує реабілітацію й протезування. Хто надає психологічну допомогу. Хто підтримує переселенців. Хто допомагає звільненим з полону. Хто пече хліб для військових і завозить їжу туди, де найнебезпечніше.

Це день водіїв, які допомагали з евакуацією та доставкою «гуманітарки». Це день багатьох дуже різних людей, які всі разом посилюють Україну.

Це день тисяч українських бізнесів, які зробили свої проекти допомоги армії та звичайним людям або долучилися до наявних волонтерських програм. І день бізнесменів, які роблять усе, щоб посилити Харків і Запоріжжя, а не Монако і Відень.

Хоча волонтерський рух став частиною фундаменту України, у нас досі не було особливої відзнаки, яка могла б стати символом нашої вдячності волонтерам і тим, хто дає силу цьому руху. Хто дає частинку свого власного життя, щоб допомогти врятувати життя інших. Тепер така відзнака є.

Це серце. Золоте серце для простих людей, які захищають усіх нас.

Цього року ми започатковуємо нагородження такою відзнакою. Тих, хто справді заслуговує. Тих, чиє серце – золоте, і саме тому вони – волонтери.

Сьогодні я назвав 50 волонтерських колективів, чиї представники отримають відзнаку цьогоріч.

І щороку будемо ще відзначати волонтерські проекти, інші організації, нових особистостей. Люди мають знати, хто здійснює цю допомогу для України. Люди мають знати, чиє серце дає нам такий результат, за який українці вдячні.

Слава всім, хто допомагає нашій обороні!

Слава всім, хто допомагає нашим волонтерам!

Дякую кожному й кожній, хто займається волонтерською справою!

І вітаю вас із Днем волонтера!

Слава Україні!

5 грудня 2022 року.

Офіційно

НЕБАЙДУЖІ ВЕТЕРАНИ

Міністру соціальної політики України О. І. ЖОЛНОВИЧ

Шановна Оксано Іванівно!

До Української Спілки ветеранів Афганістану надійшли листи від особи з інвалідністю першої групи внаслідок війни, яка має особливі заслуги перед Батьківщиною, Героя Радянського Союзу Гринчака Валерія Івановича з пропозиціями щодо вдосконалення чинних норм і запобігання порушенням соціального захисту осіб з інвалідністю внаслідок війни.

Просимо вас дати доручення уважно розглянути пропозиції і врахувати їх у законодавчій і нормотворчій роботі Мінсоцполітики.

Герой Радянського Союзу Валерій ГРИНЧАК.

1. Міністерством інфраструктури України підготовлено проект Закону України «Про внесення змін до низки законодавчих актів України з безпеки експлуатації колісних транспортних засобів». Цим законопроектом планується повернути для автовласників обов`язковий техогляд транспортних засобів, відмінений у 2011 році.

Але, відповідно до положень законопроекту, до проходження техогляду не допускаються автомобілі, *які не відповідають стандарту Євро-4, що діє, а також машини, вік яких перевищує 15 років.*

За роки незалежності органами соціального захисту населення особам з інвалідністю було надано багато тисяч автомобілів «Таврія» з ручним управлінням модифікацій ЗАЗ-11027, ЗАЗ-11028, ЗАЗ-11029, «Таврія – Славута» модифікацій ЗАЗ-110377, ЗАЗ-110378, ЗАЗ-110387, автомобілів «ЗАЗ-Деу Сенс», «ЗАЗ-Деу Ланос». Практично всі ці автомобілі є не вище стандарту Євро-2. Згідно з нормативно-правовими актами після 10-річного терміну експлуатації вони вже мали б бути замінені на нові моделі. Сьогодні заміну автомобілів з ручним управлінням водіям з інвалідністю практично зупинено, за окремими винятками для осіб з інвалідністю, які вперше отримали цей статус. Автошколи, які навчають водіїв з інвалідністю, також користуються автомобілями названих марок і моделей.

Після вступу в дію запропонованих технічних регламентів, як мінімум, десятки тисяч осіб з інвалідністю з порушеннями опорно-рухового апарату будуть обмежені у правах, тому що позбавляться своїх можливостей вести активний спосіб життя, добиратися до медзакладів і установ соціального захисту, забезпечувати себе продуктами і товарами, облаштовувати побут.

Просимо вас утриматись від погодження вказаного законопроекту та доручити внести компромісні пропозиції щодо техогляду автомобілів з ручним керуванням, водіями яких є особи з інвалідністю внаслідок війни, які продовжують експлуатувати раніше отримані автомобілі, до їх заміни державними органами на зразки автомобілів нових типів.

Законом України № 2121-IX від 15.03.2022 року «Про внесення змін до деяких законів України щодо уточнення норм, що регулюють питання визначення категорій осіб, які визнаються ветеранами війни та членами сімей загиблих Захисників і Захисниць України, та надання їм соціальних гарантій» Верховна Рада України розширила перелік осіб, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною, а також поновила право осіб, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною, визначених у ст. 11 Закону України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту», на повне звільнення від комунальних платежів та на інші пільги.

2. У зв'язку із суттєвими стрибками цін на пальне просимо вас доручити переглянути у бік підвищення розмір грошової компенсації на бензин, ремонт і технічне обслуговування автомобілів, розробити відповідний проект змін до пункту 2 постанови Кабінету Міністрів України від 14.02.2007 № 228.

3. 20 травня 2022 року Кабінет Міністрів України ухвалив постанову № 605 "Про внесення змін до деяких постанов Кабінету Міністрів України щодо соціального захисту членів сімей загиблих (померлих) ветеранів війни та членів сімей загиблих (померлих) Захисників і Захисниць України".

На жаль, не внесено зміни до постанови від 4 червня 2015 р. № 389 «Про затвердження Порядку надання пільг окремим категоріям громадян з урахуванням середньомісячного сукупного доходу сім'ї». Тому навіть після прийняття закону № 2121-IX від 15.03.2022 реалізація пунктів 4, 5, 7, 12 статті 11 Закону України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» у практичній роботі обмежується цим підзаконним актом.

Враховуючи викладене, просимо вас дати доручення підготувати проект і внести зміни до постанови КМУ № 389 від 04.06.2015 року «Про затвердження Порядку надання пільг окремим категоріям громадян з урахуванням середньомісячного сукупного доходу сім'ї», а саме в усьому тексті постанови слова *«Осіб, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною», виключити.*

З повагою –

С. ЧЕРВОНОПИСЬКИЙ, голова УСВА.

ПРІОРИТЕТНА ПРОГРАМА

Забезпечення житлом ветеранів, а також членів родин загиблих Захисників і Захисниць, які захищали незалежність, суверенітет і територіальну цілісність України, була і залишається пріоритетною програмою Міністерства у справах ветеранів.

ПЕРЕДБАЧЕНІ 5,5 млрд грн у держбюджеті на 2023 рік дозволять виконати зобов'язання перед понад 2800 особами. Про це наголосила міністр у справах ветеранів України Юлія Лапутіна під час включення до інформаційного марафону національних телеканалів.

"Президент України, Прем'єр-міністр України, Голова Верховної Ради неодноразово наголошували на пріоритетності ветеранської політики, – зауважила Юлія Лапутіна. – Найбільш сенситивна програма – це забезпечення житлом учасників АТО/ООС, які одночасно є вимушено переміщеними, та Захисників і Захисниць, які є особами з інвалідністю першої і другої групи. Спільними зусиллями усіх державних органів, за безпосередньої підтримки Президента України, нам виділили кошти, які ми запитували на закриття цих потреб – 5,5 мільярдів гривень. Відтак ми отримали можливість забезпечити житлом понад 2800 родин".

Очільниця Мінветеранів нагадала, що уряд подовжив термін, за якого слід використати виділені кошти на придбання житла. "Якщо раніше людина мала освоїти ці кошти протягом року, то наразі термін дії подовжено на півроку після скасування воєнного стану. Це важливо", – зазначила Юлія Лапутіна.

Крім того, серед пріоритетних програм Мінветеранів на 2023 рік – надання послуг із психологічної реабілітації Захисників і Захисниць, членів їхніх сімей та родин полеглих воїнів. Адже завдяки ініціативі міністерства у цьому році було максимально спрощено механізм надання таких послуг, розповіла міністр.

"Наразі ми напряму контрактуємося з медзакладами, у структурі яких функціонує підрозділ з психологічної реабілітації, а допомогу в них надають мультидисциплінарні команди. Це дозволяє людині одразу отримувати необхідну психологічну допомогу. А за новим механізмом таку допомогу отримали вже понад 2500 осіб", – наголосила Юлія Лапутіна.

Нагадаємо, 3 листопада Верховна Рада України ухвалила у другому читанні та в цілому Закон "Про Державний бюджет України на 2023 рік", в якому закладено 6 млрд 838,6 млн грн на фінансування державної ветеранської політики в Україні.

ДОПОВНЕНО КРИТЕРІЇ ВИЗНАЧЕННЯ ІНВАЛІДНОСТІ

Кабінет Міністрів вніс зміни до положення про порядок, умови та критерії встановлення інвалідності, які передбачають причинний зв'язок інвалідності з пораненням чи іншим ушкодженням здоров'я, одержаним від вибухонебезпечних предметів.

ЯК ПЕРЕДАЄ Укрінформ, про це повідомляє Міністерство охорони здоров'я. «Кабінет Міністрів постановою №1356 від 2 грудня вніс зміни до положення про порядок, умови та критерії встановлення інвалідності (постанова Кабінету Міністрів від 3 грудня 2009 року № 1317)», – йдеться у повідомленні. Вони передбачають, що причинний зв'язок інвалідності з пораненням чи іншим ушкодженням здоров'я, одержаним від вибухонебезпечних предметів, встановлюється медико-соціальною експертною комісією (МСЕК) на підставі витягу з Єдиного реєстру досудових розслідувань, у якому зазначено обставини, за яких особа отримала ушкодження здоров'я.

Перелік вибухонебезпечних предметів визначено статтею 1 Закону України «Про протимінну діяльність в Україні». Цим законом також передбачається надання постраждалим одноразової компенсації за шкоду, заподіяну здоров'ю, та щорічної допомоги на оздоровлення у сумі, порядок призначення і виплати якої встановлюється урядом.

Як повідомляє Укрінформ, на період дії воєнного стану процедуру встановлення та продовження інвалідності спрощено як для дорослих, так і для дітей.

НОВІ СЕРВІСИ ДЛЯ ВЕТЕРАНІВ І ВІЙСЬКОВИХ

Міністерство цифрової трансформації з нагоди Дня гідності та свободи запровадило низку нових послуг для постраждалих учасників протестів на Майдані, українських військових, ветеранів і членів їхніх родин. Про це повідомляє прес-служба Мінцифри.

«СЬОГОДНІ українці вшановують пам'ять тих, хто став на захист демократичного вибору, і вкотре дякують всім, хто бореться за це право сьогодні. Пропонуємо добірку державних послуг, якими можуть скористатися постраждалі учасники Революції Гідності, ветерани, учасники бойових дій та члени їхніх сімей», – йдеться у повідомленні.

Зокрема, Мінцифри пропонує скористатись послугою встановлення статусу та видачі чи заміни посвідчень для:

- учасників бойових дій;
- учасників війни;
- членів сім'ї загиблого (померлого) ветерана війни;
- постраждалого учасника Революції Гідності;
- позбавлення статусу постраждалого учасника Революції Гідності за заявою особи;
- нове посвідчення ветеранам війни.

