AUTO lady+

Свою дорогу обирай сама!

Наталя Семенюта

За кермом щастя
та успіху



Січень 2024 р.



Дорогі читачки!

З Новим роком! Нехай цей рік буде для вас щасливим, вдалим і наповнений приємними подіями!

Редакція нашого журналу бажає вам усього найкращого! Нехай у новому році у вас буде можливість реалізувати всі свої мрії, нехай вас оточують тільки добрі та чуйні люди, а дорога буде завжди безпечною. Миру всім нам та злагоди!

У цьому номері журналу ми підготували для вас багато цікавого. Ми розповімо вам про нові автомобілі, які з'явилися на ринку, про останні тенденції в автомобільній моді, про те, як правильно доглядати за автомобілем і багато іншого.

Ми також хочемо поділитися з вами нашими планами на новий рік. У 2024 році ми плануємо зробити наш журнал ще більш цікавим і корисним для вас. Ми розповідатимемо вам про нові автомобілі, про подорожі, про моду й красу, про психологію і саморозвиток. Ми будемо ділитися з вами своїми думками та ідеями, щоб допомогти вам стати більш впевненими в собі та в своїх силах.

Ми сподіваємося, що ви будете з нами й в новому році. Ми будемо раді бачити вас на сторінках нашого журналу!

Головний редактор Людмила Кладійова

Пледи з мікрофібри

ТМ Мет-А-Мет



Інтернет-магазин "Odessatextile"

Мет-А-Мет

Одеса, Одеська область,
селище Котовського,
вул. Сахарова, 20, офіс 3

+380 (97) 826-44-41
+380 (63) 386-05-15
+380 (66) 169-56-47

www.odessatextile.com.ua



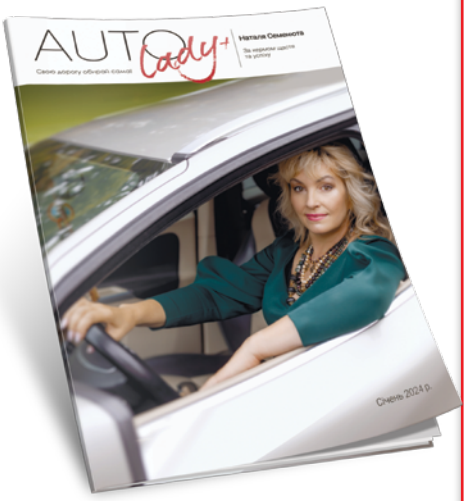








На обкладинці:
Наталя Семенюта



Запчастини

6 ІНТЕРВ'Ю
8 АВТОНОВИНИ
9 АВТОНОВИНКИ
10 В СВІТІ АВТО
15 АВТОПОРАДИ
16 ПОЧАТКУЮЧІЙ АВТОЛЕДІ
17 АВТОМОБІЛІ
18 АВТОЛІКБЕЗ
22 ВАЖЛИВО ЗНАТИ АВТОЛЕДІ
24 ЕТІКЕТ АВТОЛЕДІ
27 ЛИСТ ДО РЕДАКЦІЇ
28 ШИНИ
30 СУЧАСНИЙ ТЕАТР
32 КРАСА ТА ЗДОРОВ'Я

AUTO Lady

Лауреат національного рейтингу «Золота фортуна» в номінації «За значний вклад у в справу розвитку України й високу журналістську майстерність». Нагороджений почесною відмінністю «Трудова Слава», медалями «Лідер Національного бізнесу» і «За Добродійність».



№01 2024
185
Січень

Засновник, видавець і головний редактор:
Кладійова Людмила Петрівна

Представник у Харкові:
+380 66 1090920
+380 68 2507520

Представник у Києві:
+380 66 5509401

Представник у Європі:
+4916096482761
+380 67 9922280

E–mail: redacauto@gmail.com
www.novaya.agency

Свідоцтво про державну реєстрацію друкарського засобу масової інформації:
Серія КВ №19927-9727ПР
від 11.04.2013р.

Тираж 10 000 екз., розповсюджується по передплаті й безкоштовно

У разі, якщо ваша діяльність вимагає ліцензії, необхідно вказати номер і дату видачі ліцензії, оскільки ваше оголошення відповідно із ст.24 Закону України «Про рекламу» не може бути опубліковано без цих даних.
Редакція не несе відповідальності за зміст рекламних оголошень. Згідно з правилами, що діють в редакції, відповідальність за достовірність оголошень несе рекламодавець. Він самостійно відповідає за зміст наданих даних, за наявність посилань на ліцензії й вказівок на сертифікацію продукції й послуг в порядку, передбаченому законодавством. Редакція виходить з того, що рекламодавець має право й заздалегідь отримав усі необхідні для публікації дозволи. Думка редакції не завжди співпадає з думкою авторів статей.

NEW LIFE

IT'S YOUR LIFE

ЗДОРОВ'Я – СКАРБ!





ЧАС ОБИРАТИ ЗДОРОВ'Я!

Екотовари для здоров'я, краси та побуту
на основі екстрактів лікарських трав
без спирту та цукру
від українського виробника
купуйте тут:

trigub-130.new-life.com

НОВЕ ЖИТТЯ – ДЛЯ КОЖНОГО З ВАС!

ЗРОБІТЬ ПЕРШИЙ КРОК:

ЗАВІТАЙТЕ ДО НАС!

+38 093 48 38 618
+38 096 80 26 508
tatyanatrygub
@trygubtatiana

Змінюйте своє життя через цінності

Будьте щасливі собою! Я хочу підтримати сьогодні тих, хто втомився і розучився радіти.



Сама була такою колись... Минуло більше 18 років, але я дуже добре пам'ятаю той час. У мене 100 кг і депресія, навколо – похмурі люди, сіра картинка за вікном.

Доля привела мене в Клуб ЗСЖ

Тут я побачила зовсім інших людей. Вони не були ідеальними, але це були люди з цінностями й палаючими очима, закохані в життя. Цих людей відрізняли від мого звичайного оточення позитив і людяність.

При першій зустрічі я не повірила, що можна обрати такий спосіб життя, але вирішила: «Спробую!» І вже за тиждень відчула перші зміни: у мене з'явилася енергія, захотілося прокидатися вранці, в мене більше не стрибали ні тиск, ні настрій, а посмішка все частіше з'являлася на обличчі.

Через місяць я стала помічати, як мої кілограми почали танути, як морозиво влітку.

Через пів року я усвідомила, що разом із компанією Гербалайф можу реалізувати всі мої мрії про красивий бізнес, який несе молодість і красу людям. Я

почала подумувати про створення своєї справи у сфері косметології, дизайну або флористики.

Понад 18 років я – задоволений користувач продукції компанії Herbalife.

Я стала легше на 30 кілограм, в свої 51 бігаю, як та лошадка, та не задихаюся.

Тут я отримала карт-бланш для створення бізнесу, в якому з'єднуються дієтологія і косметологія, що ведуть до нового, здорового й красивого способу життя. Весь цей час я допомагаю людям стати здоровими, щасливими та фінансово-незалежними. Подорожі разом із Компанією та сім'єю роблять моє життя яскравим і насиченим. Навчання у наймудріших наставників – все продумано для підвищення якості життя! Додайте до цього можливість передавати бізнес у спадок, бути на одній хвилі з чоловіком і всією родиною.

Для мене важлива якість життя

Для себе та своєї родини я обираю найкраще! Міжнародна компанія Herbalife – це один із міжнародних лідерів із виробництва продуктів харчування для активного та здорового способу життя. Для мене важливе оточення й моя цільова аудиторія – люди, які дбають не тільки про своє фізичне, а й про ментальне здоров'я! Люди зі схожими цінностями, для кого важливе здоров'я сім'ї та якість життя загалом.

Моя особиста місія

Компанія Herbalife проводить семінари, вебінари та тренінги для своїх клієнтів і дистриб'юторів, надаючи їм інформацію про продукти, здорове харчування та фітнес. Я відчуваю себе частиною єдиної спільноти однодумців і знаю, що в мене є місія – з одними я ділюся знаннями про збалансоване харчування, а інших навчаю будувати свій власний бізнес. Я маю розповісти якомога більшій кількості людей про продукти, про базові принципи харчування й здоровий засіб життя, надати максимальний супровід, щоб вони могли стати фінансово-незалежними:

- Підтримка клієнтів через незалежних дистриб'юторів.
- Через онлайн-ресурси.
- Підтримка спільноти.
- Навчання та огляди продуктів.

