



Індекс 981146

ЮННАТ №3-4(68-69), 2022

ЮННАТ навчальним

Міністерство освіти і науки України,
Національний еколого-натуралістичний центр учнівської молоді (НЕНЦ)



1 КВІТНЯ – МІЖНАРОДНИЙ ДЕНЬ ПТАХІВ (INTERNATIONAL BIRDS DAY)



Його щорічно проводять в рамках програми програми ЮНЕСКО «Людина і біосфера». Приверненню уваги до проблеми охорони птахів на міжнародному рівні започатковано «Міжнародну конвенцію з охорони птахів, корисних сільському господарству» (19 березня 1902 року). Її підписали уряди Німеччини, Австро-Угорщини, Бельгії, Іспанії, Франції, Греції, Люксембургу, Монако, Португалії, Швеції та Швейцарії. Вона набула чинності 12 грудня 1905 року і стала першою міжнародною конвенцією щодо захисту навколошнього середовища. У 1930 році до Конвенції приєдналась Польща. 8 жовтня 1950 року на зміну документу 1902 року в Паризі було підписано «Міжнародну конвенцію про охорону птахів». На відміну від попереднього документа, Конвенція розглядала вже всі види птахів, а не тільки корисні для сільського господарства.

День птахів – це час прильоту пернатих із зимівлі до рідного краю. За традицією минуліх років, юннати, учасники Всеукраїнського конкурсу «День зустрічі птахів», організатором якого виступає Національний еколого-натуралістичний центр учнівської молоді, та всі охочі розвішують шпаківні, дуплянки та інші «пташині будиночки». Також цей День є гарним приводом, щоб привернути увагу громадськості до вивчення і збереження птахів, а також поширенню наукових знань про них.

Багато років поспіль орнітологічна спільнота України обирає птаха – символ року. До обраного виду прикута особлива увага – дослідникам важливо з'ясувати його чисельність, поширення, потреби й проблеми, а також якомога ширше розповісти про його життя в природі. На роль птаха року обирається вид, якого не складно побачити в дикій природі або навіть в населених пунктах, що дає змогу не тільки вченим, але й юннатам орнітологічних гуртків, здобувачам освіти закладів загальної середньої та позашкільної освіти – учасникам Всеукраїнської акції «Птах року», провести моніторинг чисельності виду на певній території, вивчити біологічні

особливості птахів цього виду, долучитись до охорони його представників.

«Птахом року-2022» обрана Ластівка міська (*Delichon urbicum*), або білогурка – дрібний птах з родини ластівкових (*Hirundinidae*), широко поширений в Європі, Північній Африці та помірних широтах Азії.

Допомогти птахам може кожен з нас. Адже наразі і птахи допомагають захищати Україну від загарбників. Поки міжнародні партнери вагаються закривати чи не закривати небо над Україною, дики гуси на Херсонщині вже долушилися до лав української противітряної оборони та героїчно збивають ворожі літаки. Російський винищувач опинився у болоті, після того як до його мотору потрапили декілька диких

гусей... Нам шкода птахів, які ціною власного життя знищили ворожий літак. В Україні популяції диких гусей захищені природоохоронним законодавством. Тож окупанту доведеться відповісти за знищенння біологічного і ландшафтного різноманіття в Україні.

Тож що можна зробити сьогодні? Насамперед, менше турбувати перелітні зграї, адже птахи вже здолали багато сотень кілометрів, і ще не близький шлях їх очікує. За можливості повісьте на своєму подвір'ї, в саду, в парку штучну гніздівлю: шпаківню чи зробіть поличку для більш зручного гніздування ластівок – клопіт невеликий, а користі принесе чимало.

Здобувачі освіти гуртка «Екологічний рух» НЕНЦ



ДЕРЕВО МИРУ ОБ'ЄДНАЛО ЮННАТІВ ТА ДІТЕЙ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

Коли висохне останнє дерево і помре остання тварина, ви зрозумієте, що у Всешишнього для вас немає іншої Землі.

Б.Д. Орлі

Педагоги та юннати Закарпатського обласного еколого-натуралистичного центру учнівської молоді разом зі своїми новими друзями – вимушеними переселенцями провели природоохоронну акцію та висадили саджанець ялини звичайної на території дендрарію ЗОЕНЦ.

Усі діти поставилися до акції дуже відповідально та допомогли своїм педагогам: хтось викопав яму для дерева, хтось приніс води, хтось старанно ялинку засипав глиною.

Нашу висаджену ялиночку ми назвали деревом Миру, адже сьогодні у цей важкий для нашої держави час, нас об'єднує одне величезне бажання – це Мир на нашій землі. І наше бажання неодмінно здійсниться!

Педагоги ЗОЕНЦ впевнені, що у нашої Батьківщини велике, гарне і світле майбутнє, адже наше підростаюче покоління – це неймовірно талановиті, щирі та добродушні діти, які люблять і вміють шанувати все живе на цій землі!

Юліанна КУРАК,
Ірина КАТРИЧ,
Оксана КРЕМІНЬ



МАЙСТЕРНЯ З ПИСАНКАРСТВА «ХРИСТОС ВОСКРЕС – ВОСКРЕСНЕ УКРАЇНА!»



Одна з найважливіших задач сучасності – заохочення людини до творчого мислення, соціальної відповідальності. Особливу роль у формуванні цивілізованого та культурного суспільства відіграє народознавство, в основі якого

лежить принцип емоційного спілкування, що забезпечує духовний розвиток особистості.

Творіння писанки – це не тільки цікава робота, а й цілий обряд. Як говорить керівник гуртка, майстер

народної творчості Тернопільського обласного центру еколого-натуралистичної творчості учнівської молоді Ярослав Осадца, «виводячи на білому яйці символічні знаки, діти на якийсь час повертаються у далеке минуле нашого народу, в чудову казку, що допомагає розуміти закони життя та пізнати світ. Писанка – це не тільки оберіг українського народу, а й своєрідна книжка, абетка, і треба навчитись її читати».

Впродовж місяця в закладі позашкільної освіти працює профільна майстерня з писанкарства. Сотні людей, дорослих і малих, місцевих та тимчасово переселених осіб, створивши власноруч писанки, покращили свій духовний, психологічний та фізичний стан.



