

НА ЛІНІЇ ВОГНЮ: ЖИТТЯ В ОКУПАЦІЇ



Читати усі випуски
«Порогів» онлайн
за **QR посиланням** або на:
ukrajinci.cz/casopis-porohy

2-9

10-17

18-22

Колонка в соцмережі: закріпачувати і експандувати; Актуально: зміни та нововведення; Хроніка громади; Дайджест;

Культура; Праця; На лінії вогню: життя в окупації; Психологія: як кожен з нас може подякувати військовим; Людина: Павло Бобряк;

Історія: Пилип Орлик і єдиний гетьманський щоденник; Психологія: Що потрібно знати про страх; Корисні посилання.

ДЕНЬ НЕЗАЛЕЖНОСТІ УКРАЇНИ У ЧЕХІЇ

Дещо іншим був День Незалежності у Чеській Республіці 2022. Саме 24 серпня Прага та інші міста Чехії провели День в українському дусі. Брно, Пльзень, Градец Кралове, Млада Болеслав, Хомутов, Усті над Лабем та десятки інших міст, де зараз проживають тисячі українців, відзначали, кожен по-своєму, державне свято. Відбувались акції присвячені гуманітарній підтримці України. Ходою із прапорами символічно підтримували люди своїх в Україні. На тимчасових майданчиках виступали діти, дорослі, гурти. Державне свято із відтінком війни помічали й чеські друзі, підтримували оплесками виступи нових дитячих гуртів, питали про ситуацію на фронті.

Празький концерт відбувся на «Виставищі», де виступили традиційні і нові виконавці української музики, Джерело, МарОля, Ще мить, Марія

Болевхоська, ОЕЛЬ та інші. Програму збагатили діти з Харківщини, виступи солістів, бандура. Ввечері лунали патріотичні голоси гіп-гоп капели Танок на майдані Конго. Свято відмічали також на Вацлавській площі та на центральних вулицях столиці. Було зібрано тисячі підписів проти терористичних дій, що проводяться в Україні зі сторони ворожих сил рф.

Саме у просторах «Виставище», у дев'яності роки ХХ століття, стояли сотні заробітчан, очікуючи пропозицій працевлаштування від посередників, саме цей майданчик став символом четвертої хвилі міграції заробітчанства з України. А зараз, символом нового, вимушеного переселення українців закордон. В рубриці «Хроніка громади» приносимо фоторепортаж Зденека Жальського та Порогів. ■

Вл. інф.



ШАНОВНИЙ ПАНЕ ПОЛ ПОТ...

Текст: **ОЛЕКСІЙ СЕВРУК**



Кілька днів перед тим, як Міжнародна амністія видала свій сумнівний звіт стосовно України, чеська газета *Денік Н* випустила лонгрід про цивільні жертви російської агресії. Стаття мала красномовну назву: „Коли тебе допитують струмом, треба розслабитись“. Намагаюся збагнути, як саме Міжнародна амністія спробувала зупинити, чи хоча б голосно заявити про ці та інші російські звірства, описувані у згаданій статті.

Між полоненими з Азовсталі є й понад вісімдесят жінок з числа медичного персоналу — вони б взагалі не мали потрапити у військовий полон. Про їхню долю наразі відомо небагато, але і з того, що можна дізнатися, зрозуміло, що вони зараз проходять пеклом. Що конкретно Амністія зробила для цих жінок?

Заходжу на сайт чеської філії Міжнародної амністії. Останній текст, де йдеться про Україну — це відкритий лист до Шойгу. З вимогою, щоб той припинив війну. Від 28 лютого. Відкриваю повний текст петиції, яка починається ввічливим зверненням „Шановний пане міністре“. І закінчується фразою „З повагою“. Закрию закладку з петицією. Дякую, сьогодні я ще не блював.

В минулому я кілька разів дотував діяльність Амністії дрібними пожертвуваннями. Завжди йшлося про конкретні кампанії, які мене цікавили особисто. Завжди мені дісталася інформації про перебіг кампанії у вигляді телефонної розмови з їхніми фандрайзерами. Кожного разу в мене виникало галюциногенне відчуття, що

хтось із нас знаходиться під кайфом. В кожному разі, після кількох хвилин такої розмови ставало дедалі більш зрозумілим, що про прогрес у „кампанії“ міг би краще розповісти я їм, якщо б це їм було цікаво. Мимоволі згадувалася маячня безхатків на вокзалах, які від вас хочуть 20 крон „на дорогу“, і які своє прохання підкріплюють якоюсь фантастичною розповіддю з багатьма химерними подробицями, що ледь тримається купи.

Міжнародна амністія — це стабільна транснаціональна корпорація, зі своїми традиціями, своєю корпоративною культурою, політикою, своїми метами і методами. На початку серпня ми були свідки того, що замість своєї безпосередньої агенди — тобто допомоги і догляду за правами людини в Україні, ця організація вирішила потролити Збройні сили України — чи не єдину силу, яка спроможна чинно гарантувати людські права мільйонам українців і українок.

В Чеській республіці є низка проєктів на підтримку України — від збірки Українського посольства, ініціативи Пам'ять нації, до менших, але ефективних проєктів, таких як Українська європейська перспектива, Команда для України тощо. Кожен з нас знає волонтера, який збирає кошти на автівку чи термовізор, а завдяки сучасним технологіям можна надсилати кошти безпосередньо волонтерам в Україні. Все має більший сенс, ніж підтримка корпоративного колосу, який, як натякає його назва, має лобіювати за амністією. І як промовляють вчинки цієї організації, йдеться про амністію для масових вбивць. ■

ЗАКРІПАЧУВАТИ І ЕКСПАНДУВАТИ

У вересні 1968 року моєму татові виповнилося вісімнадцять років. Певно, чи не найбільш його, як повнолітнього громадянина Радянського союзу непокоїло те, що його можуть покликати до участі в спецоперації по превентивному звільненню чехословацького народу від можливої агресії НАТО. Трагізму ситуації додавав той факт, що мій батько був свідомий своєї приналежності до етнічної меншини волинських чехів — зрештою, один з його дідів походив з міста Бєроун. А побоюватись такого розвитку подій у мого батька були всі підстави. Бо, скажімо відверто, в лавах окупаційних армій, які надавали у серпні 1968 року Чехословаччині «братерську допомогу», були й Українці. Ба більше, я майже стовідсотково впевнений, що серед вояків були також волинські чехи.

Так само й сьогодні ми бачимо між членами окупаційної армії велику кількість етнічних і національних меншин, які мешкають на теренах Російської федерації. Навіть російський міністер оборони є етнічним тувинцем. Проте, ніхто при здоровому глузді сьогодні не буде стверджувати, що війну проти України ведуть буряти з тувинцями. Так само й «братерська допомога», що розпочалася 21. 08. 1968 року не була ініціативою українців, поляків, східних німців чи волинських чехів. Під «братерською допомогою» Росія століттями маскує свої імперські амбіції, свій інстинкт здобувати і нищити все на своєму шляху. Адже для Росії все рівно, чи є вона ординсько-візантійська, чи царсько-погромницька чи газпромівсько-кагебешна. Це все різні інкарнації тієї самої почвари. Спочатку вона вас покріпачить, потім пожене ваших дітей у свої війни, як гарматне м'ясо, або просто для того, щоб умити їхні руки кров'ю своїх жертв і цією кров'ю ще більше прив'язати до себе. І що важливо, історія показує, що Росія, якщо їй це дозволити, це все таки може повторити.

П'ядесят чотири роки тому мого тата, якого цим принагідно вітаю з днем народження, минала доля вояка окупаційної армії. Та є одна річ, яку слід пам'ятати кожному мешканцю Європи: якщо Україна не здобуде в цій війні перемоги, то в майбутніх російських наступках на Захід, проріділі ряди рядових бурятів поповнять загітовані діти сьогодишніх українців. Саме тому потрібно підтримати Україну тепер. Щоб дотиснути почвару. Щоб в майбутньому їй навіть не кортіло. ■

Станом на початок вересня офіційно повернуто з полону майже 600 людей: близько 100 цивільних й решта — військові. Щодо депортованих, немає точних даних, але є цифри, які повідомляє агресор — це понад 3 млн людей примусово депортованих на територію РФ, з них близько 600 тис. дітей. Наразі є 53 дитини, яких повернули тільки нещодавно.

«ЛЮДИНА В БІДІ» РОЗПОЧИНАЄ ОНЛАЙН-КУРС ЧЕСЬКОЇ МОВИ ДЛЯ УКРАЇНСЬКИХ АСИСТЕНТІВ ПЕДАГОГА

Як буде чеською шкільне приладдя або предмети у розкладі? Чим відрізняється система оцінювання та план шкільного року в чеських та українських школах? Про це можна дізнатися на новому онлайн-курсі «Навчи мене». Курс призначений для українських асистентів педагога, які наступного навчального року працюватимуть у чеських школах. Вони зможуть попрактикуватися у використанні лексики, важливої для педагогічної роботи, та підготуватися до ситуацій, що можуть виникнути під час їхньої роботи у школі.

Курс містить типові діалоги, інтерактивні вправи з можливістю вибору різних варіантів, що допоможе вивчити лексику та ознайомитися з поширеними ситуаціями. Безкоштовний курс призначений для самостійного навчання. Учасник сам обирає

темп і порядок проходження лекцій. Навчатися буде зручно і на планшетах або мобільному телефоні, пізніше можна повертатися до окремих лекцій або доступних для завантаження словників. Наразі курс складається з п'яти лекцій, у вересні відкриються наступні шість, які будуть присвячені комунікації у педагогічному колективі, плану шкільного року, екскурсіям і поїздкам або спілкуванню з батьками.

«Мета курсу – познайомити майбутніх асистентів педагога з лексикою, ключовою для роботи в школі, покращити мовленнєві компетенції, необхідні для праці асистента, і водночас підготувати до ситуацій, з якими вони зустрічатимуться в чеській школі. Значною перевагою цього курсу вважаю зосередження на розвитку компенсаторних стратегій, які допоможуть студентам зорієнту-



ватися під час спілкування із носіями мови і за межами школи», – резюмує Вероніка Картакова, методистка з навчання українських дітей та педагогічних працівників з організації «Людина в біді», яка разом з іншими спеціалістами створювала курс.

Розпочати навчання Ви можете на:
kurz-cestiny.clovekvtisni.cz ■

Пороги

НОВИЙ ДОДАТОК ДЛЯ ОФОРМЛЕННЯ ДОПОМОГИ ВИРІШИТЬ БІЛЬШІСТЬ ПИТАНЬ БЕЗ ВІДВІДУВАННЯ ОФІСУ



Запит щодо отримання гуманітарної допомоги: davkyuk.mpsv.cz/uk

З 1 вересня ми запустимо новий додаток, до якого можна увійти лише за допомогою електронної ідентифікації (наприклад, BankID).

Нові функції:

- ✓ Можливість слідкувати запит на будь-якому пристрої.
- ✓ Відображення результату про призначення допомоги та її розмір безпосередньо в додатку.

З 8 вересня

- ✓ Якщо буде потрібно щось доповнити або виправити, ви будете чітко поінформовані в додатку.

З 15 вересня

- ✓ Ви почнете отримувати інформацію про статус вашого запиту SMS або електронною поштою.

Встановіть електронну ідентифікацію:
info.identitaobcana.cz ■

ЧАСТІ ПОМИЛКИ, ЯКІ СПРИЧИНЯЮТЬ ЗАТРИМКУ ВИПЛАТИ

В більшості випадків причина в невідповідності місця реєстрації в поліції до місця реєстрації, що вказано в уряді праці. З червня відбувається обмін даними цих двох баз даних.

Також пов'язані з цим випадки:

- ✓ Помилка в імені, прізвищі, даті народження, або їх відсутність.
- ✓ Неправильне (є розбіжність) вказання дат з якого часу проживає

особа за адресою. **Пам'ятайте, що початок проживання в Чехії є дата отримання візи**, якщо після цього змінили адресу тоді вже дата укладення договору, якщо житло надано вам безкоштовно, тоді узгодьте з власником, щоб він не подав іншу дату на своє відшкодування бо теж буде розбіжність.

Пам'ятайте - в поліцію ви подаєте заяву про місце проживання в бумаж-

ному варіанті, яку вони обробляють вручну і лиш згодом вносять в базу даних, тому не дивуйтеся якщо її в цьому потоці загублять. Через деякий час перевірте в поліції знову, ніхто вас не буде сварити, чи внесені ви в базу, чи правильно, все записано по вас і ваших дітях. ■

Українська Європейська Перспектива
 Tábořská 372/36 Praha 4
 Пн.-Сб.: 10:00-19:00
 +420 602 243 980

ВАЖЛИВІ ПИТАННЯ ТА ВІДПОВІДІ, ЩО ПОВ'ЯЗАНІ З ОБЛІКОМ У ЦЕНТРІ ЗАЙНЯТОСТІ

Чи зобов'язаний центр зайнятості прийняти будь-яку заяву про працевлаштування?