Клієнти можуть приєднатися до спільнот і груп у соцмережах, де вони обмінюються досвідом, отримують рекомендації та підтримку від інших дистриб'юторів. Долучившись до спільноти, люди набувають мету й сенс життя! Саме це робить нашу компанію унікальною.

Побажання Читачкам

Особисто для мене, щастя – це продовжувати прагнути до самореалізації протягом усього життя. Ми живемо в складні часи, і як результат, багато людей відчувають труднощі. Людям важливо відчувати себе частиною чогось більшого й знати, що вони можуть розраховувати на ближнього. Не менш важливим є активний спосіб життя на щоденній основі! Що раніше ми почнемо піклуватися про себе, то довше ми проживемо й то кращою буде якість нашого життя!

Задумайтеся про своє життя і почніть себе змінювати на краще. Залиште минуле в минулому. Створюйте майбутнє і будьте щасливі собою зараз.

Цього я хотіла б побажати всім людям, які живуть у сучасному світі!

Наталя Семенюта,
експретка по створенню бізнесу антіейдж

Наталья Семенюта
Natasha Semenita
natalia_semenuta
+380503018578



В 2024 році для водіїв набудуть чинності правила ЄС:

кого торкнеться і що треба знати

Із 2024 року Україна запровадить правила Європейського Союзу щодо автомобілістів похилого віку. Норми вимагатимуть, щоб водії, яким за 65 років і більше, під час поновлення водійського посвідчення проходили додаткові тести.

Йдеться про тести на психічний стан та концентрацію уваги. Такі заходи покликані підвищити безпеку дорожнього руху та підтримати місію проєкту Vision Zero щодо скорочення кількості аварій на дорогах. Такий контроль дозволить переконатися, що літні автомобілісти перебувають у відмінному психічному стані для безпечного та відповідального керування транспортом.

Згідно з правилами, якщо водій похилого віку матиме негативний результат, то йому не поновлять посвідчення.

Також Єврокомісія розглядає можливість:

- введення курсів підвищення кваліфікації для водіїв, яким більш ніж 70 років;
- обмеження терміну дії прав водія для цієї вікової групи до п’яти років.

За словами експертів, особи у віці 75 років і старше мусять проходити щорічні огляди для оцінки своїх здібностей, тоді як особи у віці від 65 до 75 років мають проходити оцінку кожні два роки.



Критики таких норм вважають, що такі правила можуть бути несправедливо спрямовані на літніх водіїв і посягають на їхню самостійність.



Geely Galaxy L7

Це авто отримало кращі результати краш-тестів, ніж більшість дорогих кросоверів

Китайські автомобілі щороку завойовують все більше уваги на світовому авторинку. Річ у тім, що вони стають все більш надійними та якісними, залишаючись дешевими.

Європейська програма з перевірки надійності авто C-NCAP перевірила новий китайський кросовер Geely Galaxy L7, піддавши його чисельним краш-тестам. Автомобіль дуже дешевий – у майже топовій комплектації він коштує всього 23 тисячі доларів.

Результати краш-тестів Geely Galaxy L7

Кросовер отримав загальну оцінку 90%, і це дуже багато. Це майже на 10% більше ніж середній результат усіх протестованих машин.

За зіткнення зі 100-відсотковим перекриттям він отримав 21,68 бала з 24 можливих, за зіткнення з бар'єром, що рухається та деформується, – 21,29 бала з 24.

Також спеціалісти імітували зіткнення зі стовпом. Тут кросовер отримав максимальну оцінку. Для пішоходів модель безпечна на 80%. І це на 8,19% більше ніж середні показники.



На думку фахівців, функції активної безпеки в Galaxy L7 працюють ідеально, але, на жаль, немає системи контролю сліпих зон. Тому Galaxy L7 визнали однією з найбезпечніших машин у світі. У нього вищі оцінки, ніж у Volkswagen ID.6X чи Nissan Ariya.

Побудований цей електрокар на платформі e-CMA. Така ж використовується у Geely, Lynk & Co й Volvo XC40.



Штрафи для водіїв у Польщі взимку

Керування авто взимку у Польщі може стати дорогим задоволенням. Водії, які залишуть двигун увімкненим для прогріву понад 2 хвилини, отримають штраф у 50 злотих (~13 $). Прогрів авто під час прибирання снігу може коштувати 300 злотих (~76 $).

Зупинка або стоянка без увімкнених світлових сигналів коштує 150-300 злотих (~38-76 $), а відсутність очищених фар від снігу – 300 злотих (~76 $) та 8 штрафних балів.

За недостатньо очищений від снігу автомобіль передбачено штраф у 3 000 злотих (~754 $), 15 штрафних балів та тимчасове вилучення реєстраційної картки. За їзду на «лисій» гумі можливий штраф у 500 злотих (~126 $).

Власникам Kia та Hyundai безкоштовно роздадуть трекери Apple Airtag і Galaxy SmartTag

Епопея зі спробами вирішити проблему, пов'язану з викраденнями автомобілів компаній Kia та Hyundai в США, продовжує набирати обертів.



Паралельно з судовими розглядами між власниками машин цих корейських марок й автовиробниками, знизити або принаймні скоротити кількість крадіжок продукції Hyundai та Kia намагається, зокрема, місцева влада.

Напередодні стало відомо, що представники адміністрації округу Ховард (штат Меріленд), закуплять смарт-мітки Apple Airtag і роздадуть їх власникам Hyundai і Kia. Вони не зможуть повністю вирішити проблему викрадень, але дадуть змогу відстежувати пересування викрадених машин і швидше їх знаходити.

Для тих власників машин цих корейських марок, у кого немає iPhone, передбачать трекер від Samsung (Galaxy SmartTag).

Про те, що автомобілі Hyundai і Kia стають масовими жертвами викрадень у США, з'ясувалося ще 2021 року, коли в Мережі розкрили їхню вразливість, пов'язану з відсутністю штатного іммобілайзера.

Завдяки цій обставині, машини, виявилося, можливо викрадати за допомогою USB-кабелю, чим і скористалися як професійні автомобільні злодії, так і прості підлітки.



АЗС у Польщі переходять на новий тип бензину: які авто не вийде заправити вже з 1 січня

Уже 1 січня 2024 року на заправках Польщі з'явиться бензин E10, в якому вміст біокомпонентів збільшиться з 5 до 10%. На цей стандарт переведуть увесь A-95 в країні. Але це пальне підходить не всім автомобілям.

Бензин «преміум» 98 не зміниться і буде продаватися у форматі E5. Формат E10 буде введений тільки для 95 бензину. Якщо транспортний засіб, згідно з інформацією виробника, пристосований до використання автомобільного бензину E10, його можна змішувати з автомобільним бензином «преміум» 98 у будь-яких пропорціях, йдеться в матеріалі inPoland.

Якщо в посібнику з експлуатації автомобіля немає інформації щодо можливості використання моторного бензину E10, сумісність автомобіля можна перевірити за допомогою пошукової системи, розробленої Міністерством клімату та навколишнього середовища, доступної на e10.klimat.gov.pl, або звернувшись до продавця чи виробника транспортного засобу.







Які авто не можна заправляти бензином E10?

- Mercedes C200 CGI та CLK 200 CGI (всі інші моделі – можна безпечно заправити).
- Subaru, вироблені до 1 січня 1991 року.
- Seat з двигунами FSI 2004-05 року випуску.
- Volvo S40/V40 з двигуном 1.8 GDI.
- Alfa Romeo, вироблені до 1 січня 2011 року.
- Audi з двигунами FSI (A2, A3 і A4, випущені в 2003–2005 роках).
- Citroen, випущені до 1 січня 2000 року.
- Fiat: Barchetta 1.8 16V, Браво/Brava 1.6 16V, Doblo 1.6 16V, Marea 1.6 16V, 2.0 16V, Multipla 1.6 16V, Palio1.6 16V, Punto 1.8 16V, Stilo 1.6 16V, 1.8 16V, 2.4 20V.
- Nissan, випущені до 1 січня 2000 року.
- Renault Megane 1996 року випуску й автомобілів з двигунами F4R і F5R.
- Subaru, вироблені до 1 січня 1991 року.



- Toyota, випущені до 1 січня 1998 року, а також Avensis 2.0 (двигун 1AZ-FSE) і Avensis 2.4 (двигун 2AZ-FSE).