АЛЕЯ «МІСТ-ГЕРОЇВ УКРАЇНИ»

14 квітня на території комунального закладу «Чернівецький обласний центр еколого-натуралистичної творчості учнівської молоді» вшанували подвиг, масовий героїзм та стійкість громадян 10 міст-героїв України.

Вихованці закладу, педагоги, представники Департаменту освіти і науки, волонтери, переселенці з територій, що перебували під окупациєю ворога, висадили алею колоновидних туй під символічною назвою «Алея МІСТ-ГЕРОЇВ». Буча,

Ірпінь, Гостомель, Миколаїв, Охтирка, Волноваха, Маріуполь, Харків, Херсон, Чернігів – кожне місто, втілене в посаджене дерево, відтепер буде символом незламності, мужності, волі до свободи нашого народу.

Організатори висловили шире бажання, щоб кожний клаптик території Чернівецького ОЦЕНТУМ став частинкою «Саду Перемоги», а висаджена алея – частинкою нашого серця, пам'яті, проявом глибокої скорботи та любові до тих, хто боровся,

хто загинув, як герой, за нас, за мир і перемогу. Хай ці «зелені свічечки» своїм корінням закріпляться в землі, а загиблі – в нашій пам'яті, нагадуючи підростаючому поколінню історію незламної України.

Дякуємо всім, хто долучився і висадив з юннатами саджанці яблунь, гінкго дволопатевого, спрей, гібіскусів та інших декоративних рослин.

Хай квітне наша Україна!

Слава Богу! Слава Україні! Героям Слава!



ЩО СЛІД ЗНАТИ ПРО МІННУ БЕЗПЕКУ?

Військові попереджають, що ворог використовує заміновані предмети, а також може скидати протипіхотні міни-«метелики». Ще однією небезпекою є снаряди, які не розірвались. Розповідаємо, про що варто поговорити з дітьми щодо мінної безпеки.

НЕ БРАТИ В РУКИ ЗНАЙДЕНИ ПРЕДМЕТИ

Це може бути іграшка, мобільний телефон, ручка — начиненими вибухівкою можуть виявиться різноманітні предмети. Протипіхотні міни-«метелики» також можуть зацікавити малечу — незвичної форми корпус виготовлений з пластику і може бути різних кольорів. Потрібно пояснити дитині, що небезпечною може бути будь-яка знахідка. Як би не було цікаво, її не можна підбирати, адже шкода для здоров'я і навіть життя дуже серйозна.

ОМИНАТИ СНАРЯДИ, ЯКІ НЕ РОЗІРВАЛИСЬ

Під час обстрілу деякі снаряди можуть не спрацювати одразу. Але вони готові вибухнути будь-якої миті. Те, що здається частиною, уламком — також може містити заряд і бути небезпечним. Не можна підбирати такі «трофеї».

НЕ ЕКСПЕРИМЕНТУВАТИ З БОЄПРИПАСАМИ

Зазвичай, коли дорослі знаходять серійні міни, снаряди, гранати, то негайно викликають фахівців, які огорожують район і знешкоджують небезпечні знахідки. Натомість дітей природна цікавість спонукає до небезпечних експериментів. Вони можуть підкладати боєприпаси в багаття, випробовувати їх на міцність ударами, намагатися розібрать. Важливо пояснити наслідки таких дій.

У разі знаходження вибухонебезпечного пристрою заборонено:

- наближатися до предмета;
- пересувати його або брати до рук;
- розряжати, кидати, вдаряти по ньому;
- розпалювати поряд багаття або кидати в нього предмет;
- приносити предмет додому.



ОСТЕРІГАТИСЬ БЕЗДОГЛЯДНИХ РЕЧЕЙ

Вибухівку можуть помістити у звичайні портфелі, сумки, банки, пакунки і потім залишити в багатолюдних місцях. У такому разі важко відрізнити сумку з вибухівкою від такої ж сумки, залишеної за будь-ким пасажиром у громадському транспорті. Тому бездоглядні предмети в транспорті, дворі, магазині вимагають особливої уваги. Дітям до них не слід наближатися, потрібно повідомити дорослих, які передадуть інформацію поліції.

Орландо Блум, раніше відвідавши схід України, звернувся до дітей, що живуть у прифронтовій зоні, і закликав їх до безпечної поведінки.

Зараз ця інформація, на жаль, актуальна для всієї України.

ЮНІСЕФ спільно з МОН та ДСНС України створив окремий сайт для дітей «Суперкоманда проти мін». На цьому сайті діти мають зможу в ігривій формі дізнатися, які є міни, де вони можуть бути, як поводитися безпечно, виявивши підозрілий предмет.

Зокрема, сайт містить комікс, який можна переглянути онлайн або завантажити у pdf-форматі.

У формі мультсеріалу історію про Суперкоманду можна переглянути на YouTube.

Олена ШАРГОВСЬКА

ЦІВІЛЬНА ОБОРОНА: ІНСТРУКЦІЇ ПІД ЧАС ВОЕННОГО СТАНУ

У нашій країні не приділяють достатньо уваги питанню цівільної оборони. Попри те, що ми 8 років жили у країні, що воює. Нам потрібно бути готовим до всього.

ЧИМ НЕБЕЗПЕЧНІ ФОСФОРНІ БОМБИ ТА ЯК НАДАТИ ПЕРШУ ДОПОМОГУ?

Білий фосфор при контакті зі шкірою призводить до важких хімічних опіків та глибоких ран. Шкідливими є й випари горіння фосфору. Отже, що потрібно робити при kontaktі з фосфором:

- не торкайтесь руками частинок фосфору на шкірі або на одязі;
- рясно змочіть водою шкіру та одяг, якщо на них потрапив фосфор;
- обережно зніміть одяг, краще робити це прямо у воді або поливаючи уражені ділянки водою;
- щоб видалити частинки фосфору та обпаленого одягу, використовуйте пінцет;
- обробіть рану содовим розчином;
- накладіть вологу пов'язку, її також змочувати содовим розчином;
- не змащуйте рані та обпечіні ділянки шкіри мазями та кремами;
- при потраплянні випарів фосфору в очі, негайно промийте їх великою кількістю прохолодної води протягом щонайменше 15 хвилин;
- для обробки ран категорично ЗАБОРОНЕНО використовувати вату і перекис водню, оскільки він підтримуватиме горіння фосфору;
- якщо людина, котра отримала фосфорні опіки, перебуває у свідомості, дайте їй будь-які знеболювальні та заспокійливі препарати;
- при горінні фосфор виділяє отруйні пари, тому для виведення з організму токсичних речовин прийміть будь-який сорбент (*активоване вугілля, харчову глину, ентеросорбент, атоксил*);
- пийте багато води, також можна вживати молоко та лужну негазовану воду.

