

ОДЕССА

Уважаемые читатели газет «Одесская жизнь»,
«На пенсии», «Пенсионная телепрограмма»!

Уже третью неделю наша страна ведет тяжелую войну с агрессором — Российской Федерацией. Вооруженные силы Украины мужественно отстаивают каждую пядь нашей Родины. А мы — журналисты — стараемся помогать нашим гражданам полезной и достоверной информацией.

Поэтому газеты «Одесская жизнь», «На пенсии», «Пенсионная телепрограмма» подготовили совместный социальный выпуск, в котором собрали важную

информацию о жизни в военное время: о том, как работают органы власти, социальные и медицинские службы, как получить или оказать помощь, как вести себя в случае опасности и даже — как эвакуироваться.

К сожалению, мы вынуждены были приостановить издание наших газет в полном объеме из-за сложностей в доставке в связи с боевыми действиями в стране. Но этот выпуск «Укрпочта» обещает доставить каждому подписчику наших газет из Одессы.

НА ВОЕННОМ ПОЛОЖЕНИИ

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

● Через какие КПП можно покинуть Украину? **2** СТР.

● Коммуналка в войну: платить или не платить **3** СТР.

● Где и как в Одессе найти нужное лекарство? **3** СТР.

● Восемь советов, как эвакуироваться с домашними животными **5** СТР.

● Как оказать доврачебную помощь при повышении температуры и острой сердечной боли **6** СТР.

● Как подготовить жилье к возможному обстрелу и где безопасно прятаться в квартире? **7** СТР.



Одесситы спасают Дюка: более тысячи мешков с песком появилось вокруг главного одесского памятника.



АВТОРСКАЯ КОЛОНКА
ТАИ НАЙДЕНКО

«Честно
говоря»

«И ПО ЯЗЫКОВОМУ ВОПРОСУ»

У меня есть несколько дружеских советов для тех, кто поднимает сейчас эту возню в публичном пространстве. Для тех, кто демонстративно разжигает довольно вторичные разногласия. Кто отвлекает людей, которые заняты делом: делом спасения себя, близких, беженцев, делом помощи, делом обороны страны.

Займитесь делом и вы, кричащие — «всех русскоязычных — в предатели!». Вас не много, вас будет нетрудно занять.

Вы можете сейчас съездить в Херсон, в Мариуполь, в Харьков, во все атакованные украинские города и собрать данные о том, сколько среди пострадавших и раненых русско- и украиноязычных.

Вы можете там же собрать данные по убитым и по сидящим в подвалах без еды и воды. Мертвые уже не ответят, но вы можете опросить родных — на каком языке они кричали «Мама!» перед тем, как их сердца остановились. Не стесняйтесь, это ведь так жизненно важно для вас!

Вы можете наладить также сбор данных по беженцам: сколько русско- и украиноязычных наших матерей, детей и младенцев покинули Украину. Можете потребовать, чтобы выпускали из Украины только русскоязычных беженцев с детьми. Или только украиноязычных... Мне трудно представить, как повернет ваша логика в этом вопросе.

Моя же логика напоминает: фраза, ставшая лозунгом украинского сопротивления свихнувшемуся «брату»: «РУССКИЙ ВОЕННЫЙ КОРАБЛЬ, ИДИ НА ...УЙ!» — была сказана по-русски.

Украинцами. Русскому врагу. По-русски. Не знаю, какие еще нужны доказательства — вам, миру, России, — чтобы стало очевидно: наши языковые разногласия — это наши внутренние семейные проблемы, мелкие и зачастую шумно-смешные, как итальянские скандалы. Они будут решены между собой украинцами, как только от нас отстанут «заботливые соседи».

А русский язык — это оружие. Отличное, хорошо известное в мире, крайне действенное оружие. Сейчас оно выпало из рук врага. И мы можем поступить, как суеверные дикари: вызвать шамана, чтобы он навеки проклял оружие и закопал его на священной горе, выложив камнями слово «ТАБУ».

Или мы можем воспользоваться им. Отобрать точно так же, как мы отбираем сейчас у них танки, снаряжение и все остальное. Всё будет — Украина! Какой она будет — решать нам. Но не сейчас же, ребята!

■ ЗНАЙТЕ ПРАВИЛА



Множество людей ожидают эвакуационные поезда на одесском вокзале.

Фото Бориса Яворского

Как выехать из Одессы?

В Одесской области в настоящее время работают девять пропускных пунктов, через которые граждане могут пересечь государственную границу. Эвакуироваться из Одессы в западные области страны можно железнодорожным транспортом.

Автотранспортом

В настоящее время работают пункты пропуска:

«Паланка»,
«Староказачье»,
«Августовское»,
«Малоярославец»,
«Табаки»,
«Виноградовка»,
«Рени»,
«Новые Трояны»,
речной «Орловка».

Руководство паромного комплекса «Орловка», соединяющего Украину с Румынией, объявило о введении **бесплатного проезда для всех пешеходов и пассажиров транспортных средств**. Оплата взимается исключительно за автотранспорт.

Поездом

По сообщению «Укрзалізниці», все рейсы из Одессы в направлении запада Украины на сегодняшний день являются

эвакуационными. Билеты на них не продаются. Люди, которые хотят выехать из города и области, могут бесплатно воспользоваться пятью поездами: **25/26 Одесса — Рахов; 35/36 Одесса — Перемышль; 37/38 Одесса — Ужгород; 77/78 Одесса — Ковель; 135/136 Одесса — Черновцы.**

ВАЖНО! Время отправления и маршруты могут меняться. Уточняйте информацию на вокзале.

Эвакуированным положены выплаты

Эвакуированные граждане смогут получать пенсии и соцвыплаты по месту своего временного проживания. Производить их будут денежным переводом. Осуществляются выплаты по предъявлении паспорта и налогового кода.

В ближайшее время «Укрпочта» собирается открыть колл-центр для получателей денежных пособий и субсидий. Туда можно будет позвонить, чтобы проинформировать о новом месте жительства для получения выплат.

Срок действия загранпаспортов продлили

С 1 марта 2022 года Кабмин продлил срок действия паспортов граждан Украины для выезда за рубеж.

Если срок действия вашего загранпаспорта истекает, нужно обратиться в территориальное отделение Государственной миграционной службы и получить автоматическое продление паспорта на пять лет. Кроме того, **в паспорта родителей или законных представителей будут вклеиваться фотографии детей с указанием их персональных данных. Эта информация удостоверяет личность ребенка и подтверждает гражданство Украины.**

Продление срока действия паспортов, вклеивание фотографий ребенка в паспорта родителей, кроме территориальных отделений миграционной службы, также могут осуществлять посольства и консульские учреждения Украины.

ЩО РОБИТИ?

ЛУНАЄ ТРИВОЖНА СИРЕНА

ЯКЩО ВИ ПЕРЕБУВАЄТЕ НАДВОРІ, ПРО НАДЗВИЧАЙНУ СИТУАЦІЮ ВАМ ПОВІДОМЛЯТЬ ЧЕРЕЗ:

! гучномовець (є у місцях масового скупчення людей) та інфотабло (екрани торгових центрів, рухомий рядок);

! сирени, переривчасті гудки інших сигнальних засобів.

ЦЕ ОЗНАЧАЄ ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНИЙ СИГНАЛ «УВАГА ВСІМ». ЯК ДІЯТИ?

! увімкніть телебачення або радіо (у тому числі фм-станції): інформація передається офіційними каналами протягом п'яти хвилин після сигналу, за наявності інтернету – перевірте новинні сайти або увімкніть онлайн-стріми телеканалів/радіостанцій у смартфоні;

! чітко виконуйте надані інструкції після того, як прослухали повідомлення;

! залишайте теле- і радіоканали увімкненими – через них може надходити подальша інформація.

Якщо не працює міська телефонна мережа, немає інтернету чи мобільного зв'язку, орієнтуйтеся на інформацію з вуличних гучномовців.

■ БУДЬ ГОТОВ

Как защитить ЛЮБИМЫЙ ГОРОД?

С самого начала российской военной агрессии одесситы, чтобы защитить свою страну, массово записываются в силы территориальной обороны.