Так, обласне відділення центра зайнятості зобов'язане завжди приймати письмову заяву про працевлаштування, подану фізичною особою, і розглядати цю заяву, з огляду на закон про зайнятість можуть виникнути такі ситуації:

- ✓ Фізична особа виконує умови для включення до реєстру претендентів на роботу – обласне відділення внесе цю особу до претендентів на роботу та видасть Підтвердження про реєстрацію в центрі зайнятості.
- ✓ Фізична особа не відповідає умовам включення до реєстру претендентів на роботу – обласне відділення винесе рішення про не включення фізичної особи до реєстру претендентів на роботу.

Якими способами можна подати заяву на працевлаштування?

Заявка на працевлаштування може бути подана особисто, подана через відповідальну особу, що приймає заявки та передає їх на обробку, надіслана поштою, подана через **електронне подання заявки**.

Якщо з точки зору центра зайнятості, заявник не відповідає умовам для включення до реєстру претендентів на роботу, як ця особа може себе захистити?

Якщо особа не відповідала умовам включення до реєстру претендентів на роботу, регіональне відділення центра зайнятості, яке є компетентним адміністративним органом I ступеня, зобов'язане винести рішення про це. Проти цього рішення особа має право подати апеляцію, рішення про яку приймає Міністерство праці та соціальних справ Чеської Республіки як апеляційний орган (адміністративний орган II ступеня). Апеляція подається протягом 15 днів з моменту отримання рішення.

Клієнт не з'явився на особисту зустріч в центр зайнятості / на співбесіду у роботодавця, що буде?

Особа, яка не прийде на засідання/на співбесіду у роботодавця, буде знята

з реєстру претендентів на роботу. Ця особа, як правило, протягом 6 місяців не може зареєструватися повторно як претендент на роботу = особа повинна сплачувати медичне страхування як особа без оподатковуваних доходів (OBZP) або бути працевлаштована.

У мене є обмеження на роботу/я інвалід, як будуть виглядати дії з цією інформацією в рамках реєстру претендентів на роботу з боку центра зайнятості?

У заявці, в розділі «G медичні обмеження, пов'язані із працевлаштування», заявник зазначає варіант «У мене є інше медичне обмеження», під цією графою заявник виписує конкретні обмеження, які він має.

Якщо особа володіє обмеженням на роботу за станом здоров'я, вона зобов'язана підтвердити це медичною довідкою, виданою лікарем. З огляду на Договір між Чеською Республікою та Україною про соціальне забезпечення, у таких випадках можуть бути враховані звіти та медичні висновки, видані в Україні.

Заявнику під час обліку на центрі зайнятості необхідно звернутися до лікаря, що робити?

Під час ведення на обліку реєстру претендентів на роботу до біженців з тимчасовим захистом застосовуються обов'язки відповідно до Закону про зайнятість такі, як до всіх претендентів на роботу. З нього випливає – якщо вони захворіли і не можуть виконувати обов'язки кандидата на роботу через медичний огляд або лікування, вони зобов'язані попросити лікаря видати довідку про огляд або лікування в медичному закладі.

- ✓ згодом повідомити про цей факт обласне відділення центра зайнятості не пізніше ніж протягом 3 календарних днів з моменту видачі довідки про обстеження або лікування у медичному закладі,
- ✓ і не пізніше ніж через 8 календарних днів з дня видачі цієї довідки додати її в обласне відділення центра зайнятості.

Заявник під час обліку у центрі зайнятості захворіє, що робити?

Під час ведення на обліку реєстру претендентів на роботу до біженців з тимчасовим захистом застосовуються обов'язки відповідно до Закону про зайнятість як до всіх претендентів на роботу. Тому, якщо вони захворіли і не здатні з цієї причини виконувати обов'язки претендента на роботу, вони зобов'язані звернутися до свого лікаря з проханням видати довідку про тимчасову непрацездатність.

- ✓ Попросити лікаря про видачу довідки про тимчасову непрацездатність кандидата на роботу;
- ✓ згодом повідомити про цей факт обласне відділення центра зайнятості не пізніше ніж протягом 3 календарних днів з моменту видачі довідки про обстеження або лікування у медичному закладі;
- ✓ і не пізніше ніж через 8 календарних днів з дня видачі цієї довідки доставити в обласне відділення центра зайнятості.

Заявник повинен дотримуватися схеми лікування, визначеної лікарем. Лікар може призначити йому години для прогулянки, це час, коли він може залишати місце перебування з вказаної адреси. Якщо лікар не встановлює час прогулянки, клієнт повинен перебувати лише вдома (адреса, вказана пацієнту безпосередньо лікарем). Центр зайнятості може перевірити цю людину, чи вона дотримується встановленого режиму лікаря і перебуває за місцем проживання (у будь-який час протягом тимчасової непрацездатності). Якщо в зазначений час вона не буде перебувати вдома, то для центра зайнятості це є підставою для санкційного усунення = знята з реєстру претендентів на роботу.

Зазначені довідки видаються кандидату на його прохання, якщо це обґрунтовано, реєстратору або іншому медичному працівнику, який надає кандидату медичне обслуговування у разі хвороби, травми або який огляд/лікування він проводить.

Фінансові витрати, пов'язані з видачею таких довідок, покриває центр зайнятості. ■

Консорціум неурядових організацій, що працюють з мігрантами в Чехії

ЧАСТІ ЗАПИТАННЯ ТА ВІДПОВІДІ ПРО ДЕРЖАВНЕ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ

Як визначити період, під час якого українець має безкоштовне медичне страхування в Чехії?

Період в 150 днів починається з дня надання тимчасового захисту, з цієї дати власник тимчасового захисту має право на безкоштовне державне медичне страхування. **Приклад:** якщо Ви отримали державне медичне страхування 08.03.2022, право на нього закінчується 07.08.2022.

Чи означає це, що на день закінчення терміну дії безкоштовного державного медичного страхування я не застрахований?

Ні, державне медичне страхування діє на період тимчасового захисту, тобто наразі по добу 1 року. Після 150 днів закінчується термін, протягом якого медичне страхування за Вас сплачувала держава. Отже, потрібно розібратися, хто буде зобов'язаний його платити далі – ви, ваш роботодавець, чи в точно визначених випадках і надалі держава (читайте далі). Адже будь-яка особа, яка проживає на території ЧР, повинна мати медичне страхування.

Страховий поліс діє аж до кінця місяця, в якому він закінчується.

Приклад: якщо 150 день припадає на 01.10.22, то Чехія доплачує страхування цілий цей започатий місяць, тобто цілий 10-й місяць – жовтень.

Особа має почати оплачувати страхування аж з наступного місяця і то не пізніше 8 числа (тобто в прикладі наведеному вище, аж в листопаді, не пізніше 08.11.22). **Радимо наставити постійну оплату з початку місяця** (бо у разі, якщо ви забули оплатити або ж платіжка відійшла запізно, будуть нараховуватись штраф.

Чи означає це, що я можу оформити страховий поліс у будь-якої страхової компанії?

Тут важливо визначити різницю між державним медичним страхуванням та комерційним медичним страхуванням. Особи, які мають тимчасовий захист, мають доступ до державного медичного страхування. Державне медичне страхування можуть надавати тільки страхові компанії, які мають на це акредитацію.

Це страхові компанії:

- ✓ Všeobecná zdravotní pojišťovna (VZP)

- ✓ Vojenská zdravotní pojišťovna České republiky (VoZP)
- ✓ Česká průmyslová zdravotní pojišťovna (ČPZP)
- ✓ Oborová zdravotní pojišťovna zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví (OZP)
- ✓ Zaměstnanecká pojišťovna Škoda (ZPŠ)
- ✓ Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra České republiky (ZPMVČR)
- ✓ Revírní bratrská pokladna, zdravotní pojišťovna (RPB)

Державне медичне страхування дозволяє безкоштовно користуватися медичною допомогою в державних закладах охорони здоров'я та у лікарів, які мають договір зі страховими компаніями (виняток становить сума у розмірі 90 крон за невідкладну допомогу).

Комерційне страхування можна оформити у інших страхових компаніях (як правило, вони пропонують багато інших видів страхування – страхування майна, або туристичне), але цей вид страхування не допускає Вас до сфери державного медичного страхування – його можна отримати лише через державні страхові компанії. Ви можете оформити комерційне страхування у страховій компанії Славія, Uniqa, Pojišťovna VZP (важливо не плутати це з Všeobecná zdravotní pojišťovna, це дочірнє підприємство Všeobecná zdravotní pojišťovna /VZP/).

Чи варто змінювати державну страхову медичну компанію?

Відмінності полягають у деяких послугах, які надають страхові компанії додатково, наприклад фінансова допомога при безглуздовій дієті (необхідна медична довідка). Розмір страхового внеску та порядок його сплати визначаються законом, медичні страхові компанії та платники не можуть самостійно його визначити. При цьому розмір страхового внеску залишається таким самим.

Заяву на зміну страхової компанії можна подати з 1 січня по 31 березня (зміна страхової компанії відбудеться з 1 липня того ж року), або також і в період з 1 липня по 30 вересня (зміни відбудуться з 1 січня наступного року).

Чи буду я застрахований, якщо укладу договір з комерційною страховою компанією, який є більш фінансово вигідним для мене?

Якщо у вас є тимчасовий захист, то ви застраховані автоматично в рамках державного медичного страхування. Якщо ви укладаєте договір страхування іноземців з комерційною медичною страховою, це не позбавить вас від обов'язку сплатити державне медичне страхування після 150 днів. Якщо ви укладаєте договір з комерційною страховою компанією, то в результаті вам доведеться сплачувати як комерційне, так і державне медичне страхування.

Що настане, якщо я не сплачуватиму державне медичне страхування?

У вас виникне заборгованість. На заборгованість по медичному страхуванню нараховується пеня у розмірі 0,03% від суми заборгованості за кожен календарний день. Крім того, страховики можуть стягувати заборгованість також у формі коштів за виконання рішення. У цьому випадку йдеться про дебіторську заборгованість. У випадку, якщо заборгованість переходить у виконання судового рішення, це збільшує витрати на судові та виконавчі провадження, що може істотно збільшити борг. Існування цієї заборгованості також може викликати проблеми при подальшому зверненні за дозволом на проживання або продовження візи.

Чи можу я відмовитися від страхування?

Іноземець, якому надано тимчасовий захист згідно з Lex Україна, з дня надання тимчасового захисту вважається застрахованим державним медичним страхуванням для цілей оплати наданих йому медичних послуг. Державне медичне страхування прив'язується до статусу особи з тимчасовою охороною.

В чому полягають переваги державного медичного страхування?

На відміну від комерційного медичного страхування, перевагою державного є те, що з нього оплачуються всі медичні дії в державних установах охорони здоров'я та у лікарів, які мають договір зі страховими компаніями (виняток становить 90 крон за невідкладну допомогу поза робочий час). Наприклад, дорожчі медичні огляди та лікування, такі як опро-

мінення, трансплантація органів, коронарне шунтування, генетичне дослідження навколоплідних вод, лапароскопічне видалення жовчного міхура і саме перебування в реанімаційному відділенні або відділенні анестезіолого-реанімаційному.

Чи всі повинні протягом 150 днів сплачувати державні медичні страхові внески?

Державне медичне страхування повинні сплачувати особи у віці 18-65 років. Водночас є винятки, а саме:

- ✓ **Студент віком від 18 до 26 років** (навчається на території ЧР або України) - медичне страхування оплачує держава.
- ✓ **Працівник** (у трудових відносинах, за угодою про виконання роботи на суму понад 10 000 крон на місяць, за угодою про трудову діяльність від 3 500 крон на місяць) - медичне страхування сплачує роботодавець.
- ✓ **Особа, яка щодня особисто і належним чином піклується про щонайменше одну дитину у віці до 7 років або двох і більше дітей у віці до 15 років** – медичне страхування сплачує держава.
- ✓ **Претендент на роботу, зареєстрований в Управлінні праці** – медичне страхування оплачується державою. Ви можете стати претендентом на роботу, якщо подасте заяву про працев-

лаштування в офіс зайнятості. Ви можете зареєструватися в Службі зайнятості, навіть якщо ви є особою з інвалідністю, іншими медичними обмеженнями або доглядаєте за такою особою.

Отже, якщо ви не належите до жодної з вищезазначених категорій, ви повинні сплачувати страхування самостійно, тобто ви стаєте так званим самоплатником.

Як здійснюється подання інформації до страхової компанії?