Також не можна заправляти авто Volkswagen:

- Lupo 1.4 77 кВт (випуск 08/2000–11/2003).
- Polo 1.4 FSI 63 кВт (виробництво 01/2002–06/2006).
- Golf IV 1.6 FSI 81 кВт (виробництво 11/20010–5/2004).
- Golf IV Variant 1.6 FSI 81 кВт (10/2001–10/2006).
- Bora 1.6 FSI 81 кВт (виробництво 10/2001–09/2005).
- Bora Variant 1.6 FSI потужністю 81 кВт (виробництво 10/2001–09/2005).
- Golf V 1.4 FSI 66 кВт (виробництво 11/2003–11/2004).
- Golf V 1.6 FSI 85 кВт (виробництво 08/2003–05/2004).
- Golf V 2.0 FSI 110 кВт (випуск 01/2004–05/2004).
- Touran 1.6 FSI 85 кВт (виробництво 11/2002–05/2004, рік випуску 2003-2004).
- Touran 2.0 FSI 110 кВт (виробництво 10/2003–05/2004, рік випуску 2004).

До Польщі запровадили паливо E10 такі країни ЄС: Австрія, Бельгія, Болгарія, Данія, Естонія, Фінляндія, Франція, Нідерланди, Іспанія, Ірландія, Литва, Латвія, Люксембург, Німеччина, Румунія, Словаччина та Угорщина.

Названі автомобілі, які незабаром знімуть із виробництва

Автовиробники регулярно не тільки випускають нові машини та оновлюють вже наявний модельний ряд, але й знімають з виробництва ті моделі, які вже зжили себе або не мають попиту. Які моделі покинуть ринок найближчим часом.

Наступного року виробники знімуть з продажу понад два десятки автомобілів. Серед них – дві моделі Audi. Це Audi R8 Performance Quattro, який випускався протягом 17 років, та Audi TT, для якого 2023 модельний рік став останнім. Подейкують, що обидва автомобілі в найближчому майбутньому отримають електричних наступників.



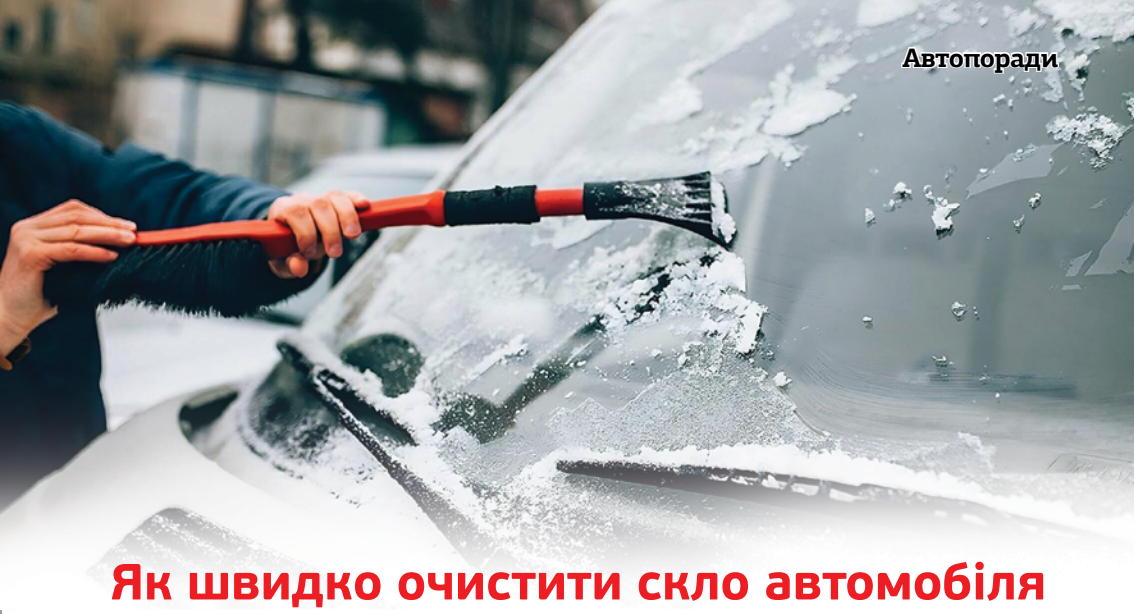






Отже, автомобілі, які знімуть з виробництва найближчим часом:

1. Audi R8 Performance Quattro.
2. Audi TT.
3. Chevrolet Bolt EV та EUV.
4. Chevrolet Camaro.
5. Dodge Challenger.
6. Dodge Charger.
7. Chrysler 300.
8. Dodge Durango.
9. Ford Edge.
10. Ford Escape.
11. Ford Transit Connect.
12. Genesis G70.
13. Jeep Cherokee.
14. Jeep Renegade Upland.
15. Kia Rio.
16. Kia Stinger.
17. Maserati Ghibli.
18. Mazda CX-9.
19. Mazda MX-30.
20. McLaren 720S.
21. Mercedes-AMG GT (чотиридверний).
22. Mercedes-Benz C-Class та E-Class (купе та кабріолет).
23. Mercedes-Benz CLS.
24. Mercedes-Benz Metris.
25. Mitsubishi Mirage.
26. Nissan Maxima.



Як швидко очистити скло автомобіля від льоду й замерзлого снігу

Забудьте про гарячу воду. Дізнайтеся ефективні та безпечні методи очищення лобового скла від льоду, що підходять для будь-якого автомобіля, щоб ваша зимова їзда стала набагато простішою та безпечнішою!

З приходом перших морозів багато водіїв зіткнулися з проблемою замерзання лобового скла та необхідністю їхнього очищення від криги перед кожною поїздкою.

У пошуках швидкого та простого способу, автоледі з американського штату Індіана запропонувала незвичайний метод – використання гарячої води у зип-пакеті.

Її відео, в якому вона ефективно очищає лобове скло, швидко стало вірусним. Однак, незважаючи на видиму легкість та ефективність цього методу, виникло важливе попередження. Цей спосіб підходить тільки для цілого скла, і використання гарячої води на пошкодженому склі може викликати серйозні проблеми.

Тонкий лід швидко тане під впливом гарячої води, але якщо скло має навіть мінімальні тріщини або відколи, вода може потрапити в них і замерзнути, що згодом призведе до розширення пошкоджень. Це може змусити власників автомобілів міняти все лобове скло.

З урахуванням цього ризику, багато автолюбителів надають перевагу більш безпечним методам. Наприклад, рецепт на основі



медичного спирту, води та пульверизатора надає просте та ефективне рішення. Також існує варіант з використанням оцту, який змішується з водою і розпорошується на скло.

Ці рецепти дозволяють уникнути ризику пошкодження скла й роблять завдання з очищення від льоду менш трудомістким. Застосування засобів захисту від замерзання на дверях, ручках та замках також є безпечним та ефективним способом підготовки автомобіля до зимових умов.



Як швидко почистити сніг з автомобіля

Неприбраний з даху сніг, після прогріву машини, з'їде на лобове скло при гальмуванні та перекриє водієві огляд. Експерти розповіли, як швидко очистити сніг з машини.

Підійшовши до засипаної машини, насамперед з'ясуйте, чи не примерз сніг до неї. Якщо так, відразу запускайте двигун і направляйте повітря від пічки на скло, щоб лід почав відтавати – так буде легше очищати вікна. А самі тим часом прибирайте сніг з даху, капота та інших поверхонь.

Якщо сніг сухий і не пристав до машини, змітайте його зі стекол, перш ніж вони прогріються від опалювача й підплавлять сніг. Навіщо вам волога на стеклах – щоб потім боротися з утвореною нею кригою або інеєм?

Будьте обережні – змітаючи товстий шар снігу грубими предметами, зопалу можна не помітити, як на лаку залишаються відколи й подряпини. Вони стануть неприємним сюрпризом навесні, коли ви будете відмивати та марафетити машину після зими.

Велику кількість снігу змітайте з машини не під колеса, а в той бік, де він не буде заважати вам виїжджати з паркування. Бо доведеться орудувати ще й лопатою.



З ким буде конкурувати Jeep Compass на українському ринку

Нещодавно концерн Stellantis офіційно повернув на наш ринок бренд Jeep. Вже працюють сім автосалонів в найбільших містах України, в яких представлено поки що три моделі. Порівняємо найдоступнішу модель – Jeep Compass з найближчими конкурентами.

Наразі українським покупцям пропонують Jeep Compass в єдиній модифікації Limited з гібридною силовою установкою та переднім приводом за 1 237 700 грн. Комплектація дійсно варта уваги (за посиланням можна ознайомитись з усіма опціями). Трансмісія мікрогібриду дійсно цікава: чотирьохциліндровий півторалітровий турбодвигун видає 130 к.с. та 240 Нм вже при 1500 об/хв. Йому акомпанує невеликий електромотор (15 кВт та 55 Нм), який підзаряджається під час руху, додає динаміки та допомагає менше витрачати палива. В середньому виходить біля 6 л/100 км, що досить непогано для міського кросовера. Причому така економічність характерна саме для міської експлуатації, де корисна дія електричної силової установки найбільша.