Вступить в тероборону имеют право **граждане Украины в возрасте от 18 лет**. Могут записаться в подразделения ТО и **мужчины старше 60** — если они годны к службе.

Основу формирований теробороны будут составлять **граждане, прошедшие службу в армии и правоохранительных органах**. Также частью подразделения могут стать и люди без опыта воинской службы. Граждане с судимостью записаться в территориальную оборону не имеют права.

Особых требований к добровольцам при приеме в органы теробороны не предъявляют. **Для вступления в силы теробороны нужно лишь предоставить паспорт и идентификационный код.**

В Одессе записаться в ряды территориальной обороны можно по следующим адресам:

● **ОДЕССКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР:**

улица Пироговская, 6,
телефон (048) 752-82-60;

● **ПРИМОРСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР:**

улица Канатная, 87, 2-й этаж,
телефон (048) 722-45-55;

● **КИЕВСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР:**

улица Академика Филатова, 15а,
телефон (048) 794-63-17;

● **МАЛИНОВСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР:**

улица Заньковецкой, 7/7,
телефоны (048) 730-43-50,
(048) 730-44-33;

● **СУВОРОВСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР:**

поселок Шевченко-3, улица 43-я Линия, телефоны
(048) 753-17-77, (048) 753-17-76.

■ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Гулять по одесскому побережью опасно

Одесситов, жителей области и гостей Одесчины призывают быть осторожными и не передвигаться вдоль морского берега, чтобы не подвергать опасности свои жизни.

Такой призыв опубликовал руководитель Одесской областной военной администрации Максим Марченко.

В его сообщении сказано, что Одесская область, как и все регионы Украины, защищает нашу землю от вторжения Российской Федерации. **Система обороны побережья включает в себя минирование определенных территорий, где враг может совершить высадку морского десанта.**

Поэтому **не передвигайтесь по территории побережья Одесской области. ЭТО ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕЙ ЖИЗНИ!!**

Так же власти призывают рыбаков и владельцев плавсредств не передвигаться у берегов Одесской области, чтобы не подвергать себя опасности попасть под возможный огонь и минные заграждения!

Одесская Жизнь

Учредитель — Геннадий Чабанов, главный редактор
Издатель — Информационное агентство «Центр медиа»

Редактор — Юлия Дрига

Тираж номера («Одесская жизнь») — 22070 экз.

«Хорошая телепрограмма» — 22070 экз.

(подписка — 6523 экз.; розница — 15547 экз.)

Рекомендуемая цена в розницу — 7 грн.

Адрес редакции:

65058, г. Одесса, ул. Маршала Говорова, 2, оф. 314

Тел.: (048) 748-02-96, 748-02-97;

тел./факс: (048) 734-22-77;

www.odessa-life.od.ua E-mail: mail.centrmmedia@gmail.com

тел. отдела рекламы: (048) 748-02-99

gazeta_np@ukr.net

Материалы, отмеченные знаками **Р** и **ФЯ**, под рубриками «Реклама», «На правах рекламы», «Свободная трибуна», «Общество», «Мнение», «Политика и общество», «Финансы для всех» публикуются на правах рекламы. Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель

Свидетельство о регистрации газеты

«Одесская жизнь»

ОД №2047-917 ПР от 19 ноября 2021 г.,

Газета выходит еженедельно по средам

Номер отпечатан:

Издательство «Черноморье»

г. Одесса, пл. Б. Деревянко, 1

Заказ №

Дата выхода 11.03.2022 г.

Переплика с читателями — только на страницах газеты

* 13 марта 1906 года в Одессе вышел первый номер газеты с названием «Одесская жизнь». Газета выходила с перерывами до 1912 года. С 2007 года издается новая газета «Одесская жизнь».

■ ОСТРЫЙ ВОПРОС

В условиях военного положения платить за коммунальные услуги необязательно, но желательно. Соответствующее решение приняло правительство, о чем сообщил министр развития общин и территорий Украины Алексей Чернышов.



КОММУНАЛКА В ВОЙНУ: ПЛАТИТЬ ИЛИ НЕ ПЛАТИТЬ?

«Люди не должны нести дополнительные финансовые нагрузки по оплате коммунальных услуг. Поэтому правительство приняло решение **запретить начисление пени, взимание штрафов, инфляционных начислений, годовых процентов в случае несвоевременной или неполной оплаты за жилищно-коммунальные услуги**», — сказал Чернышов.

В случае неуплаты или оплаты не в полном объеме **отключать коммунальные услуги также не будут.**

«В то же время оплата коммунальных услуг является большой поддержкой коммунальных служб, которые работают сейчас в невероятно сложных условиях и нуждаются в ресурсах», — подчеркнул министр.

■ ГОСПОДДЕРЖКА

Как получить деньги, если остался без работы из-за войны

Украинцы, которые лишились работы из-за военных действий, могут получить финансовую помощь от государства в размере 6500 гривен. Оформить социальную выплату можно через приложение «Дія».

Кто и где получит денежную помощь?

Государство начало выплачивать единовременную материальную помощь в размере 6500 гривен жителям тех регионов Украины, **которые остались без работы или пострадали из-за военных действий.** По данным Государственной службы по чрезвычайным ситуациям, больше всего пострадали: Киевская, Николаевская, Черниговская, Сумская, Запорожская, Харьковская, Херсонская, Луганская, Донецкая, Волынская и Одесская области.

Денежную компенсацию получают **частные лица, предприниматели, наемные работники, которые платят налоги:**

- действующие ФОПы 1-4 группы, которые оплатили ЕСВ за IV квартал 2021 года или в целом за прошлый год;
- все наемные работники, за которых уплатили ЕСВ за IV квартал 2021 года или в целом за прошлый год.

Работники бюджетных учреждений, фондов общеобязательного государственного страхования и государственной службы выплаты не получают

Как оформить выплату?

Оформить денежную помощь в размере 6500 гривен от государства можно так:

Зайдите в приложение «Дія» на своем смартфоне. Если его нет, скачайте и зарегистрируйтесь в нем с помощью вашей банковской карты.

1 В меню «Послуги» выберите раздел «**єПідтримка**».

2 Внизу нажмите кнопку «**Отримати допомогу**».

3 Подтвердите действия СМС-кодом, который вы получили на свой мобильный номер. В течение 10 дней вам придет сообщение о начислении денег.

Тратить выплату можно **на любые товары и услуги.** В программе принимают участие все украинские банки, которые подключены к «**єПідтримка**».

Ходят ли сейчас контролеры?

Нет! В условиях войны контролеры коммунальных компаний по домам не ходят и не проверяют счетчики водо-, газо- и электроснабжения.

При этом в компании «ДТЕК Одесские электросети» подчеркнули, что **независимо от того, ходят контролеры или нет, передавать показания счетчиков нужно.** Делать это необходимо в последние два дня предыдущего месяца или в первые три дня текущего месяца. Вы можете позвонить по телефонам: 068-750-90-90, 095-750-90-90, 073-750-90-90, (048) 752-90-90 — по этим номерам работает автоответчик. Чтобы связаться с оператором, звоните (048) 752-99-00.

■ БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Сейчас многие одесситы обеспокоены, смогут ли они получить жизненно важные медикаменты. Волноваться не нужно: инсулин, лекарства для лечения сердечно-сосудистых заболеваний, бронхиальной астмы, а также расстройств психики и поведения можно получить по упрощенной программе «Доступные лекарства» в одесских аптеках.



Где и как в Одессе найти НУЖНОЕ ЛЕКАРСТВО?

Где купить инсулин?

Поставки инсулина в Одессу на сегодняшний день стабильны, а в аптеках есть достаточное количество препарата. Одесситы с инсулинозависимым сахарным диабетом могут без труда получить необходимые лекарства по рецепту врача в городских аптеках предприятия «Одесфарм». Для детей с сахарным диабетом инсулин можно приобрести по рецепту врача детской поликлиники.

Все аптеки сети «Одесфарм» **работают с 9.00 до 16.00 ежедневно, кроме субботы и воскресенья.** Однако в период военного положения лучше сначала уточнить время работы и наличие лекарств по телефону.