ЗНИКО СВІТЛО: ЯК ЗРОБИТИ СВІЧКУ З ПІДРУЧНИХ МАТЕРІАЛІВ?

Потрібно взяти жерстяну банку з-під будь-якого напою, яку можна знайти будь-де. Також знадобиться звичайна вата та будь-яка олія.

В банці відрізати денце, але не повністю, а лишаючи пару сантиметрів. Зробити це можна за допомогою звичайного ножа. Однак обрізати потрібно, лишивши «язичок».

Вату треба взяти та скрутити у гніт та закріпити у згині «язичка».

Олію налити в ємність, гніт трохи вижати та можна запалювати. Горіти буде дуже довго, тому що олія згорає повільно. Горітиме така конструкція цілий день.

Можна взяти будь-яку ємність, навіть керамічну, але не скляну, бо може тріснути. Навіть налити в мисочку олію, поставити ватку вертикально, і вона горітиме.

ЯК ЗАХИСТИСЯ ВІД ВИПАРІВ АЗОТНОЇ КИСЛОТИ?

Оксид азоту — червоно-бурий, отруйний газ із різким запахом. У невеликих концентраціях викликає подразнення дихальних шляхів, у великих — набряк легень. Азотна кислота для людини небезпечна при вдиханні, ковтанні і потраплянні на шкіру та слизові оболонки. Хронічне отруєння може викликати пошкодження зубів або кон'юнктивіт.

Для захисту від азотної кислоти рекомендовано користуватися протигазами.

Перші ознаки отруєння:

- печіння в очах;
- сонливість;
- зниження артеріального тиску;
- симптоми бронхіту;
- головні болі та важке дихання;

Правила евакуації для дітей



Не говори

- симптоми легкого бронхіоліту;

➤ запаморочення;

➤ при важких отруєннях — набряк легень.

Перші дії для захисту від отруєння оксидом азоту:

- щільно закрити двері та вікна;

➤ одягнути респіратор чи ватно-марлеву пов'язку, змочену 2% розчином соди або лужною водою;

- важливо захистити очі.

Як вижити під час ядерного удару?

Більшість вважають, що ядерна зброя настільки потужна, що немає жодного шансу вижити. Міжконтинентальні ядерні ракети в будь-якому разі загрожують лише НАТО, а Україні дістанеться стратегічна ядерна зброя, яка має набагато меншу потужність. Відповідно, шанси вижити після удару будуть неймовірно високими.

Потрібно заздалегідь підготуватися до ядерного удару, підготувати їжу та воду у пляшках, аптечку, раді та батарейки, ліхтарик. Не варто пропускати сигнали повітряної тривоги, адже якщо станеться удар, то застосовуватиметься безпосередньо тактична зброя. Його можуть нести або крилаті ракети, або Іскандери. Їм знадобиться трохи часу, щоб долетіти до мети, тож українці зможуть сховатися. Ідеальним варіантом стане метрополітен або спеціально обладнане бомбосховище. Воно зможе захистити не лише від ударної хвилі, а й від радіації, а також світлового випромінювання.

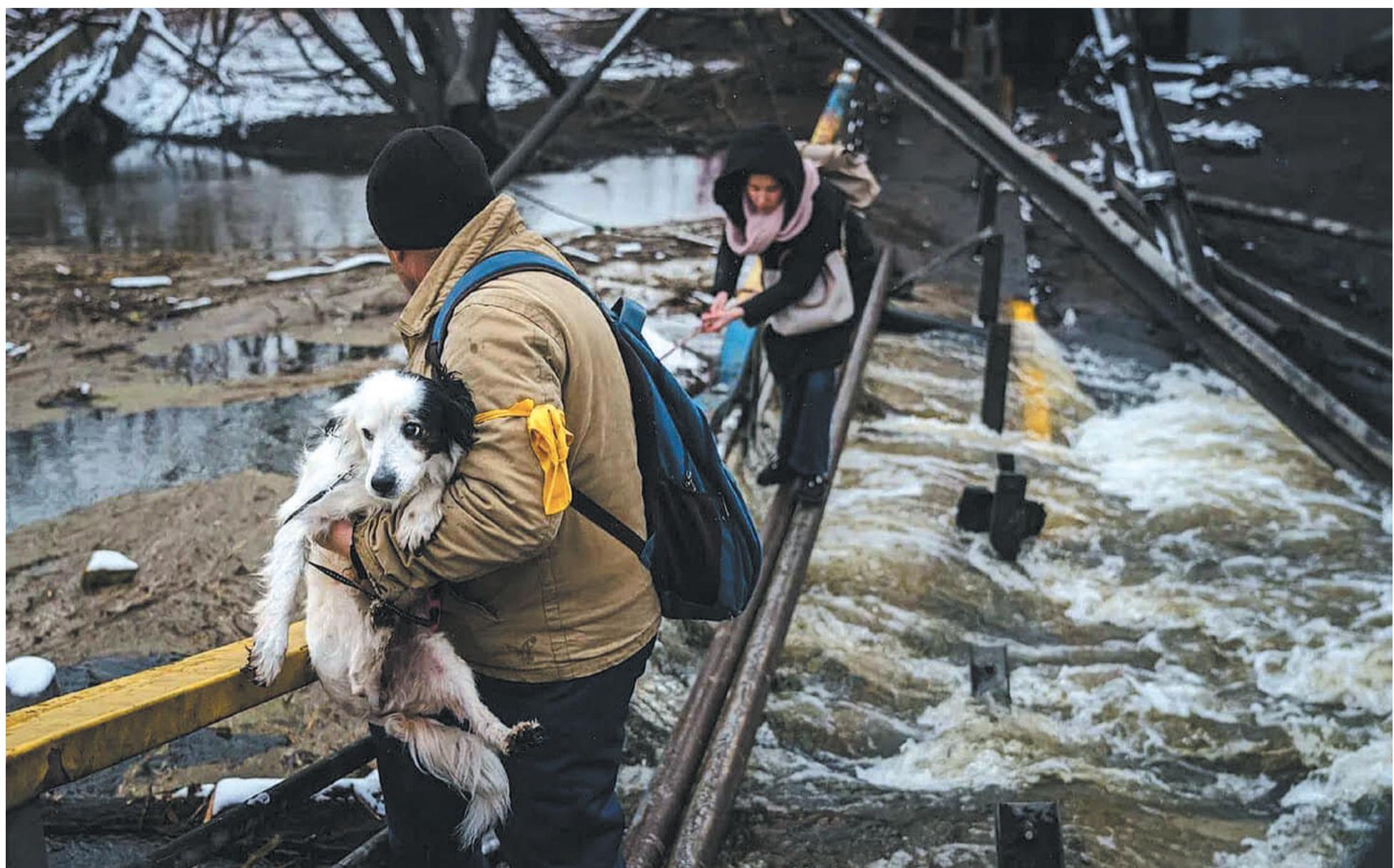
Після того, як станеться вибух та пройде повністю ударна хвилі, приблизно через 10 хвилин почнуться опади з радіацією. Потрібно встигнути випити йод, щоб зменшити ризик для організму. У зоні ураження рівень радіації почне дуже швидко збільшуватися і тому відбудеться сильне радіоактивне зараження. Перші кілька годин рівень може досягти кількасот рентгенів за годину, що неймовірно небезпечно. Якщо буде сильний вітер, радіація рознесеться на велику відстань від місця удару.