До речі, схожу компоновку мають його родичі по концерну Stellantis – легка гібридність в тренді серед міських кросоверів. Хоча ви можете порівняти деякі важливі для вибору автомобіля характеристики та наявність певних опцій. Для Jeep Compass ми обрали більше дюжини конкурентів, близьких за ТТХ, ціною та позиціонуванням. Звісно, ціни можуть відрізнятись з часом та в залежності від комплектації.

Головні цінові конкуренти у Jeep Compass – це Mazda CX-5, Nissan Qashqai, Mitsubishi Eclipse Cross, доведеться йому поштовхатися і з Hyundai Tucson, Ford Kuga та Kia Sportage. Все це – перевірені часом та українськими дорогами конкуренти. Хоча й у Jeep Compass є що запропонувати на противагу.

Особливо багато цікавих пропозицій нині, в період «чорної п’ятниці». Наприклад, цікаві ціни на Mazda CX-5 або гібридну Toyota C-HR Hybrid, яка навіть в базовій версії Live пропонує дуже широкий перелік оснащення.

До речі, м’яких гібридів, прямих конкурентів Jeep Compass, теж вистачає: окрім CH-R можна вибрати між Honda HR-V e:HEV та Nissan Qashqai.

Подряпала чужу машину. Що робити?

Сумно, неприємно, але може трапитись з кожною: у тісному проїзді ви зачепили чужу запарковану машину. З одного боку, формально – це ДТП, з іншого – пошкодження настільки дрібні, що начебто й не варті особливої уваги. Тим більше, що й в пошкодженій машині часто нікого немає…

Перш за все, тікати з місця пригоди не можна! На це є дві вагомі причини: так робити соромно та протизаконно. Так, спокуса продовжити рух, наче нічого не сталося, дуже велика. Але масштаб проблем, які чекатимуть на втікача, коли його наздоженуть або вирахують, не можна порівнювати з клопотами, що називається, на місці.

На щастя, більшість сучасних машин мають відносно еластичний пластиковий обвіс, який спроможний без повної руйнації переносити легкі зіткнення.

В цілому ж дрібне зіткнення потребує цілого переліку дій, якого дуже бажано дотримуватись.

- **Зупиніться.** Покидання місця ДТП – одна з найтяжчих провин в українському Кодексі про адмінпорушення. Залишайтеся на місці пригоди, як мінімум для зустрічі з власником машини.
- **Оцініть завдану шкоду.** Від її розмірів залежить ваша стратегія в розмові з власником, який незабаром з'явиться. Можливо, доведеться зателефонувати вашому знайомому рихтувальнику або маляру.





- **Вирішуйте, чи вигідно вам викликати поліцію** та повідомляти вашу страхову компанію (поліс автоцивілки у вас є, сподіваємось). Якщо сума компенсації власнику другої машини буде меншою, ніж франшиза за вашим полісом, то страхова вам не потрібна – ви лише отримаєте зниження свого статусу в її досьє.
- **Оцініть, чи не стоїть пошкоджений** вами автомобіль з порушенням правил – це може зняти з вас частину провини. Спробуйте визначити (й зафіксувати!) інші обставини, які у випадку майбутнього розслідування можуть служити вам частковим виправданням: слизьке покриття, відкритий люк каналізації, залишена без догляду дитина на дорозі тощо.

Коли пом'яті декілька кузовних деталей, зазвичай краще заявляти до страхової компанії: ремонт буде явно недешевий.

- **Якщо сума збитку невелика,** запропонуйте потерпілій стороні розрахунок на місці, без звернення до страхової компанії.
- **Якщо пошкодження серйозне** й ви хочете звернутися до своєї страхової компанії, негайно повідомте їм про те, що сталося. Страховики допоможуть вам оцінити збитки та вирішити, як діяти далі.
- **Якщо у вас з власником іншої машини** буде досягнута згода про обставини аварії та її винуватця, оформлюйте ДТП за європротоколом, без виклику поліції.
- **Якщо ви не можете знайти власника** машини, можна залишити йому записку на лобовому склі автомобіля. Напишіть свої контактні дані та вибачення за пошкодження, вкажіть деталі події. Не забудьте сфотографувати для себе місце пригоди й положення обох машин на дорозі. Але формально вважатиметься, що ви покинули місце ДТП, і, можливо, тут варто повідомити поліцію.





Щодо пошкоджень

Для мінімізації наслідків вашого міні-зіткнення, важливо мати достовірну інформацію про реальну тяжкість пошкоджень на чужій машині. Тому варто сфотографувати проблемне місце з різних ракурсів і за першої ж можливості показати фото досвідченому майстру з кузовного ремонту. Зазвичай майстри не полюбляють подібних ребусів, але завжди можна знайти такого, що таки складе орієнтовний кошторис робіт за фотографіями.

Це потрібно для того, щоб потерпіла сторона потім не шантажувала вас, вимагаючи додаткові гроші на ремонт «особливої складності».

Поліруванням, у тому числі різного роду фірмовими пастами, можна прибрати лише геть неглибокі подряпини. На жаль, такі пошкодження бувають нечасто.

Рекомендація:

Щоб ніколи не потрапляти до подібної ситуації, слід прокачати своє водійське вміння. По-перше, можна записатись на короткі курси з безпечного маневрування, по-друге, влаштувати собі кілька імпровізованих тренінгів на вільному майданчику. Багатократне повторення вправ з маневрування між щільно розставленими конусами та вішками доведе ваші навички до автоматизму. Реальна допомога – якісний парктронік, який сьогодні разом з інсталяцією коштує удвічі-тричі дешевше, ніж ремонт бампера.

Килимки на зиму

За заводським покриттям підлоги варто доглядати. Восени й взимку, в дощову та снігову погоду. Бо брудом і сльотою в салоні авто нікого не здивуєш.

Сніг, що потрапив у ваш автомобіль, згодом розтане. Якщо у вас неякісні автомобільні килимки – або, ще гірше, килимки відсутні – вода просочуватиметься в оббивку для підлоги й далі – в заводську підлогу. Це може мати багато небажаних наслідків.

Якщо підлогова оббивка постійно буде вологою, це може викликати неприємний запах у салоні. Волога підлога більш схильна до зростання цвілі або грибка, а також – до поширення бактерій. А це, у свою чергу, може становити небезпеку як для вашого автомобіля, так і для вашого здоров'я.

Вода також може пошкодити деталі під килимовою оббивкою і викликати їхню іржу, що суттєво знизить вартість автівки при продажі. Килимки в машину на зиму допоможуть вирішити цю проблему.



Обов'язкові функції автомобільного килимка для зими

Водонепроникний матеріал. Зимовий килимок для авто має бути водонепроникним. Багато водіїв вважають, що краще за гумові або поліуретанові килимки, у мокру (зимову) пору року, немає нічого. З цієї причини краще використовувати гумові килимки, оскільки вони не вбирають воду і є на 100% водонепроникними.

Наявність і висота бортів. Оптимальна висота бортів 2-2,5 см. Тут доведеться вибирати, щоб і воду не пролити, і ноги за бортики не чіплялися, і бортики не заважали пересуванню ніг.

Тип килимка. Правильно підібраний килимок для підлоги забезпечує повне покриття підлоги, що означає повний захист від снігу та його впливу. Важливо, щоб автомобільний килимок добре підходив за розміром та закривав кожну частину підлоги автомобіля. Для цієї мети ідеально підходять модельні килимки. На відміну від універсальних, вони мають бортики та не мають зазорів по периметру.

Неслизький матеріал. Слизька підлога може викликати дискомфорт та поставити під загрозу вашу безпеку. Такі особливості, як шипи на зворотній поверхні килимка або кріплення (люверси, кліпси), створюють зчеплення та запобігають ковзанню. Завжди звертайте на це увагу в кожному килимку, який ви купуєте на зиму.

Кращі килимки в авто на зиму

Avto-Gumm (Україна). Бюджетний сегмент килимків. У комплекті 4 килимки й перемичка. Матеріал – поліуретан, що відрізняється міцністю та еластичністю. Має оптимальний малюнок для утримання вологи – велику кількість заглиблень у вигляді квадратів. Додатковий захист дає борт (до двох сантиметрів) по всьому периметру. Ці килимки відносяться до середнього цінового сегмента.