Аптеки «Одесфарм»:

- ул. Мясоедовская, 32, тел. (048) 788-10-03, (048) 788-28-72;
- ул. Дворянская, 10, тел. (048) 788-09-06;
- ул. Жуковского, 30, тел. (048) 771-04-43;
- ул. Космонавтов, 11/13, тел. (048) 709-95-69;
- пр-т Добровольского, 67, тел. (048) 706-43-56;
- ул. Паустовского, 21а, тел. (048) 770-93-17;
- ул. Давида Ойстраха, 7, тел. (048) 771-14-13;
- ул. Левитана, 62, тел. (048) 788-28-97;
- ул. Ак. Филатова, 7а, тел. (048) 796-95-10;
- ул. Краснослободская, 36, тел. (048) 783-13-10;
- пер. Обсерваторный, 8, тел. (048) 788-92-15;
- ул. Болгарская, 38, тел. (048) 793-90-92;
- ул. Житомирская, 2, тел. (048) 788-17-75;
- ул. Фонтанская дор., 110, тел. (048) 701-12-04.

Куда обращаться в критических ситуациях

В Министерстве здравоохранения Украины работает **горячая линия, (0800) 60-20-19,** куда могут обратиться люди, если возникают критические ситуации с обеспечением инсулином или другими медикаментами. Также в контакт-центре министерства можно **получить бесплатную медицинскую консультацию.**

● Я ОСТАЮСЬ В ОДЕССЕ



Юлия Верба, писатель, автор книг «Молдавское отродье» и «Одесская сага»

Пессимизм — роскошь, которую евреи не могут себе позволить!

Я дома. Почему я должна куда-то бежать? С какой радости? Плюс вбитый родителями **кодекс Молдаванки — «не ябедничай, дерись или сдохни!»** — ни разу не подводил.

Помогают держаться три вещи: 26-й псалом «Господь — Спаситель мой — кого убоюсь?», цитата любимой Голды Мейер («Пессимизм — роскошь, которую евреи не могут себе позволить») и мои дети, которым для выживания нужна мать, здоровая физически и психически.

Фраза про «русский город» вызывает сегодня, скажем так, крайнюю степень недоумения. Мы очень доходчиво и по-русски объяснили: «Российский корабль, иди нахуй». **А мы тут, мы защищаем Маму.** Мы с Мамой. Мы Маму не бросили. И она тоже нас защищает. Победим.

В День победы устрою дворовое застолье и напьюсь. И маникюр немедленно сделаю, потому что девочки так не ходят!

■ ВОЙНА И ФИНАНСЫ

Как снять деньги с карты без банкомата?

Терминалы украинских банковских сетей не всегда доступны в военное время. Они могут не работать вовсе или очередь к терминалу будет слишком большой. Но есть и другой способ снять наличные со своей карты.

Снять наличные с карточки теперь можно в ряде **сетевых магазинов или на автозаправках.** Для этого достаточно подойти на кассу со своей банковской картой и попросить снять с нее наличные. На месте также можно пополнить мобильный счет (наличие услуги уточняйте).

В Одессе снять деньги можно в «Сильпо», «АТБ» и в магазинах «Ева». Для этого нужно:

- сообщить кассиру, что хотите снять наличные деньги со своей карты;
- подтвердить операцию с помощью ПИН-кода карты;
- получить необходимую сумму.

В супермаркетах «Таврия В» такую услугу не оказывают.

ВАЖНО! Для снятия наличных в супермаркетах могут быть ограничения по сумме: до 6000 или 2000 гривен за один раз. Уточняйте у кассиров!

На «Новой почте» **тоже можно снять наличные.** Деньги выдают в гривне в любых почтовых отделениях. Но услуга не бесплатная, ее стоимость составляет 2% от суммы и еще 20 гривен дополнительно. Для получения наличных на «Новой почте»:

- сообщите оператору о желании обналичить деньги;
- предъявите паспорт (оригинал или документ в приложении «Дія»);
- оплатите сумму, которую желаете снять, и кассир выдаст вам ее наличными.

Для вас **снимут любую сумму, если она есть в кассе.**

● Я ОСТАЮСЬ В ОДЕССЕ



Владимир Комаров,
актер «Маски-шоу»

**Здесь я родился,
здесь я и умру!**

Я совершенно точно остаюсь, не волнуйтесь! Потому что, как пел Ганькевич, «здесь я родился, здесь я умру...».

Помогает держаться моя вера в этот город, в котором **моряки всегда стояли крепко, в любую войну.** Юмор помогает, наша привычка не опускать руки, неизменная улыбка на лице. Помогает вся Одесса — **наша свободная, вольная Одесса.**

Одесса — не русский город, у нас 120 национальностей разных и одна общая — одессит. Русский язык разве что в речи может преобладать, да и то — не уверен.

Верьте в нашу победу, **никуда мы не денемся, все будет в порядке!** А уж я в День победы, не взирая ни на что, пятьдесят грамм накачу...

■ МОЖЕТ ПРИГОДИТЬСЯ

Как работают почта и почтальоны?

В военное время отделения «Укрпочты» и «Новой почты» изменили график работы. Расскажем, как найти ближайшее отделение и продолжают ли почтальоны доставлять пенсии.

«УКРПОЧТА»

Сегодня некоторые отделения «Укрпочты» или временно не работают, или предоставляют свои услуги по другим адресам:

65004, 65120, 67805, 67807, 67808 и 67814 — в отделении 65110 (улица Торговая, 15б);

65018 — в отделении 65039 (проспект Гагарина, 16/2);

65019 — в отделении 65016 (улица Фонтанская дорога, 121);

65040 — в отделении 67667 (улица Маяцкая дорога, 3, пгт. Хлебодарское, Одесская область);

65058 — в отделении 65015 (проспект Шевченко, 19а);

65076 — в отделении 65085 (Тираспольское шоссе, 29);

65077 — в отделении 65031 (улица Сергея Ядова, 61б);

65054 — временно не работает.

Также некоторые отделения «Укрпочты» изменили график работы:

65032: четверг и пятница с 9.00 до 16.00 (перерыв с 12.00 до 13.00);

Если у вас возникли вопросы, связанные с доставкой пенсии или социальных выплат, обратитесь в контакт-центр «Укрпочты» по номеру телефона (0800) 300-545 и затем нажмите кнопку «2» — раздел «Пенсии, социальные выплаты и субсидии» (все звонки бесплатные).

65110: понедельник, среда и суббота с 9.00 до 16.00;

65119: среда, четверг, пятница с 9.00 до 16.00;

67667: понедельник, среда-пятница с 9.00 до 16.00 (перерыв с 12.00 до 13.00).

Остальные отделения работают в понедельник, среду-субботу с 9.00 до 16.00.

Все эти почтовые отделения продолжают:

● **выдачу посылок** (до конца боевых действий хранение бесплатно);

● **доставку пенсий** (почтальоны доставят выплаты, если ситуация будет позволять передвигаться по населенному пункту);

● **перевод денег;**



- прием платежей;
- прием внутренних отправлений (только в открытом виде).

«НОВАЯ ПОЧТА»

Отделения «Новой почты» по-прежнему предоставляют услуги по получению и отправке посылок, пополнению счета мобильного телефона, денежным переводам и снятию наличных с карты. **Переадресацию отправки теперь можно сделать бесплатно.** Все посылки, которые находятся в отделениях, хранятся также бесплатно.

Перечень работающих отделений «Новой почты» в Одессе:

отделение №1: Киевское шоссе, 27;

отделение №2: улица Базовая, 16;

отделение №3: улица Дальницкая, 23/4;

отделение №4: улица Ак. Вильямса, 86;

отделение №8: улица Генерала Цветаева, 3/5;

отделение №11: Николаевская дорога, 235;

отделение №15: Тираспольское шоссе, 2;

отделение №34: 7-й км Овидиопольской дороги, 1 («Эпицентр»);

отделение №126: улица Грушевского, 41;

отделение №131: улица Генерала Бочарова, 50/1 (рынок «Початок»).

График работы: понедельник — пятница с 8.00 до 18.00, суббота 9.00 до 18.00.