Хорошою новиною є те, що радіоактивні ізотопи мають невеликий термін життя, тому буквально через добу рівень радіації стане меншим приблизно на 80%. В укритті необхідно перебувати якомога довше — мінімум добу, а бажано три та більше, щоб рівень радіації знизився до безпечної позначки.

Потрібно залишатися на зв'язку. Через те, що інтернет та мобільний зв'язок перестануть працювати, варто скористатися радіо на батарейках та уважно слухати, які розпорядження даватимуть військові та ДСНС для подальшої евакуації населення.

Гліб РЕПІЧА, хімік

ВСЕ, ЩО ТРЕБА ЗНАТИ ПРО ДОПОМОГУ ТВАРИНАМ ПІД ЧАС ВІЙНИ



Ми відповідальні за тих, кого приручили. Під час війни страждають не лише люди, а й тварини. У цьому матеріалі я зібрав усю потрібну інформацію про те, як піклуватися про домашніх улюблених у важкі часи.

ЯК ПІКЛУВАТИСЯ ПРО ДОМАШНІХ УЛЮБЛЕНЦІВ У ПЕРІОД ВІЙНИ

— Знайдіть безпечне місце, де зможуть перебувати ваші домашні тварини.

— Подбайте про те, щоб на ваших тваринах завжди були таблички з ідентифікаційним номером і щоб кожний контейнер для перенесення тварини мав етикетку з контактною інформацією.

— Стежте за тим, щоб тварина пила воду. Пропонуйте їй час від часу миску з водою.

— Не панікуйте, намагайтесь зберігати спокій, оскільки тварини відчувають людський стан і можуть почати теж переживати.

— Майте з собою улюблені іграшки та смаколики своєї тварини.

ЕВАКУАЦІЯ З ТВАРИНАМИ

Якщо ви вирішили евакуюватися й покинути дім, беріть тварин із собою. Якщо ви не можете взяти улюблених із собою — здайте до притулку або віддайте знайомим, які погодяться прихистити їх. Обов'язково підготуйте тваринам запас їжі й води хоча б на кілька днів. У жодному разі не кидайте улюблених зчиненими в домівках — так ви не залишаєте їм шансу на порятунок.

Тривожна валіза для тварини:

- запас корму й води;
- документи;
- мисочки для годування та води;
- пакет з наповнювачем для туалету;
- лежанка та теплій плед;
- шлейки, повідець або переноска;
- улюблені іграшки.

Як краще евакуюватися з тваринами:

— Подбайте про міцні переноски. Постеліть у них пелюшки (можна використовувати як спеціальні для тварин, так і призначенні для немовлят).

— Візьміть усі документи на тварину. Обов'язково зазначте контакти господаря на жетончику.

— Не годуйте тварин перед подорожжю, щоб їх не захитало та не додавало стресу. Води до подорожжі також варто давати мінімально.

— Переноски зафіксуйте ременем безпеки, щоб їх не підкидало в дорозі, або міцно закріпіть. Не перевозьте тварин на руках.

— Тваринкам, яких захистує, можна давати людські ліки проти нудоти в пропорції для їхньої ваги.

— Пам'ятайте: знервовані тваринки часто втікають під час переїздів. Випускати їх треба лише в зачинених приміщеннях чи в спеціальній портуpei.

ЯК ПЕРЕБУВАТИ З ТВАРИНАМИ В УКРИТТІ

До перебування в укритті з улюбленицями також треба готуватися. Щоб тварині, господарям і людям навколо було комфортно, варто:

1. запастися кормом і водою, мати миски;
2. взяти переноску для тварин;
3. наклеїти на нашийник папірець з вашими контактами, підготувати жетон з потрібною інформацією;
4. підготувати ветеринарний паспорт;
5. взяти аптечку для тварин і гігієнічні засоби, якщо в них є потреба.

У разі, якщо треба швидко покинути оселю, тримайте тварину перед очима, щоб не гаяти часу на її пошуки. Під час перебування в укритті, гладьте та розмовляйте з твариною. Ваш голос заспокоює домашніх улюблениць. Щоб мінімізувати стрес тварини, візьміть в укриття її улюблені іграшки.