- ✓ **Діти віком до 18 років** – як і раніше автоматично являються особами застрахованими (обов'язок сплати їх не стосується)
- ✓ **Дорослі віком від 65 років** – продовжують автоматично бути застрахованими (Фінансові зобов'язання їх не стосуються)
- ✓ **Дорослі від 18 до 65 років** – повинні повідомити медичній страховій компанії, яким чином вони будуть сплачувати медичне страхування.
- ✓ **Студент у віці 18-26 років** - повинен повідомити страховій та надати підтвердження про навчання у навчальному закладі, у разі навчання в Україні - почесну заяву чеською мовою, що підтверджує навчання в українській школі.
- ✓ **Працівник** – обов'язок звітування має роботодавець
- ✓ **Особа, яка щодня особисто та належним чином піклується**

про щонайменше одну дитину віком до 7 років, або двох і більше дітей віком до 15 років - повинна повідомити про це медичній страховій компанії та підтвердити свідоцтвом про народження або іншим документом з особистими даними дитини (наприклад: паспорт, віза) та доповнити це чесною заявою про родинні стосунки з дитиною.

- ✓ **Особа, залежна від догляду (інвалід) або доглядач за особою, залежною від догляду** – повинна внести відомості про це медичній страховій компанії та надати довідку про облік в Управлінні праці ЧР.
- ✓ **Претендент на роботу** – повинен повідомити медичну страхову компанію та надати підтвердження про реєстрацію в Управлінні праці ЧР.
- ✓ **Підприємець** – повинен повідомити медичну страхову компанію та надати копію ліцензії на здійснення підприємницької діяльності, також повідомити номер банківського рахунку, з якого сплачуватиметься страховий внесок.
- ✓ **Особа без оподатковуваних доходів (OBZP)** - повинна повідомити медичну страхову компанію як вона буде сплачувати страховий внесок, а потім почати сплачувати страхові внески, які на рік 2022 складають 2187 крон. ■

Консорціум неурядових організацій, що працюють з мігрантами в Чехії

В ЧЕХІЇ ПІДВИЩАТЬ ПРОЖИТКОВИЙ МІНІМУМ, ЦЕ ТОРКНЕТЬСЯ І УКРАЇНЦІВ

Востаннє прожитковий мінімум у Чехії підвищували 1 квітня – на десять відсотків. Зараз він становить 4250 крон.

Прожитковий мінімум, від якого в Чехії залежить, наприклад, розмір пільг на дитину або інші соціальні виплати, з першого липня знову збільшиться. Про це повідомив міністр праці та соціальної політики Мар'ян Юречка. Востаннє його підвищували 1 квітня – на десять відсотків.

Нововведення має торкнутися і біженців з України. Після п'яти місяців виплат гуманітарної допомоги в розмірі 5 тисяч крон на людину, на укра-

їнців розповсюджуватиметься чеська система соціальних виплат, якщо в них не буде власного доходу.

На скільки цього разу збільшиться прожитковий мінімум, наразі невідомо. «Це може бути близько п'яти відсотків. Ми зробимо точний розрахунок. Будемо стежити за розвитком подій. Також ми готуємо підвищення розміру пільг, пов'язаних з виплатою житлових субсидій. Так, аби ми могли реагувати на зростання цін, передусім на газ», — розповів міністр, додаючи, що коли уряд все прорахує, загальна сума підтримки сімей та всіх, хто цього потребує, складе 85 мільярдів крон. На даний момент прожитковий міні-



мум становить 4250 крон. За словами чеського міністра, подальша фінансова допомога має надаватися людям з обмеженими можливостями. ■

ХУДОЖНЯ КОЛЕКЦІЯ УКРАЇНСЬКОЇ ЕМІГРАЦІЇ ОНЛАЙН

Слов'янська бібліотека у Празі виклала у вільний доступ Колекцію художніх творів української еміграції, яка нараховує 484 роботи 53-х митців. Про це у Фейсбуці повідомило Посольство України у Чехії. Колекція містить роботи художників, які в міжвоєнний період жили й творили в еміграції на території Чехословаччини. Переглянути роботи можна на чеському інтернет-порталі eSbírky, призначеному

для онлайн-перегляду оцифрованих музейних колекцій. Празька колекція характеризується частими військовими та патріотичними мотивами. Багато робіт відображають особистий військовий досвід їхніх творців (Українська Галицька армія, Армія Української Народної Республіки) та досвід життя у таборах для інтернованих. Також є багато портретів і невеликих замальовок. ■ **Пороги**



ДЕНЬ УКРАЇНСЬКОЇ КУЛЬТУРИ В МАРІАНСЬКИХ ЛАЗНЯХ



В Маріанських Лазнях 17 вересня відбувся День української культури. Дякуючи місцевій громаді та підтримці міста свято відбулося уже вдруге. На осінній сцені виступали українські гімнастки, хор «Радість» з Градця Кралове, авторські пісні виконав ОЕЛЬ та інші. Староста міста Мартін Каліна розповів про гідне

ставлення місцевих до переселенців і побажав учасникам свята успіхів тут і в Україні. На сцені виконали хлопці з дев'ятих класів із Дніпра, Харкова та Кривого Рогу пісню «Ой у лузі...». В рамках зустрічі друзі з Празької Криївки плели сітки та збирали кошти для ЗСУ. ■

Пороги

ЧЕХІЯ ЗБИРАЄ КОШТИ ДЛЯ УКРАЇНИ

Посольство України у Чехії оголосило про збір коштів для закупівлі озброєння для української армії. «Спільно з оборонною секцією чеської торгово-промислової палати та Асоціацією оборонної промисловості ми здатні швидко придбати й доставити в Україну саме ті види оборонного озбро-

єння, які Україна наразі найбільше потребує», – йдеться на сайті Посольства. Зауважується, що з початку війни вдалося зібрати понад 1206 мільйонів чеських крон. Понад 1201 мільйонів крон вже було витрачено на придбання найнеобхіднішого для української армії. ■ **Пороги**



ПРАЗЬКИЙ FORUM 2000 РІШУЧЕ ПІДТРИМАВ УКРАЇНУ



Українська тематика стала основною на конференції Forum 2000 у Празі та надіслала сильний сигнал

солідарності з українським народом. Про це заявив виконавчий директор Фонду «Форум 2000» Якуб Клепал, закриваючи цьогорічну конференцію. «Вторгнення в Україну поклато край пасивності, ми спостерігаємо мобілізацію та нову динаміку в Західному, вільному світі. Для України має бути зрозумілим, як ми всі наполегливо працюємо над тим, щоб допомогти їй у захисті її та нашої свободи», – сказав Клепал. Одним із підсумків форуму став «Празький маніфест за вільну Україну», в якому підпи-

санти рішуче засуджують агресію РФ і вітають статус кандидата, який Європейський Союз надав Україні, закликають європейські інституції рухатися вперед якомога швидше та не відкладати надання додаткової підтримки Україні. У рамках конференції в Празі, яка проходила з 31 серпня до 2 вересня, було організовано спеціальний «Форум для України», де учасники обговорили повоєнне майбутнє України. Участь у дискусіях взяли політики та експерти з різних країн світу. ■ **Пороги**

ТРЕТИНА УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ ЗНАЙШЛИ РОБОТУ

Українці, які через повномасштабну війну опинилися за кордоном, активно шукають роботу в інших країнах. Як повідомили у Міністерстві праці та соціальних справ Чеської Республіки, за весь період повномасштабної російсько-української війни – з 24 лютого і до початку серпня – в країні офіційно знайшли роботу 97 238 громадян України. При цьому ще майже

шість тисяч біженців перебувають на біржі праці, тобто активно шукають роботу. Найчастіше біженці залучені до роботи як монтажники, збирачі на лінії, різнороби на будівництві чи на виробництві, у транспортній і харчовій галузі тощо. Найбільше українців зараз працевлаштовано у Середньочеському (11 603 особи) та Пльзенському (10 239) краях, а також у Празі (8 773). ■ **Пороги**



«ХРЕСТОВИЙ ПОХІД» ПРОТИ СПІВПРАЦІ З РОСІЄЮ



На Карловому мості в Празі пройшов «хрестовий похід», під час якого українці закликали світові корпорації залишити ринок РФ та не бути спонсорами російського тероризму. Про це у Фейсбукі повідомило Посольство України в Чехії. «Небайдужі активісти вийшли на міст з синьо-жовтими хрестами, на кожному з яких була табличка з закриттям логотипом

світових марок, які допомагають росії вбивати українців, сплачуючи податку в російський бюджет», – ідеться в дописі. У дипломатичному представництві додали, що українські розробники також працюють над створення мобільного додатку, що допоможе європейцям не купувати товари брендів, які продовжують працювати в державі-агресорі. ■ **Пороги**

ЮНА УКРАЇНКА СПРИЧИНИЛА ФУРОР НА ШОУ ТАЛАНТІВ ЧЕХІЇ ТА СЛОВАЧЧИНИ

Тринадцятирічна українська дівчина Поліна Бабій привернула увагу популярного телешоу «Чехія й Словаччина мають таланти» своєю невимушеною зовнішністю та скромністю ще за лаштунками. Модератори були зачаровані не лише її виступом, але й гарною словацькою мовою, зазначає Prima Ženy. І це при тому, що дівчина родом з Одеси, а в Словаччині мешкає лише три місяці. Разом із мамою та сестрою вона приїхала до Братислави як біженка, батько залишився в Україні волонтером. «Я хочу, щоб був мир і я могла повернутися до своєї родини», — зазналася Поліна, яка зі сцени популяр-

ного шоу подякувала всім, хто приймає біженців і допомагає їм. Дівчина співає з восьми років і вже встигла виступити в кількох театральних постановках на Батьківщині, втім у Празі ніхто не очікував від восьмикласниці такого ідеального вокалу. Під час нескінченних овацій стоячі глядачі дали зрозуміти журі, що цей талант заслуговує на високу оцінку. І вона таки її отримала! Тож обдаровану юну співачку з України чеські та словацькі телеглядачі побачать у фіналі цього легендарного телешоу талантів, яке цього року відзначає своє десятиліття. ■

Пороги



РОСІЙСЬКА ВІЙНА – ПОВОРОТНА ТОЧКА ДЛЯ СВІТУ



Напад росії на Україну, який розпочався в 2014 році й у лютому 2022 року переріс у повномасштабне вторгнення, став такою ж поворотною точкою для світу, як і терористична атака Аль-Каїди на США в 2001 році. Про це під час виступу на 26-й щорічній конференції Форуму 2000 у Празі заявив Прем'єр-міністр Чехії Петр Фіала. При цьому чеський Прем'єр наголосив, що війна в Україні

є не лише проблемою Української держави. «Це не лише про Україну, це про всю систему міжнародних відносин. Якщо Україна з населенням близько 40 мільйонів не перебуває в безпеці, жодна держава світу не може почуватися безпечно», – сказав Фіала. Він також висловився за необхідність розслідування військових злочинців російських окупантів в Україні. ■ **Пороги**

У ПРАЗІ ВІДБУЛАСЯ ГЕНЕРАЛЬНА КОНФЕРЕНЦІЯ МІЖНАРОДНОЇ РАДИ МУЗЕЇВ (ICOM)

У межах програми генеральної конференції Міжнародної ради музеїв (ICOM) 21 серпня 2022 року у Празі відбулася спеціальна тематична панель «Охорона української культурної спадщини».

Представники української делегації підкреслили основну причину нинішньої загроженості української культурної спадщини – повномасштабне вторгнення росії в Україну.

Зокрема, заступниця міністра культури та інформаційної політики Катерина Чу ознайомила міжнародну фахову аудиторію зі статистикою руйнувань культурної спадщини в наслідок повномасштабної війни росії з Україною.

Анастасія Чередниченко, віце-президентка ICOM України акцентувала увагу на відповідальності, яка лежить й на фаховій музейній спільноті рф, представники якої (ані ICOM росії, ані окремі музеї) не офіційно не засуджують факти руйнувань культурної спадщини України. Російські музейники не лише мовчазно підтримують нелегальне перевезення музейних колекцій з тимчасово окупованих територій, зокрема з Маріуполя, Мелітополя на інші тимчасово окуповані території Донецьку, Криму та території рф. Вони беруть участь у створенні пропагандистських виставок, де експонатами слугували предмети вивезені ними з Маріуполя тощо. І це



лише окремі приклади.

Так само російські музейники жодним чином не висловили свою позицію щодо жахливої ситуації, в якій опинилися їхні колеги, українські музейні співробітники, які вимушені залишатися на тимчасово окупованих територіях. Українські музейники перебувають у величезній небезпеці, їх змушують до колаборації, викрадають, вивозять на допити тощо, вони самі та їхні родичи по суті є заручниками.