Внимание! В случае обострения военных действий график работы отделений будет меняться в соответствии с ситуацией.

■ ВОЛОНТЕРЫ И ПОМОЩЬ

Вы остаетесь в Одессе и хотите помочь городу и стране?

Сегодня все одесситы объединились с целью любыми способами противостоять войне, которую развязала РФ. Пока, во многом благодаря слаженной работе сил ПВО и ВСУ, Одесса находится в более-менее спокойном состоянии. А это значит, что многие из нас могут использовать свободное время и финансы для поддержки армии, территориальной обороны и украинцев, оказавшихся в сложной ситуации. И важно понимать, что каждый может приносить пользу на своем месте, потому что, объединившись, мы можем все!

Хочу помочь армии и территориальной обороне

КООРДИНАЦИОННЫЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ШТАБ ОДЕССКОЙ ОБЛАСТИ

Адрес: Ришельевская, 9а, одесский Городской рынок еды.

Координационный гуманитарный штаб Одесской области создан при Одесской областной военной администрации. Сюда можно нести медикаменты, еду, средства гигиены, тактическое снаряжение, спальные мешки, ткани и прочие необходимые для армии и территориальной обороны вещи **с 10.00 до 17.00.**

Волонтером Координационного штаба может стать любой желающий. Для этого необходимо прийти на Ришельевскую, 9а и **заполнить форму-анкету**, обозначив свои умения и возможности.

Хочу помочь нуждающимся

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД «ДОБРЫЙ САМАРЯНИН»

Адрес: сквер Гамова, 3а.

На фонд «Добрый самарянин» нагрузка увеличилась в разы, и уже сотрудники фонда нуждаются в поддержке одесситов. Команда фонда отвозит гуманитарную помощь жителям Николаева. Ежедневно волонтеры раздают около 100 сухпайков нуждающимся, а также угощают горячими обедами, предоставленными местными ресторанами, уезжающих с железнодорожного вокзала. Желающие могут приносить

еду, медикаменты, теплые вещи. А также помогать в сортировке всего принесенного для распределения тем, кому это необходимо.

Благотворительный фонд «Добрый самарянин» принимает любую помощь — будь то даже распечатанная, но уже вам не нужная упаковка памперсов, или **деньги, которые можно перевести на счет фонда**

5169 3305 3005 4334.

Подробности можно узнать по номеру телефона (097) 375-72-29 или по адресу сквер Гамова, 3а.

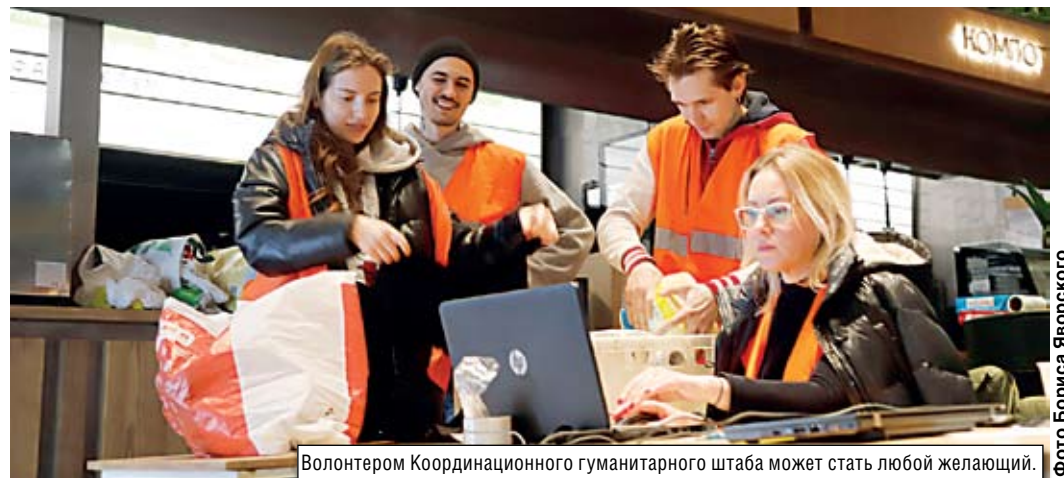
АДРЕСА РАЙОННЫХ ПУНКТОВ ПОМОЩИ:

улица Генерала Петрова, 8;
улица Богдана Хмельницкого, 62;
улица Нежинская, 42;
улица Торговая, 43;
проспект Добровольского, 120а.

Все эти пункты помощи работают круглосуточно.

Физическая работа на свежем воздухе

Ежедневно на пляжах Черноморского яхт-клуба и Черноморки собираются волонтеры и **грузят в мешки песок для дальнейшего развоза по городу: к военным, культурным, административным и медицинским учреждениям.** Тысячи людей разных профессий, возраста и социального статуса участвуют в обороне Одессы. Кстати, подобное времяпровождение полезно и тем, кто испытывает сильный стресс, потерял работу и чувствует себя одиноко. Физические упражнения на море и общение с единомышленниками наверняка усилят ваш боевой дух и убедят в том, что вы не одни.



Волонтером Координационного гуманитарного штаба может стать любой желающий. Фото Бориса Яворского

Вы в Одессе и вам нужна помощь?

Для оказания помощи в Одессе работают **КРУГЛОСУТОЧНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ ГОРЯЧИХ ЛИНИЙ:**

Центр соцобслуживания в Киевском районе — (048) 765-07-87;
Центр соцобслуживания в Малиновском районе — (048) 796-27-49;
Центр соцобслуживания в Приморском районе — (098) 984-78-57;
Центр соцобслуживания в Суворовском районе — (048) 763-03-18;
Центр социальных служб — (048) 793-46-03.

Сотрудники территориальных центров социального обслуживания круглосуточно составляют заявки на помощь. Просьбы одесситов формируются и дальше передаются волонтерам, которые стараются максимально быстро закрыть потребность.

Кроме этого, **работают психологи Центра социальных служб Одесского городского совета**, оказывающие психологическую помощь всем желающим:

НОМЕРА ТЕЛЕФОНОВ ПСИХОЛОГОВ

Ирина — 067-730-47-83;
Елена — 097-560-83-46;
Лолита — 067-481-86-44;
Ольга — 098-810-38-08;
Кристина — 067-325-64-39;
Анна — 067-116-95-96;
Таллина — 067-988-33-53;
Элла — 099-149-48-38;
Наталья — 097-228-93-31;
Елена — 066-192-83-22.

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД «КОРПОРАЦИЯ МОНСТРОВ»

В военное время «монстры» продолжают опекать тяжелобольных одесситов, одиноких стариков и выдавать кислородные концентраторы больным COVID-19.

Адрес: Лютеранский переулок, 7.

Телефон: (099) 745-94-08.

«Корпорация монстров» всегда готова принять ваши пожертвования:

Карта ПриватБанка: 5169 3305 1608 8389.

Для переводов с других банков необходимо ввести реквизиты: **БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «КОРПОРАЦІЯ МОНСТРИВ»** код 41569293, IBAN UA543052990000026000004918005, в АТ КБ «ПРИВАТБАНК» МФО 305299.

Монобанк: раздел благотворительность.

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «АЙТИ-БАБУШКИ»

Эта общественная организация работает с 2014 года. Сейчас «Айти-бабушки» помогают пожилым людям, оставшимся в одиночестве без поддержки родных. Сюда входит **предоставление психологической и информационной помощи, продуктов питания и медикаментов и даже просто успокоительное общение.**

Телефон: (097) 507-87-02. Юлия Богуславская и организация «Айти-бабушки» готова прийти на помощь.

Психологическая помощь: (067) 735-66-82, (099) 746-86-96, (050) 49-00-820.

■ ВЫХОД ЕСТЬ!

Что делать, если пропала мобильная связь?

В наше неспокойное время необходимо постоянно быть на связи. Что делать, если мобильная связь не работает? В Госслужбе по чрезвычайным ситуациям рассказали об альтернативных способах коммуникации и вызове экстренных служб.

1 Стационарная связь. Наличие у вас или у ваших соседей (знакомых, друзей) стационарного телефона обеспечит бесперебойную связь с экстренными службами и другими абонентами.