Соціальна допомога пропонується щодо:

- встановлення факту ушкодження здоров'я в АТО/ООС;
- забезпечення санаторно-курортними путівками;
- послуг із психологічної реабілітації.

Матеріальна допомога:

- відшкодування витрати на поховання померлих (загиблих);
- відшкодування вартості проїзду;
- грошова компенсація за жилі приміщення для деяких категорій осіб, які брали участь в Революції Гідності;
- надання матеріальної допомоги киянам – учасникам АТО та членам їхніх сімей.

Як повідомлялося, в Україні внаслідок індексації прожиткового мінімуму з 1 грудня збільшено розмір максимальної та мінімальної пенсії. У результаті близько 1,5 млн українців отримують виплату, більшу на 66 грн. Максимальна надбавка становитиме 660 грн, її виплачуть тим, хто зараз отримує пенсію у розмірі понад 20,2 тис. грн.

Мар'яна МИГАЛЬ.

БРАТЕРСЬКА ДОПОМОГА ХЕРСОНЦЯМ

ХЕРСОНСЬКІ ВЕТЕРАНИ щиро вдячні Українській Спілці ветеранів Афганістану на чолі з Сергієм Червонопиським. Дякуємо Чернівецькій обласній організації ветеранів Афганістану, владі міста Чернівці за надану першу гуманітарну допомогу та медикаменти Херсонській обласній організації УСВА.

Щира подяка та низький уклін Київській обласній організації ветеранів Афганістану за велику гуманітарну допомогу нашим сім'ям і вдовам у Херсоні. Дякуємо киянам, «афганцям» Чернігівської та Рівненської областей, бойовим побратимам Кривого Рогу і всім, хто долучився до доброї справи.

У цей дуже тяжкий період при відсутності світла, води, тепла та Інтернету ця допомога – як ковток води в спеку Афгану.

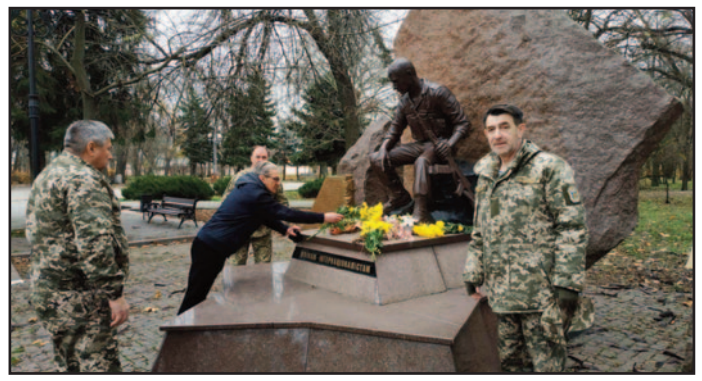
Було б дуже добре, щоб і інші області долучилися до допомоги, бо тільки разом ми – сила!

Координація роздачі допомоги сім'ям і вдовам здійснюється Віктором Кіреєвим і Валерієм Міщенком на базі нашого офісу в Херсоні на вулиці Котовського.

Знайте: ми не здали організацію колаборантам. Спілка живе і працює. Братство є!

З повагою –

Володимир БІЛИЙ,
голова Херсонської обласної організації УСВА.



Воїни-«афганці» – українській армії

ДОБРІ СПРАВИ ВОЛИНЯН

У ЧЕРГОВЕ волонтери разом з головою Волинської обласної організації Української Спілки ветеранів Афганістану Григорієм Павловичем повернулися з передових позицій херсонського напрямку. Нашим воїнам було доставлено необхідну допомогу.

Дата

ПЕРЕМОЖЕ ПРАВДА І СПРАВЕДЛИВІСТЬ

(Закінчення. Початок на 1-й стор.)

Уявіть собі аеродром: літаки, один приземляється, відразу другий злітає – таку карусель було організовано. І ось висаджувалась дивізія. Літаки йшли кермовими доріжками, зупинялися. Нам давали по сім-вісім хвилин повністю розвантажити літак. Прикиньте: в «Антеї» – шість бронеоб'єктів на низькому кліренсі. Їх треба було ручкою підняти, тому що двигун не можна запустити – він остигнув. Адже летіли на одинадцяти тисячах. Двигуни просто замерзли. Ось треба було ручками підняти механікам-водіям. Крім цього, між бронеоб'єктами – ящики з боєприпасами, з продовольством та інше. Це треба було розвантажити.

Уявіть картину, коли в мене шестеро механіків-водіїв, два прапорщики і взвод солдатів, які щойно склали присягу. Мало того, машини потрібно було на руках викотити за смугу руліжа і дати можливість літаку через вісім хвилин «піти». Ось весь екіпаж, а в "Антеї" екіпаж, на мою думку, дванадцять осіб, і командир навіть, тягали ящики, виштовхували бойові машини. Але вклалися рівно у вісім хвилин. А нам потім уже треба було двигуни прогріти й починати рухатися.

Я вам скажу, такого авралу, мабуть, у мене ніколи не було більше. Але чудово впоралися. Хоча у мене там дві свічки пускового обігрівача на бойових машинах згоріли. Треба було замінити.

Потім ми висунулися на місце зосередження батальйону, і батальйон уже пересів у наші бронеоб'єкти. Нюанс такий, що батальйон летів Іл-76. А ми бронегрупою – на Ан-22. Наші військові радники забезпечили нам висадку – не треба було захоплювати з боєм аеродром. Потім вирушили до місць дислокації. Ну а далі почалося «веселе життя». Кінець грудня, клімат різко континентальний, сніг... І як за таких умов жити? Проте завдання виконали.

– Звичайно ж, у наш час ми не можемо обійти стороною те, що відбувається сьогодні в Україні. Як би ви порівняли введення Радянських військ до Афганістану та вторгнення рф до України?

– Як свого часу Радянський Союз так і США називали свої дії в Афганістані спецоперацією. Також американці так називали свої дії в Югославії та Іраку. Соромляться політики слова війна. Як, власне, і зараз російські політики називають свої дії щодо України спецоперацією, а не агресією чи воєнним вторгненням. Але бездарність політиків призводить до трагічних наслідків для мільйонів людей. У тому числі ця бездарність обертається поразкою для армії. Як, наприклад, американців перемогли практично бандити на мопедах.

З Радянською армією було схоже. У нас була найновіша зброя, техніка, але цілей ми досягти не змогли. Чому? Та тому, що проти нас боролося населення, як би ми цей опір не називали – душманами чи моджахедами. Та не весь народ, але багато афганців виступили проти нас. Спочатку на нас дивилися з цікавістю, навіть допомагали. Але потім, коли нас втягнули у військові дії, все змінилося і проти нас виступили багато простих жителів Афганістану.

Що стосується російського вторгнення, то тут усе ще посилилося. Адже у нас багато людей з російським корінням. Але люди живуть тут багато років і у кожного тут друзі, рідня, люди просто встали один за одного. Самі бачите, на що це все перетворилося. Ми маємо десятки тисяч загиблих і зруйновану країну. За це агресор буде проклятий не одним поколінням українців.

Я ще за тиждень до 24 лютого звертався до політиків і говорив, що робити цього не можна. Що у російських солдатів стрілятимуть із-за кожного рогу і підворотні. І ви не зможете перемогти. Але, звісно, мою думку залишили поза увагою.

А в цілому, підсумовуючи все сказане, хочу сказати, що можна виграти бій і битву, але народ перемогти не можна. І все одно переможе правда і справедливість.

Сергій ЧЕРВОНОПИСЬКИЙ (ліворуч) з бойовими побратимами в Афганістані.

Соціальний захист

ЗВЕРТАЄМОСЬ ДО ПЕНСІЙНОГО ФОНДУ

31 грудня повноваження приймати звернення на призначення житлових субсидій мають органи Пенсійного фонду України.

ПРО ЦЕ повідомила директор департаменту пенсійного забезпечення Пенсійного фонду України Олена Охріменко, передає Укрінформ. «Із 1 жовтня органи Пенсійного фонду вже виплачують субсидії і пільги нашим громадянам. З 1 грудня ці органи здійснюють прийом та опрацювання документів для призначення пільг і субсидій», – повідомила О. Охріменко.

Вона зазначила, що звертатися за призначенням субсидій та пільг на оплату житлово-комунальних послуг, придбання твердого та рідкого пічного побутового палива і скрапленого газу можна до будь-якого сервісного центру органів ПФУ, незалежно від реєстрації або місця проживання заявника.

Крім цього, заяви на призначення субсидій можна, як і раніше, подавати через особистий електронний кабінет на вебпорталі ПФУ або через портал «Дія».

«Так само продовжують брати зазначені заяви ЦНАПи, керівні органи тергромад і старостатів. Після чого ці заяви будуть передані до органів Пенсійного фонду», – сказала О. Охріменко й наголосила, що наразі всі звернення на призначення субсидій та пільг опрацьовуються централізовано.

«Тобто, як тільки-но заява поступила, її можуть обробити наші спеціалісти у будь-якому територіальному органі фонду, без прив'язки до місця проживання заявника. У нинішніх умовах з електропостачанням це дуже актуально. Немає світла в Чернігові – вашу заяву опрацюють фахівці в Житомирі, немає світла у Житомирі – опрацюють в Києві», – зазначила вона.

Як повідомлялося, наразі майже 2,5 млн українських домогосподарств отримують субсидії. Їх прогнозований середній розмір становитиме близько 1800 грн на місяць.

ПОВНОВАЖЕННЯ ОБМЕЖЕНІ

В органів Пенсійного фонду обмежені повноваження для виконання судового рішення, адже вони лише перераховують пенсії, а виплати залежать від бюджетних видатків.

СУДДЯ КАС ВС Наталія Коваленко розповіла, що в межах судового контролю приймаються такі рішення: стосовно задоволення заяви про встановлення судового контролю; встановлення нових строків для подання звіту; щодо відмови в задоволенні заяви про встановлення судового контролю; щодо задоволення заяви про накладення штрафу за наслідками розгляду звіту. Про це повідомляє Судова влада.

За майже два роки суди першої інстанції постановили більше 2500 рішень щодо задоволення заяв про встановлення судового контролю. Для встановлення судового контролю необхідна наявність у суду об'єктивних підтверджених належними і допустимими доказами підстав вважати, що за відсутності такого заходу судового контролю судове рішення залишиться невиконаним або для його виконання доведеться докласти значних зусиль. За такого правового регулювання дуже рідко існуватимуть підстави для встановлення судового контролю одночасно з прийняттям рішення у справі.

Суддя звернула увагу, що найбільша кількість заяв – про невиконання судових рішень у соціальних, у тому числі пенсійних справах. Але в органів Пенсійного фонду обмежені повноваження для виконання судового рішення, адже вони лише перераховують пенсії, а виплати (тобто безпосереднє виконання судового рішення) залежать від бюджетних видатків. Тому проблема невиконання судових рішень потребує комплексних заходів і лише встановленням судового контролю знята не буде.

На переконання судді, судовий контроль найбільш дієвим і ефективним є в тих рішеннях, у яких ідеться про зобов'язання суб'єкта владних повноважень видати дозвіл, надати правовстановлюючі документи тощо.

Наталія Коваленко розповіла про деякі правові позиції Верховного Суду у справах щодо судового контролю за виконанням судових рішень з процесуальних питань. Наприклад, у низці справ, у яких особи оскаржували бездіяльність суб'єктів владних повноважень, які не виконували вже наявні судові рішення. Верховний Суд скасовував рішення в таких справах і наголошував, що всі питання, пов'язані з виконанням рішення суду, мають вирішуватися в порядку судового контролю за виконанням рішень у межах цієї ж судової справи (справа № 460/350/19). Належне виконання судових рішень не має потребувати ініціювання інших судових проваджень чи ухвалення інших судових рішень. Необхідно задіювати потенціал статей 382, 383 КАС України.