Rezaw-plast (Польща). Цей гумовий килимок теж можна віднести до середнього



цінового сегменту. Відмінна польська якість, матеріал витримує діапазон температур від –40 до +60 градусів за Цельсієм. Не виділяє неприємного запаху гуми, як дешеві аналоги. Має цікавий антиковзний малюнок, який затримує сміття та воду. На водійському килимку є посилений подвійним шаром гуми підп'ятник, що не дозволяє дуже витиратися місцю для лівої ноги. Є бортик, висотою до трьох сантиметрів. Килимки Rezaw-plast відрізняються довгим строком служби, відмінно лягають на підлогу, щільно прилягаючи по краях. Якщо ви хочете купити саме гумові килимки, вибирайте Rezaw-plast – і ви обов'язково залишитеся задоволені покупкою.

Stingray (Україна). Килимки в салон від українського виробника виготовлені з якісної чеської гуми. 4 килимки в комплекті. Незважаючи на те, що борт низький (15 міліметрів), добре затримують воду, бо мають малюнок у вигляді осередків-сот. А ще у них є невеликі пухирці зі зворотного боку, які заважають ковзати килимку по поверхні. Ці килимки мають невелику вагу через спеціальний склад гуми. Основні переваги килимків для автомобіля Stingray: відповідність європейським стандартам якості та безпеки, висока стійкість до вологи та стирання. Стійкість до високих та низьких температур, реагентів. Посилена поверхня лапки та підп'ятника подвійним шаром гуми. Стандартне кріплення та сумісність з конкретними моделями машин.

Як їздити, коли ожеледиця, сніг і сильний мороз

За прогнозами синоптиків, найближчим часом варто очікувати ожеледі на дорогах. У багатьох західних і північних регіонах насипле до 40 см снігу. У таку погоду варто їхати лише у разі крайньої необхідності. Водіям-новачкам потрібно пам'ятати про основні прийоми зимового водіння, аби не потрапити в халепу.

Прогрівайте автомобіль під час руху

Не варто займатися прогрівом машини протягом довгого часу. Сучасні двигуни цього не потребують. Значно ефективнішим є прогрів під час руху.

Прогрівати можна лише в тому разі, коли на вулиці мороз 10–20 градусів. Краще прогрівати машину під час руху. Силовий агрегат ефективніше прогрівається під час навантаження. Та й не варто забувати, що прогріву потребують різні вузли підвіски. Чимало з них мають гумові прокладки й ущільнювачі. Якщо вони примерзлі до металу й холодні, то можна легко їх порвати у першій ямці чи на лежачому поліцейському. Тому варто поступово починати рух, максимально плавно вести автомобіль.

Плавно тисніть на газ

Взимку може бути чимало шкоди від різкого натиснення на педаль акселератора. Причому неприємності можуть бути як на ожеледиці, так і на снігу.

Про плавне натиснення на педаль газу варто пам'ятати при виїзді з парковки. Частенько автоледі різко тиснуть на педаль, і машина від цього одразу починає буксувати, її заносить на кризі або вона заривається в сніг. Якщо маєте автоматичну коробку передач, то варто особливо обережно тиснути на педаль. Якщо у вас механічна, краще взагалі стартувати з другої передачі.

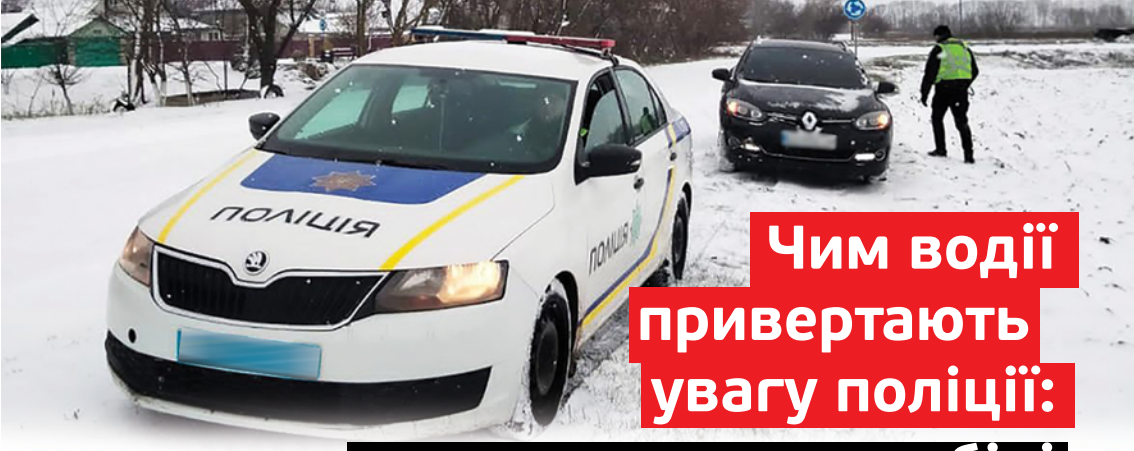
Цього принципу варто притримуватися і на швидкості під час поїздок заміськими трасами.



Там потрібно їхати в натяг, тобто відчуваючи дозоване навантаження на двигун. У разі потреби пригальмувати (варто просто забрати ногу з газу), тоді машина гальмуватиме двигуном.

Зменшіть кількість маневрів

В ожеледицю і снігопади кожен маневр на автомобілі є більш ризикованим, ніж у сонячну суху погоду. Варто використовувати ступеневий прийом повертання керма. Тобто не одним махом, а за два або три підходи. При заході в повороти варто спочатку максимально сповільнюватися й тоді вже повертати. У жодному разі на перехрестях не варто ставати з вивернутими у бік колесами. У разі наїзду ззаду, вас викине на зустрічну смугу й може бути серйозна аварія. Такі, на жаль, досить часто відбуваються.



Чим водії привертають увагу поліції: справа не в автомобілі

Кожен водій, напевно, стикався з ситуацією, коли кілька машин рухаються з однаковою швидкістю, і раптово одну з них зупиняє поліцейський. Здається, вибір випадковий, але насправді поліція не зупиняє машини без причини.



Згідно зі статистикою, існує кілька ситуацій, у яких водій може привернути увагу поліції, і марка автомобіля не є вирішальним фактором.

Затоновані вікна

Автомобілі з повністю затонованими вікнами можуть привернути увагу поліції. У деяких країнах дозволено тонування задніх вікон, але лобове та бічні вікна у водія та пасажирів мають бути прозорими. Повністю затоновані вікна можуть спричинити зупинення та виписування штрафу.

Брудні номерні знаки

Автомобіль з брудними номерними знаками може привернути увагу поліції. Брудні номери можуть свідчити, що водій щось приховує, і це може бути приводом для зупинки та перевірки.

Екстремальний тюнінг

Автомобілі з встановленими багажниками, лебідками або яскравими світловими приладами можуть привернути увагу. Надмірний тюнінг може стати приводом для зупинки, особливо, якщо він створює небезпеку для інших учасників дорожнього руху.

Порушення траєкторії руху

Якщо автомобіль рухається не прямою траєкторією, це може привернути увагу поліції. Це може бути пов'язане з алкогольним сп'янінням водія. Слід намагатися їхати центром смуги й уникати зайвих маневрів.

Різка зміна руху перед постом поліції

Водії, які раптово змінюють траєкторію перед постом поліції, можуть привернути увагу. Ця дія може здаватися підозрілою, і поліція може вирішити перевірити водія.

Важливо пам'ятати, що дотримання правил дорожнього руху та підтримання чистоти та порядку в автомобілі можуть суттєво зменшити ймовірність привернення уваги поліції.



ЕТИКЕТ НА ДОРОЗІ: що треба знати окрім ПДР

Дорожній етикет – це важливий аспект безпечного руху на дорозі. Він визначає правила взаємодії між різними учасниками руху.

Інтенсивний трафік, різноманітність транспортних засобів та різні стилі водіння можуть створювати складні ситуації. Але знання та відповідальна поведінка кожного водія можуть сприяти створенню безпечного та комфортного руху для всіх. У цій статті ми розглянемо основні аспекти дорожнього етикету та поради, які допоможуть кожному учаснику дорожнього руху взаємодіяти на дорозі безпечно та ввічливо.

Відображення сигналами своїх намірів на дорозі

Перш ніж вирушити в подорож, важливо ознайомитися із базовими правилами сигналів на дорозі. Використання поворотних стрілок, гальмування та інші сигнали допомагають іншим водіям передбачити ваші дії та вчасно реагувати. Знання цих правил є основою безпечної дорожньої поведінки та



взаємодії з іншими учасниками руху.