Крім того, надзвичайно важливо оцінювати дії росії у ретроспективі, подібні факти мали місце в Україні з 2014 року, у Грузії в 2008 та 1993 роках, в цілому є підстави говорити про системність та послідовність подібної політики, до якої залучені й музейні фахівці. Оскільки свого часу міжнародна спільнота не відреагувала належним чином це стало певним сигналом щодо прийнятності такої поведінки. Тому нині як ніколи

важливо продемонструвати єдність та відданість цінностям міжнародної музейної спільноти ICOM. У зв'язку із цим Анастасія Чередниченко висловила вимогу ICOM України про призупинення членства національного комітету ICOM росії в Міжнародній раді музеїв, а також заклик до членів ICOM тимчасово не співпрацювати з російськими музеями.

ICOM України надзвичайно вдячний і за ту допомогу, яку отримували і продовжують отримувати українські музеї та музейники, а також за слова підтримки, які прозвучали під час цієї панелі. Також ICOM України висловлює свою вдячність чудовим модераторкам Agnes Aljas #ICOMestonia та Jasná Paličková #COMSlovakia за їхні зусилля та підтримку.

Під час панелі було офіційно оголошено про створення Червоного списку загроженої культурної спадщини України. ■

Пороги

ПРАЗЬКИЙ ТЕАТР ЗАПРОШУЄ НА ВИСТАВУ УКРАЇНСЬКОЮ

Празький дитячий театр підготував чудову музичну комедію для українських дітей.

Допомогти дітям українських біженців вирішила і труппа празького театру «АНА!». Від 15 вересня актори театру запрошують юних глядачів на чудову музичну комедію від драматурга Давида Бенеша «Як я не хотів дорослішати» (Jak jsem nechtl vyrůst), яка відбудеться українською мовою. Ця історія – веселе дослідження відносин між молодими та старими, дорослими та дітьми. І такий маленький погляд у минуле, коли не було мобільних телефонів, а по телевізору транслювалася лише одна програма.

«Щодня я бачив у новинах і читав у ЗМІ все нові й нові докази жадів і звірств, які довелося пережити мужньому українському народові на своїй Батьківщині. Моя злість на російського агресора поступово змінилася на бажання їм допомогти. А як інакше може допомогти театр, орієнтований на сім'ї з дітьми, крім культурного досвіду?», – зазначив порталу informuji.cz керівник театру «АНА!» Якуб Штіх, який і запропонував перекласти виставу українською мовою.

Подивитися комедію можна у театрі «АНА!» до 21 січня 2023 року за адресою: Sokolovská 969/191, Praha 9.



СТАНЬТЕ ДОБРОВОЛЬЦЕМ ТА ОТРИМАЙТЕ ДО 150 КРОН ЗА ГОДИНУ

Текст: ДАНІЕЛА КРАСЕНСЬКА, ДАРИНА ДЗЮБА, SZ

Міграційна криза йде на спад, але волонтери все ще потрібні. У столиці людям за допомогу вирішили платити.



У багатьох місцях Чехії починає бракувати волонтерів для допомоги українцям. Регіональні центри допомоги у Празі, Брно та Оставі, а також інші організації, які дбають про інтеграцію біженців, опублікували заклик про допомогу.

У Празі це питання хочуть вирішити за допомогою грошей. Волонтерів «замануватимуть» фінансово винагородою. Про такий крок подумують і в інших містах.

«Празькі урядовці затвердили неінвестиційну субсидію в розмірі 45 786 300 крон. Волонтери отримають компенсацію в розмірі від 100 до 150 крон за годину, залежно від виконаної роботи», – сказав речник празької мерії Віт Гофман.

Гроші підуть на витрати, пов'язані з роботою волонтерів у центрі допомоги, інформаційних кіосках на центральному вокзалі Праги та автовокзалі «Флоренц», а також інших місцях, де вони допомагають. «Я вірю, що завдяки цьому кроку можна буде мотивувати всіх, хто хоче долучитися до допомоги», – сказав мер столиці Зденек Гржіб.

За сплату внесків відповідає організація «Чеський Червоний Хрест». «Волонтери працюватимуть за звичайним трудовим договором. Укладення

угоди розпочнеться найближчими днями», – розповів голова регіональної виконавчої ради «Чеського Червоного Хреста» у Празі Йозеф Шонка.

У столиці не вистачає близько 200 людей, але ситуація все ще керована. «Наразі це не впливає на роботу центру. Проте волонтери завжди потрібні, вони можуть зареєструватися на відповідних порталах», – сказав речник празької пожежно-рятувальної служби Мартін Кавка.

«Зменшення кількості волонтерів на центральному вокзалі та в центрі допомоги ускладнює роботу решти волонтерів. Іноді нам змушені допомагати інші підрозділи», – додав Шонка.

У празькому районі Височани (де нині розташований найбільший центр допомоги, раніше він знаходився в Конгресовому центрі – ред) наразі щодня допомагають близько 85 волонтерів. За словами Шонки, в ідеалі їх має бути хоча б на сорок більше. Схожа ситуація і на центральному вокзалі Праги, де щодня допомагають близько 55 осіб. Але їх потрібно в чотири рази більше. «За останні три тижні в усіх місцях інтерес стрімко падає», – зауважив Шонка.

Найбільшим попитом користуються перекладачі, які володіють українською та російською мовами,

а також люди, які готують закуски. «Також не вистачає волонтерів, які б надавали інформацію про систему соціальної допомоги, а також медиків у мобільних медпунктах», – додав Шонка.

Питання фінансування волонтерів у центрах допомоги в інших містах поки не вирішено. «Наприклад, в Оставі всі розуміють, що волонтерство в довгостроковій перспективі неможливе. Звісно, в області розглядають можливість виділення ресурсів для винагород за їхню роботу. Це все обговорюється, але наразі ми не знаємо деталей», – сказав керівник відділу волонтерської організації «Adra» Петр Адамус.

Волонтерів шукають також у центрі допомоги міста Брно. Там потрібні перекладачі, помічники до дитячих куточків та пунктів гуманітарної допомоги.

«Зі зрозумілих причин перша хвиля ентузіазму спадає. Ми намагаємося орієнтуватися не лише на громадськість, а й на окремі групи людей, які могли б долучитися. Допомога досі потрібна. Бажаючі можуть дуже легко подати заявку та записатися на «зміну» безпосередньо на сайті www.pomahame.org», – сказала речниця Південноморавського краю Олена Кноткова. ■



ЖИТТЯ В ОКУПАЦІЇ

З перших днів війни Херсонщина опинилася в окупації російських військ. Протягом березня місцеві мешканці виходили на мирні демонстрації проти загарбницької влади, але це стало дуже небезпечним через розстріли. На окупованих територіях росіяни за допомогою місцевих колаборантів створили окупаційні органи влади, викрадають проукраїнських політиків, активістів, журналістів, вчиняють вбивства та катування цивільних мешканців.

Підготувала: **ЕЛЬВІРА БОЖАНІ**



Влітку збройні сили України перейшли в контрнаступ в західній частині області, визволивши декілька населених пунктів й бойові дії не припиняються. Українці сподіваються на визволення окупованих територій.

Журналістка Лада з Херсона розповідає про життя в окупаційному місті. На початку війни жінка сподівалася, що місто звільнять та не покинула рідну домівку. Чоловік Лади служить на кораблі й 24 лютого його не було в Україні, а старший син перебував тоді в Одесі. У Херсоні жінка залиши-

лася з восьмирічним сином, двома собаками та батьком. Усі ці шість місяців війни журналістка намагається вижити та підтримати близьких, які опинилися в такій самій ситуації як і вона. Про те, як не впасти у відчай – далі від Лади.

ВОРОГ НА ПОРОЗИ

В окупації всі дні схожі між собою, і не думаєш чи сьогодні друге, чи двадцяте число, чи то настала неділя, чи вівторок. Та я чітко знаю порядковий номер дня війни.

Пам'ятаю як все починалося. Ми живемо неподалік залізничного вокзалу й 24 лютого мене розбудив дивний звук – такий наче зчепилися вагони потяга. Та невдовзі я отримала смс повідомлення від чоловіка, який на той час перебував у рейсі – він коротко написав: «Війна. Збирайтеся і їдьте геть. У Херсоні все дуже серйозно!» Страх охопив мене. Навчена ковідною ситуацією я почала робити вправи з дихання, щоб подолати паніку й думати, як далі діяти.

Першим ділом я вирушила до банкомата, щоб зняти готівку. Таких мудрих як я виявилося чимало і черги були завдовжки в сотні метрів. Це все виглядало для мене так, наче з кіно про війну – на обличчях у людей завмер страх і розгубленість, всі наче посірілі, ніхто не розмовляв. Раптом ми всі почули вибухи з боку Чорнобаського аеродрому, до якого усього якихось 10 кілометрів. Я зрозуміла, що справи кепські.

КВЕСТ НА ВИЖИВАННЯ

1 березня Херсон заповнили російські військові. З того часу ми живемо в оточенні маніяків, мародерів, гвалтівників, вбивць. Кожен вихід з будинку чи то за продуктами, чи то у справах, для мене це не тільки ризик, а ще й огида й біль. Огида від того, що ці істоти, від яких смердить злиднями, розрухою і смертю, сміють вештатися моїм містом, пити каву на вулицях, їсти нашу полуницю й кавуни та вважають себе господарями, а біль за щоденні вбивства, катування та погрози українським активістам, волонтерам.

Майже весь березень був випробуванням саме на виживання. Всі магазини були закриті. Звичні товари





зникли. Радістю було принести додому картоплю, бурячки й капусту. На базар я ходила пішки, таємними стежками, якомога далі від доріг, щоб не потрапляти на очі окупантам чи не наразитися під обстріли. Придбавши все, що вдалося знайти – я повертала-ся додому несучи все на собі. Пам'ятаю свої відчуття щастя після того, як відстояла величезну чергу й купила цілий мішок українського корму для собак й несла його то на одному то на іншому плечі та співала «Ой, у лузі червона калина...».

Все стало дефіцитом. Не було ані кави, ані шампуню, ані туалетного паперу. Хліб, масло, молоко, все, до чого звик, про необхідність чого у мирний час навіть не замислювався – все це зникло. По всьому місті, то тут то там, можна було спостерігати довгі черги в магазини, які відкрилися і розпродавали залишки товарів перед тим, як зачинитися назавжди.

Згодом Херсон поринув у буремні й злиденні 90-ті. Єдиним місцем, де можна було знайти продукти, став ринок де з багажників автівок продавали цукерки, чай, печиво, побутову хімію, горілку. Розплачуватися можна тільки готівкою, яку теж не так легко зняти в банкоматах.

Саме в той час я зрозуміла, що ніхто не має права засуджувати людей, які беруть російську гуманітарну допомогу. До честі херсонців, таких мало і цим скористалися тільки ті у кого цілковита безвихідь. Та минає час і у подібних ситуаціях опиняється все більше людей – грошей стає дедалі менше, пенсії приходять на картки, але ними мало де можна розрахуватись.

НЕПРОЙДЕНИЙ ШЛЯХ

З березня херсонці почали шукати шляхи на виїзд з міста. Я не ризик-

нула. Спочатку виїхати можна було через Олександрівку на Миколаїв. Але цей шлях закрили, бо Олександрівка суцільна руїна. Потім через Снігурівку або через Давидів Брід, але і тут ніхто не давав жодної гарантії, що доїдеш живим – навкруги бойові дії, прильоти, руйнування і людські жертви.

Руські «асвабодітелі» взяли собі за моду влаштовувати гру з тими хто їхав з міста – пропускали автівки, а потім обстрілювали їх або ж направляли на міни. На блокпостах вони знущаються з людей, принижують, копірсаються в речах, допитують, тримають по кілька діб під обстрілами. Декому пощастило й вони доїхали на підконтрольну українську територію швидко. У мене ж не було впевненості, що я зможу без проблем покинути місто – я не покладалася на везіння. Вирішила не ризикувати. Тим паче мій 70 річний батько залишався б один, бо він не погоджується на виїзд, а покинути його я не можу. Зараз люди їдуть через Василівку на Запоріжжя. Але тут варто сказати, що до Василівки росія завезла багато військової техніки та особового складу. Я боюсь, що колони з цивільними можуть використати для прикриття від вогню – як щит.