ОСОБЛИВОСТІ НАРАХУВАННЯ ПЕНСІЙ

членам родин загиблих військових

Пенсія у разі втрати годувальника передбачена родинам загиблих воїнів, до яких належать батьки, дружина (чоловік) і діти. Нараховується вона відповідно до постанови уряду від 17 липня 1992 р. № 393.

—БАТЬКАМ, дружині та одній дитині така пенсія нараховується в розмірі 70 відсотків грошового забезпечення військового. Якщо дітей двоє і більше – береться 50 відсотків на кожну дитину. Мінімальний розмір пенсії для цієї категорії наразі визначений Постановою Кабінету Міністрів України від 3 серпня 2020 року № 674 «Про додатковий соціальний захист окремих категорій осіб» і становить не менше 7800 гривень, а в разі коли дітей двоє і більше, то на кожного не менше ніж 6100 гривень, – повідомила заступник начальника управління – начальник відділу призначення пенсій управління пенсійного забезпечення військовослужбовців та деяких інших категорій громадян Головного управління Пенсійного фонду України в Чернігівській області Ольга Хоренко.

Для призначення такої пенсії береться оклад за посадою та військовим званням, вислуга років на момент загибелі, а решта додаткових видів грошового забезпечення береться за 24 останні календарні місяці служби.

Проте на практиці бувають випадки, коли армієць загинув і не встиг прослужити жодного місяця, а інколи й кількох днів. У таких випадках береться до уваги грошовий атестат, в якому зазначаються як основні, так і додаткові види грошового забезпечення, і такі складові розраховуються як за повний календарний місяць – у разі загибелі військовослужбовця, який не прослужив повного календарного місяця.

– Є ще такі випадки, що військовослужбовець служив до 24 лютого 2022 року, як приклад, з 2014 року і раніше – для військових, які тривалий період проходили військову службу. У таких випадках відповідно до Постанови Кабінету Міністрів України від 30 серпня 2017 року № 704 «Про грошове забезпечення військовослужбовців, осіб рядового і начальницького складу та деяких інших осіб» ми обираємо додаткові види грошового забезпечення перед загибеллю за останні 24 місяці, навіть якщо це було кілька років тому, тобто існувала перерва у проходженні служби, – розповіла Ольга Хоренко.

В організаціях УСВА

ГОСТЯМ ЗАВЖДИ РАДІ

Кілька днів тому мені зателефонував колишній вихованець Шепетівської спілки ветеранів Афганістану, мій земляк із села Городища Юрій Ткачук. Молодий чоловік нині воює на фронті. Він запропонував зустрітися, щоб передати подарунок з передової у музей спілки.

ДОРОГИХ ГОСТЕЙ – Юрія Ткачука і Василя Клімчука, теж колишнього вихованця, та тренера команди «Імпульс» з велотуризму Городищенської ЗОШ Віталія Василишина зустріли голова спілки Валерій Окорський і член ради Віктор Метельський. Колись Юрій і Василь були членами команди «Імпульс», захищали честь Хмельниччини на чемпіонаті України з велотуризму.

Передаючи прапор України з передової з підписами побратимів, які воюють на півдні, Юрій Ткачук зазначив, що цей прапор символізує єдність всіх українців, братерство воїнів, які боронять нашу країну, і мирних жителів, які їх підтримують. Юрій воює на Донеччині.

Хлопці пригадали, як вперше стали призерами чемпіонату України з велотуризму, а Шепетівська СВА подарувала команді три новенькі велобайки і запчастини до них. З теплом згадували шкільні уроки мужності за участю членів спілки, де їх навчали розбирати і складати автомат Калашнікова. Не думали, що набуті навички так швидко знадобляться їм у житті. Воїни висловили спільну думку, що сьогодні не на часі скорочувати у школах години військової та допризовної підготовки.

Віктор Метельський передав воїнам подарунки, зокрема, теплі шкарпетки, які вив'язали мешканці його будинку, а Валерій Окорський зазначив, що ветеранам гірко усвідомлювати, що нині воюють їхні діти та онуки. Він подякував воїнам за мужність і стійкість, за те, що дають гідну відсіч ворогу.

Слава ЗСУ! Хай Господь береже усіх захисників!

Володимир ПИПИЧ,
член Шепетівської СВА,
учасник бойових дій
в Афганістані.

ДОПОМОГА ІНВАЛІДАМ

Дніпровський міський голова Борис Філатов підписав розпорядження про надання матеріальної допомоги особам з інвалідністю внаслідок війни та учасникам бойових дій в Афганістані, які мають інвалідність.

НА ВИКОНАННЯ Комплексної програми соціального захисту мешканців міста Дніпра на 2022–2026 рр., затвердженої рішенням міської ради від 23.06.2021 № 19/8 (зі змінами), та відповідно до листа департаменту соціальної політики Дніпровської міської ради від 19.10.2022 вх. № 8/4071:

1. Надати матеріальну допомогу особам з інвалідністю внаслідок війни та учасникам бойових дій в Афганістані, які мають інвалідність, згідно зі списком.

2. Департаменту економіки, фінансів та міського бюджету Дніпровської ради перерахувати 902000,00 гривень департаменту соціальної політики Дніпровської міської ради за рахунок коштів, передбачених у бюджеті Дніпровської міської територіальної громади на соціальний захист населення.

3. Департаменту соціальної політики Дніпровської міської ради провести виплату матеріальної допомоги.

4. Контроль за виконанням цього розпорядження покласти на заступника міського голови з питань діяльності виконавчих органів, директора департаменту соціальної політики Дніпровської міської ради.

І Я МІЖ ВАМИ, ДРУЗІ-ПОБРАТИМИ

У Чернігівській міській організації УСВА вперше після лютневих і березневих бомбардувань, блокади міста ворогами зібралися бойові побратими, матері загиблих синів в Афганістані, друзі, щоб вшанувати пам'ять Олександри Миколаївни Старикової. У 1986–1989 роках вона працювала сестрою-господаркою у Кундузькому медсанбаті. За бездоганне виконання службових обов'язків нагороджена медаллю «За доблесну працю».

ДВА РОКИ ТОМУ Олександра Миколаївна пішла у засвіти. У день її нарождення друзі вирішили влаштувати виставку виробів-картин з веселкових стрічок та українських вишиванок, хризантемами на підвіконні, які вона дуже любила. Фото з бойовими товаришами, з зустрічей в школах, ліцеях, військових частинах, бібліотеках.

Гарні спогади про людину прекрасної душі, відкритого доброго серця звучали так зворушливо і щиро. Вона була для поранених бійців і порадницею, і рятувальницею, і світлим Янголом-охоронцем. Олександру Миколаївну поважали й любили у медсанбаті за порядність, щиру вдачу і материнську турботу. Це слова Віри Губар – чернігівської журналістки, яка неодноразово зустрічалася з Олександрою Миколаївною і готувала її спогади в обласній газеті "Деснянська правда".

Воїни-«афганці» завжди були у вирі всіх подій. Так і Олександра Миколаївна не втрачала зв'язок з багатьма людьми, з якими її звела доля у чужій стороні. Провідувала, підтримувала допомагою, про це згадувала старший науковий співробітник військово-історичного музею імені В. Терновського Людмила Трикашна.

Коли прийшла біда, війна в Україну, немало «афганців» взяли зброю, щоб на передовому краї захищати нашу свободу, нашу незалежність. Рішучий, запальний і безстрашний Сергій Астахов щойно повернувся з Харківщини. Він забезпечував вивезення поранених із зони бойових дій до медзакладів.

А водій-стрілець Володимир Климюк проводив навчання особового складу медзакладу з поводження із вогнепальною зброєю.

Алла Ривкіна – «афганська» медсестричка – в період блокади міста і нині рятує українських воїнів у Чернігівському військовому шпиталі під керівництвом Героя України «афганця» Олександра Слєсаренка.

Вона згадала, яка Олександра Миколаївна дбайлива господиня, якими стравами, пиріжками й млинцями пригощала і радо вітала побратимів у отчому домі у Вершиновій Муравейці, що на Куликівщині.

Син полковника-«афганця» Олександра Волошка у найдраматичніші березневі дні обороняв древній Чернігів від російських окупантів.

Світлана Шаповал – мати полеглого «афганця». Олег загинув 27 квітня 1984 року на Панджшері. З сумом в очах згадала поїздку разом з Олександрою Миколаївною у Шибиринівську школу на зустріч зі школярами й вчителями, як зачаровано діти слухали «афганську» сестричку-господарочку.

Галина Огієнко – медсестра, працювала у Баграмському медсанбаті у 1980–1981 роках. Вона з теплотою згадувала про мужність, людяність Олександри Миколаївни, яка ніколи не втрачала оптимізму і завжди підтримувала побратимів.

Для авторки цих рядків Шурочка була вірним другом, з яким можна було піти в розвідку. Вона вирощувала дивовижної краси квіти, екзотичні рослини. Жила, раділа життю, людям, миру. Нам всім її так не вистачає!

Пам'ятаємо наших загиблих побратимів, їхніх померлих батьків. Бажаємо сили духу і мужності воїнам-захисникам. Віримо в перемогу. Слава Україні! Слава Героям!

Олександра Миколаївна СТАРИКОВА (друга праворуч) з побратимами.

Лариса КОЖАР,
голова комітету сімей загиблих військовослужбовців в Афганістані при Чернігівському обласному відділенні УСВА.

На допомогу Захисникам і Захисницям

АБЕТКА ВИЖИВАННЯ

У книзі подано поради, деякі банальні, деякі спірні, інші очевидні. Людині, що потрапила на війну, нерідко доводиться, ризикуючи головою, доходити до всього. Книга – свого роду абетка поведінки на війні, дає перші знання що робити, як робити і коли. Ідучи на війну за своєю волею чи за закликом, прочитай цю книжечку, щоб виходити з небезпечних ситуацій з «малою кров'ю» або зовсім без неї. Потім, коли повоюєш і раптом зрозумієш, що війна – це твоє покликання, докладніші відповіді на свої питання шукай в інших книгах.

Набутий на війні практичний досвід і знання дозволять стати гарним солдатом. Бажаємо удачі, читачу!

У цій книзі не буде строгого поділу за тематикою, рекомендації повторюватимуться в різних варіаціях, що не так вже погано для засвоєння. Як відомо, повторення – мати вчення.

Пропонуємо вашій увазі книгу «Мала війна. Абетка виживання», підготовлену й видану Одеською обласною організацією Української Спілки ветеранів Афганістану (воїнів-інтернаціоналістів).

«Уникнути катастрофи може тільки той, хто вважає її можливою».

Мудрість життя.

ЯКІ НАВИЧКИ ТРЕБА МАТИ ЛЮДИНІ, ЯКА ЙДЕ НА ВІЙНУ?

Знання підривної справи. Медична підготовка. Знання основ бойових дій піхоти. Вміння розбиратися в топографічних картах, орієнтуватися на незнайомій місцевості, розбиратися в слідах. Знання методик навчання військовій справі як своїх, так і супротивника. Якщо ти знатимеш як і чого навчають ворога, зможеш передбачати його дії. Вкрай важлива здатність спілкуватися і навчати людей.