2 Использование мессенджеров Viber, WhatsApp, Telegram, Signal, Facebook, Instagram и т.д. Они будут работать при наличии интернета. Для вызова экстренных служб через мессенджер необходимо узнать номера телефонов или ссылки на профили официальных страниц в соцсетях, на сайтах экстренных служб.

3 Использование мобильных телефонов как средств радиосвязи. Для этого на телефон (смартфон) необходимо предварительно установить специальные мессенджеры, например, Voxer Walkie Talkie, Walkie Talkie, Two Way: Walkie Talkie. Затем нужно выбрать частоту или диапазон для общения. Но следует учесть, что в этом случае общение не будет приватным: его можно прослушать. Радиус действия варьируется от 60 до 100 метров и зависит от помех.

■ Не работает Киевстар? Переключись на Водафон

Мобильные операторы (Водафон, Киевстар, Лайфселл) запускают в Украине национальный роуминг. Это значит, что, если сеть вашего оператора вдруг будет недоступна, вы сможете переключиться на сеть другого оператора. Для этого надо:

- **отключить автовыбор сети** (на андроидах: настройки — мобильная сеть (или подключение) — оператор; на айфонах: параметры — сотовые данные — выбор сети).
- **найти и выбрать доступную сеть:** Vodafone UA, UA-KYIVSTAR или LIFECCELL.
- **проверить возможность исходящего звонка, SMS.**

Сначала национальный роуминг заработает в Харьковской, Херсонской, Сумской, Полтавской, Днепропетровской, Запорожской, Донецкой, Луганской, Кировоградской, Николаевской областях. Чуть позже его планируют внедрить на территории всей страны.

■ ПОДЗЕМНЫЙ ЭТИКЕТ

Как себя вести в укрытии и бомбоубежище?

В ГСЧС рассказали, как нужно себя вести, чтобы не наводить панику и чувствовать себя в безопасности, если во время обстрела вы оказались в укрытии или в бомбоубежище.

ПРАВИЛО ПЕРВОЕ. В укрытие нужно приходить с запасом еды на два дня и с вещами, которые не займут много места. Если вы с животным, позаботьтесь и о нем.

ПРАВИЛО ВТОРОЕ. Держитесь всегда вместе. Однако детей, пожилых людей и больных советуют размещать отдельно или ближе к воздуховодам.

ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ. Заполненное людьми убежище нужно по мере возможности убирать каждый день, обязательно обрабатывать дезинфицирующими средствами.

ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ. В укрытии нельзя курить и шуметь, зажигать без разрешения керосиновые лампы, свечи. Нельзя без разрешения передвигать предметы. Если мест для лежания мало, нужно организовать график отдыха.

ПРАВИЛО ПЯТОЕ. Не поднимать панику и не разговаривать на политические, религиозные темы. Не провоцировать скандалы и ссоры. Если есть возможность, делиться едой и предметами первой необходимости.

ПРАВИЛО ШЕСТОЕ. Если в убежище зашли подозрительные люди, у них нужно проверить документы, в военное время допустим и обыск.

ПРАВИЛО СЕДЬМОЕ. Выходить из укрытия нужно после информации о том, что вокруг безопасно или если в самом укрытии стало опасно (произошел пожар, повышена концентрация вредных газов, заканчивается воздух).

Если у меня клаустрофобия

Если у вас возник приступ клаустрофобии, **постарайтесь расслабиться и контролировать дыхание**, не допуская прерывистых вдохов. Выберите деталь интерьера и сконцентрируйтесь на ней.

■ СОВЕТУЮТ ПРОФЕССИОНАЛЫ



Как бороться с паникой и страхом

С первых дней российской агрессии психика каждого из нас испытывает огромную нагрузку. И хотя страх в таких условиях является естественной реакцией человека, с ним нужно как-то справляться. Как сохранять спокойствие, когда за окном война?

● Информационное и психологическое оружие по силе воздействия ничуть не уступает боевому. Врагу важно запугать нас и лишить воли, тогда наш уставший мозг воспримет любую, даже заведомо ложную информацию. Поэтому **черпайте сведения только в достоверных источниках и только дозированно. Не сидите в информационном поле постоянно, дайте отдых мозгу.**

● **Пейте больше воды**, так как при обезвоживании телу сложнее справиться со стрессом. Не голодайте, ешьте понемногу, даже если не хочется.

● **Не сожалейте об утраченных материальных ценностях.** Главное — сохранить жизнь как можно большему числу людей и победить, а все остальное — дело наживное. И не такое переживали.

● **Не «юморите» постоянно** — все и так верят, что нас не запугать, а избыток «гормона стресса» кортизола вашему организму сейчас не нужен.

● **Почаще говорите близким, что вы их любите**, это поможет им сохранить силы и уверенность. Как бы вам ни было тревожно, **не срывайтесь на близких** — сейчас как никогда вам нужно быть вместе. И забудьте, наконец, уже все семейные распри!

Чем страх отличается от панической атаки?

Бояться во время войны — это нормально, но нужно отличать страх от панического расстройства. Во время войны мы боимся реальной угрозы, и страх мобилизует наше тело, чтобы мы могли эффективно действовать. **Во время панических атак мы боимся самого чувства страха**, который возникает без объективных причин.

4 При отсутствии связи и доступа к интернету рекомендуется переместиться к объектам, где есть стационарный телефон или радиосвязь: это здания органов местного самоуправления, отделения почты, пожарно-спасательные части, отделения полиции и других силовых ведомств, станции скорой помощи.

Специалисты также советуют **иметь при себе SIM-карты других операторов с деньгами на счету**, так как иногда проблемы могут быть только с одним оператором мобильной связи.

Если ни у вас, ни у ваших близких не будет никаких средств связи, нужно **предварительно договориться о месте и времени встречи**. К примеру, если планируете эвакуацию, определите место и время сбора и договоритесь, что будете ждать там, например, в течение 24 часов, а затем отправитесь далее в следующий пункт назначения. **Маленьким детям** следует положить в карман или **вшить в одежду записку с полным именем ребенка, родителей, контактных лиц, адресом и телефонами**. Детей школьного возраста следует предупредить, как поступить в случае, если не будет связи.

● Я ОСТАЮСЬ В ОДЕССЕ



Евгений Голубовский, вице-президент Всемирного клуба одесситов

Одесса останется городом, который мы вымечтали

Остаюсь, потому что, во-первых, люблю Одессу. А во-вторых, уже столько всего за свою долгую жизнь набоялся, что **больше бояться не хочется**.

Опорой сейчас стало **чтение хорошей литературы и моя дочь, которая рядом** и полностью меня поддерживает.

Одессу нужно не прекращать любить, она заслужила нашу любовь и останется городом, который мы вымечтали. **Думаю, худший период мы уже прошли**.

Сегодня я вздрагиваю, когда слышу, что наш город — русский. Для меня всю жизнь Одесса была глубоко связана с русской культурой. **Но сегодня эту карту перевернули, сделали политической**, и вот в таком плане меня это, конечно, совершенно не устраивает.

В День победы Украины я еще выпью шампанского!

■ АЗБУКА ВОЙНЫ

8 советов, как эвакуироваться с домашними животными

Владельцы животных во время эвакуации испытывают дополнительный стресс, так как чувствуют еще и ответственность за «братьев наших меньших». Им не объяснишь, что происходит и как себя вести. Их безопасность — в наших руках.

1 Мелких животных — кошек и собак небольших пород — лучше перевозить в переносках или специальных сумках.

2 Животные должны постоянно слышать голос хозяина, это их успокаивает. Можно периодически поглаживать их через отверстия в переноске.

3 Напишите свой номер телефона и прикрепите его на ошейник животного. А еще лучше, если есть брелоки с вашим телефоном и кличкой питомца.

4 Если предполагаете, что вам придется срочно покинуть дом, держите животное на виду, чтобы не искать потом по всей квартире.

5 С собой нужно иметь запас сухого корма, воды и хотя бы одну мисочку. Корм, вода и лекарства для животных должны быть собраны в одном месте, чтобы их не пришлось искать.