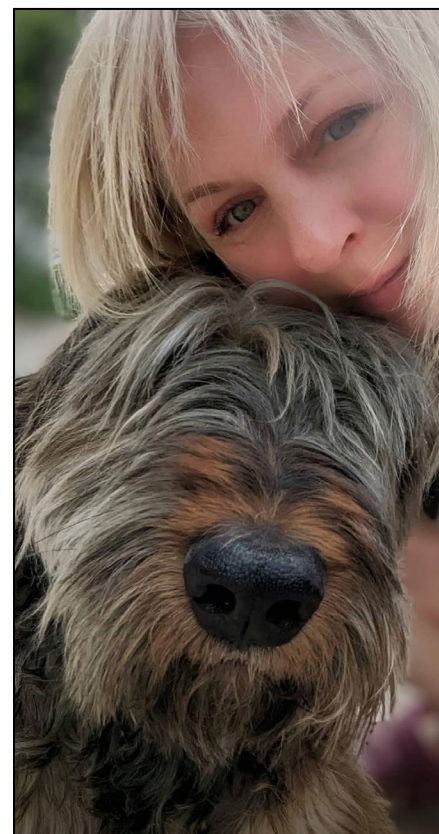
НЕВТРАЧЕНА НАДІЯ

Усі ці події дуже мене засмучують і мені гірко та я тримаюсь. Для підбадьорювання свого духу я розшукую й купую українські товари, часом можу придбати квіти у місцевих бабусь і дідусів, щоб допомогти їм матеріально. Дарма що окупанти повідкривали свої супермаркети – ноги моєї там не буде, як і більшості моїх знайомих і друзів. Я розмовляю з друзями та рідними українською, дякую всім, хто залишився і робить

щось корисне для міста й для людей. Часом охоплює жах того, що я обмежена в усьому, крім своїх думок, які теж ризиковано висловлювати. По Херсону не можна пересуватися вільно, не можна вдягати вишиванку, не можна співати українських пісень. Тут немає свободи. Немає безпеки. Це для мене важко витримати.

Мене як і інших не покидає тривога, коли чую звук снаряда, який летить у бік Миколаєва, та Одеси. Я дала собі слово, що не буду плакати аж до Перемоги, але щодня в душі з'являється нова величезна діра – Миколаїв, Харків, Бахмут, Одеса, Вінниця, Дніпро, Оленівка. Ці діри заповнюються ненавистю та люттю до росіян. Мені болить за Україну й крається серце, але я вірю, що у ЗСУ є чіткий план звільнити Херсонщину й зберегти життя мешканців. І я зовсім не вірю тим посадовцям, які закликають нас евакуюватися через російську територію. Вважаю, що таким чином вони перекладають свою відповідальність.

Подумки обіймаю кожного, хто підтримує нас і каже: «Херсон – це Україна!». Ми щиро чекаємо на визволення. Наша Батьківщина це Україна й іншої не буде. Наші українські серця б'ються в унісон з усім світом, який допомагає боротися проти російської загарбницької влади. ■



ПАВЛО БУБРЯК: ЦЕ НЕ Я ВИБРАВ ЧЕХІЮ, А ЧЕХІЯ ВИБРАЛА МЕНЕ

Допомога побратимам на передовій, основна робота за кордоном, родина (дружина і двоє дочок), концертна і композиторська діяльність, керування музичною студією «Grand Orpheus» та Асоціацією української громади ЧР – все це, виявляється, можна поєднувати. Українець Павло Бубряк є прикладом людини, якій це вдається. Він уже 14 років мешкає в Чеській Республіці, де паралельно із заробітком коштів для своєї сім'ї також встигає допомагати українцям, які дійсно цього потребують, особливо зараз.

Спілкувався: **АНАТОЛІЙ КРАТ**

Павле Васильовичу, розкажіть, будь ласка, більше про себе. Ким ви є за фахом? Яких успіхів вам вдалося досягти в Україні перед своєю еміграцією?

Все життя я був і залишаюся співаючим і граючим на декількох музичних інструментах карпатським легінем. А щодо освіти, відповім так: мені 54 роки і я досі продовжую навчатись. Втім, офіційно свій останній диплом Заокської Духовної Академії за спеціальністю християнська психологія і теологія я отримав у 42 роки, тобто 12 років тому. Перед цим були факультет економіки та юридичний факультет Чернівецького державного університету ім. Юрія Федьковича, річні Вищі курси Київської Академії МВС, акторський факультет Київського театрального інституту ім. Івана Карпенка-Карого, а ще раніше – Чернівецьке культурно-освітнє училище, де я отримав спеціальність диригента-керівника оркестру народних інструментів. Звичайно, була і школа мужності – два роки військової служби у групі радянських військ у Німеччині. В моєму житті були підйоми і спади, тому довелося отримати права водія всіх категорій, в тому числі європейські професійні. І що цікаво, в житті стали у пригоді абсолютно всі знання, отримані раніше.



Що спонукало вас с поїхати саме в Чехію? Як я розумію, точно не за славою, якої вам не бракувало в Україні.

У 2007 році після успішного виступу вокально-інструментального ансамблю «Сузір'я Карпат» з моїми авторськими піснями на потужному Міжнародному фестивалі в місті Бра-

шов у Румунії, нас запросили одночасно понад 12 країн Європи приїхати до них з концертом. Наприкінці 2008 року ми вирушили з гастрольями Європейським Союзом, а розпочали виступи з Чехії, де було організовано понад тридцять концертів завдяки меценату Єгуді Гозді. Під час успішного гастрольного туру Європою,

нам у Празі було надано приміщення для студії. І коли ми вже збирались повертатись додому, на одному з останніх концертів мені запропонували підписати контракт на 2,5 роки в рамках пілотного проекту Міністерства внутрішніх справ, згідно з яким гарантувалося надання постійного місця мешкання в Чеській Республіці мені, музикантам «Сузір'я Карпат» та нашим родинам. І ми всі разом зробили цей відчайдушний крок. От і виходить, що це не я вибрав Чехію, а Чехія вибрала мене.

Якими були ваші враження від перших місяців проживання та роботи у Чехії? Що подобалося, а що ні?

Після надзвичайно чудових моментів гастрольної подорожі, прийшов час реалізації доволі жорсткого пілотного проекту Міністерства праці та соціальних справ щодо залучення до Чехії кваліфікованих фахівців з-за кордону з отриманням постійного місця мешкання у прискорені строки. Мені цей пілотний проект чомусь нагадав «курс молодого бійця» в умовах капіталізму. Тобто людина мусить безперервно працювати в нових реаліях (чужа країна, інша мова та менталітет), і при цьому постійно сплачувати податки до бюджету, як з основної, так і супутньої діяльності, всі соціальні та медичні страхові платежі. Звісно, якщо ти хочеш чогось досягнути в новому суспільстві фактично з нуля. Іншими словами, йшлося про перші кроки інтеграції в чеське суспільство, які на початку завжди є досить важкими. Багато що було для мене незвичним, але при цьому мене тримала на поверхні поставлена мета: отримати сталий статус в Чехії, аби вільно концертувати по Європі, а не стояти в принизливих чергах консульств для отримання чергового перехідного статусу (мається на увазі, тимчасове місце мешкання). Остання обставина мене страшно гнітила! Оця так звана «залізна завіса» представника третіх країн фактично і підштовхнула мене і моїх колег на підписання контракту і до участі у пілотному проекті. Як і кожній мислячій людині мені хотілося свободи, щоб нести свою творчість українцям по цілому світу.

Як вам вдалось облаштуватися в чужій країні та з якими труднощами прийшлося зіткнутися після переїзду?



Я зрозумів, що найважче в еміграції та інтеграції на чужині – це раптова втрата вже набутого соціального статусу. Там, де ти народився, ходив до школи, робив перші невдалі чи успішні кроки, ти був на виду у своїх рідних, близьких, держави тощо. З усього цього і складається твій соціальний статус. А тут раз – і все це, якщо говорити мовою математики, множиться на нуль. І ти змушений у своєму поважному віці знову все починати з нуля. Як би ти гарно не посміхався, як би ти не намагався себе презентувати – ти насамперед чужинець! Навіть чеське слово «іноземець» співзвучне українському «чужинець», тобто чужоземець з невідомим минулим, tabula rasa – чиста дошка. Якщо хтось гадає, що гроші роблять все, мовляв, і статус можна купити, це неправда! Соціальний статус непідкупний. Особливо важко його здобути людині, яка вже досягла певного рівня у себе на Батьківщині. Щоб виконати умови чеського контракту, дружина і діти також повинні були переїхати до мене. Тому я купив трикімнатну квартиру в місті Мост на півночі Чехії. Мені завжди в Україні щастило бути фінансово успішним, позаяк я багато їздив з концертами, крім того добре також продавалися мої CD альбоми і DVD диски з авторськими піснями, яких у мене 9, не беручи до уваги ролягті від музичних фільмів і кліпів.

Як часто вам доводилося міняти роботу? Що більше впливало на вибір тієї чи іншої вакансії: матеріальна складова чи задоволення від праці?

В силу того, що за дітей і дружину треба було платити медичне страхування і решту платежів, практично все це навантаження впало на одні плечі. Музика, мої українські пісні на чужині вже були не в змозі покрити всі видатки, таким чином мені прийшлося, звісно, не без допомоги мого товариша Тараса Якубовського, зайнятися підприємницькою діяльністю. За що я йому щиро вдячний! Він купив вантажний автомобіль, а я закупив 7 контейнерів для довозу будівельних матеріалів і вивозу битої цегли та інших будівельних відходів. Завдяки цьому вдалося витримати важкі часи і отримати довгоочікуваний статус постійного місця мешкання.

Чим ви займаєтесь зараз, якщо це, звісно, не секрет? І чи є у вас відчуття, що ви нарешті знайшли справу свого життя?

Коли ми отримали стабільний статус, спочатку пропонували своїм дочкам повернутися в Україну, але нас зупинила їхня освіта. Ми передумали, бо не мали права знову відривати їх від чеської школи, до якої вони вже встигли звикнути. Ми розуміли, що цей процес буде для них дуже важким і болісним, оскільки йдеть-

ся про різні мови навчання, різні навчальні програми й вимоги тощо. А позаяк навчання дітей – це процес довготривалий, я прийняв рішення побувати будинок у Празі і відкрити власну музичну студію. Новий статус дав мені змогу більше концертувати, а ще я зареєструвався практично у всіх празьких кінокастингах. Відтак почалася моя активна творча діяльність вже за кордоном, так би мовити, за новими правилами і вимогами. Справа мого життя – це музика, концерти, кіно, фестивалі. Але в житті прийшлося докладати чимало зусиль, щоб отримати можливість займатись улюбленою справою.

Крім своєї основної роботи, ви активно гастролюєте як співак і композитор не тільки в Україні, але також в Європі. Як вам вдається поєднувати концертну діяльність з доволі напруженим графіком автобусних маршрутів Європою як водієві європейського автобусного перевізника FlixBus? 2010 року на з'їзді українців у Празі мене обрали головою Асоціації української громади в ЧР, а 2013-го – я заснував музичну студію і концертне агентство «Grand Orpheus». Сьогодні мені Бог дає сили поєднувати діяльність і керівника студії, і голови Асоціації, і записувати свої нові пісні, і їздити з концертами по світу, і час від часу зніматись в рекламних роликах, а зрідка і в кіно. Чому зрідка? Насамперед через попередні два роки пандемії, а з лютого 2022-го – через гарячу фазу війни Росії проти України. Крім того, я маю ще одну офіційну роботу в німецькій транспортній компанії FlixBus, що спеціалізується на організації пасажирських автобусних перевезень. Тож час від часу я сідаю за кермо двоповерхового автобуса Neoplan чи Setra і їду до Парижа, Копенгагена чи Цюриха. Відкрию секрет: коли я був дитиною, то завжди уявляв себе водієм автобуса далеких рейсів. Як бачите, навіть моя дитяча мрія і та збулася!

Як голові Асоціації української громади ЧР, з якими гострими проблемами вам приходилося найчастіше зустрічатися? Що вам вдалося вирішити, а що виявилось не під силу і чому?

В мене, як у голови Асоціації української громади, є мрія – заснувати в Празі Український Народний дім. Причому ця мрія народилася



у мене від самого початку, як тільки я приїхав до Чехії і познайомився з українською діаспорою. Разом з побратимами Володимиром Губчуком, Михайлом Топоровим та іншими однодумцями нам вдалося реалізувати цю мрію, але наразі лиш частково. Зараз поясню, чому частково. В 2015 році ми відкрили Український Народний дім у Празі, його і до сьогодні очолює Володимир Губчук. Для цього знайшли і орендували відповідне до задуму двоповерхове приміщення для українських організацій із залом та офісами. Проводили там зустрічі із творчими колективами і діячами. Задум і плани були просто грандіозні, але... Між нами був ще один організатор, якого я не назвав і не називатиму. Він виявився зрадником. Оскільки ми йому довіряли, тому й оренду дому записали на нього, вклавши колосальні кошти зі своїх кишень на ремонт. Однак він щез із організації, а разом з ним ми втратили і приміщення. Наразі маємо чинну організацію Український Народний дім, але приміщення ще не маємо... А коли розпочалася гаряча фаза російської агресії проти України, на допомогу Україні піднялася українська діаспора Чехії і всього світу. Причому наш народ здатний на самоорганізацію, тому в перші ж дні війни вже кожна друга фірма, де є власником українець, перетворилася на волонтерський центр. І всі вони працюють дотепер і працюватимуть далі до повної перемоги. Хто скільки зробив? Тільки Бог знає і бачить. Тому про це навіть не варто говорити. Правда, засмучує те, що коли ти

після роботи приходиш втомлений додому і, не поївши, летиш зустрічати біженців, аби їх розселити і вночі домовитись про організацію подальшої допомоги, деякі невдячні співвітчизники крутять носом і висловлюють своє незадоволення запропонованими умовами. І ти стоїш перед господарем чехом, який погодився прийняти українців безплатно на 3-4 місяці, і тобі хочеться від сорому провалитися крізь землю. Приходилось пояснювати, що люди вам допомагають, як можуть, але вони вам нічого не винні. До слова, більшість претензій звучали чомусь російською мовою. І це ще більше засмучувало, бо розумієш, що ці люди тікають від ракет «руського мира», але разом з тим тягнуть сюди з собою той самий «руський мир». На щастя незадоволених меншість, тож є шанс комусь допомогти змінити світогляд. А це ой як не просто...