Насамперед, необхідно звернути увагу на фізичну підготовку. Швидко бігати, долати сходові прольоти, завали, яри, гірки та гори. Повзати, стрибати, нагинатися і все це проробляти в бронежилеті, касці зі зброєю і боєзапасом. Для цього потрібні гарні дихання і витривалість. Солдат має бути ковбоєм і його конем водночас, тобто стріляти як ковбой і бігати як його кінь.

МАЙБУТНІМ НАЙМАНЦЯМ

«Найманцю здебільшого доводиться виконувати важку роботу піхотинця. Але це не означає, що найманець – це горилоподібна істота з маленьким погано працюючим мозком. Вміння думати, щоб не підставитися, – ось головна якість найманця.

Іноді найманців залучають для виконання делікатних операцій, в яких небажана присутність своїх. Найманцям зовсім не обов'язково говорити про дійсні мотиви операції, після закінчення якої краще, якщо не залишиться жодного свідка в живих. Небезпека, про яку ніколи не можна забувати. Хто шкодуватиме або скаржитиметься, що вбиті найманці? Коли ти отримаєш запрошення на роботу, то маєш незалежно від того, що тобі кажуть, постійно бути начеку і питати себе: «Чому? Чому? Чому?» У цьому весь секрет, як залишитися живим».

Пітер Маккаліз,
англійський найманець.

«У давнину війна для професійних воїнів була постійною подією. Постійним же заняттям ставало полювання. Воно носило форму облави або переслідування і було не стільки економічною підмогою, скільки засобом бойової підготовки воїнів. Як у давнину, так і в середньовіччі була заборона застосовувати зброю до останнього дня полювання. Воїн-мисливець мав урукопашну битися зі звірями. При цьому вбивати звірів не належало – їх тільки пов'язували. За сучасними поняттями ризикований підхід забезпечував підтримку фізичної форми, навичок, необхідних на війні: це спостережливість, терпіння, вміння тихо пересуватися, психологічна підготовка до зустрічі з небезпекою».

Журнал «Російська
археологія» №5, 1999 р.

ДУМКИ ВГОЛОС

Це, на перший погляд, не стосується військової справи, тому просто запам'ятай:

«Добровільне зізнання обтяжує провину та подальшу долю засудженого».

Якщо тебе поставили командувати хоч маленькою командою, то варто прислухатися до поради людей, які воювали в Афганістані:

«Узбеку найкраще довіряти матеріальну частину – машину, каптерку, запаси, вести господарство. Таджика потрібно брати як барометр у плавання на бойові, він чує, де небезпека. Дагестанці, та й усі північні кавказці – це "спецназ". А українці на все годилися».

Книга «Останній кадр»
А. Рамазанова.

Що таке геройство? Геройство зазвичай – виправлення чиїхось помилок через кров і смерть.

«Нам герої не потрібні. Нам би розгильдяйства позбутися», – казав один мудрий старий військовий начальник.

Як би ти не страждав від відсутності грошей, не піддавайся спокусі продати боєприпаси, зброю чи якісь відомості супротивнику чи комусь ще на стороні. І у тебе і у твоїх товаришів по зброї має бути чітке розуміння того, що завтра ця зброя та боєприпаси будуть спрямовані проти тебе. Якщо таке сталося, то торговця смертю нещадно бити до стану відправки у шпиталь на тривале лікування.

Навчаючись на чужих, нерідко трагічних помилках, роби висновки. У бою, у бойовій ситуації сусід повинен бачити тебе і знати де ти перебуваєш. Збираєшся кудись відійти – попередь, наприклад: «Вася, я піду за кущики…». А не зробиш цього, так тобі твій же друг за кущик пошле чергу з автомата чи гранатку кине.

ВПРАВИ ФІЗИЧНІ

Для того, щоб у новій для тебе обстановці не почуватися розгубленим – тренуйся. Розвивай тіло, навикайся слухати вухами, дивитися очима, працювати мізками.

В умовах казарм, військового містечка і тим більше в польових умовах немає можливості використовувати гирі, гантелі і різного роду тренажери. Але для підтримки фізичної кондиції можна обійтися без них. Віджимання широкою та вузькою постановкою рук, підтягування на поперечині широким і вузьким хватом, присідання, біг із вантажем. Взагалі, намагайся на тренуваннях працювати з більшим навантаженням, ніж ти отримуєш на бойових. Мудрість приказки «Тяжко у навчанні – легко в бою» ніхто ще не спростував. Звикнувши до великих навантажень, ти в критичній ситуації зможеш мобілізувати свої сили для рятівного ривка.

Звичайно, руїни, окопи, холодні намети, що відсиріли, не мають у своєму розпорядженні всіляких видів напруги. Ні розумової, ні тим більше фізичної. Подолай, подолай себе. Підведися, скинь із себе бушлат. Якщо тепло, то роздягнися до пояса. Добре, від душі позаймайся і, якщо є можливість, то вимийся. Якщо такої можливості немає, то зроби «умивання повітрям», тобто. розітрися рушником або ганчірочкою. Не забудь на час тренування розвішати одяг. Нехай він провітриться чи прогріється на сонечку. Не забувай про безпеку. Там, де можуть стріляти – не випендрюйся. Обійдися дихальними вправами і напружуй м'язи, упершись руками, плечем у стіну, підлогу, підвіконня.

ВПРАВИ НА РОЗВИТОК СЛУХУ ТА ІНТУЇЦІЇ

Для початку візьми лінійку і вдар нею об стіл. Розслабся, закрий очі, досягни стану порожнечі в голові, постарайся почути в уяві звук удару лінійки об стіл, спочатку підкріплюючи слухові відчуття зоровими (бачиш лінійку під час удару об стіл) і тактильними (відчувай усім тілом лінійку, стіл, удар).

Для оцінки розвитку слухової уяви – наступний тест: не чути – 0, чути, але звук нечіткий і нестійкий – 1, чути чіткий, але нестійкий звук – 2, чути чіткий та стійкий звук – 3, можеш за своїм бажанням трансформувати звук – 4, слухові образи йдуть паралельно зі зоровими і тактильними – 5.

Досягши у розвитку уяви п'ятого рівня, можна буде миттєво реагувати всіма трьома органами почуттів на загрози, що виникають. У міру тренованості ти навчишся визначати не тільки тип зброї, але відстань до неї і напрямок, в якому з неї стріляють.

ТРЕНУВАННЯ НА РОЗВИТОК НАВИЧОК СТРІЛЬБИ

Тренування краще проводити в парі або ще краще – великою кількістю людей. Вибери приміщення з кількома перегородками-стінами. Приміщення повинно бути близьким до тієї обстановки, в якій тобі доводиться діяти. Тобто якщо ти працюєш у житлових незруйнованих квартирах, то й тренування треба проводити в подібних. Закриті двері та ціле скло змінюють звук. Якщо приміщення зруйновані, то звикати слухати треба у зруйнованих приміщеннях. Не забудь, що бите скло, цегла, меблі, вибиті вікна, перевернуті меблі, дірки в стінах, дверні отвори спотворюють сприйняття звуку.

Слухаючи звук, що долинув до тебе, уяви, що він проходить через твоє тіло. Через одну із зон тіла при цьому відчуй вібрацію, яку подумки постарайся поширити на все тіло. Добийся відчуття фізичного дотику звуку до тіла.

Перед тренуванням пройдися по приміщенню, запам'ятай обстановку, потім з різних точок дивися та слухай як ходить напарник. Запам'ятай місцеположення товариша і слухай звуки, що йдуть від нього: шум кроків, шелест одягу, брязкіт зброї. Тепер закрий очі і постарайся передбачити подальшу дію товариша. Спочатку це не виходитиме. Розвивай уяву, створюй картинку можливих пересувань спостережуваного. Потім заплющ очі і намагайся передбачати вже наосліп, орієнтуючись тільки за звуком. Як виходитиме ускладнити тренування, повернися спиною, рухайся сам.

Відпрацьовуй реакцію тіла на звук. Почув, миттєво або направляй туди ствол або йди з можливої лінії вогню. Такі вправи можна проводити всюди і завжди, навіть спостерігаючи за людьми збоку. Думкова обробка дій дозволяє психологічно підготуватися до виживання на війні.

Замість мішеней під час початкових тренувань бойовими патронами використовуй аркуші білого паперу. Звичайний канцелярський аркуш. Намагайся прицілитися в його середину.

Відсутність конкретної точки прицілювання дозволяє не фокусуватися на ній. Відзначай своїм знаком кожну серію влучень. Після кількох серій можна обчислити середню точку влучень. Після вдалої серії пострілів старайся запам'ятати своє положення.

Набирайся досвіду і відточуй навички. Навчися пророкувати подальші дії як ворога, так і своїх товаришів. Через деякий час ти вже зможеш заздалегідь навести ствол у те місце, з якого тільки намічатиметься загроза тобі. Програвай багаторазово в розумі або на тренуваннях кожну побачену або почуту тобою ситуацію, прислухайся до коментарів досвідчених бійців, подумай, як би ти сам діяв у той момент.

Основну роботу над пострілом робить мозок – м'язи людини лише його слуги, і чим розумніший господар, тим слухняніше слуги, тобто м'язи. На великій відстані навчися визначати тип транспортного засобу і напрямок його руху, на близькій – вчися відокремлювати звуки, вироблені людиною (брязкання зброї, кроки, здавлене дихання, сопіння, поскрипування камінців і хрускіт гілочок під підошвами черевиків від зовнішнього фону. Не чекай від супротивника подарунків. З боку супротивника не буде гуркоту кроків і завчасного попередження про своє прибуття. Умілий вояка пересувається безшумно, як привид, не даючи тіні і не залишаючи слідів, з'являється несподівано і вражає безжально.

Зброя має стати з тобою єдиним цілим. Від уміння володіти нею залежить твоє здоров'я та життя.

Навчися добре стріляти з будь-якої зброї, яка тобі буде доступною. Тренуйся стріляти з різних положень у різних ситуаціях.

Напрацювання навичок правильної стрільби краще починати з вправ вхолосту. При освоєнні кожної нової вправи не менше 2/3 часу приділяй тренуванню без патрона.

При роботі вхолосту не думай імітувати віддачу. Мозок запам'ятає цей рух і при роботі з бойовим патроном ти за мить до пострілу мимоволі м'язами підкинеш зброю вгору.

М'язова пам'ять – здатність людини за напругами м'язів, що запам'яталися, відтворювати положення або рух якоїнебудь частини тіла.

Відпрацювавши вправу без патрона, досягнутий результат перевіряй та закріплюй на стрільбі патроном. Але не клацай нескінченно бойком. Слабне пружина або бойок може зламатися.

Добре буде, якщо у тренуваннях тобі допомагає товариш. Він оголошуватиме результати влучань, ставитиме мішені, даватиме вводні.

У бойових умовах ціль може з'явитися з будь-якої від тебе сторони і на різній висоті. У час тренування уявляй появу супротивника де тільки можна і бери уявну ціль на мушку. Ти можеш бути зігнутим в три погибелі на бігу або лежати в незручній позі, але в будь-якому положенні тримай зброю готовою до бою, щоб зуміти вразити ціль, звідки б вона не з'явилася. Автомат і до того ж кулемет мають більшу віддачу. Міцне охоплення рукоятки і цівки руками, щільне прилягання до плеча прикладу дозволять швидко повертати зброю на лінію прицілу.

Дуже міцно стискати теж не можна. Перенапруження м'язів викликає тремтіння. Особливо це важливо пам'ятати тим, хто стріляє з пістолета і снайперської гвинтівки.