6 Прежде чем начать одеваться самим, нужно посадить в переноску питомца, чтобы тот не успел спрятаться.

7 Если кошка сильно напугана и вырывается, ее нужно взять за шкуру, перевернуть переноску дверцей вверх и опустить туда животное, а затем закрыть дверцу. Чтобы дверца переноски не открылась, ее нужно примотать скотчем.

8 Если вы едете в машине, кормить или пересаживать животных лучше во время остановок.

● Я ОСТАЮСЬ В ОДЕССЕ



Мария Галина,
писатель-фантаст

**Советую Одессе
быть жестче!**

Мы сознательно вернулись в Украину перед войной. Дернули через полузакрытую границу с двумя чemo-данами, бросив все. Живем теперь на Фонтане, как я всегда мечтала. Была уверена, что война начнется, я вроде как занимаюсь связями литературы и социального (по всяким косвенным признакам), ну и лучше встретит ее тут, чем там стонать «простите нас, дорогие украинцы!».

Когда вижу, что кто-то называет Одессу «русским городом», чувствую раздражение, как и большинство одесситов, надеюсь, хотя говорю это по-русски, что, конечно, парадокс. Морально помогает держаться **здравый смысл и сводки с фронтов**. Про трезвый ум не скажу, у меня хороший винный погреб!

Одесситам посоветовала бы ни в коем случае не сдавать город. Одесса в общем город мягкий. Я бы посоветовала быть жестче. **То, что может сюда прийти, никакого отношения к тому, что тут отождествляют с Россией, не имеет.**

А в День победы я накормлю кота и пойду на море наконец-то. Надеюсь, все, кто тут, все хорошие, соберемся вместе, чтобы отметить.

■ НАДО ЗНАТЬ

Що робити у разі хімічної атаки або аварії на хімпідприємстві

Хімічні атаки призводять до ураження довкілля та можуть призвести до загибелі всього живого

У разі хімічної атаки або аварії на хімпідприємстві потрібно:

- щільно зачинити вікна та двері, вентиляційні отвори, димоходи;
- заклеїти щілини у вікнах скотчем;
- увімкнути телевізор чи радіо для отримання подальших вказівок;
- попередити близьких про небезпеку та можливу евакуацію;
- вимкнути побутові прилади та газ.

У разі евакуації візьміть з собою аптечку. Одягніться так,

щоб залишилося якомога менше відкритої шкіри. Використовуйте протигази чи ватно-марлеві пов'язки, змочені водою або, краще, 2-5%-вим розчином питної соди (при ураженні хлором), оцтової чи лимонної кислоти (при ураженні аміаком).

Обережно і без паніки вийдіть з приміщення, використовуючи сходи. На вулиці не біжіть, не торкайтеся ніяких предметів, не наступайте у калюжі. Не їжте і не пийте нічого!

У разі аварій з викидом хлору — намагайтеся пересуватися по підвищеннях, у разі викиду аміаку — низинами.

Якомога швидше залиште зону ураження, рухаючись поперек потоку повітря чи вітру.

- ☑ За можливості, змийте осілий забрудник з тіла, змініть одяг.

Перша допомога у разі отруєння фосгеном

- ☑ Постраждалого слід негайно винести на свіже повітря.
- ☑ За необхідності дайте кисень, промийте очі теплою водою.
- ☑ За людиною, яка потрапила під дію фосгену, слід спостерігати 48 годин, адже протягом цього часу може розвинутися набряк легень.

Перша допомога у разі отруєння хлоридом водню

- ☑ Постраждалого слід негайно винести на свіже повітря.
- ☑ Слід змивати з постраждалого можливе забруднення щонайменше протягом трьох хвилин та змінити одяг.
- ☑ За необхідності промийте очі простою водою чи сольовим розчином протягом 15 хвилин.

- ☑ Дайте постраждалому випити якомога більше води.

Перша допомога у разі отруєння оксидами азоту

- ☑ Постраждалого слід негайно винести на свіже повітря.
- ☑ Слід змивати з постраждалого можливе забруднення щонайменше протягом 15 хвилин та змінити одяг.
- ☑ Промивайте очі постраждалого щонайменше 15 хвилин.
- ☑ Дайте постраждалому випити якомога більше води.

Перша допомога у разі отруєння фосфіном

- ☑ Постраждалого слід негайно винести на свіже повітря.
- ☑ Слід змити з постраждалого можливе забруднення та змінити одяг.
- ☑ За необхідності дайте кисень, активоване вугілля з розрахунку 1 грам на кілограм ваги постраждалого.

■ ЕСЛИ РЯДОМ НЕТ ВРАЧА

Домедична допомога у разі гострого серцевого болю:

Якщо відчуваєте стискний біль практично по центру грудної клітки (як правило, люди з таким болем показують біль, приклавши кулак), прийміть:

- Нітрогліцерин таблетки 0,5 мг під язик АБО нітрогліцерин в аерозолі 1-2 дози 0,4 - 0,8 мг
- Ацетилсаліцилову кислоту (АСК) 300 мг (три таблетки по 100 мг «Магнікор», «Кардіомагніл», «Аспірин-кардіо» або будь-яка інша АСК) розжувати (одноразово)
- У разі протипоказів до ацетилсаліцилової кислоти (гастрит у стадії загострення, виразкова хвороба, шлунково-кишкові кровотечі в анамнезі) — клопідогрель 300 мг внутрішньо (один раз)
- Якщо біль триває, повторіть прийом нітрогліцерину максимум 3 рази з інтервалом 5 хв. Якщо після 2 таблеток не буде ефекту — негайно викликайте швидку допомогу

Домедична допомога у разі підвищення артеріального тиску:

- Якщо немає можливості зв'язатися з лікарем, випийте ліки проти гіпертонії: каптопрес пів таблетки під язик
- За наявності тонометра, проконтролюйте артеріальний тиск після вживання ліків
- Удруге застосувати препарат можна за 40 хв
- За можливості, проконсультуйтеся з лікарем

Домедична допомога у разі підвищення температури тіла:

- Вживайте багато рідини
- Якщо ви у відносній безпеці та є така можливість, починайте з фізичних методів охолодження: розкрити людину, розстібнути одяг, протерти вологою тканиною відкриті ділянки тіла
- Дайте людині жарознижувальні препарати:
 - дорослим — парацетамол 500 мг до 4 разів на добу або ібупрофен 400 мг до 3 разів на добу (можна чергувати)
 - дітям — 10-15 мг/кг маси тіла парацетамолу або ібупрофену в суспензіях (не забудьте збовтувати перед застосуванням), так само можна чергувати.Після вживання жарознижувального температура НЕ обов'язково має «збитися» до 36,6 °С. Зниження на 1,0 °С вважається позитивною динамікою.
- За можливості, проконсультуйтеся з лікарем

Домедична допомога у разі ДІАРЕЇ

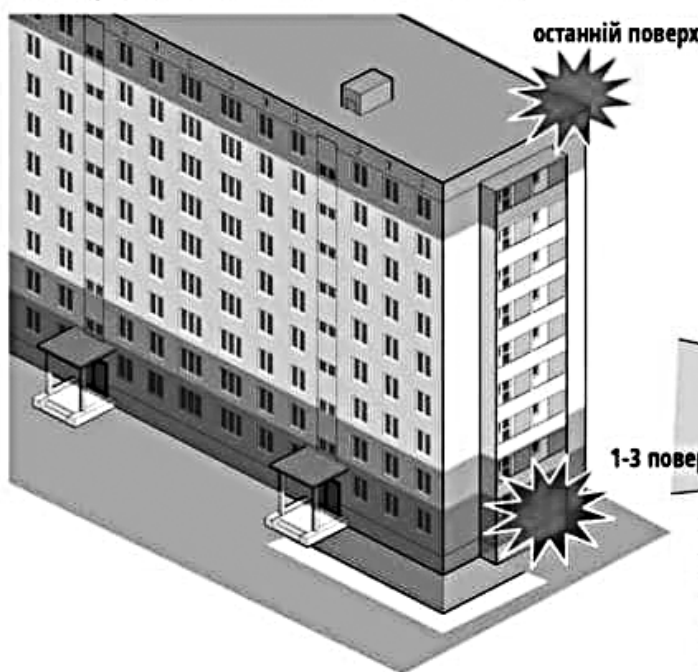
Діареєю вважається дефекація рідким калом три і більше разів за добу