ВЕТЕРИНАРНА ДОПОМОГА ТВАРИНАМ

Ветеринарна клініка Zoolumex надає онлайн-консультації, під час яких можна отримати пораду спеціаліста. Школа Pets & People запустила сервіс безплатної консультації з корекції поведінки тварин. Він актуальний тільки для критичних ситуацій, пов'язаних з воєнними діями. Щоб отримати консультацію, треба заповнити анкету для собак або для котів. У Telegram-каналі Veterinary Help також надають віддалену ветеринарну допомогу.

ЯК БУТИ КОРИСНИМ, ЯКЩО У ВАС НЕМАЄ ТВАРИН

— Допомагати організаціям, волонтерам чи притулкам коштами. Усі клопоти, пов'язані з організацією допомоги, на себе бере організація UAnimals.

— Стати волонтером і допомагати перевозити тварин, знаходити їм прихисток, надавати запаси корму та медикаментів тощо.

ОРГАНІЗАЦІЇ, ЯКІ ДОПОМАГАЮТЬ ТВАРИНАМ

Одеський зоопарк може приймати до себе певну кількість домашніх тварин, як-от:

1. плазуни;
2. папуги та інші декоративні птахи, хижі птахи та сови;
3. кролики, хом'яки, щури, морські свинки;
4. тхори, куниці, єноти;
5. можливо, інші тварини за попередньою домовленістю, однак не котів і собак.

Якщо ви хочете віддати тварину до зоопарку, бажано, щоб в улюблена була його клітка та невеликий запас корму. Щоб залишити тварину, попередньо зробіть заклад за номером телефону +380 68 140 45 39.

UAnimals — на порталах цієї організації захисту тварин можна знайти корисну інформацію, наприклад як можна допомогти покинутим домашнім улюбленицям. Також організація збирає кошти на допомогу тваринам України.

Dogs Adopt Kyiv — організація з порятунку собак у Києві, яка наразі допомагає у поширенні повідомлень про допомогу тваринам. Dogs Adopt Kyiv також рятують тварин, яких господарі покинули в домівках.

Домівка врятованих тварин — львівський притулок раніше спеціалізувався на допомозі диким тваринам. Однак тепер організація створила штаб допомоги тваринам переселенців. Також охочих запрошують стати кураторами тварин або взяти їх на передержання.

Михайло ФЕДОРОВ

ДЕНЬ ЕКОЛОГІЧНИХ ЗНАНЬ ТА ДЕНЬ ДОВКІЛЛЯ: ЧАС ДЛЯ НЕГАЙНИХ ДІЙ НАСТАВ!

Традиційно щороку в квітні відзначаються День екологічних знань та День довкілля. На жаль, цього року весна для нас не є такою радісною. Руйнуються міста, знищуються природні екосистеми, створюється реальна загроза екологічної катастрофи.

Завдяки широкій підтримці громадських організацій, представників органів влади, небайдужих громадян ці свята стали днями активних практичних дій на захист навколошнього середовища. Це є доказом того, що українське суспільство виявляє зацікавленість до розв'язання екологічних проблем та дбає про забезпечення права громадян на безпечне довкілля.

Сьогодні, більше ніж коли-небудь, збереження життя на Землі вимагає від нас почуття загальної відповідальності. Тенденції останніх десятиліть наочно переконують, що сучасний світ опинився на межі катастрофи. Руйнівні урагани, повені, буревії, забруднення повітря, ґрунту та води, винищенння величезної кількості представників тваринного та рослинного світу, загрозлива тенденція кліматичних змін – все це говорить про те, що людство постало перед дилемою: або воно змінить своє ставлення до природи, або незабаром перестане існувати. Щоб пробудити прислану пильність людства, спонукати його до негайних дій, започатковані День екологічних знань та День довкілля.

Щорічно 15 квітня світова громадськість відзначає День екологічних знань. Свою історію цей день веде з 1992 року. На Конференції ООН в Ріо-де-Жанейро, де обговорювалися проблеми навколошнього середовища, було підкреслено величезне значення екологічної освіти населення всіх країн світу в реалізації стратегії виживання і для сталого розвитку людства. Екологічна освіта та просвіта отримали міжнародне визнання як найважливіші засоби вирішення проблем охорони природи. Важливо також відзначити, що День екологічних знань значимий не тільки для тих, хто займається екологічною освітою, а й для всіх жителів нашої планети, адже йдеться про безпечне життя в майбутньому всіх нас.

В Україні з 1999 року День довкілля проводиться щороку в третю суботу квітня, згідно з Указом Президента від 6 серпня 1998 року № 855/98 «Про



День довкілля». Спочатку свято мало на меті відзначити Стокгольмську конференцію ООН з навколошнього середовища, яка стала однією з найважливіших в історії екологічного руху. Цього ж дня була заснована UNEP (United Nations Environment Network) – Екологічна програма ООН, яка зараз є основним організатором та ідеологом Дня довкілля.

День екологічних знань та День довкілля органічно увійшли у наше життя. За цей час вже склалися своєрідні традиції святкування. У ці дні проводилися заходи, спрямовані на поліпшення стану навколошнього середовища, очищення водних джерел, здійснення посадок зелених насаджень, благоустрій населених пунктів та прилеглих до них територій, по збереженню

природно-заповідних та інших особливих цінних об'єктів, прибирання побутового сміття, поширення екологічних знань шляхом масового проведення екологічних рейдів та експедицій по дотриманню чинного законодавства і оприлюднення їхніх результатів через засоби масової інформації, велосипедні паради, зелені концерти, виставки та конкурси малюнків, плакатів на екологічну тематику.

В рамках реалізації соціального партнерства Тернопільського обласного центру екологічно-натуралистичної творчості учнівської молоді з комунальною установою «Тернопільська міська централізована бібліотечна система» 12 квітня 2022 р. на базі Тернопільської обласної бібліотеки для молоді було проведено екозустріч

«Вплив війни на навколошнє середовище», присвячену Українському дню навколошнього середовища (День довкілля). У заході взяли участь представники бібліотек міста Тернополя та області.