Сошки і додатковий упор покращують прицільність стрільби. Ти менше витрачаєш патронів і більше шансів потрапити в ціль. Коли є можливість, то користуйся упором.

Першими в магазин намагайся ставити три трасуючих патрони. Якщо вчасно помітив, що вилетіла перша чи друга трасуюча куля, то не чекай, коли вилетить остання куля, відразу міняй магазин. Заклацнувши повний магазин, тобі вже не треба буде пересмикувати затвор. Це економить кілька дорогоцінних секунд.

Навчися пересмикувати затвор, адже звикнувши до автоматичного досилання патрона, багато солдатів губляться, коли відбувається осічка і треба просто пересмикнути затвор.

Для тренування такої навички перезарядки снаряди магазин патронами в такому порядку: бойовий, холостий, бойовий, холостий тощо після першого бойового пострілу, другий постріл виконується холостим. Після холостого пострілу наступний за ним бойовий патрон потрібно досилати вручну.

Часто буває, що автомат клинить через перекос, недосили патрона або ти просто забув зняти зброю із запобіжника. Недосвідчений боєць, коли трапляється таке, починає здивовано крутити автомат, намагаючись зрозуміти, що ж сталося. У бою такі затримки неприпустимі. Ти повинен, не замислюючись ні на мить, усувати дрібні несправності.

Заряди в магазини різну кількість патронів. Стріляй по мішенях на швидкість, швидко змінюючи магазини.

Стріляючи, навчися рахувати патрони, не концентруючи на них уваги. Ти завжди повинен знати кількість патронів, що залишилися в магазині. Накопичивши трохи досвіду, ти вже не зациклюватимешся на кількості боєзапасу. Навчися швидко змінювати порожній магазин на повний.

Тренуючись, ти виробляєш навичку точної стрілянини та вміння аналізувати свій постріл (влучив – не влучив). Навчившись цього, ти, вистріливши в одного, впевнено перенесеш вогонь на іншого.

Взявши необхідне випередження рухомої цілі, веди стрілянину, постійно забираючи трохи вперед цілі. Морально готуйся до вбивства собі подібного. Десятки, сотні разів продумуй різні ситуації, в яких тобі доведеться вбивати або уникати смерті.

Коли нікуди поспішати, починай тиснути на спусковий гачок на напіввидиху. Тільки не затримуй дихання надовго, від нестачі кисню трапляється помутніння в очах і тремтіння колін.

Часте й глибоке дихання збуджує організм, збільшує серцебиття. Точність пострілу може постраждати, особливо на далекі дистанції. Дихай рівно і спокійно. І перед пострілом вгамуй тремтіння розслабившись.

Стрілянина одиночними ефективна до 400-450 метрів. На довгих дистанціях кількість попадань різко скорочується і стає випадковою.

«Поправку на бічний вітер бери в той бік, звідки дме вітер. При вітрі ліворуч точка прицілювання виноситься ліворуч, при вітрі праворуч – праворуч.

У горах при стрільбі на дальностях понад 400 м, якщо висота місцевості над рівнем моря перевищує 2000 м, точку прицілювання вибирати на нижньому краю цілі.

При стрільбі в горах знизу вверх або зверху вниз на дальностях більше 400 м і кутах місця цілі менше 30 градусів точку прицілювання слід вибирати на нижньому краю цілі, а при кутах місця мети понад 30 градусів вести вогонь із установкою прицілу II, прицілюючись у верхній край цілі».

(Продовження в наступних номерах).

Цілком таємно

З РАДЯНСЬКОЮ ЗБРОЄЮ

Про невідомі багатьом нам сторінки радянської історії розповідає ветеран дипломатичної служби, ветеран війни, член Української Спілки ветеранів Афганістану, член Національної спілки журналістів України Вячеслав ЛУЗІН.

ЗБІГ суб'єктивних та об'єктивних чинників нерідко змінює запланований перебіг життя. Щось подібне сталося зі мною. Наявність морської освіти була лише однією з причин перерви в дипломатичній службі, про що я ніколи не шкодував. Тимчасовий проміжок у 12 років, 6 місяців і 20 днів, присвячений флоту, став однією з пам'ятних сторінок у житті.

Не кожному дано відчути стихію «ревущих сорокових», побувати на всіх шести континентах нашої земної кульки, здійснити навколосвітню подорож або пройти проливом Дрейка, що кипить під ураганними вітрами. Більше того, вкотре стати безпосереднім учасником виконання «міжнародного обов'язку», практичне втілення якого для радянського народу чомусь проходило під грифом «цілком таємно».

Починаючи з війни у Кореї (1950 р.) і до розпаду СРСР 1991 року радянські військовослужбовці таємно брали участь у 19 засекречених війнах чи збройних конфліктах у різних регіонах світу. Десятки тисяч солдатів і офіцерів, а я був одним із них, билися в різних куточках планети з вірою в те, що вони захищали геополітичні інтереси СРСР, а слаборозвиненим народам Азії та Африки несли світло ідей соціалізму.

Військово-морський флот і судна торговельного флоту здійснювали масовані поставки радянського озброєння до будь-якої країни світу, вождь якої заявляв про соціалістичний вибір своєї країни, не маючи уявлення про марксистсько-ленінську теорію. Немов димова завіса, прекрасні слова «інтернаціональна допомога» та «інтернаціональний обов'язок», вигадані кремлівськими лідерами, прикривали збройний захист геополітичних інтересів СРСР у всьому світі, протидію головному противнику і конкуренту – американцям.

Незважаючи на подвійну гру радянської дипломатії, яка постійно витягувала на світ чергові мирні ініціативи, Захід ніколи не забував знаменитого сталінського висловлювання: «Щоб усунути неминучість війн, треба знищити імперіалізм».

Міф про миролюбну зовнішню політику СРСР, символом якої в країнах Африки, Азії, Латинської Америки у другій половині двадцятого століття були танки та автомат Калашнікова, розвіявся з розвалом СРСР. Тоді ж настало прозріння марності жертв і багатомільярдних витрат на підтримку режимів, які в Радянському Союзі бачили дійну корову й джерело свого особистого добробуту, заради якого вони були готові присягатися у вірності й відданості будь-якому соціальному устрою.

На початку 90-х років виникла внутрішня потреба закрити сторінку флотського життя. Декларація про проголошення державного суверенітету від 16 липня 1990 року і набуття Незалежності Україною 24 серпня 1991 року відкривали перед країною нові перспективи, висуваючи на перший план формування власної зовнішньої політики та відповідних зовнішньополітичних структур.

Незважаючи на важкі часи, які для багатьох українців стали школою виживання, показник гіперінфляції в 10000%, що побив світовий рекорд, закриття промислових підприємств, ціни, що стрибають до небес, і масові протести шахтарів, марафон міжнародного визнання України як незалежної держави набирав обертів. У цих умовах поступово будувалося зовнішньополітичне відомство нового типу, перед яким гостро постали завдання, пов'язані з визнанням України міжнародною співдружністю, встановленням дипломатичних відносин, створенням ефективної мережі власних дипломатичних і консульських представництв, розбудовою повноцінних двосторонніх відносин, набуттям членства та утвердженням у міжнародних організаціях.

На початок 90-х років нашу країну визнали понад 130 країн світу, а 106 налагодили з нею дипломатичні відносини. Не можна було в цих умовах залишатися осторонь зовнішньополітичних процесів, тим більше фахівцю з досвідом дипломатичної роботи.

10 березня 1992 року міністр закордонних справ Анатолій Зленко підписав наказ про призначення мене першим секретарем сектору закордонних установ відділу кадрів МЗС України. Починалося нове старе життя у колективі, з яким ніколи не поривав стосунків. Під час дружніх зустрічей у період морської служби, через розпорядження та підписки, які втратили чинність з розвалом СРСР, про її специфіку доводилося мовчати. Благо тем для розмов було достатньо. Лише обмежене коло осіб на той час знало, що наймасовіші поставки озброєння до країн третього світу, на відміну від «інтернаціонального боргу», які отримали ємне формулювання «інтернаціональної допомоги», брали свій початок з території України. Оскільки все таємне рано чи пізно стає явним, вважаю за доцільне перед тим'як розповісти, яким було «МЗС України на зорі Незалежності», намалювати правдиву картину цієї допомоги, справжньою метою якої було досягнення власних геополітичних інтересів та поширення впливу по всьому світу.

У радянський період до списку закритих міст України входили Балаклава, Севастополь, Дніпропетровськ і Миколаїв. Якщо у перших двох містах існував пропускний режим навіть для радянських громадян, то Дніпропетровськ і Миколаїв були недосяжні лише для іноземців. Власне, Миколаїв увійшов до списку населених пунктів категорії «2-го рівня допуску» ще 1938 року за розпорядженням наркомата оборони СРСР. Причину можна шукати в суднобудівній галузі міста, яка орієнтована на будівництво військових кораблів.

З моменту закладання верфі в північній частині Дніпро-Бузького лиману зі стапелів кораблебудівних заводів міста зійшло понад дві тисячі фрегатів, броненосців, міноносців і підводних човнів. Миколаїв був одним із небагатьох міст світу, де будувалися важкі авіанесучі кораблі. І все ж таки найбільш секретним об'єктом, про який знали лише небагато мешканців міста, був порт-пункт «Октябрськ», що в документах проходить як «3-тє відділення Миколаївського порту». Лише на початку 90-х років у «Вікіпедії» з'явилися два рядки, що сповістили світ про те, що п/п «Октябрськ», який отримав статус окремого порту, спеціалізується на вивезенні боєприпасів та озброєння.

Оскільки засекречений ключовий пункт поставок радянської зброї своїм союзникам, що ретельно охороняється, у період «холодної війни» не встигав обробляти залізничні склади з озброєнням і боєприпасами, поряд з портом побудували

Думки з приводу

АФРИКАНСЬКИЙ ПОГЛЯД

НА УКРАЇНСЬКО-РОСІЙСЬКУ ВІЙНУ

Аналіз основних тез експертного середовища

Загальною думкою експертного середовища є та, що міжнародні кризи, такі як війна в Україні, є історичними розривами, що викликають глибокі зміни в парадигмах систем альянсів і межах впливу. У довгостроковій перспективі вони створюють нову конфігурацію балансу сил, що вимагає здатності передбачати та адаптуватися. Неочікуваною видається теза про те, що Африканський континент геополітично, а певним чином і географічно, – на передньому краї війни в Україні.

Незбагненна Африка.

У БАГАТЬОХ відношеннях африканські країни не мають таких же можливостей стійкості, як великі держави. Тому інтереси африканських країн можуть сильно постраждати від повернення війни як інструменту врегулювання міжнародних відносин.

Війна в Україні поклала кінець відносно мирних десятиліть на європейській землі, відроджуючи моторошні спогади про дві світові війни. У світлі глобалізованих процесів ударна хвиля війни швидко накрила Африканський континент.

Геополітичні та геоекономічні наслідки війни в Україні на Африканському континенті «тримаються на п'яти слонах», а саме:

1. НЕБЕЗПЕКА ЗМІНИ СВІТОВОГО ПОРЯДКУ

Підпорядкування міжнародних відносин верховенству права, а не логіці сили – центральне питання співіснування міжнародного суспільства. Прагнення зменшити простір для застосування сили на користь міжнародних стандартів реалізовувалося на Конгресі у Відні 1815-го, потім зі створенням Ліги Націй 1919-го, спадкоємицею якої стала ООН у 1945 році.