Використання покажчиків повороту регламентується ПДР – це значною мірою впливає на безпеку руху.

Ввічливість та повага на дорозі

Ввічливість – ключовий елемент дорожнього етикету. Проявляйте повагу до інших водіїв та пішоходів. Уникайте агресивної поведінки та намагайтеся враховувати інтереси інших учасників руху. Поважайте правила дорожнього руху та дотримуйтеся швидкісних обмежень. Ваша ввічливість може сприяти створенню позитивного та безпечного перебування на дорозі.

Недопустимість агресивного водіння

Агресивне водіння не тільки ставить під загрозу вашу власну безпеку, але й створює потенційні ризики для інших учасників дорожнього руху. Агресивні дії за кермом часто ведуть до конфліктів на дорозі. Збереження спокою та ввічливості на дорозі сприяє безпечній взаємодії між водіями та знижує ризик виникнення конфліктних ситуацій.

В ПДР немає визначення агресивного водіння, але саме такий стиль часто призводить до аварій.

Правила взаємодії з пішоходами

Пішоходи – найбільш вразливі учасники дорожнього руху. Тому важливо дотримуватися правил взаємодії з ними. Надавайте їм перевагу на пішохідних переходах. Не блокуйте тротуари автомобілями. Завжди будьте готові до того, щоб уникнути конфліктних ситуацій. Взаємоповага між водіями та пішоходами допомагає створити безпечне та дружнє середовище на дорозі.

Взаємодія зі спеціальними транспортними засобами

Різноманітність транспортних засобів на дорозі може створювати складні ситуації. Водії повинні бути готові взаємодіяти зі спе-

Настав час метакогнітивних процесів – час великих перетворень свідомості

Напевно кожен погодиться, що ці останні роки стали найскладнішими для нас. Ми не маємо права продовжувати так жити. Ми несемо кожен власну відповідальність за той вклад, який ми робимо в колективну свідомість людства, і що ми робимо, думаємо й відчуваємо. Все це впливає й на загальні процеси в світі. Ми маємо вчитися жити радісно. Не дивлячись ні на що. Ми маємо жити свідомо. Ми маємо створювати добробут. Ми маємо змінювати свою свідомість. Бажаю всім нашим співвітчизникам відновитися, досягти душевної рівноваги й благополуччя. І я, із всім колективом моєї студії, можу цьому посприяти. Окрім інд. сесій, з нового року відкритий набір на трансформаційний курс «Метакогнітивні процеси свідомості й квантові техніки». Це найсучасніша й глибока трансформація і розширення тіла свого життя. Бо проживаючи пізню осінь й зиму в обмеженому ресурсом стані, у пригнобленому чи, чогось гіршого, у депресії, ми створюємо передумову для зміцнення несприятливих патернів, наслідки яких розтягнуться на наступні роки.



Світлана Карташова,
психолог, канд. в психотерапевти, співзасновниця метода метакогнітивної терапії свідомості, енерготерапевт, регресолог, ігропрактик, коуч, власниця Студії психологічного й фізичного благополуччя «Ганеша»

psychолog_kartashova_svitlana
Студія Ганеша Ganesha_studiya
Студія психологічного й фізичного благополуччя «Ганеша»
380633937032

ціальними транспортними засобами, такими як пожежні машини, поліцейські автомобілі та швидка допомога. Дотримуйтеся правил поступки дороги та дозволяйте їм проїхати, коли це необхідно.

Надавати перевагу машинам екстрених служб потрібно завжди.

Повага до руху громадського транспорту

Повага до руху громадського транспорту є важливим аспектом етикету на дорозі. Передусім, важливо уступати дорогу автобусам і трамваям, дозволяючи їм безперешкодно рухатися та обслуговувати пасажирів. Водії повинні уникати втручання в роботу громадського транспорту, утримуючись від обгонів та блокування маршрутів. Будьте терплячими та уважними під час посадки та висадки пасажирів. Дозвольте їм мати право на зручні умови користування громадським транспортом.

Взаємодія з велосипедистами

Велосипедисти є важливими учасниками руху на дорозі. Їх безпека також залежить від правильної взаємодії з іншими учасниками руху. Уникайте обгону велосипедистів на вузьких вулицях. Дотримуйтеся безпечної відстані та бережіть їхні права на дорозі. Пам'ятайте, що велосипедисти можуть рухатися зі значною швидкістю. Тому будьте уважні при їх обгоні чи взаємодії.

Велосипедисти – вразлива категорія учасників дорожнього руху. Аварія з велосипедистом часто закінчується серйозними травмами.

Поведінка при паркуванні

Паркування – ще один аспект взаємодії між водіями. Пам'ятайте, що правила паркування визначаються не лише знаками, але й загальним етикетом. Уникайте паркування на вузьких тротуарах та в місцях, призначених для інших цілей. Зберігайте безпечну відстань між автомобілями та дотримуйтесь правил для забезпечення нормального руху на парковці.

Використання мобільних телефонів під час керування

Використання мобільних телефонів під час водіння може бути небезпечним і призвести до аварій. Законодавство обмежує використання мобільних телефонів без використання гарнітур або гучномовців під час руху. Важливо дотримуватися цих правил і уникати відволікання від керування автомобілем чи уваги до дороги під час руху.

Правила дорожнього руху забороняють використовувати мобільні телефони, тримаючи їх у руці.

Дія у випадку аварії чи конфліктної ситуації

Ніхто не застрахований від можливих аварій чи конфліктних ситуацій на дорозі. У разі ДТП важливо залишатися спокійним та дотримуватися правил обміну інформацією з іншими учасниками. Не допускайте агресивної поведінки та виражайте свої скарги за допомогою регламентованих процедур, таких як оформлення матеріалів ДТП (заяви, пояснення, клопотання тощо).

Висновки

Дотримання дорожнього етикету є важливим аспектом безпечного та ефективного руху на дорозі. Ввічливість, повага та відповідальність є ключовими якостями, які допоможуть забезпечити комфорт та безпеку для всіх учасників руху. Не забувайте, що дорога – це спільний ресурс, і кожен учасник має зробити свій внесок у створення безпечного та дружнього середовища на дорозі.



Чому експерти рекомендують обмежувати час прогріву і як це може вплинути на технічний стан транспортного засобу?



Автомеханіки попередили про небезпеку тривалого прогріву двигуна взимку.

У зимовий період багато власниць автівок вважають за краще довго прогрівати свої автомобілі в очікуванні поліпшення роботи двигуна. Однак автомеханіки попереджають, що занадто довгий прогрів може бути не тільки неефективним, але й небезпечним для автомобіля.

Автоледі часто припускають, що чим довше автомобіль прогрівається, тим краще для його двигуна. Проте, експерти стверджують, що тривалий прогрів на холостих обертах може викликати низку проблем.

По-перше, це пов'язано зі зносом двигуна, так як на холодному мастилі деталі менше захищені, і тиск мастила знижений. Це прискорює процес старіння та зносу механізмів, що у результаті скорочує термін служби двигуна.

Довге прогрівання також може сприяти накопиченню сажі на свічках запалювання. Це може знизити ефективність згоряння палива та збільшити витрати. Крім того, занадто довге прогрівання призводить до великих викидів шкідливих речовин в атмосферу, шкодячи довкіллю.

Як правильно прогрівати автомобіль?

Експерти рекомендують короткий прогрів, приблизно 2-3 хвилини. Оптимальним часом прогріву вважається поява теплого повітряного потоку з печі. Спостереження за індикаторами температури на панелі приладів також може допомогти визначити, коли двигун стає готовим до руху.

У результаті правильний підхід до прогріву автомобіля не тільки зберігає ресурси двигуна, а й допомагає скоротити викиди шкідливих речовин.

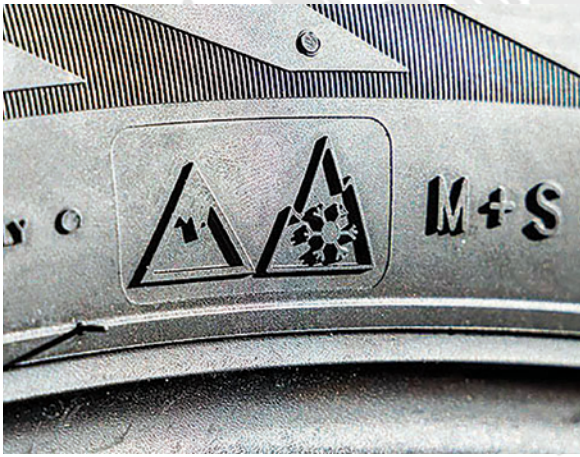


На зимових шинах з'явилась нова сертифікаційна позначка

Новий символ зчеплення на льоду вперше помітили на нешипованих зимових шинах Nokian Tyre Hakkapeliitta R5.