Як ви особисто відреагували на війну в Україні? Чи було це для вас несподіванкою? Ваші близькі, друзі чи знайомі наразі у безпеці?

Як я відреагував на війну? Для мене це не було несподіванкою. По-перше тому, що я не їв локшину, яку розвішує на вуха довірливих громадян речник Офісу президента. А по-друге, я маю свідків, які чули, що я казав у 90-х роках минулого століття: «З Росією буде війна! Вона не може просто так відпустити Україну, бо без української історії великої Росії як такої не існує». Ці слова червоною ниткою проходять через більшість моїх віршів і пісень, які написані впродовж

30 останніх років. Скажу дивну річ. Коли почалася масштабна агресія цих нелюдів, я сказав буквально так: «Ну нарешті гнійник прорвало! Буде багато крові і гною (зради), але ми маємо вистояти і перемогти!» Ці слова ви можете відстежити в моїй стрічці в соцмережах. Як я бачу, за останніх 300 років Україна вперше офіційно має право себе боронити як вільна і незалежна держава. Тому ми маємо вистояти в цій боротьбі і перемогти. На жаль, з-поміж моїх близьких друзів і знайомих вже десятки загинули. В тому числі і ті, для кого ми організовували і передавали допомогу від самого початку бойових дій. Тому ми повинні сьогодні кричати на повне горло про те, щоб вище командування не минало своєю увагою командирів середньої ланки, які посилають цілі роти і взводи без відповідної зброї на російські гради і танки. Якось одного дня Сергій, командир роти, зателефонував і сказав: «Друзі, молись за нас, бо завтра нас посилають в пекло». Це були його останні слова... Їм пообіцяли артпідтримку. Жодного пострілу вони так і не дочекалися. Цілу роту розшматували ворожі гради і танки. Це було на Донбасі, місяць тому. Війна – страшна річ, але продажні щури – це ще страшніше!

Як ви оцінюєте зусилля Чехії і чеських громадян у сприянні допомогти українським біженцям? Чи відчуваєте ви з їхнього боку якусь втому або зневагу, мовляв, у нас і так своїх проблем повно? Чехи молодці! Вони відгукнулися, причому настільки активно і щиро, що я їм не сподівався. Звичайно, я чув незадоволення тим, що українці їздять в міському транспорті безкоштовно, у той час як, мовляв, чехам проїзд обходиться недешево. А також інші «чому їм задарма, а нам за гроші». Але це все поодинокі випадки, не масові. У розмові з чехами я кажу їм відверто, що вони повинні ще активніше підтримувати Україну та українців, позаяк наші військові ціною своїх життів боронять не тільки Україну, а й всю Європу та країни колишнього соцтабору.

У чому полягає ваша волонтерська діяльність? Ви займаєтесь нею особисто чи від імені громадської організації закордонних українців як її співзасновник?

Я не маю статусу волонтера, тому що добре розумію значення цього слова.

Асоціація співпрацює з усіма, хто до нас звертається, і надаємо лиш таку допомогу, на яку реально спроможні. Ми двічі з дружиною пакували валізи, щоб на час війни повернутися в Україну: я планував приєднатися до територіальної оборони, а дружина націлилась на госпіталь. Нас відрадили від такого кроку побратими з передової. А знаєте як? Вони сказали: нам потрібні такі люди, як ви, в тилу, щоб організовувати для нас безперерйну підтримку, бо тут вас є ким замінити, а там, де ви зараз, замінити вас складніше. Я наразі реально багато працюю, щоб було чим допомагати. Так, наприклад, нам з друзями вдалося закупити і передати на фронт чотири автомобілі (джипи пікапи), два автобуси (фольксваген Т5 транспортер), десятки чеських розвідувальних апаратів тощо. Волонтер – це той, хто збирає гроші і купує все необхідне. Я жкладаю власні кошти, які заробив, і разом з однодумцями ми на зібрану суму закупаємо чи то медикаменти, чи харчові продукти, і цілеспрямовано відправляємо гуманітарний вантаж в конкретний госпіталь або у визначений взвод реальному командирові. Ми з дружиною з сімейного бюджету вже пожертвували за пів року війни понад 30 тисяч євро. Розумію, що цього мало. Але таких, як ми, однодумців лише в колі мого спілкування сотні. І кожний з них допомагає, чим може. Свою роботу в більшості координуємо зі справжнім волонтером Володимиром Вурстою, якого добре знають на передовій, або з Сергієм Марченком, вірним патріотом своєї землі, а також моїм другом Романом Митрюком та багатьма іншими достойними українцями. Співпрацюємо і з козацькими організаціями, які сьогодні склали кістяк територіальної оборони України, з кількома благодійними фондами Миколаївщини, Житомирщини та Києва.

Чи є у вас якісь плани на майбутнє? Якщо так, то чи пов'язані вони з Чехією чи Україною?

Так, звісно, в мене є заповітна мрія, щоб якомога швидше Бог допоміг отримати перемогу над московською ордою. Адже імперська українофобія нашого північного сусіда і давнього ворога бере свій початок ще з 18 століття, від часів Петра I. А отже безперервна руйнація всього українського з їхнього боку триває вже понад 300 років! Пора нарешті

покласти край сумним сторінкам української історії, які, за словами Володимира Винниченка, не можна читати без брому, тобто без заспокійливих ліків. А вже після перемоги допомагати відбудовувати Україну та продовжувати пропагувати українську культуру, зокрема, пісенною творчістю. Є також мрія, аби Бог дав мудрості українському народу обирати до влади достойних українців, тих, які по-справжньому люблять Україну, а не себе в Україні. Щоб ми перестали нарешті цитувати Михайла Грушевського, який цілком справедливо колись підмітив: «Біда України в тому, що нею керують ті, кому вона не потрібна». Позаяк нескінченні корупційні схеми сучасних українських владних структур також беруть свій початок з ненависного московського кремля. Щоб кожен українець, де б він не був і який би пост не обіймав, носив у серці заповіт Івана Франка: «Нам пора для України жити».

Що ви можете порадити українцям, які через війну не за власним бажанням опинилися в чужій країні? На що слід звернути особливу увагу?

Що я можу порадити біженцям, які вимушено виїхали з рідної землі? Бути готовими до того, що досить невеликий відсоток емігрантів досягає успіху на чужині. Тому якщо самореалізуватися, то краще там, де ти народився, бо там кожна травинка, кожний кушчик допомагає. Оскільки немає кращої землі для українця, як Україна! Я так думаю, так відчуваю і так мрію мало не щодня. Ще 1995 року великий воїн, перший президент Чеченської Республіки Ічкерія Джохар Дудаєв сказав: «Українці завжди повертаються. Українці повернуться і повернуть своє». А тим, які втекли від ракет і все ще несуть у собі і з собою «русский мир», бажаю остаточно вилікуватися. А якщо ні, то спакувати валізи і йти світ за очі на всі чотири сторони, щоб не мучитись в Україні і не мучити Україну.

Яке запитання ви могли б задати сам собі і як би ви на нього відповіли?

Я тривалий час питав себе і питаю в Неба: «Чому я, чия душа залишилась в Україні, в моїх улюблених Карпатах, скитаюсь по світу і живу на чужині?» Відповідь мені шепоче вітер, а часом і тиша: «Така твоя доля і така твоя місія, Павле». ■

Прага.

ПИЛИП ОРЛИК І ЄДИНИЙ ГЕТЬМАНСЬКИЙ ЩОДЕННИК

Гетьманський Батурин відіграв значну роль в історії України XVII -XVIII ст. Це місто, яке сформувало відомих українських гетьманів, борців за вільну і незалежну державу: Дем'яна Ігнатовича, Івана Самойловича, Івана Мазепу, Пилипа Орлика та Кирила Розумовського. Місто, яке московити у 1708 р. спалили, знищили, зрівняли з землею, вбивши місцеве населення. Причиною такої нелюдської розправи було прагнення гетьмана Івана Мазепи звільнитися з-під російського ярма. Тоді Європа здригнулась від звірств москалів у Батурині, як сьогодні від Бучі, Ірпеня, Маріуполя... Тоді українську землю покинули політичні емігранти, які підтримали європейські погляди гетьмана, серед них був Пилип Орлик.

Ким був Пилип Орлик та чому для кожного з нас важливо зрозуміти його постать і піде далі мова.

Пилип Орлик (1672-1742 рр.) – на-ступник Івана Мазепи, провісник не-залежної та демократичної держави. Понад 30 років гетьманував в емі-грації, гідно представляючи питання козацької нації на європейській арені та записував свої спостереження до «Діаріуша подорожного» (1720-1734 рр.). Його освіченість і диплома-тичний хист, незрівнянний стиль публіциста викликали повагу в єв-ропейської еліти. Ні доля, ні люди, ні обставини не зламали його. Бо він був надзвичайно сильною людиною, впевненим в тому що робить. Важ-ливо підкреслити, що в українській незалежності зусилля Пилипа Орлика складають вагомий відсоток.

Перебуваючи в еміграції Пилип Орлик, як і багато сучасних укра-їнців, які опинилися за кордоном і об'єдналися проти російської агресії, продовжував боротьбу за визволення України з під московського гніту. Він збирав людські й матеріальні сили, переосмислював причини поразки. Він доклав безліч зусиль для створен-ня сильної європейської коаліції, без



Територія Цитаделі Батуринської фортеці. Фото 2019 р.

якої неможлива українська незалеж-ність. Він ніколи не припиняв пошуки підтримки у європейських державах, неодноразово порушував питання про допомогу в справі відновлення української державності, продов-жував бомбардувати французьких, польських, шведських і османських політичних діячів листами про звіль-нення козацької нації від москов-ського ярма. Сама діяльність гетьма-на засвідчувала моральну і духовну

потугу українського народу до свобо-ди і незалежності.

І саме в цей період свого життя, перебуваючи в Салоніках (сучасна Греція) Пилип Орлик почав вести щоденник, який розкриває кожний прожитий день, його згадки про ми-нулі роки, його зустрічі з іноземними послами та дипломатами, листування з родиною та європейськими правите-лями, відвідини церков та монастирів, пізнання інших культур, враження від

подорожей, країн та міст. Це єдиний відомий на сьогодні рукописний щоденник українського гетьмана, який складається з п'яти томів у понад три тисячі сторінок, написаний польською мовою з вставками французької, латини, української. Гетьманський щоденник по суті є його заповітом для наступних поколінь.

Після смерті Пилипа Орлика у 1742 р. щоденник перебував у молдавського господаря Константина Маврокордато, який пізніше через французького посла в Стамбулі маркиза де Вільнева переслав його у Францію, сину Пилипа Орлика, Григорію. На сьогодні «Діаріуш» зберігається в архіві Міністерства закордонних справ Франції.

«Діаріуш» Пилипа Орлика завжди викликав зацікавленість в історичних колах, його декілька разів копіювали. Одна з перших копій щоденника у 1804 р. перебувала у власності шляхтича Станіслава Замойського, від якого перейшла до бібліотеки князів Чарторийських в Пулаві.

У 1936 р. частину «Діаріуша» за 1720-1723 рр. видав український політичний і дипломатичний діяч Ян із Токарів Токаржевський Карашевич. Неповне факсимільне видання «Діаріуша» ініціював у 1989 р. історик Омелян Прицак в рамках видавничої серії «Гарвардська бібліотека давнього українського письменства» Українського наукового інституту при Гарвардському університеті.

У 2013 р. факсимільне видання уже повного тексту щоденника Пилипа Орлика 1720-1733 рр.: «Діаріуш подорожній, який в ім'я Троїці найсвятішої, розпочатий в року 1720 місяця жовтня дня 10-го» видало видавництво «Темпора» (Україна).