Війни, які відбулися після 1990 року, спиралися більше на міжнародне право, щоб надати їм легітимність, а не просту волю захищати національні інтереси залучених держав (як приклад наводяться операція «Буря в пустелі» 1991 року, що сприяла відновленню суверенітету Кувейту, та війна проти Іраку 2003 року, яка велася на підставі ймовірного володіння зброєю масового знищення).

Таке регулювання міждержавних відносин значною мірою слугувало на користь африканським країнам. Не маючи таких же силових важелів, як великі держави, інтереси африканських країн, природно, були краще захищені в рамках системи, заснованій на силі закону, ніж у системі, яка спирається на силу зброї.

Вторгнення росії в Україну є переломним моментом у процесі узаконення насильницьких зовнішніх дій держав шляхом посилання на закон. Аргументи, висунуті москвою щодо вторгнення в Україну, ідеально відповідають системі, заснованій на збройній силі. Така ситуація стає основною геополітичною проблемою для Африки, оскільки, як казав Редьярд Кіплінг: "Ніхто не може протистояти спокусі Африки".

2. ПІДВИЩЕНИЙ РИЗИК СТРАТЕГІЧНОГО ДИСБАЛАНСУ

У цілому міжнародний порядок сьогодні сильно дестабілізований українським конфліктом. Крім того, не можна випускати з уваги той факт, що Європа стояла біля витоків двох світових воєн. Враховуючи наявні військові сили та постійну небезпечну ескалацію у веденні військових дій, ризик великого вибуху наразі існує.

Що ще гірше, серйозна погроза застосувати ядерну зброю кидає сер-йозний виклик для майбутнього людства. Ризик, який, як ми думали, зменшився після кубинської кризи 1962 року. Переконання двох стратегічних антагоністів – США і СРСР, що застосування ядерної зброї призведе до взаємного знищення, призвело до переговорного процесу й підписання низки угод про скорочення стратегічних озброєнь (СНО).

Безперечно те, що гонка озброєнь, посилена війною в Україні в поєднанні із загрозою застосування зброї масового знищення, послаблює значною мірою і без того важке становище африканських країн. Більшість країн не мають оборонної промислово-технологічної бази та значних фінансових коштів для закупівлі складної військової техніки.

Африканське прислів'я говорить: «Коли б'ються два слони, то в савані від цього страждає трава», але експерти наводять інше, лаоське: «Коли б'ються слони, гинуть мурахи».

3. ПОГЛИБЛЕННЯ ГЕОЕКОНОМІЧНОЇ КРИХКОСТІ КРАЇН АФРИКАНСЬКОГО КОНТИНЕНТУ

За оцінкою експертів, війна в Україні означає голод в Африці, оскільки росія та Україна для багатьох є основними постачальниками зерна.

Проблеми, пов'язані з продовольчою безпекою, призводять до політичної нестабільності, радикалізації, нелегальної імміграції і народних повстань.

Початок війни призвів до різкого зростання цін на зернові та енергоносії.

4. ЗАКРІПЛЕННЯ МАРГІНАЛІЗАЦІЇ АФРИКИ

У «Великій грі» сильних світу на тлі війни в Україні Африка постає як маргінальна сутність, позбавлена необхідних засобів впливу на стратегічні рішення міжнародної системи.

Африканський розвиток, економічна та політична стабільність відходять на другий план.

Рішучість росії підкорити Україну пояснюється її бажанням знову стати глобальною державою. На доказ цього наводяться слова Збігнєва Бжезінського зі статті «Передчасне партнерство», в якій він стверджує: «Не можна не підкреслити, що без України росія перестає бути імперією, але з підпорядкуванням України росія автоматично стає імперією».

Висновок щодо майбутньої архітектури розподілу сфер впливу видається досить спрощеним, тим не менш, його слід навести.

Таким чином, чи можуть у найближчому майбутньому виникнути три основні полюси влади: західний полюс, відбудований навколо США, слов'янський полюс у пошуках відродження на чолі з росією та швидко зростаючим китайським центром.

Усе говорить про те, що відносини між цими різними полюсами влади набудуть набагато більш конфліктного характеру, ніж кооперативного. Це важко назвати «багатополярністю».

5. ПЕРЕТВОРЕННЯ АФРИКИ НА ТЕАТР СТРАТЕГІЧНОГО ПРОТИСТОЯННЯ МІЖ ДОМІНУЮЧИМИ СВІТОВИМИ СИЛАМИ

Існує небезпека побачити, як Африка перетворюється на звичайний театр стратегічного протистояння між домінуючими державами. Окрім ризику маргіналізації, Африка може стати театром протистояння між іноземними державами, які прагнуть зміцнити свої союзи та розширити сфери впливу.

У цьому контексті війна в Україні виступає і як фактор-прискорювач нової фази суперництва між світовими державами на Африканському континенті.

Останнім часом росії вдалося закріпити свої позиції в низці африканських країн, таких як Лівія, Центральноафриканська Республіка і Малі.

Повернення російського флоту в Середземне і Червоне моря, переговори з Суданом щодо будівництва військово-морської бази викликали невдоволення Заходу.

Водночас, західні держави дуже скептично дивляться на економічну, фінансову та військову присутність Китаю в Африці.

Вважається, що три держави прагнуть істотно посилити своє суперництво на африканській землі.

Захід ставить завдання забезпечити голоси на континенті, який має 54 місця в міжнародних організаціях, а також здійснювати певний контроль над сировиною, гарантувати їх відповідну стратегічну автономію.

«Африканський резервуар» може бути використаний західним полюсом, щоб запобігти росії використовувати свої вуглеводневі та харчові потужності як зброю, з одного боку, і принаймні обмежити доступ Китаю до природних ресурсів з іншого.

Проблемою залишається неспроможність Африки розробити і проводити спільну зовнішню політику. Свідоцтвом цього є голосування за резолюцію ООН від 2 березня, що засуджує вторгнення росії в Україну. 29 країн Африки проголосували «за», 16 – утрималися, 8 не брали участі в голосуванні. Еритрея проголосувала проти резолюції.

Голосування стало підтвердженням відсутності координації і єдності в Африканському союзі. В організації спостерігається дефіцит конкретних результатів і досягнень з точки зору зовнішньої політики. Подолання цієї ситуації могло б позитивно вплинути на припинення війни і покращання стратегічної позиції Африки.

Вінстон Черчилль казав: «Ніколи не дозволяй гарній кризі пропасти даремно».

Володимир ВОЛОШЕНЮК,
член УСВА.

Цілком таємно

КРАЇНАМИ ТА КОНТИНЕНТАМИ

залізничну станцію «Жовтнева». З цієї станції ешелони вдень і вночі заходили до «Октябрська», наповнюючи підземні й наземні сховища різноманітними типами та видами «міжнародної допомоги». Судячи з вантажопотоку, обсяг озброєння, що зберігався на підземних складах секретного порту з небаченим рівнем охорони, є достатнім для оснащення кількох армій для ведення бойових дій на кілька років.

Щодня біля причалів порту «Жовтень» стояли три-чотири судна. Назви в носовій частині та на кормі завішені брезентовими полотнищами, однак від пильного ока американських супутників, які постійно висять над регіоном, не сховатися. Знімки одразу передаються на пункт ЦРУ в Стамбулі, який постійно відстежує рух радянських судів із озброєнням через Босфор. Маркування вантажу на палубі, не прихованого дефіцитним брезентом, підкаже напрямок руху. А далі вже літаки повітряної розвідки разом із супутниками доведуть судно до пункту призначення.

Завдання постачання озброєння до країн Середземномор'я та Перської затоки покладено на Азовське морське пароплавство. Південно-Східна Азія, Східна Африка, Центральна та Латинська Америка – сфера відповідальності 6-ї госпрозрахунково-економічної групи суден Чорноморського пароплавства. Регулярні рейси на схід пролягають через Кампучію та порти В'єтнаму – Сайгон (Хошимін), Дананг і Хайфон. З Дананга прокладено маршрут, яким потік озброєння надходить у Лаос. Західний напрямок – це Куба, Нікарагуа та Перу.

Географія поставок радянського озброєння надзвичайно різноманітна, а слова «інтернаціональний обов'язок» та «інтернаціональна допомога» говорять про те, що радянський народ, сам того не підозрюючи, став боржником братів за класом більш ніж у п'ятдесяти країнах світу. У більшості країн пролетаріатом практично не пахло.

Африканський рейс у травні 1986 року – лише один із сотень прикладів, як радянський народ, відриваючи від себе найнеобхідніше, волею кремлівських керівників продовжував підтримку нежиттєздатних політичних режимів, головною метою яких було отримання дармової допомоги в максимально можливих розмірах.

10 травня, прийнявши до трюму повний вантаж озброєння, турбохід «Юний ленінець» (судно подвійного призначення) взяв курс на Феодосію. На заводі «Море», значну частину продукції якого складали військові кораблі та багатоцільові катери, плавкран «Чорноморець» опустив у приварені на палубі кільблоки 4 прикордонні катери проекту 1400 «Гриф».

Основне озброєння 25-метрового катера – спарена кулеметна установка 2М-7 калібру 14,5 мм на кормі та турельна кулеметна установка такого ж калібру на баку. Загалом два катери, розташовані на палубі попереду надбудови і два на кормі, з 8 кулеметними установками, 4 з яких спарені, представляли вражаюче видовище. Незвичайну картину доповнювали РЛС на автомобільному шасі, розміщені між ними.

Перші два катери залишаються у болгарському порту Бургас. Морські частини прикордонних військ Болгарії, як і Куби, на 100 відсотків укомплектовані катерами типу «Гриф».

Попереду Босфор та обов'язкова процедура для всіх військових і торговельних суден під прапором СРСР, а саме збирання й передача розвідданих про розміщення кораблів військово-морського флоту Туреччини. Бортові номери військових кораблів у бухтах Бейкоз та Умур'єрі спочатку лягають на чернетку, а з виходом з Босфору у вигляді точок та тире, що відображають цифри кодових символів, шифруванням вирушають на Москву та Севастополь. Той же порядок оповіщення і про всі військові кораблі, підводні човни та військові літальні апарати, зустрінуті на шляху прямування.

Босфор – серце Стамбула.

Попереду – Суецький канал.

Протяжність Босфору – близько 30 км, ширина – від 700 до 3300 метрів. Добре видно, як на набережних Стамбула натовпи народу завмирають, побачивши величезне судно, на палубі якого розміщено ще чотири бойові кораблі. Витягнутими вперед руками звертають увагу дітей і перехожих на небачене видовище. До мимовільних глядачів у районі Румелі Хісари приєднується розвідувальний катер ЦРУ «DOGAN». Знайомий за попередніми рейсами оператор катера з ковбойськими вусами привітно махає рукою й вправно орудує фотооптичними та іншими приладами, призначення яких неважко вгадати. Від традиційної процедури нікуди не втекти. Він має свою роботу, свої обов'язки, свій обов'язок перед країною, яку представляє, і перед блоком НАТО.

Наш обов'язок зовсім інший. На практиці, яка виявилася провальною, надати військово-технічну допомогу й пояснити народам третього світу, хто є їхнім найкращим другом і союзником, а також наставити на соціалістичний шлях розвитку.

Позаду Мармурове, Егейське та Середземне моря. Весь прохід через Суецький канал нас проводжають погляди здивованих єгиптян, які фотографуються на тлі корабля, ще не баченого досі.