Сніжинка, вписана в гору з трьома піками (3PMSF), з'явилась в 1999 році. Шини з цим символом означали пройдення тесту на розгін по снігу середньої щільності з результатом принаймні в 110% від всесезонної шини. Новий символ з'явився після затвердження тесту на ефективне гальмування вже на голому льоді!

Новий рейтинг, затверджений технічним комітетом Міжнародної організації зі стандартизації (ISO 19447:2021), означає, що зимові шини тепер мають узгоджене на міжнародному рівні випробування на зчеплення на зледенілих поверхнях під час гальмування. Цей стандарт тестування, затверджений у 2021 році, дозволяє зимовим шинам з індексом зчеплення на льоду 1,18 або вище – тобто на 18 відсотків більше зчеплення, ніж у еталонної шини – отримати позначку з обледенілою гірською вершиною на боковині гуми.



Поки що нова емблема з'явилась на боковині шипованої Nokian Hakkapeliitta 10 та нешипованої Hakkapeliitta R5 останнього

покоління. Вес Болінг з Nokian каже, що під час цього тесту вони використовували різні передньоприводні автомобілі, в тому числі й Volkswagen Golf. Він також зазначив, що гума та смоли, використані в цих шинах, демонструють кращі характеристики за екстремально низьких температур, ніж у звичайних зимових шинах. Сподіваємось, що ця піктограма почне з'являтися на більшій кількості шин.

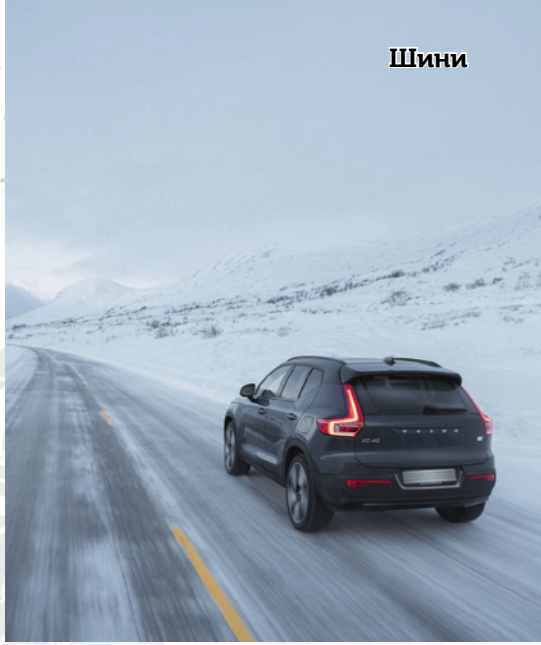
Як тестують?

Випробування повинно відбуватися на рівній поверхні полірованого льоду, який був политий водою щонайменше за годину до початку першого з трьох гальмівних тестів. Потім поверхня льоду попередньо готується за допомогою тестового автомобіля, взутого в комплект шин, які не беруть участь у тестуванні. Попередні умови вимірюються за допомогою стандартних всесезонних еталонних шин (розмірність P225/60R-16 97S відповідно до стандарту ASTM F2493), щоб переконатися, що поверхня належним чином підготовлена, фактично встановлюючи орієнтир, до якого будуть порівнюватися нові зимові шини.

Під час тесту не може йти сніг або дощ, зі зрозумілих причин слід уникати прямих сонячних променів, а вітряну погоду слід вважати несприятливими умовами. Температура повітря, яка вимірюється в метрі від поверхні, повинна бути між –15°C та +3°C, тоді як температура поверхні льоду повинна бути між –15°C та –5°C.

Тестовий автомобіль повинен бути з АБС. Баласт або додаткова вага, спеціально встановлена для збільшення навантаження на шини, не допускається, але за необхідності на тестовий автомобіль можна встановити колісні адаптери або проставки товщиною до 5,8 см. Процедура обкатки кожної тестової шини складається з щонайменше 100 км/год пробігу по сухому покриттю, яке повинно бути повністю очищеним від снігу та бруду перед початком випробувань.

Випробування проводяться на швидкості від 20 до 25 км/год з мінімум дев'ятьма спробами, при цьому береться середнє значення, яке й буде підсумковим в рейтингу.



Безпека – понад усе

Зимові шини вже царюють на дорогах України в умовах хуртовин, а шини з новим символом зчеплення на льоду, як було доведено, здатні швидше зупинити автомобіль на льоду. Слід зазначити, що еталонні шини, використані в тесті, не є зимовими шинами, а всесезонною гумою, тією самою гумою, яку використовують виробники шин, які прагнуть наносити маркування 3PMSF на свою всесезонну або зимову гуму.

Як і в будь-якій іншій ситуації, пов'язаній з важкими сніговими умовами та при ожеледиці, найбезпечніший спосіб керувати автомобілем – це бути обережним і терплячим. Це означає, що потрібно починати гальмувати перед світлофором раніше. Крім того, перед виїздом переконайтеся, що ваш автомобіль очищений від снігу. Особливо це стосується даху. І ще одна порада: якщо ваша машина білого, сірого або сріблястого кольору і йде сніг, обов'язково вмикайте фари, щоб ваш автомобіль було легше помітити.

Пам'ятайте, навіть якщо ви подумали наперед та ретельно обладнали свій автомобіль найкращими шинами для найгірших умов, керуйте з розумінням того, що багато людей на дорозі цього не зробили.

«СУЧАСНИЙ ТЕАТР» та вистава-фентезі «Шерлок»

Українські театри зустрічають нову постановку Дмитра Рачковського. Чи вдасться підкорити залу, дізнавалися наші журналісти у відомого режисера.

Чому «Шерлок»?

Хотілося зробити щось стильне та, водночас, легке. Ми розуміємо важливість української культури та творів. І нещодавно у нас була прем'єра вистави «Вій». Але я вважаю, що сучасний театр має бути різноплановим, тому вирішили звернутися до світової класики.

Дуже відомий фільм та серіал, не боїтеся не «втримати планку»?

Не боюся. Ми не конкуруємо з телебаченням. Телебачення – це одна річ, театр – зовсім інша. Простої кальки не вийде. До цього я закликаю й усіх глядачів – ніколи не порівнювати телебачення з виставою. У кожного з них свої переваги, тому просто насолоджуйтеся виставою або фільмом.

Як підбирали акторів на головні ролі?

Останнім часом у нашому театрі відбулися дві дуже гучні прем'єри – «СВІНГЕРИ» та «Афера по-українськи». До речі, користуючись нагодою, хочу запросити на ці вистави. Гарантую дві години суцільного задоволення. Так ось, виставу «Шерлок» ми зробили тим самим творчим складом, і я сподіваюсь, що вона сподобається нашому глядачу не менш.

Дедукція, елегантність, сміливість, іронія. Що від себе додали до вистави?

Гумор. Хочеться трохи підняти глядачу настрій, але не занадто. На репетиціях народжуються багато жартів, більшість з яких дуже смішні, але я розумію, що ми не можемо випадати з жанру, тому від багатьох з них доводиться відмовлятися.

І наостанок. Чому не зупинили діяльність в Україні? Багато відомих акторів кажуть, що про вас, взагалі, треба зняти фільм.

На початку війни ми, як усі, припинили свою діяльність. Але згодом, завдяки ЗСУ, потрохи почали її відновлювати. У суспільстві зараз багато точиться розмов про те, чи варто під час війни робити вистави. І дійсно, кожна з думок має право на існування. Але кожна людина має сама вирішувати, як їй справлятися зі стресом. До нас йдуть люди, яким це необхідно, і я сподіваюсь, що ми їм, хоча б трохи, у цьому допомагаємо. До того ж у держави ми не беремо жодної копійки, більше того – сплачуємо податки та підтримуємо ЗСУ. А наші працівники мають можливість годувати свої родини та донатити на армію від себе. А що стосується зняти про мене фільм... (сміється). Я не проти, навіть можу бути консультантом. Тільки спочатку потрібно придумати жанр, де є місце драмі, трилеру, детективу та, звичайно, гумору.



Матеріал підготували:
Анастасія Почерніна
Вадим Макарюк

Вітаю всіх з новорічними святами! Бажаю мира та Перемоги!