Колектив Національного заповідника «Гетьманська столиця» при колосальній підтримці державних політичних діячів, провідних істориків, художників та меценатів працює над дослідженням та популяризацією життя і діяльності гетьмана Пилипа Орлика та його родини. Адже Батурин є містом, яке сформувало гетьмана. Батуринська земля надійно зберегла фундаменти його будинку. До речі, з 2018 р. територію єдиної відомої на сьогодні садиби Пилипа Орлика, яка була вщент зруйнована московитами у листопаді 1708 р., продовжують досліджувати археологи.

Нині історики заповідника співпрацюють з професором кафедри українистики Варшавського університету,



Портрет гетьмана Пилипа Орлика. Худ. Наталя Павлусенко. 2021 р.
З фондової колекції Національного заповідника «Гетьманська столиця».

перекладачем, головним редактором періодичного видання «Studia Polsko-Ukrainskie» Валентиною Соболю. У своїй науковій діяльності, пані Валентина велику увагу приділяє «Діаріушу» Пилипа Орлика. У 2012 р. вона опрацювала оригінальний гетьманський щоденник в архіві Міністерства закордонних справ Франції. З того часу і почала його перекладати сучасною польською та українською мовами, переклад якого уже неодноразово публікувала у наукових статтях та презентувала широкому загалу на наукових конференціях.

У квітні 2022 р., у рік коли відзначається 350-та річниця від дня народження гетьмана Пилипа Орлика, Валентина Соболю видала першу

частину гетьманського щоденника польською мовою у видавництві Варшавського університету. На черзі видання українською. Символічно, що саме в час коли український народ героїчно протистоїть російському воєнному вторгненню, ми в історичних колах відстоюємо історичну справедливість нашої країни та наших керманичів. Віримо, що найближчим часом зупинимо російського агресора і настане мир та ми зможемо запросити Вас відвідати Батурин, місто яке плекає українську історію. ■

Дробязко Наталя
заступник завідувача відділу
«Палац гетьмана Кирила Розумовського»
заповідника «Гетьманська столиця»

НЕ ТАКИЙ СТРАШНИЙ ЧОРТ, ЯК ЙОГО МАЛЮЮТЬ. ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ ПРО СТРАХ

Що ви відчули зранку 24 лютого? Я – страх. Ще до того, як дізналась про війну. Дзвінок від мами о п'ятій ранку не віщує нічого доброго. Чому страх виникає так миттєво? Які механізми запускає організм у небезпечних ситуаціях і для чого вони нам?

Світ ніколи не був спокійним. Небезпека чатувала всюди: гострила пазури в лісових хащах і зміями звивалась у високих травах. Виживати кожен вчився по-різному: хтось маскувався, хтось швидко бігав, хтось атакував, виділяв отруту, нарощував колючки, видавав себе за хижака. Проте, крім різноманітних механізмів пристосування, у живих істот виник ще один корисний інструмент для виживання – страх.

Що таке страх?

Страх – це емоційний стан, який виникає в небезпечних ситуаціях. Він є базовою функцією, яка допомагала вижити первісним людям, коли вони стикались з хижаком чи, скажімо, пожежею. Страх дозволяв вчасно помітити і миттєво відреагувати на небезпеку – оцінити ситуацію і діяти відповідно: втекти, замертти чи вступити в бій¹.

У сучасному світі стало набагато безпечніше, тому іноді люди схильні думати, що основне завдання страху відійшло на другий план. Навіть зараз, в умовах війни, страх може видаватися радше ворогом, ніж союзником: нібито зберігати холонокровність і сміливість розумніше, ніж здригатися щоразу, як проїжджає вантажівка чи падає щось у сусідів за стіною. Буває, що боятися навіть соромно. Проте епічна спокійна хода з вибухами за спиною красива лише в американських бойовиках, і уявлення про страх як про негативну емоцію досить упереджені. Насправді страх – дуже корисна функція організму.

Чому? Зрозуміти це допоможе його біологічна сторона.

Фізіологія страху

Уявіть: ви самі вдома, і на кухні щось добряче грюкнуло. Ваш кіт солодко дрімає на ліжку, а хвилину тому була ненависна повітряна тривога. Минуло кілька секунд, поки ви зрозуміли, що це просто вітер різко відчинив вікно – зовсім не ракета, але серце вже шалено калатає. Що відбулося в організмі?

Інформація про підозрілий звук за частки секунди через таламусТаламус, або зоровий горб – це велике скучення нервових клітин (сірої речовини), що ділиться прошарками білої речовини на п'ять груп ядер, які виконують різні функції. Таламус є підкірковим центром всіх видів чутливості. Це посередник, до якого сходяться всі подразнення від зовнішнього світу, де вони видозмінюються і направляються до підкіркових та кіркових центрів. передається в мигдалеподібне тілоМигдалеподібне тіло належить до підкіркових структур лімбічної системи і складається з кількох груп ядер, що розташовані всередині скроневої частки і мають численні зв'язки з іншими структурами мозку. У мигдалеподібному тілі виділяють центральне ядро і латеральне ядро. Мигдалина відповідає за поведінку та активність, залежно від внутрішніх потреб організму: голоду, статевого потягу, гніву., саме тут і народжується страх. Мигдалеподібне тіло, або мигдалина – це маленька і древня ділянка мозку, яка відповідає за емоції. Латеральне

ядро мигдалини приймає інформацію, а центральне ядро передає команди, що робити далі. Саме мигдалина вирішує, що вдома нікого нема, припускає найжахливіші сценарії (як-от ракета) і надсилає термінові телеграми далі.

ГіпоталамусГіпоталамус – ділянка проміжного мозку, що складається з близько 32 пар ядер, які регулюють нейроендокринну діяльність мозку й гомеостаз організму. Гіпоталамус бере участь у терморегуляції, регуляції діяльності серцево-судинної системи, обміну речовин, ендокринних функцій, регуляції функцій шлунково-кишкового тракту, сечовиділення, стійкості внутрішнього середовища організму, регуляції сну і неспання. надсилає сигнал від мигдалини наднирникам, і в кров викидається адреналін та норадреналін, які приводять тіло в повну бойову готовність: кров прибуває до мозку і легень, виступає піт, дихання стає частішим, розширюються зіниці, у кров викидається величезна кількість глюкози, а травлення сповільнюється (звісно, яке травлення, коли життя в небезпеці!). Водночас центральна сіра речовина середнього мозкуЦентральна сіра речовина середнього мозку оточує Сильвіїв водопровід і функціонально відноситься до вегетативної нервової системи. В ній закладені ядра черепно-мозкових і окорухових нервів. Відіграє роль в організації захисної поведінки, регуляції больової чутливості, батьківської і соціальної поведінки, статевої поведінки (зокрема зменшення агресивності самок).

залежно від ситуації може викликати реакцію бігти, боротися чи завмерти.

Реакція завмирання здається нам дивною, адже якщо назустріч мчить вантажівка, найдурніше, що можна зробити – застигнути посеред дороги. Проте мозок вважає по-іншому. Така реакція сформувалась задовго до появи вантажівок, і завмерти, коли помітив хижака, досить розважливо – він може просто не помітити вас, а це набагато краще, ніж витратити колосальну кількість енергії на втечу.

На цей етап активації симпатичної нервової системи неможливо вплинути свідомо, оскільки вона абсолютно автономна. Тобто мозок ситуативно вирішує, як краще діяти в конкретному випадку, і ця первинна реакція мало залежить від нашого свідомого вибору, навіть якщо ми розуміємо, що від вантажівки краще втекти, а друзів-пранкерів не калічити. Далі паравентиккулярне ядро гіпоталамуса Паравентиккулярне ядро гіпоталамуса – має вигляд пластинки, його клітини виробляють кортикотропін-релізінг гормон, який стимулює вивільнення гормону АКТГ клітинами гіпофізу, цей гормон надходить в кров і стимулює синтез кортизолу в наднирниках. Рецептори до кортизолу є в кожній клітині організму, тому він може впливати на різні системи органів одночасно: серцево-судинну, травну, нервову. віддає наказ про секрецію кортизолу – гормону, який при короточасних стресових ситуаціях сприяє викиду енергії, а якщо небезпека триватиме довго – допомагає її більше запасати.

Крім мигдалеподібного тіла, таламус надсилає інформацію і в сенсорну кору. Сенсорна кора – це частина соматосенсорної кори, яка відповідає за сприйняття інформації від органів чуттів, її узгодження та інтерпретацію. Нейрони сенсорної кори створюють повну картину світу опираючись на сигнали органів відчуттів. Останні дослідження показали, що сенсорна кора бере також участь у створенні асоціативних зв'язків., де вона інтерпретується для отримання повної картини. Сенсорна кора намагається проаналізувати всі варіанти і не панікувати раніше, ніж потрібно. Вона розглядає всі можливі джерела звуку і передає інформацію в гіпокамп. Гіпокамп – частина лімбічної системи, яка виділяє важливу інформацію із потоку зовнішніх подразників та утримує її виконуючи функцію короткотривалої пам'яті. Припускають, що основна функція цієї структури мозку полягає

в кодуванні інформації для передачі із короткотривалої в довготривалу пам'ять. Також гіпокамп відповідає за просторову орієнтацію і складення коротких маршрутів.. Він засипає пошукову систему пам'яті питаннями: «Чи траплялось таке раніше і що тоді було джерелом звуку?», «Чи була це ракета?», «На вулиці вітряно, можливо, це гілка стукає у вікно?», «А ми взагалі зачинили вікно?». Гіпокамп аналізує ситуацію і робить висновок, що це просто грюкнуло відчинене вікно, він же і дає мигдалині сигнал «Без паніки!».

Звук на кухні – сенсорний стимул, який миттєво передався двома шляхами: один – до центру паніки, інший – до центру аналізу ситуації. Так як другий шлях довший, ми вже встигли злякатись і підготувати свій організм до небезпеки. Може здатися, що такий фальстарт – зовсім некорисна штука, але якби ситуація була справді загрозливою, ми змогли б вчасно і без зайвих вагань відреагувати і вижити. Погодьтесь, значно краще бути готовими до всього, навіть якщо іноді це спричиняє невеликі незручності^{2,3}.

Скоріше друг, ніж ворог

Оскільки страх виникає, щоб максимально збільшити наші шанси на виживання, недооцінювати його несправедливо. Спробуйте уявити абсолютно безстрашну людину. Малоімовірно, що вона заведе вдома отруйних змій і навряд чи перебігатиме дорогу задля розваги. Проте така людина погано реагуватиме на небезпечні ситуації і не буде уникати їх повторення. Важко уявити, як це відбувається в реальному житті, але ще важче повірити, що такі люди існують.

Якщо уражена мигдалина, у людини може виникати хвороба Урбаха-Віте. Це рідкісне генетичне захворювання, яке викликає повну відсутність емоції страху, а також неспроможність розпізнавати її в інших людей. За всю історію описано лише 300 таких випадків.

Цікаво, що таку безстрашність навчилися використовувати паразити *Toxoplasma gondii*, основним господарем яких є коти, а проміжним – миші. Щоб потрапити в організм основного господаря, вони навчилися «вимикати» відчуття страху у мишей, при цьому мишки ставали більш допитливими у вивченні навколишнього світу: вони не тільки не уникали запаху котів, а й частіше залишалися на незахищених відкритих місцевостях та більш охоче вивчали нові предмети^{4,5}. Очевидно, що такі сміливці частіше потрапля-

тимуть в лапи хижаків. Люди, до речі, теж страждають від цього паразита. За останніми оцінками, 30–60% людей у світі хворіють токсоплазмозом. І хоча пряму небезпеку ця хвороба становить лише для вагітних та людей з ослабленою імунною системою, токсоплазма може впливати на нашу поведінку так само як і на мишей – люди більш схильні до ризику. Дослідження 2002 року показало, що люди з токсоплазмозом частіше потрапляють в ДТП, якщо порівнювати зі здоровими людьми з тієї самої місцевості⁶.

Якби ми всі були абсолютно безстрашними, ми б не ховались в укриттях. І це не проста байдужість чи втома від постійних повітряних тривог – ми б не могли оцінити реального ризику та його наслідків. Ще гірше, ми б не турбувалися про безпеку наших дітей та рідних, не могли б розпізнавати, коли вони налякані, і надавати їм підтримку. Відсутність страху може наражати нас на небезпечні ситуації і не дозволитиме робити адекватні висновки, щоб надалі уникати їх повторення. Тому страх, якщо він викликаний справді небезпечними факторами – скоріше друг, ніж ворог. Хоча в кожній медалі дві сторони.