Попереду Червоне море, Ходейда (ЙАР), Дар-ес-Салам (Танзанія), порти Мозамбіку (Напалу, Бейра та Мапуту), Мадагаскар і навіть Сейшельські острови, де нас з нетерпінням чекають «брати по класу».

(Далі буде).

Думки з приводу

ПАРАЛЕЛІ ВОЄН: СУМНИЙ ПРОГНОЗ ДЛЯ РОСІЇ

Якщо проводити паралель воєн в Афганістані та Україні, то вона починається з того, що ні Радянський Союз, ні російська федерація не розраховували, що ця війна триватиме довго. Ці дві війни схожі тим, що вони обидві сприяли обвалу економіки – там Радянського Союзу, тут – росії. Про це заявив військовий експерт Олег Жданов.

"РАДЯНСЬКИЙ СОЮЗ змушений був нарощувати зусилля і вводити в Афганістан цілу 40-у армію і розгортати там масштабні бойові дії. Також росія змушена була формувати й вводити в Україну всі резерви, які вони мають", – сказав він.

За словами експерта, те, що зараз воює в Україні, є частковими залишками регулярної армії російської федерації.

"В Афганістані масштаб був меншим, тому Радянському Союзу вистачило і війська, і техніки для введення. Але тоді Радянський Союз не готовий був до маневреної війни, російська федерація сьогодні теж не готова до ведення маневреної війни", – зазначив експерт.

Олег Жданов наголосив, що єдина відмінність – що там підрив бойової могутності, бойових потенціалів Радянського Союзу все ж таки не позначився.

"Афганська війна не змогла вплинути, вона була незначною – коли одна армія воювала, а друга армія була її резервом, і за рахунок цього постійно все змінювалося, і туди тільки постачали техніку та особовий склад, для масштабів Радянського Союзу це був збройний конфлікт. Єдине, що змусило (вивести війська з Афганістану. – **Ред.**) – це падіння економіки та соціальні настрої, тому що війна в Афганістані стала в суспільстві непопулярною", – пояснив експерт.

У цій війні у російської федерації масштаби виявилися набагато більшими. "На сьогоднішній день у складі сухопутних військ росії немає жодної армії, яка не була б втягнута у війну. Можна сказати, що всі сухопутні війська представлені та воюють на території України. У тому числі ми навіть захопили частину з'єднань і частин флотів, тобто військово-морських сил російської федерації".

Тоді падіння економічної могутності змусило Радянський Союз вивести війська з Афганістану, припинити війну. Але падіння економіки вже було не зупинити і Союз почав розсипатися, розповзатися по швах. "А тут війна підірвала економіку російської федерації, плюс санкції, які введені проти росії. І виходить, що фактично тут усі збройні сили задіяні. І економіка обвалюється в тому числі через мобілізаційні заходи, через те, що вони вигрібають робочу силу з підприємств".

На думку Жданова, є невеликі відмінності в масштабах бойових дій, в масштабах застосування армії, але можна сказати, що ці дві війни схожі. "Схожі тим, що вони обидві сприяли обвалу економіки – там Радянського Союзу, тут – росії. Там це призвело до розвалу Радянського Союзу, тут це може призвести до розвалу російської федерації. Тож поживемо – побачимо. Я думаю, що залишилося зовсім недовго до початку апофеозу, який вже починається в росії в плані розвалу поки що державної машини з управління російською федерацією", – резюмував військовий експерт.

ДІЮТЬ ДУЖЕ ТАЄМНО

Ветерани спецназу Афганістану отримують пропозиції від рф про "роботу" на території України. Члени елітного Корпусу командос Національної армії Афганістану, які залишилися в країні після виходу США та союзників і приходу до влади «Талібану», розповідають, що з ними зв'язуються з пропозиціями приєднатися до збройних сил рф для боротьби проти України.

ВІД 20000 до 30000 афганських командос-добровольців залишилися в країні після виходу військ США і приходу до влади «Талібану». Тисячі солдатів втекли до сусідніх регіонів, коли таліби вистежували та вбивали прихильників поваленого уряду. Багато спецназівців, які залишилися в Афганістані, переховуються, щоб уникнути захоплення й страти.

Сполучені Штати витратили майже 90 мільярдів доларів на створення Афганських національних сил оборони та безпеки. Незважаючи на те, що сили в цілому були некомпетентними і передали країну талібам за лічені тижні, командос завжди користувалися повагою, оскільки їх навчали морські котики ВМС США та Британська спеціальна повітряна служба.

Зараз вони безробітні та безнадійні, багато спецназівців усе ще чекають переселення в Сполучені Штати чи Британію, що робить їх легкою мішенню для вербувальників. Колишній високопоставлений співробітник служби безпеки Афганістану, який побажав залишитися анонімним, сказав, що вербуванням афганців займається ПВК "Вагнер".

Деякі колишні спецназівці повідомляють, що до них зверталися через соціальні мережі з пропозиціями приєднатися до так званого російського "іноземного легіону".

Новини про спроби вербування викликали занепокоєння в колишніх військових колах і колах служби безпеки Афганістану, члени яких заявили, що до 10 000 колишніх командос можуть піддатися пропозиціям росії. Як стверджує інше військове джерело: "У них немає ні країни, ні роботи, ні майбутнього. Їм нема чого втрачати. Вони чекають роботи за 3-4 долари на день у Пакистані чи Ірані або 10 доларів на день у Туреччині, і якщо "Вагнер" чи будь-які інші спецслужби прийдуть і запропонують 1000 доларів, щоб знову стати бойовиком, вони не відмовляться".

35-річний колишній капітан спецназу, який переховується в Афганістані, сказав, що допоміг кільком колишнім колегам зв'язатися з вербувальним бюро в Тегерані. За його словами, з Афганістану до Ірану, а потім до росії новобранців вже відправляли. Що було далі, незрозуміло: "Коли вони приймають пропозицію росії, телефони десантників вимикаються. Вони діють дуже таємно", – сказав колишній капітан.

Деякі колишні спецназівці не приймають пропозиції росіян, оскільки вважають росію ворогом через вторгнення Радянського Союзу до Афганістану та підтримку рф «Талібану».

Військовий експерт Олег Жданов сумнівається, що колишні афганські військові, яких могла завербувати росія, будуть ефективні у війні з Україною.

"Вони проходили навчання за програмою Commandos. По-перше, жодного бойового досвіду у них немає, тому що не воювала регулярна (афганська. – **Ред.**) армія. Можливо, вони брали участь в операціях, які проводили сили багатонаціональної коаліції в Афганістані. По-друге, пройшла вже певна кількість часу, частина навичок могла бути втрачена. По-третє, всі ці люди розбіглися з Афганістану через загрозу репресій з боку "Талібану". Колишні афганські військові зараз перебувають, у Таджикистані і Пакистані. Яке становище зараз – інформації небагато", – зазначив експерт.

За його словами, питання у тому, наскільки ці найманці будуть ефективні в українських умовах.

"Йшлося не про 2 тисячі найманців, а про 20-30 тисяч афганських командос, яких нібито підготували до перекидання в Україну. Про це писали багато ЗМІ. Питання – чи зможуть вони вести окопну війну. Командос – це штурмовики, вони виконують спецоперації. Зараз почнеться бездоріжжя, а в Афганістані це рідкісне явище. Вони і в дощі не воюють", – каже експерт.

Воїни-«афганці» – українській армії

СВЯТО ДЛЯ НАШИХ БІЙЦІВ

Член Української Спілки ветеранів Афганістану Володимир Юрченко з 2014 року організовує виїзди творчих груп на передову для підтримки духу наших воїнів. Цього разу захисників привітали з Днем Збройних Сил України Мідея та Адріана Наруцькі, Юрій Васильківський та Інна Лисаківська.

ПЕРЕДПЛАТА-2023

Побратиме, це наша з тобою газета!

Газету Української Спілки ветеранів Афганістану (воїнів-інтернаціоналістів) **«ТРЕТІЙ ТОСТ»** , де друкуються законодавчі матеріали з питань соціального захисту сімей загиблих військовослужбовців, інвалідів війни, учасників бойових дій, юридичні консультації, матеріали про життя і роботу організацій УСВА (територіальних, місцевих, районних), спогади, проза і поезія, можна передплатити за Каталогом видань України «Преса поштою» :

- **на сайті ДП «Преса» www.presa.ua,**
- **на сайті АТ «Укрпошта» www.ukrposhta.ua,**
- **у відділеннях поштового зв'язку,**
- **в операційних залах поштамтів,**
- **у пунктах приймання передплати.**

Оформити передплату з поточних місяців також завжди можна до 16 числа (включно) кожного місяця, що передує передплатному.

Мінімальний передплатний період – один місяць.

Наш індекс – 30224.

Вартість передплати з урахуванням приймання передплати і доставки складає:

на місяць – 14 грн, на три місяці – 37 грн,
на шість місяців – 68 грн, на рік – 130 грн.

Підтримуйте газету воїнів-інтернаціоналістів «Третій тост» своєчасною передплатою.

ПРЕС-СЛУЖБА УСВА.

Ювілей

БАТЬКО ГЕРОЯ

У Чернігові давно знане підприємство «Хімволокно». Майже 36 років на ньому працював Микола Прокопович Вереня. 22 грудня йому виповнюється 90 років.

НАРОДИВСЯ ВІН на хуторі Якубівка Чернігівської області. Після п'яти класів навчання почалася війна і на цілих десять років довелося перервати освіту. 1949 року Микола поступив до ФЗУ, де опанував професію столяра. Проходив військову службу чотири роки, продовжив свою освіту. У 1964 році закінчив Київський інститут легкої промисловості й за розподілом приїхав у Чернігів на підприємство «Хімволокно».

Через п'ять років був направлений на будівництво аналогічного підприємства в Болгарії. Працював по наладці та запуску підприємства з 1969 по 1972 рік. Після повернення в Чернігів продовжив трудову діяльність на рідному підприємстві.

У 1984 році міжнародна організація «Інтерхімволокно» запросила Миколу Прокоповича як досвідченого спеціаліста в Румунію, начальником відділу він працював до 1989 року. Після повернення продовжив працювати на рідному підприємстві до 2001 року на посаді начальника цеху. За довгий час роботи був новатором та організатором багатьох розробок та ідей. Проходив навчання в Японії з втілення нових розробок на рідному підприємстві. За багаторічну добросовісну працю нагороджений двома орденами Трудового Червоного Прапора і медалями.

У Чернігові є вулиця, яка носить ім'я Олександра Верені – це син Миколи Прокоповича, який героїчно загинув у Афганістані. Олександр був сміливим ро-зумним хлопцем. Як і батько, любив життя й допомагав людям. За героїзм і мужність, проявлені при виконанні військового обов'язку, нагороджений медаллю «За бойові заслуги» та посмертно орденом Червоної Зірки.

За довгі роки життя Микола Прокопович, незважаючи на особисту трагедію, зберіг любов до своєї професії, повагу до людей праці, доброту і скром-ність. А берегиня його сім'ї Валентина Іванівна завжди поруч у радості й смутку. Вітаємо Вас, шановний ювіляре!

Це цікаво

15 НЕЙМОВІРНИХ ФАКТІВ ПРО НАШ СВІТ

1. На нашій шкірі може жити більше живих організмів, ніж людей на всій планеті.

2. Три найбагатші родини у світі мають більше активів, ніж 48 найбідніших країн.

3. Половина населення Землі (а за деякими підрахунками навіть дві третини) ніколи не бачили снігу.