- Виключіть споживання солодощів та молочних продуктів
- Вживайте каші та зягачне печиво, а також продукти, що містять клітковину
- Якщо діарея зберігається тривалий час, випийте препарати, що поповнюють запас електролітів (солей)
- Для цього підходять мінеральні води типу «Поляна квасова». Також підходять аптечні препарати типу «Регідрон», «Іоніка», «Ре-соль»
- Зважайте на те, що ці препарати треба розчиняти у великій кількості рідини, більшій за одну склянку, тому уважно читайте інструкцію до кожного препарату
- Уникайте вживання лоперамідів та інших «протидіарейних». Ці препарати можуть бути використані у випадку крайньої потреби. Наприклад, дорога без можливості сходити до вбиральні, евакуація і т.д.
- Якщо є лихоманка, діарея не проходить кілька днів, відчуваєте значне виснаження, обов'язково сконтактуйтеся з лікарем



Ці рекомендації стосуються лише тих людей, які не мають доступу до кваліфікованої медичної допомоги, не мають можливості зв'язатися із лікарем чи залишаються без доступу до стільникового зв'язку чи інтернету. Але основні правила залишаються незмінними: не призначайте собі самостійно антибіотики; не скасовуйте лікування, яке отримували до цього. Людям, які наразі перебувають у більш безпечних регіонах, радимо ЗАВЖДИ консультиватися з лікарем.

Поверхи, небезпечні для сховища



Останній поверх — ненадійний при повітряній небезпеці.
Підвал (не бомбосховище) — висока ймовірність опинитися під завалом, особливо якщо в ньому тільки один вихід.

1-3 поверхи — небезпека ураження кулями, снарядами та осколками при вуличних боях.

СПОВІЩЕННЯ

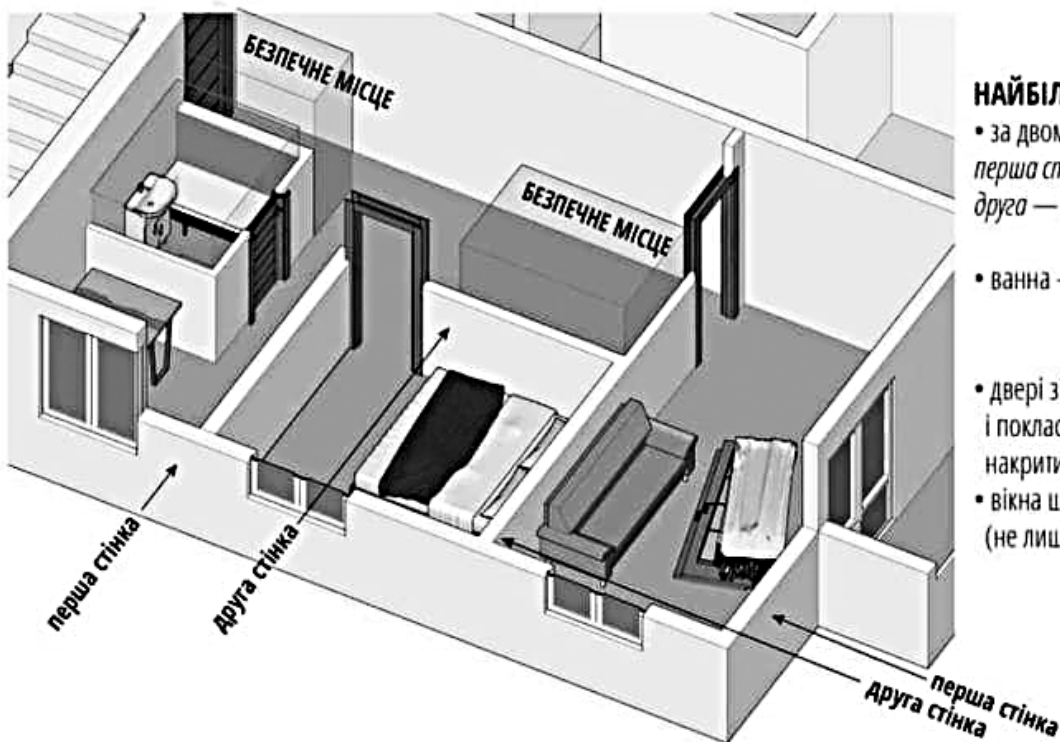
Сирена переривчаста — УВАГА ВСІМ!

Протягом 5 хвилин після подачі сигналу інформаційні канали радіо та телебачення передаватимуть актуальну інформацію.

СИРЕНА БЕЗПЕРЕРВНА — ПОВІТРЯНА НЕБЕЗПЕКА!

Негайно шукайте укриття

Де ховатися у квартирі?



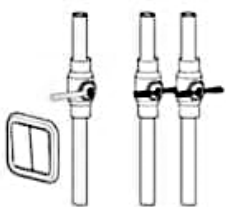
НАЙБІЛЬШ БЕЗПЕЧНО

• за двома глухими стінками
перша стінка бере на себе основний удар,
друга — захищає від уламків та осколків

• ванна — якщо без газового котла

• двері зі склом слід зняти з петель і покласти на підлогу в іншій кімнаті, накрити щупкою тканиною, ковдрою
• вікна щільно закрити (не лишати навіть режим провітрювання)

Після сповіщення про повітряну небезпеку



ВИМКНІТЬ!

- світло
- газ
- воду
- загасіть вогонь у печі



ГАЗОВИЙ БАЛОН

- від'єднайте
- спустіть тиск
- покладіть лежачи в безпечне місце за кілька стінок від вашого сховища

Мати з собою

- запас їжі сухої мінімум на 2 доби
- запас води по 3 л/особу в добу
- засоби зв'язку (радіоприймач на батарейках, мобільні телефони та павербанки до них)
- ліхтарик
- свисток (хоч би й дитячий, аби голосний) для подачі сигналів у випадку завалу

CC BY @Deid_Pix with the support of @alex_videomaker, powered by Pikachu

● Я ОСТАЮСЬ В ОДЕСІ



Федор Сердюк, основатель компании FAST (первая помощь и спецподготовка по ее оказанию)

Пожалуйста, прекратите игнорировать воздушные тревоги!

Остаюсь в Одессе, потому что **продолжаю подготовку нашей области к войне, которую уже ощутили на себе другие регионы Украины**. Мы с командой учим тысячи людей оказывать медпомощь в условиях скудных ресурсов, готовим инструкторов. Завозим медснаряжение — и для учебной подготовки, и для оказания реальной помощи раненым.

Ни в коем случае не хочу вызывать панику, но **не забывайте, что удача, мастерство нашей ПВО и тактическая обстановка пока были на нашей стороне**. Это может измениться. Пожалуйста, прекратите игнорировать воздушные тревоги!

Одесситам сегодня **советую запастись припасами и терпением**, помогать друг другу и не винить ни уехавших, ни себя — во всем этом ужасе **виноват только агрессор**, только Россия. Моральную поддержку я сегодня нахожу в сводках Генштаба, а планов на День победы еще не строил, успеется... Сперва — победим!

■ ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Почему подвалы жилых домов не подходят для укрытия?

Подвальные помещения многоквартирных домов непригодны для использования в качестве бомбоубежищ, считают эксперты.

Во-первых, в подвалах жилых домов проходят транзиты инженерных систем (отопления, водоснабжения и канализации, электроснабжения), что не допускается в укрытиях и бомбоубежищах.

Во-вторых, мощность перекрытий подвалов не рассчитана на нагрузку, которая может возникнуть из-за разрушения многоэтажного дома.

В-третьих, количество входов в подвал не соответствует нормам при эвакуации населения.

В-четвертых, подвальные помещения не оборудованы вентиляцией и системой дымоудаления, которые необходимы для обеспечения длительного пребывания большого количества людей.