Прищеплення екологічної культури сьогодні – запорука збереження здоров'я майбутніх поколінь! Загалом День екологічних знань та День Довкілля дозволяють оцінити стан природного середовища, в якому ми живемо, надають можливість уважніше замислитися над діями, вчинками та майбутніми кроками, які кожен з нас зробить у своєму житті для збереження, відновлення довкілля та з'ясувати свою роль у збереженні нашої планети, її екосистеми і ресурсів.

НЕЦ

МЕДІАГРАМОТНІСТЬ ДІТЕЙ: НАВИЧКА ХХІ СТОРІЧЧЯ

У столітті цифрових технологій медіаграмотність є необхідним знанням, якого потрібно навчати дітей на рівні із іншими навичками. Це допоможе їм легко орієнтуватися у різноманітних медіаресурсах та розуміти цінність інформації, що вони отримують.

Для сучасних дітей існує безліч різноманітних джерел, зокрема традиційні ЗМІ (радіо, телебачення, газети та журнали). Але крім цього інформаційні повідомлення містять також:

- відеоролики;
- соціальні мережі;
- меми;
- відеоігри;
- реклама та багато іншого.

Це все хтось створює, і це все має свою мету. Розуміння цієї мети є основою медіаграмотності.

Медіаграмотності необхідно вчити дітей, тому що це...

1. Дає змогу мислити критично. Діти мають навчитися самостійно оцінювати різні комунікаційні засоби та визначати, наскільки поданий у них матеріал відповідає реальності, якою є основна ідея повідомлення. Необхідно допомогти дитині правильно збирати інформацію для формування власної думки на основі здобутих нею фактів.

2. Допомагає споживати інформацію розумно. Медіаграмотність формулює навичку визначати, чи дійсно певне повідомлення заслуговує на довіру.

3. Навчає розлізнати думку автора. Якщо дитина розуміє та приймає чужу точку зору, це допомагає їй поважати інші погляди, які можуть різнятися з її власними.

4. Допомагає відповідально створювати медіаповідомлення. Запорукою ефективної комунікації є визнання власної думки та оцінювання, що і як ви говорите, розуміння, що кожне повідомлення може впливати на іншу людину по-різному.

5. Дає змогу усвідомлювати роль медіа у нашій культурі. Плітки про знаменитих людей на обкладинках глянцевих журналів та комічні меми — це все за собою, що формують погляд дитини на світ та змушують мислити певним чином.

6. Навчає розуміти ідею та мету автора. Повідомлення є інформативним, чи,



може, автор намагається змінити думку та навіть агітує до якихось дій? Якщо дитина точно розуміє мету певного посилання, вона може зробити правильний та усвідомлений вибір. Коли ж ні, медійний вплив може призводити до неочікуваних наслідків.

З-поміж безлічі інформаційних джерел дитина може заблукати. Тому правильне навчання медіаграмотності допоможе не тільки уникнути негативного впливу ЗМІ та Інтернету на свідомість дитини, але і сприятиме її зростанню як людини, яка поважає інших, має власну думку та не потрапить у пастки медіапростору.

Ганна ДЕГТЬЯРЬОВА

ЯК ЗБАЛАНСУВАТИ ХАРЧУВАННЯ У НЕПРОСТИЙ ПЕРІОД?



Здорове харчування — невід'ємна складова здоров'я. Тому дуже важливо у будь-який час споживати правильні продукти! Але зараз виникають деякі труднощі, наприклад: економія грошей, умови перебування (бомбосховище, укриття тощо).

Отже, сьогодні ми будемо намагатися зробити харчування максимально правильним.

Для початку нам треба дізнатися, які продукти рекомендують брати експерти до бомбосховища:

Рекомендовані експертами	Корисна заміна
Готові до вживання м'ясні або рибні консерви, консервовані овочі, фрукти, ягоди.	Краще замість консервованих фруктів узяти свіжі, але які довго не пасуються: яблука, банани (3–5 дні), мандарини/апельсини.
Батончики (білкові, злакові, фруктові).	Рекомендую брати злакові, але без вмісту цукру або у малій кількості.
Пластівці, гранола.	Дивіться склад і вибирайте, де менше цукру.
Сушені фрукти, ягоди.	В ідеалі треба брати домашні.
Консервовані соки.	Краще замінити на звичайну бутільовану воду.
Сухарі.	Альтернатива — хлібці.

Ми тільки що розібралися, як краще харчуватися у бомбосховищі. Але багато людей залишаються у своїх домівках, тому зараз буде ще добірка продуктів, які ВАРТО вживати:



М'ясо — птиця, червоне (на дорослу особу не більше 500 грамів на тиждень, та не більше 70 грамів на день).

1. Риба або морепродукти — важливо їсти не менше 2 разів на тиждень, одна порція — 140 грамів приготовленої риби, одна з порцій — жирна риба (лосось, шпроти, форель, скумбрія тощо), але не треба їсти багато ЖИРНОЇ риби, а от на білу рибу (тріска, камбала, минтай тощо) обмежень немає.

2. Свіжі овочі — ще раз наголошую СВІЖІ овочі повинні займати половину тарілки, бо вони є джерелом мікроелементів, які необхідні організму для нормальних обмінних процесів, корисно для травневої, серцево-судинної, нервової систем. І також можна поєднувати огірки та помідори.

3. Фрукти — їх теж потрібно споживати хоча б по одному фрукту на день. Також ними краще за все замінити солодощі.

4. Каши — особливо на сніданок краще споживати вівсяну кашу, бо це важкі вуглеводи і на відміну від легких вуглеводів (хліб, тістечка) вони засвоюються довше, внаслідок чого ви пізніше зголоднієте.

На цьому наш список завершується, але потрібно ще зрозуміти, скільки продуктів нам потрібно споживати на молекулярному рівні.

Кількість білків — 0,8–2,2 г/кг (залежить від способу життя, менш рухомий спосіб життя, надлишок Ваги — 0,8–1,2 г/кг, активний спосіб життя, нормальні Ваги — 1,6–2,2 г/кг, активний спосіб життя, Вага вище норми — 1,2–1,6 г/кг).

Кількість жирів — 0,8–1,6 г/кг (малорухливий спосіб життя — 0,8–1,0 г/кг, активний спосіб життя, нормальні Ваги — 1,2–1,6 г/кг, активний спосіб життя, Вага вище норми — 1,0–1,2 г/кг).