4. Еверест – не найвища гора на планеті. Звичайно, Еверест вище над рівнем моря, ніж будь-яка інша гора на Землі, – 8848 м. Але якщо брати за точку відліку дно океану, то найвищою гірською вершиною слід вважати щитовий вулкан Мауна-Кеа на Гаваях. Його висота над рівнем моря становить 4207 м, але від підніжжя на дні океану – 10203 м.

До речі, ви знали, що нещодавно висота Евересту офіційно збільшилася? Учені з Китаю та Непалу нарешті дійшли згоди після багаторічної суперечки і визначили, що насправді гора вища, ніж вважалося раніше.

5. Найсухіше місце на Землі – в Антарктиді. Хоч як дивно це звучить, але деякі ділянки антарктичної долини Мак-Мердо не бачили опадів уже 2 мільйони років.

6. Кубик Рубика – товар, який найбільше продається у світі. На другому місці – iPhone.

7. Щоб передивитися всі відео на YouTube, знадобиться 1000 років.

8. Найсильніший м'яз людського тіла – язик.

9. Ймовірність того, що блискавка ударить чоловіка, в 6 разів вища, ніж у жінку.

10. Якби до Coca-Cola не додавали барвник, вона була б зеленого кольору.

11. Чотирирічна дитина в середньому ставить 400 запитань на день.

12. Корови можуть ставати справжніми друзями і відчувають біль розлуки, якщо їх розлучають. Вони також розуміють, коли їх обзивають, і можуть плакати.

13. Половина всіх людей, які досягли 65-річного віку за всю історію людства, все ще живі.

14. На шоломах астронавтів є спеціальний пристрій, щоб чухати носа.

15. Ймовірність стати президентом у кожної людини вища, ніж виграти в лотерею. До речі, померти на шляху до лотерейного квитка теж більш імовірно, ніж перемогти.

Спорт

МОЛОДЬ СТРІЛЯЄ ВЛУЧНО

За сприяння Шепетівської спілки ветеранів Афганістану в місцевому фаховому коледжі Подільського державного університету проведено змагання з кульової стрільби, присвячені Дню Збройних Сил України.

ЯК ПОВІДОМИВ викладач навчального предмета «Захист України» та організатор заходу Валентин Гриньов, у змаганнях взяли участь 27 студентів. Серед юнаків кращим став Ярослав Кондратюк, Юлія Грищук посіла перше місце серед дівчат.

Нагороджувальну атрибутику надала Шепетівська спілка ветеранів Афганістану.

Поради психолога

ВОРОГ ХОЧЕ ПІДКОСИТИ ПСИХІКУ УКРАЇНЦІВ
ЯК ТРЕБА ПРОТИДІЯТИ

Війна триває. Кривава, болюча, виснажлива. Не тільки фізична, але і психологічна. Інформаційна. Бо інформація в наш час шириться миттєво. А з нею може ширитися і біль, травма, зневіра, розпач, знесилення, сліпа лють. Інформація – зброя. Смертельна зброя. Щодня ми стикаємось з жахіттями кривавої війни в нашій країні. Але бувають дні, коли земля йде з-під ніг. Коли події та новини пробивають чергове дно нашої психіки, що вже, здавалося, майже адаптувалася витримувати все. Про те, як вистояти в психологічній війні, для BBC News Україна розповідає психотерапевтка Оксана Єфремова.

ЦЯ ВІЙНА – за наші душі. За наше життя і право жити, а не лише виживати. І інформація на цій війні ранить і завдає ударів так само небезпечних, як і вогонь.

Зазвичай мета терористів – спричинити емоційний вибух у якомога більшої кількості людей. Їхня ціль – привернути якомога більше уваги до жаху, викликати якомога більше болю у кожного. Підкосити психіку. Зламати.

Зараз, після кривавих новин про тортури і масові вбивства, люди проживають нестримну лють або спустошеність і тотальне безсилля і безпорадність.

І тому так важливо протидіяти на цьому інформаційному фронті, щоб витримати, вижити і мати сили жити далі.

Новини – це спосіб контролювати небезпеку навколо. Наш мозок формувався у часи до початку подібних інформаційних війн. І нашому мозку здається, що, дізнавшись більше про ворога, про подробиці його злочинів, ми підготуємось до небезпеки краще і будемо більш обізнані і стійкі. Але для широкого загалу це так не працює.

Бути свідком, навіть через фото і відео, тортур і травматичних, жахливих, нелюдських дій може призвести до травми свідка. А мозок в стресі і травмі працює на рівні автоматизмів, аж ніяк не найкращим і найефективнішим чином відповідно до поточної реальності.

Нам здається, що бути поінформованим 24/7 дасть нам повнішу картинку і відчуття, що ми можемо передбачати подальше своє життя. Що зараз ми все прочитаємо, побачимо, проаналізуємо і стане ясніше. А ясність і передбачуваність дають більше опори.

Але ми постійно переглядаємо новини, гойдаючись на емоційних гойдалках. Ми стикаємось з повністю протилежними думками і прогнозами. З позитивними фактами і жахливими подіями. І в результаті негатив і стрес перемагають. Бо "негативні" емоції сильніші і важливіші для виживання. І тоді сил корисно діяти лишається ще менше.

Нам здається, що, передивляючись новини і поширюючи їх у своїй стрічці, ми робимо добру справу. Інформуємо тих, хто має важелі управління, стати на підтримку країни. Допомагаємо зняти рожеві окуляри тим, хто вірить в "руський мір", чи в те, що війна якось пройде повз них. Апелюємо до совісті та емоцій міжнародної спільноти.

Активуємо і залучаємо більше допомоги і коштів на підтримку задля нашої перемоги.

Але. Варто дуже ретельно оцінити, хто саме читатиме ці новини. Чи у вас багато підписників, що є цільовою аудиторією? Чи більшість – наших, які і так перебувають у жахливому стресі від початку війни.

Як саме треба подати інформацію, щоб це викликало не травматизацію і ступор, уникнення і спроби зробити будь-що, аби не бачити реальність нашої країни, а спричинило до дій і мотивації підтримати нас у нашій боротьбі.

Сирі кадри катувань недостатні. Ми вже побачили реакцію від офіційних міжнародних організацій, які були шоковані тортурами, але тут же нагадали, що не все так однозначно і кожна з сторін має свої порушення.

Щоб вижити і лишитись адекватно дієздатними, перш за все важливою є інформаційна гігієна.

Найважливіші новини – у вас за вікном. Від ваших близьких, знайомих, колег.

Виділіть собі певний час на перегляд новин, ставте таймер і стежте за годинником. Решту часу – дійте задля перемоги, турбуйтесь про своє здоров'я і близьких, допомагайте собі та іншим.

Пам'ятайте, що емпатія, співчуття, співпереживання – вичерпний ресурс. Подумайте, на які корисні дії ви хочете їх використати, щоб це мало результат.

Не починайте день з новин. Зранку спросоння ми більш емоційно вразливі, менш критичні до інформації. Почніть ранок зі спокійних ритуалів – умитись, почистити зуби, поснідати, поговорити з близькими. Підготуйте свою психіку до занурення в небезпечну інформацію.

Не читайте новини в ліжку перед сном. Взагалі не читайте новини в ліжку. Це допоможе краще спати. А вам потрібно спати, коли це можливо, щоб мати сили діяти з користю далі.

Обирайте аналітичні матеріали з кількох джерел, чия думка вам цікава. Тримайте в голові питання: "кому це вигідно?" і "який мотив цієї публікації?", читаючи будь-кого під час війни.

Таким чином ми зміщуємо фокус з емоційного сприйняття (а, як ви напевно знаєте, через активацію емоцій дуже легко впливати і маніпулювати) на аналітичне, раціональне. Це допоможе триматися купи і лишитись ефективними і діяльними, а отже, корисними для себе і країни.

Не дивіться, не читайте, не розглядайте матеріали, що подані у форматі "шок-контент".

На жаль, наш мозок влаштований так, що нас буде тягти натиснути на кнопку і подивитись жахливі подробиці.

Якщо ви не є експертом, що знає правила поводження і професійно опрацьовує такі матеріали, це не є вашою роботою, якою ви приносите суспільству безпосередню користь, не робіть цього.

Знайдіть собі корисні задачі, робіть те, що можете, там, де можете, замість того, щоби занурюватися в те, що "накриє" вас потім з головою.

Але так чи інакше ми все одно стикаємось з жахливими новинами, з наслідками жахливих дій росії, з травматичними подіями, бо війна все ще триває, і невідомо, скільки ще буде.

Найчастіше ми стикаємось з люттю і ненавистю до ворогів або зі ступором, жахом, зневірою і апатією.

Злість – це сильна емоція, і вона одна з найкращих в час війни. Але важливо направити її в активну корисну діяльність, контролювати дії раціонально і не спалювати себе і близьких під гарячу руку.

А ще злість – це ресурсоємна емоція, яка швидко згасає і приносить втому, тому не забувайте вчасно потурбуватись про свій ресурс.

Але найбільше терористи розраховують на жах і відчай. Бо це те, що знесилює, ламає і зневірює. Сіє відчуття самотності, роз'єднує. Тому так важливо турбуватись про себе, фільтрувати контент.

Спілкуватися з близькими по духу. Помічати негативні, зневірені думки і зупиняти їх. Пам'ятати про силу кожного з нас, коли ми крапля за краплею долаємо це лихо. Разом. Крок за кроком.

Тож потрібен час, година, кілька годин на день, щоб оплакати героїв, щоб оплакати втрату мирного життя. Потрібен час на турботу про себе і відновлення, на те, щоб виговоритись, та те, щоб зробити щось для покращання свого стану.

І потрібен план дій, маленьких, таких, що можливо виконати тут і тепер і поставити галочку, коротких і простих. Тих, що триматимуть нас на плаву, поки ми відновлюємось.

Не відкладайте турботу про себе. Якщо ви відчуваєте, що опора вилітає з-під ніг, звертайтесь до спеціалістів по допомогу і підтримку.

ТРЕТІЙ ТОСТ
Свідоцтво про реєстрацію КВ 839 від 18.07.1994 р.

Газета заснована у липні 1991 року

ЗАСНОВНИК: УКРАЇНСЬКА СПІЛКА ВЕТЕРАНІВ АФГАНІСТАНУ (ВОЇНІВ-ІНТЕРНАЦІОНАЛІСТІВ)

РЕДАКЦІЯ НЕ ЗАВЖДИ ПОДІЛЯЄ ПОЗИЦІЮ АВТОРІВ І НЕ МАЄ МОЖЛИВОСТІ ПОВЕРТАТИ РУКОПИСИ. ЛИСТУВАННЯ З ЧИТАЧАМИ – НА СТОРІНКАХ ГАЗЕТИ. ЗА ТОЧНІСТЬ І ДОСТОВІРНІСТЬ ВИКЛАДЕНИХ ФАКТІВ ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ НЕСЕ АВТОР.

НАША АДРЕСА:
01054, М. КИЇВ, ВУЛ. ЯРОСЛАВІВ ВАЛ, 36Е.
ТЕЛ. 272-47-45, ФАКС 272-50-42.
E-MAIL: USVA2007@UKR.NET
САЙТ: WWW.USVA.ORG.UA

ГАЗЕТУ ВІДДРУКОВАНО У ДРУКАРНІ ФОП КЛЮЧУК С. М., МІСТО ЧЕРНІВЦІ, ВУЛ. ЗАВОДСЬКА, 37.
Тираж 2000. Зам. 1290.
ІНДЕКС 30224.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