Дякую українським та бельгійським друзям за підтримку у 2023 році! Особлива подяка бельгійському письменнику Алену Ванклостеру, який видав книгу «Відліт лелек», з інтерв'ю українських біженців, куди увійшли й мої спогади про сучасні події. Дякую за організацію моїх концертів – я щаслива, що можу через мої пісні та вірші доносити до сердець європейців слова правди про Україну та українців. Дякую за співтворчість! До Нового року ми готуємо музичний подарунок – мою пісню «Серце моє», яку ми заспіваємо разом, та – «Казкова зима»!
Бажаю усім натхнення, здійснення мрій, кохання у серці та справжніх чудес! Тримаймося разом!!!



Lena Ivanova & Alain Vanclooster

Книгу можна замовити у будь-якому книжковому магазині Бельгії або в інтернеті:
https://www.bol.com/nl/nl/c/boeken-alain-vanclooster/7380369+8299/



Лєна Іванова
lenka_uragan
Lena Ivanova Chernigiv (Чернигов)
Lena Ivanova-Singer

Країна – це люди.
Тримаймося разом
Назло перепонам
І різним заразам!
Хто любить Вкраїну,
Хто в ній народився,
Чи звідкись приїхав
І тут вкоренився.
Хто різного кольору,
Різної віри,
Хто різної мови
Та любить без міри
Цю землю родючу
І спів солов'їний,
Сади ці квітучі
Моєї країни!
Нас зовнішній ворог
Не подолає,
Якщо ми єдині,
Якщо ми, як зграя,
Якщо, як кулак, ми,
А не по одинці...
Тримаймося разом,
Мої українці!!!



Що буде модно в б'юті-сфері у 2024 році?

Світ змінюється. Мода на зовнішність – теж. Згадайте, колись були популярні брови-ниточки, «прорізані рейсфедером», татуаж брів і губ, нарощене волосся і вії. У двотисячні народилася мода на хворобливу худорлявість, тепер – суспільство стає бодіпозитивним. І якщо ви хочете бути сучасною людиною, то звертайте увагу на нинішні тренди.



Зараз у моді натуральність і природність:

- **«Макіяж без макіяжу».** Як створити відчуття «без макіяжу» за допомогою мінімуму засобів? Легкий натуральний тон на зволожену шкіру, щоб вона сяяла. Трохи рум'ян. Злегка підфарбовані вії. Гель для брів. Гігієнічна помада. Готово, ви чудові! Відходять у минуле жорсткий контуринг, яскраві кольори. Завдяки «макіяжу без макіяжу» жінки виглядають свіжо й натурально.
- **Ламінування вій і брів.** Більше не потрібно знущатися над бровами: вискубувати їх у нитку, робити татуаж, малювати графічні лінії. Тепер достатньо лише підрівняти природну форму, використовувати прозорий гель або заламінувати брови, якщо хочеться «надовго». Те саме стосується і нарощених вій. Ніяких чорних пучків, у моді – свої вії, закріплені ламінуванням.
- **Натуральне волосся.** Звичайно, волосся все ще нарощують – ситуації бувають різні. Але зараз багато жінок замислюються про те, щоб відновити своє справжнє волосся і зробити його здоровим і красивим. Адже якщо зняти нарощене – що залишиться після?
- **Японський манікюр.** Цей вид манікюру набирає популярності, незважаючи на те, що йому вже понад чотириста років. Його відмінна риса – техніка роботи. Вона передбачає більш глибокий догляд. Пом'якшувальні креми, олії, ванночки, масаж для кутикули. Головне завдання – надати нігтям здорового й красивого вигляду без додаткового покриття. Так, у японському манікюрі не використовують лак. Або – прозорий, або – максимально нюдовий. У підсумку нігті виглядають короткими, доглянутими, здоровими й природними.

Дедалі більше жінок приходить до прийняття себе, турботи про своє тіло й красу за допомогою натуральних і безпечних способів.

І якщо ви хочете бути затребуваним фахівцем – не поспішайте на курси з «уколів краси» або нарощування вій. Скоро ці послуги вийдуть з моди, тож є ризик залишитися не при справах. У моді натуральна краса. І це надовго. Обирайте її для себе на кожен день у макіяжі, зачісці та робіть ставку на ті професії, що засновані на натуральності.

ЧОМУ ВАЖЛИВО КОРИСТУВАТИСЯ КОСМЕТИКОЮ ДЛЯ ВОЛОССЯ ВЗИМКУ?

Цибуля, гірчиця, лопух... і мільйони на всякі апаратні лікування. Дві крайнощі. Але є альтернатива.

Догляд за волоссям у зимовий період має певну специфіку. Перепади температур до 30-35 градусів кілька разів за день (закриті приміщення з опаленням, а потім мороз і вітер) – і ось уже потрібне застосування спеціальних засобів для догляду за шевелюрою.

Плюс ще деякі нюанси, властиві холодній порі року, які скидати з рахунків не можна:

Сухість і статика

Взимку повітря зазвичай буває сухішим, що може призвести до втрати вологи у волоссі. Косметика для волосся, така як зволожувальні маски та спреї, допомагає запобігти сухості та статичній електриці.

Захист від холоду та вітру

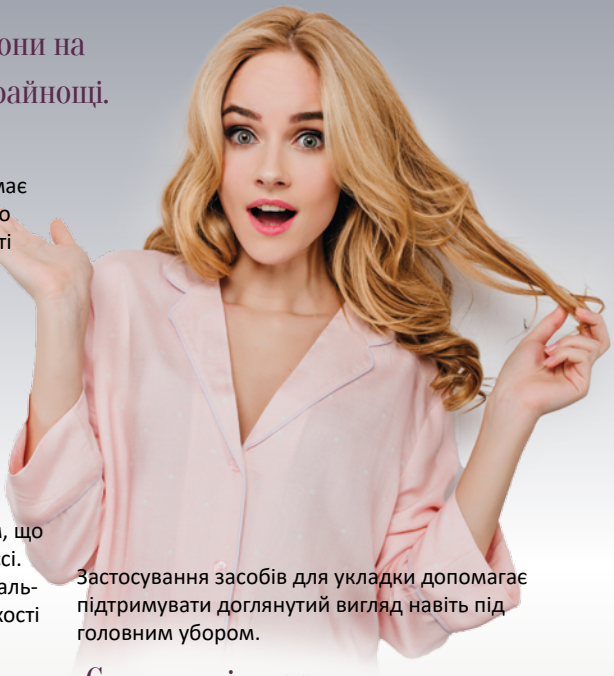
Холодне повітря і вітер можуть пошкоджувати волосся, роблячи його ламким і сухим. Застосування спеціальних засобів із захисними властивостями допомагає створити бар'єр і зменшити вплив несприятливих умов.

Зміцнення та живлення

Взимку волосся може втрачати свій природний блиск і силу через несприятливі умови. Косметика для волосся з активними інгредієнтами, такими як вітаміни та олії, допомагає зміцнити волосся, надаючи йому здорового вигляду.

Протистояння ефекту «Шерсть на шапці»

Носіння головних уборів може спричиняти статичну електрику та неслухняне волосся.



Застосування засобів для укладки допомагає підтримувати доглянутий вигляд навіть під головним убором.

Стимуляція росту

Взимку багато хто стикається з проблемою втрати волосся через нестачу вітамінів, коли звуження судин шкіри голови призводить до недостатнього надходження корисних речовин по всій довжині пасом. Косметика, багата поживними речовинами, сприяє здоровому росту волосся і зменшує його випадіння.

Волосся – це прикраса, яка завжди з вами

І за ними, як за коштовностями, потрібно ретельно доглядати. Але якщо у вас немає можливості або сил, бажання, часу на відвідування професіоналів, ви можете отримати відповідний результат, використовуючи домашній догляд високоякісною продукцією провідних фармацевтичних і косметичних компаній-виробників.

ШВЕЙЦАРСЬКА ТАЄМНИЦЯ КРАСИ

ПРОФЕСІЙНІ ФОРМУЛИ ДЛЯ ДОМАШНЬОГО ДОГЛЯДУ ЗА ВОЛОССЯМ



0% ALCOHOL & PARAFFINS FRAGRANCES • SLS / SLES • SILICONE • MINERAL OILS • COLORANTS

97-98% NATURAL ORIGIN

DERMATOLOGICALLY TESTED

DESIGNED IN SWITZERLAND CAREFUL PROTECTION

hqbeauty.com.ua H.Q.Beauty Ukraine h.q.beauty_ukraine

Ексклюзивний представник ТМ H.Q.Beauty (Аш Кью Б'юті) в Україні ПрАТ «Натурфарм»
т. 044 404 80 10, 050 384 68 03

Alpen Pharma