Кількість вуглеводів — 3,0–5,0 г/кг (малорухливий спосіб життя, нормальні Ваги — 4,0–5,0 г/кг, активний спосіб життя, Вага вище норми — 3,5–4,0 г/кг).

Також розберімося, яка кількість цих поживних речовин у продуктах:

10 грамів білків міститься у:

1. 35 г запеченої свинини;
2. 50 г лосося на грилі (без олії);
3. 45 г запеченого куриного філе;
4. 60 г сиру 5%;
5. 125 гвареної сочевиці;
6. 1 курячим яйці (без жовтка);

10 грамів жирів міститься у:

1. 30 г курячого жовтка;
2. 15 г фундука;
3. 17 г волосського горіха;
4. 20 г мигдалю;
5. 22 г арахісу;

10 грамів вуглеводів міститься у:

1. 10 г цукру;
2. 12 г меду;
3. 13 г фініків;
4. 14 г манної крупи;
5. 18 г вівсяної крупи.

Тобто потрібно вибирати із переліку свій спосіб життя, подивитися на середню кількість грамів потрібної поживної речовини й помножити на свою вагу, а далі вже підбирати продукти, щоб за день вжити потрібну кількість цих елементів на добу.

Також не забувайте, якщо ви знаходитесь у бомбосховищі, поповнювати свій водний баланс 1,5–2 літри води на добу. Краще за один прийом їжі їсти небагато, але частіше, ніж багато, але рідше.

Ця стаття була написана для тих людей, у яких немає особливих потреб у харчуванні. Але краще порадитися з лікарем, перед тим як змінити свій раціон!

Дмитро СІЧКОВ, 12 років

РОЗПИС ДЕРЕВ'ЯНИХ ПИСАНОК



Українська писанка — це світло сонця і світ душі, подих неба і дух землі, це геній нашого народу. З неї, як із невибутнього яйця-райця, безкінечно струмить творча сила митців з народу.

Вадим Мицик

Існує кілька видів писанок. Вони бувають традиційні й нетрадиційні. Традиційні виготовляються зі справжніх курячих яєць. До нетрадиційних відносяться дерев'яні, обплетені ниткою, обклесні бісером та керамічні. Дерев'яні писанки-мальованки виготовляють з дерева груші, берези, явора, буки або ялини. Вони бувають також як різьблені, інкрустовані, так і розписані олійними фарбами.

В останні роки виготовленням дерев'яних писанок займаються не лише народні майстри, але цілі фабрики художньої обробки дерева. Їх часто дарують один одному як сувенір чи оберіг на щастя, добро, достаток, або як іграшку для дітей, яка б захищала їх від зла. Такі вироби довговічні, красиві, їхній орнамент не змінює кольору.

МАТЕРІАЛИ І ІНСТРУМЕНТИ

1. Щоб розписати дерев'яну писанку, насамперед потрібно мати дерев'яні заготовки. Їх можна купити або замовити у токаря. Виготовляються вони на спеціальніх токарних верстатах, різної величини — від стандартних і до 20 сантиметрів заввишки.

2. Потім нам обов'язково знадобиться шило і якась підставка, бажано дерев'яна і невеличка. Яйце — кулястий предмет, тому, щоб зручніше було писати, ми встремляємо шило в підставку яйця. Так зручніше та доступніше прикрасити його і поставити, щоб фарба висохла. В кінці так само зручно покривати лаком.

ХІД РОБОТИ

1. Розмальовують за допомогою поліхромних фарб (*темпера, гуаш, олійні чи ацілінові*) і пензликів.

2. Подумайте відразу, що будете малювати. Досвідчені писанкарі малюють мініатюри як сакрального характеру, так і сцени з життя та побуту, я ж пропоную почати з простого, наприклад проекспериментувати з рослинами чи тваринами.

3. Ми намалюємо бузок і листочки. Покриваємо білою фарбою. Сушимо. Можна скористатися феном. Фарбуємо другим шаром фарби, але вже додаємо до білої фарби на кінчику пензля фарбу іншого кольору (*того, яким ми будемо розписувати бузок і листочки*). Тоді наш фон буде більш цікавий.

4. Необхідно виготовити з паперу овал потрібного нам розміру для малювання рамочки. Робимо вгорі і внизу надрізи, щоб овал краще прикладався до заготовілі. Беремо простий м'який олівець і обводимо овал.

5. Нам знадобиться пензлик трафаретний, а ще простіше взяти ватяну паличу і нею намічаемо основним кольором гілочки бузку.

6. Підсушуємо. Беремо круглу кисть і починаємо малювати гілочки. На палітрі злегка збиваємо основний колір і білий та малюємо мазками квіточки. На задньому фоні квіточки повинні бути темнішими, на передньому плані квіточки повинні бути світліше і навіть майже білими. Підсушуємо.

7. Беремо тоненьку кисть, лайнер і малюємо гілочки. Теж змішуємо зелений і трохи основного, можна вмочити кінчик в білу.

8. Далі малюємо листочки. Я малюю технікою подвійного мазка, коли пензлем змішується два кольори (*один темний і інший світлий*) на палітрі, але можна малювати листочки так, як ви вмієте.

9. Ось і майже готова наша гілочка. Тонким пензликом домальовуємо прожилки у листочків.

10. Беремо основний колір і тонким пензлем обводимо нашу рамочку, яку малювали олівець.

11. На зворотному боці яйця я намалював метеликів. Оформляємо підставочку для нашого яйця. Робимо плавний перехід від основного кольору до білого.

12. Ну ось розпис закінчили. Залишилося висушити і покрити лаком. Я спробував намалювати два види бузку, але можна використовувати дуже багато кольорів і відтінків. Експериментуйте!

13. Подібні писанки користуються великою популярністю, їх реалізують на Косівському, Кутському та інших ринках.