Які страхи заважають нам жити

Для виживання страх – безумовно, хороший інструмент, але люди – істоти складні, надто складні, щоб просто насолоджуватися хорошою адаптацією. Наші закріплені життєвим досвідом страхи можуть спричиняти дискомфорт у цілком безпечних умовах, а іноді навіть повноцінно псувати життя. Якщо вас у дитинстві вкусив собака – найімовірніше, ви боїтиметеся собак і в дорослому віці: мозок намагатиметься будь-якою ціною вас убезпечити від повторення такого негативного досвіду. І що частіше повторюватиметься такий досвід, то міцніші нейронні зв'язки виникатимуть, і ви вже будете реагувати навіть на незначні сигнали – наприклад, уловлюватимете зором все, що нагадуватиме вам собак. Але якщо за тривожним сигналом не відбулось нічого жахливого, нейронні зв'язки слабшатимуть і шанс на подолання страху зростатиме. Тобто якщо ви в дитинстві погано розказали вірша на першому дзвоникі, цілком можливо, що з'явиться страх публічного виступу, проте кожен наступний вдалий виступ на сцені чи за кафедрою наблизитиме вас до перемоги над страхом.

Переляк не завжди може перерости у фобію, адже фобія – це інтенсивний страх, який призводить до систематичного уникнення об'єкта, що викликає цей страх. Ви можете сильно боятися стоматолога, проте відвідувати його, дбаючи про здоров'я. Отже це не фобія, ви не обмежуєте своє життя через такий страх.

Крім того, великої шкоди завдають нав'язливі необґрунтовані страхи. Вони забирають багато енергії для підготовки до стресової ситуації, яка ніколи не настає. Наприклад, ми тривожимся про далеке майбутнє, уявляємо, як партнер/ка зраджує або що завтра нас звільнять. Деякі такі страхи навіть не диктуються нашим досвідом. Історії знайомих, горор-індустрія та новини пропонують нам величезний асортимент непотрібних побоювань.

Крім необґрунтованих страхів, значної шкоди завдає постійна тривога. Зараз нам дуже складно її позбутись, і навіть найоптимістичніші ламаються під тиском постійних невтішних новин. Але тривога набагато гірша, ніж переляк, оскільки переляк – це одномоментний викид гормонів, який не виснажує організм настільки, як постійне очікування чогось жахливого. В літературі навіть існує термін «саспенс», коли читач перебуває в постійному напруженому очікуванні, і це набагато страшніше, ніж те, чого очікують. Цього постійного почуття тривоги варто позбуватися. Звісно, зараз неможливо забезпечити собі інформаційний вакуум, проте нам до снаги навчитися свідомо обмежувати себе в безконтрольному використанні соцмереж, а також впізнавати фейкові новини.

Ще одна неочікувана сторона страху – його заразність. Експерименти показали, що під час сильного переляку миші з сечею виділяють запах, який здатний попередити інших про небезпеку. Коли миші відчувають цей запах, вони починають боятись, навіть якщо поруч немає загрозливих чинників. Така особливість дуже корисна, адже інші мишки пізніше обходять десятинами дорогами такі відмічені небезпечні місця і уникають навіть замасковані пастки. Ба більше, миші можуть через запах навчати дитинчат боятись того, чого вони самі боятись⁷. Цікаво, що передача емоційного стану і зокрема відчуття страху можлива не лише для світу тварин, в якому запахи – повноцінний інструмент спілкування. Така властивість, схоже, притаманна і людям! За даними дослідження, проведеного в 2009 році Університетом Рейса, люди можуть відчувати запах страху, який виділяється з потом наляканих людей, і несвідомо піддаватись його впливу. Для експерименту вчені зібрали піт добровольців під час перегляду фільмів жахів і давали його вдихати жінкам (жодної дискримінації, у представниць цієї статі просто чутливіший нюх). У жінок було завдання інтерпретувати емоції на неоднозначних фото, таких, де важко сказати, радість це чи, огида. Дослідна група, на відміну від контрольної, більшість емоцій розпізнавала як негативні. Тобто запах поту наляканих людей змусив їх більш насторожено ідентифікувати зовнішні фактори⁸. Цей експеримент може пояснити, чому нам так тривожно, коли ховаємось в укриттях разом з іншими, а також божевілья людей під час масової паніки.

До шкідливих страхів можна віднести фобії, панічні атаки, соціальні страхи – все те, що ніяк не допомагає в стресових ситуаціях і тільки ускладнює життя. Реакція організму на чинник, що викликає страх, повинна бути перш за все пропорційною шкоді, яку цей чинник може завдати. Ось чому боятись вибуху – це нормально, а боятись спілкуватись з однолітками – ні (навіть якщо ви сором'язливі).

Страх – це щось значно складніше, ніж сигнали «SOS» від мигдалини. Це емоційний стан, який залежить не тільки від зовнішніх факторів і народжується не тільки в небезпечних ситуаціях. Страх – надто складне і надто хороше пристосування, щоб повністю викреслити його зі свого життя.

З 24 лютого страх для українців став невід'ємною частиною життя. Але боятись війни – не соромно. Ми всі стали її заручниками, хтось на передовій, хтось в укриттях, хтось за кордоном, тривожачись за своїх рідних. Боятись вибухів і прокидатись від найменшого шелесту – це те, що може колись врятувати наше життя.

Проте страхи, які не дозволяють нам жити повноцінно, краще поступово переносити на дальні полиці в шафі свідомості. Комуś з цим допомагають дихальні техніки, комуś робота з психологом, комуś медитації. Слід змиритись, що ми не зможемо викоренити цю частину свого життя, та й чи варто? Можна просто навчитись максимально комфортно співіснувати зі своїми монстрами під ліжком, щоб життя не стало ні фільмом жахів, ні утопією. ■

Леся Сіщук, Куншт

¹ How fear and anxiety drove human evolution. National Geographic.

² What's Happening in Your Brain When You Experience Fear? Methodist.

³ Keifer Jr, Orion P., et al. The physiology of fear: reconceptualizing the role of the central amygdala in fear learning. *Physiology* 30.5 (2015): 389-401.

⁴ Ihara, F., Nishimura, M., Muroi, Y., Mahmoud, M. E., Yokoyama, N., Nagamune, K., & Nishikawa, Y. (2016). ⁵ Toxoplasmosis Infection? No Fear! *Technology Networks*.

⁶ Flegel, J., Havlíček, J., Kodym, P., Malý, M., & Smahel, Z. (2002). Increased risk of traffic accidents in subjects with latent toxoplasmosis, 2(1), 1-6.

⁷ Learning the smell of fear: Mothers teach babies their own fears via odor, animal study shows. *Science Daily*.

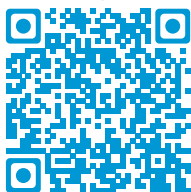
⁸ Zhou, W., & Chen, D. (2009). Fear-related chemosignals modulate recognition of fear in ambiguous facial expressions. *Psychological science*, 20(2), 177-183.

Пороги – культурно-політичний часопис для українців у Чеській Республіці. Виходить 12 разів на рік. № 7/2022, рік XXX. Підписано до друку 19 вересня 2022 року. **Ел. пошта:** uicr@centrum.cz. **Інтернет-адреса:** www.ukrajinci.cz/ua/casopys-porohy/, реєстрація: МК ЧР/7044. **Номер готували:** Богдан Райчинець, Ельвіра Божані, Олексій Севрук, Анатолій Крат, Тетяна Пилипчук. Використовуються повідомлення прес-служб посольств, інформагентств та ілюстрації з відкритих джерел. **Художнє оформлення та верстка:** Тетяна Пилипчук, www.plttn.com. За достовірність викладених фактів відповідає автор статті. Редакція має право скорочувати матеріали і не поділяти поглядів автора. Часопис друкується із фінансовою допомогою Міністерства культури ЧР. Видає: «Українська ініціатива в ЧР», Воцелова 3, Прага 2, ід. номер: 60448296; **контакт:** uicr@centrum.cz, www.ukrajinci.cz; Facebook.com/ukrajinska.uicr; **розрахунковий рахунок:** 1925774379/0800.

Porohy – kulturně-politický časopis pro Ukrajince v České republice. Vychází 12krát ročně. Název je odvozen od ukrajinského «porih» – práh, říční práh. Číslo 7/2022, ročník XXX. Uzávěrka: 19. září 2022. **E-mail:** uicr@centrum.cz, **web:** www.ukrajinci.cz/cs/casopys-porohy/, registrační číslo: МК ČR/7044. **Číslo připravili:** Bohdan Rajčinec; Elvira Bozhani, Olexsij Sevruck, Anatolij Krat, Tetana Pylypchuk. Používáme tiskové zprávy velvyslanectví, informačních agentur a ilustrace z otevřených zdrojů. **Grafika:** Tetana Pylypchuk, www.plttn.com. Za pravdivost uvedených informací je zodpovědný autor článku. Redakce může krátit text a neshodovat se s názory autora. Časopis vychází s finanční podporou Ministerstva kultury ČR. Vydává: Ukrajinská Inicijativa v ČR, z.s., Vocelova 3, Praha 2, IČO: 60448296, **kontakt:** uicr@centrum.cz, www.ukrajinci.cz.; Facebook.com/ukrajinska.uicr, **číslo účtu:** 1925774379/0800.

ПЕРЕДПЛАТА МІСЯЧНИКА «ПОРОГИ» ВСЬОГО **ЗА 440 КРОН / РІК** **РАЗОМ З ПОШТОВОЮ ПЕРЕСИЛКОЮ.**

Посилання
на формуляр



Замовити часопис можна таким чином:
вислати кошти на рахунок: **1925774379/0800**
і повідомити редакцію про оплату
та адресу замовника.

Інформація: **uicr@centrum.cz**
або на: **ukrajinci.cz/ua/casopis-porohy**



QR Platba



СУБОТНЯ УКРАЇНЬСЬКА ШКОЛА «ЕРУДИТ» В ПРАЗІ ЗАПРОШУЄ

- Ви бажаєте отримати українську освіту за кордоном?
- Ви хочете знати традиції та звичаї нашого народу?
- Ви готові наполегливо працювати над собою?

НАБІР УЧНІВ (1-11 класи).

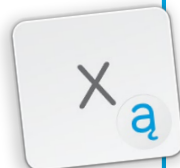
В нас ви отримаєте документ державного зразка України.

Адреса: Прага 1, ZŠ Uhelny Trh 4
www.erudyt.cz, www.facebook.com/Erudyt,
susherudyt@gmail.com, тел. +420 774 497 994





KEYOVERLAY.com
НАКЛЕЙКИ НА КЛАВІАТУРУ



Ми раді вам запропонувати простий, дешевий та швидкий спосіб як легко писати різними мовами.

НАКЛЕЙКИ НА КЛАВІАТУРУ

В асортименті інтернет магазину знайдете понад 50 мов та різні мовні комбінації (наприклад чесько-українсько-російсько-англійська комбінація розкладок в одному). Пропонуємо наклейки різних форм, кольорів (від білого до люмінесцентного і навіть золотого) на прозорому, чорному чи білому фоні.

Для реалізації наклейок була вибрана найкраща технологія друку та матеріал з високою фіксацією і низькою товщиною, що гарантує стійкість наклейки на клавіші та комфорт при друку. Усі стікери мають захисний шар (ламінування) для забезпечення їх довговічності. Завдяки універсальному формату, підходить для будь-якого типу та моделі клавіатури.



W www.prelepkynaklavesnici.cz

E info@prelepkynaklavesnici.cz

T +420 721 751 155

English version:

W www.keyoverlay.com

СКИДКА 20%

при закупівлі
будь-яких наклейок
та безкоштовна
доставка
при закупівлі
над 500 Крон
Код для скидки:
porohy

ADAPTAČNÍ
CENTRUM
CHODOV

ЦЕНТР
АДАПТАЦІЇ
ХОДОВ

Адаптаційний центр «Ходов» приймає українських дітей віком від 3 до 12 років, які не отримали місця в чеському дитсадку чи школі. Нові групи відкриваються у понеділок, 5 вересня.

Для реєстрації та додаткової інформації звертайтеся до Енге Чамідуллині:

773205982
bulate99@gmail.com



ГОЛОВНИЙ КООРДИНАТОР
MGR. PETR PIJÁČEK

ЦЕНТР ДОПОМОГИ УКРАЇНИ

- ✓ гуманітарна допомога українським військовим та цивільним госпіталям, які знаходяться у зоні бойових дій.
- ✓ допомога українським біженцям (гаряча їжа кожного вівторка, пошук житла, консультації та соціальна підтримка, прийом та відправка гуманітарної допомоги).



Адреса: Tábořská 372/36

Гаряча лінія: 602 243 980

Сайт: www.u-e-p.eu

Facebook: uereu

Робочий час: 10:00 - 19:00 (Пн.-Сб.)

ЖІНОЧИЙ, ЧОЛОВІЧИЙ ТА ДИТЯЧИЙ ОДЯГ І ВЗУТТЯ

Видача між 14:00 - 18:00

Адреса: k Milicovu 674, Praha 4 (станція метро Haje)



[FACEBOOK.COM/ADAPTAČNÍCENTRUMCHODOV](https://www.facebook.com/adaptacnicentrumchodov)