Тем не менее, **для кратковременного пребывания подходит любое укрытие**, которое может защитить от прямых попаданий, осколков, взрывной волны, а также пулеметных обстрелов.

Источник: kiev.vgorode.ua

■ МОЙ ДОМ — МОЯ КРЕПОСТЬ

Как подготовить жилье к возможному обстрелу?

Российские захватчики не щадят никого и обстреливают даже жилые кварталы. Как же в таком случае обезопасить свои дома при возможном обстреле?

Заклеиваем окна правильно

Большинство окон-стеклопакетов, которые стоят в наших домах, не имеют ударопрочных стекол, то есть при ударной волне они могут разлететься на большие острые осколки. Поэтому одним из самых опасных в квартире при обстреле считается место рядом с окнами.

Потому первым делом заранее заклейте окна скотчем или строительной лентой крест-накрест, буквой «х». Затем наклейте дополнительные полосы в форме прямого креста — так, чтобы в итоге «рисунок» из скотча на стекле на-

поминал большую снежинку. Чем больше размеры окна, тем больше полосок вам нужно наклеить. В идеале для большей прочности стекла можно заклеить с двух сторон.

Канистра с водой может спасти жизнь

Жители украинских городов, которые уже подверглись жестокому обстрелу захватчиков, выработали свои способы защиты жилья. Например, харьковчане поделились своим практическим опытом, как при обстреле уберечь окна.

Плотно прикройте окна, но не запи-

райте с помощью ручки. На подоконник вплотную к створке поставьте две пятилитровые пластиковые канистры с водой и хорошо прижмите ими окно к раме. Таким образом взрывная волна только распахнет окно и стекла останутся целыми. Ну а пластиковые канистры, даже если упадут на пол, не разобьются.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ:

- там, где окно крепится к раме, канистру ставить не нужно.
- предмет, которым вы будете подпирать окно, должен быть достаточно тяжелым, чтобы удерживать окно закрытым. Ни в коем случае нельзя использовать стеклянные, керамические или металлические предметы.

Домашнее убежище готовим заранее

При обстрелах также можно использовать дверцы мебели как щиты и закрывать ими окна. Дверцы нужно прикрутить к раме — внутри или снаружи.

Ковры лучше убрать — если возникнет пожар, сухая пряжа загорится в первую очередь. То же касается всех быстровоспламеняющихся предметов.

В ванной или туалете, которые считаются наиболее защищенным местом, заранее устройте импровизированное убежище. Приготовьте все необходимое, а также вынесите оттуда стеклянные и металлические предметы.

Держите при себе аптечку и документы.



Елена Концевич,
журналист и ведущая
[«Первое городское радио»]

Безопасных мест нет, а каждые руки — на счету!

Я родом из Львова, но эвакуироваться туда сейчас не вижу никакого смысла. Во-первых, своих не бросают, а **Одесса за несколько лет стала уже родной**, это мой дом. Во-вторых, безопасных мест в Украине сейчас нет, ни во Львове, ни в Ужгороде, нигде, пока эта война не закончится. Так что я желаю каждому, кто остался, беречь себя и быть в строю, потому что каждые руки сейчас на счету!

Я сейчас **черпаю силу духа в наших людях**, они придадут невероятную веру в наши силы и в победу. Ну и огромная поддержка всего мира, такого в истории я не помню. Это огромный энергетический поток, от которого буквально летать хочется!

Одесситам можно посоветовать только оставаться одесситами. Юмор есть, и юмор — наше все. Моряк, как известно, не плачет, а **мы тут в свое время надрали зад еще и не таким собакам!**

В День победы куплю бутылку шампанского, выйду на улицу и буду обнимать всех и каждого...



Сергей Божко, художник

Буду относиться ко всему этому, как к кино

В эвакуацию ехать и не думал, потому что **там мне точно было бы хуже, чем здесь**. В основном — потому что не мог бы чем-то помочь оставшимся.

Морально держаться сейчас помогают несколько вещей. Первое — физический труд. Второе — отношение к происходящему: в первые дни, когда было страшно, а было действительно очень страшно, я решил, что буду относиться ко всему этому, как к кино. Вот какую картинку показывают, то и смотрим. **Делай что должно, и будь что будет!** Русский ли город Одесса? Да сейчас у меня от слова «русский» сразу в ухе стреляет и слегка подташнивает. До войны я в русский бильярд играл, а теперь все, только в «американку».

Одесситам в городе **я могу пожелать победы, как и всей Украине**. Искренне верю, что скоро это произойдет. Кстати, вера в победу тоже помогает морально держаться!

О том, что буду делать в День победы, на ум приходят всякие глупости... такие, как оргия, но мне таким заниматься нельзя. Я же женатый человек!



Борис Яворский, судмедэксперт,
ведущий авторской передачи «Розтин покаже»

Чем меньше нас, тем ближе мы друг другу

Эвакуацию из Одессы я для себя полностью исключил. **Бежать от опасности для одессита — дело унижительное** и, как я люблю говорить, невместное. К тому же это — мой дом.

Одесса — гораздо больше, чем просто город, и всякий, кто желает наложить на нее свою лапу и лишит этой множественной идентичности, тот **враг и обречен на поражение**.

В эти дни мне помогает держаться профдеформация судмедэксперта и наличие вокруг множества людей, которые требуют помощи и о которых нужно заботиться. **Начните заботиться о ком-то — и вам станет гораздо менее страшно** и тревожно, так устроен человек.

Критические ситуации раскрывают в людях качества, которых, казалось, быть не может... **Это очень интересные и показательные времена**. И я не подсчитываю, сколько там уехало в эвакуацию. К тому же — чем меньше нас, тем ближе мы друг другу!

В День победы, когда все это закончится, я приду в кафе «Шерлок», место сбора одесских трубокуров, и раскурю трубку...

■ ОСТОРОЖНО — ОПАСНОСТЬ

Что делать, если вы нашли опасный предмет?

Если вы обнаружили неразорванный боеприпас или взрывоопасный предмет, не паникуйте. Никогда не трогайте опасную штучковину и постарайтесь как можно быстрее сообщить о находке.

Если вы увидели **подозрительных людей** или **предмет**, звоните в:

- полицию — **102**;
- Государственную службу чрезвычайных ситуаций (ГСЧС) — **101**;
- Службу безопасности Украины (СБУ) — **(048) 725-33-23**;
- диспетчеру одесского городского транспорта — **(048) 746-51-04** и **(048) 746-51-06** (если обнаружили это в трамвае или троллейбусе).

Также специально для таких случаев наша полиция совместно с коллегами из Англии создали специальный сайт — **www.ukraine-cat-uxo.com**. Там есть информация о порядке действий в случае обнаружения взрывоопасных предметов (бомб, мин, снарядов и так далее). Там же вы найдете электронную форму, которую нужно заполнить: **указать свое имя и фамилию, электронный адрес, номер телефона, местонахождение и описать опасный предмет**. На сайте есть возможность загрузить его фото и отправить запрос специалистам. Вскоре они с вами свяжутся.



Кассетная бомба. Она небольшого размера, содержит взрывчатые вещества и осколки. Очень опасна. Не подходите к ней, не трогайте и не перемещайте.



Это — артиллерийский снаряд. Содержит взрывчатые вещества и разбрасывает при взрыве смертоносные осколки, которые могут быть опасны на расстоянии до 650 метров. Взрыватель настроен на случайную сработку и может быть чувствителен в движении. Не подходите к нему, не трогайте и не перемещайте.



Это — минометный снаряд. Вы можете найти его частично закопанным в землю, может быть виден только его «хвост». Снаряды очень опасны, осколки могут разлетаться на значительное расстояние. Держитесь от него подальше и ищите укрытие.



Это — ракета. Она несет множество маленьких кассетных бомб. Если вы видите ее на земле, рядом могут находиться кассетные бомбы. Избегайте места падения ракеты и сообщите местным властям.



Это — граната с реактивным двигателем. Предназначена для пробивания брони. Она очень чувствительна и может легко взорваться от малейшего прикосновения.

Неразорвавшиеся снаряды

Не трогайте
Не приближайтесь

Это очень опасно

Немедленно
обратитесь к
местным властям