ІНШІ СПОСОБИ РОЗПИСУ ДЕРЕВ'ЯНОЇ ПИСАНКИ

РІЗЬБЛЕННЯ — виточені на токарному верстаті дерев'яні писанки (*моделі*) зафарбовують у однорідний колір, після чого за допомогою долота наносяться різьблені лінії та орнаменти. В багатьох випадках у різьблені орнаменти заливають кольорову фарбу. Такі писанки виготовляють у селах Річці, Яворові, Брустурах Косівського району.

ВИПАЛЮВАННЯ — дерев'яні моделі писанок, виточених на токарних верстатах, розписують за допомогою металевих писачків різних форм і конфігурацій. Цей металевий писачок нагрівають на вогні або закріплюють в електричний пальник. Також використовують електроолівець для випалювання. Після нанесення орнаменту дерев'яну писанку покривають прозорим лаком для збереження обугленого орнаменту.

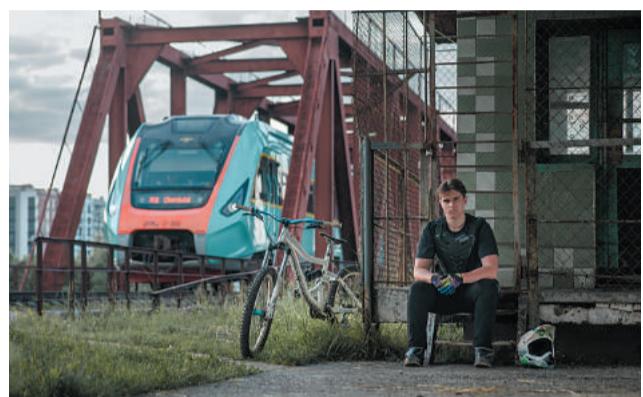
ІНКРУСТАЦІЯ — інкрустовані писанки прикрашають орнаментами, використовуючи матеріали, як-от пофарбовану заздалегідь дерев'яну заготовку, перламутр, бісер, латунний та мосяжний дріт тощо. Поверхню писанок лакують або полірують за допомогою лаку чи політури. Виготовляють такі писанки у Косові, Річці, Яворові, Брустурах та Прокураві.

Ігор БОНДАРЕНКО





«Причайвся», Цуцман Д.



«Дотик часу», Нижник Н.



«Мама і дитя», Загінай В.



«Випадкова зустріч», Шумей Аліна

НАЙКРАЩІ РОБОТИ ВСЕУКРАЇНСЬКОГО КОНКУРСУ РОБІТ ЮНИХ ФОТОАМАТОРІВ «МОЯ КРАЇНА – УКРАЇНА»



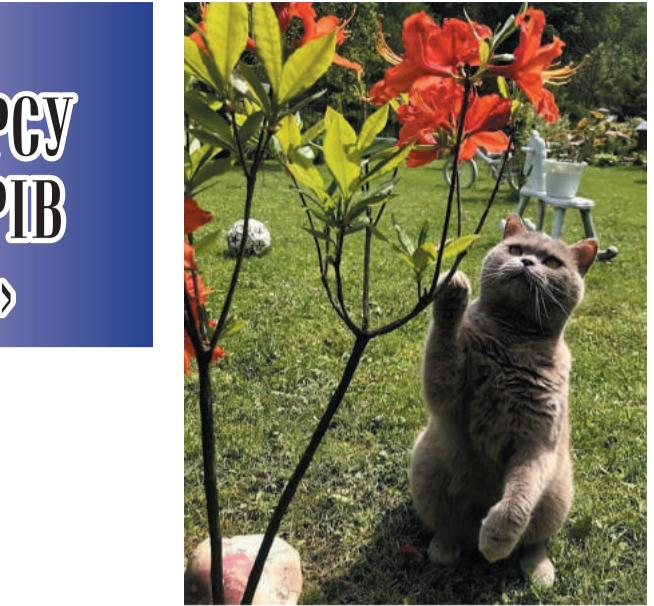
«Журналістські розслідування», Стороженко Назар



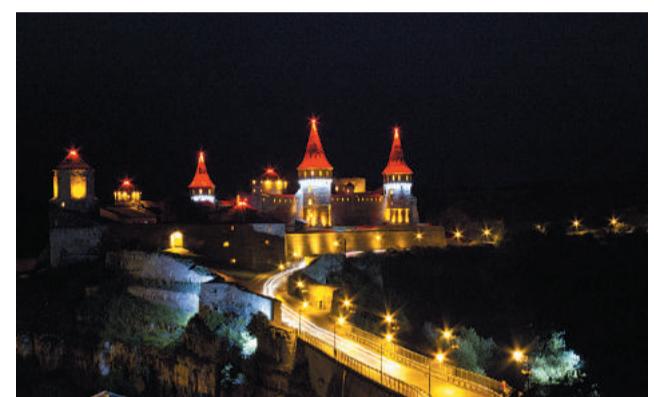
«Сніданок в полі», Лалак М.



«В стилі ретро», Сидорак І.



«Друг сім'ї», Храмцова Кристіна



«Вогні фортеці», Пузік Ангеліна



«Грана природи», Колесник Д.



«Прогулянка парком», Дячук Дарина



«Найкращі експонати
потемніли від часу», Петренко Лілія



«Пам'ять», Школьна Марія



«Пильний погляд», Богдан М.



«Ранок», Муляр Давид



Засновники:

Національний еколого-натуруалістичний центр
учнівської молоді (НЕНЦ)

Головний редактор: Володимир Вербицький
Редактор: Вікторія Петлицька
Відповідальний секретар: Олександр Кузнєцов

Газету можна придбати за адресою:

м. Київ-74, вул. Вишгородська, 19, НЕНЦ

Тираж – 1 500 пр. Ціна договірна

Газета «Юннат» реєстраційне свідоцтво КВ № 22094-11994Р від 16.05.2016

Рукописи не рецензуються й не повертаються.

Деякі матеріали друкуються в порядку обговорення.

Редакція не завжди поділяє точку зору авторів.

Адреса редакції:

04074, м. Київ,
вул. Вишгородська, 19, НЕНЦ
Тел./факс 430-0260
Тел. 430-0064, 430-2222
<https://nenc.gov.ua>
E-mail: nenc@nenc.gov.ua

Надруковано
в ТОВ «НВП
«Інтерсервіс»
Підготовлено
до друку
20.04.2022