



У ЛьвДУВС відзначили День Прапора України

Знагоди Дня Прапора України в університеті відбулися урочистості. Курсанти на плацу вишикувалися, щоб відзначити державне свято та вшанувати всіх, хто поліг за незалежність нашої держави та її синьо-жовтий стяг.

Святкове дійство розпочалося із підняття Державного Прапора та виконання присутніми Гімну України. Після цього вихованці ЛьвДУВС та викладачі вшанували хвилиною мовчання загиблих героїв.

Ведучий події Роман Сушко, заступник начальника відділу кадрового забезпечення – завідувач відділення соціально-гуманітарної роботи, розповів курсантам про історію цього свята. За його словами, 23 серпня 1991 року, напередодні проголошення незалежності, група народних депутатів внесла великий синьо-жовтий прапор до зали Верховної Ради. На чолі



був відомий радянський дисидент та один із батьків української незалежності В'ячеслав Чорновіл. Пізніше до цієї події приурочили державне свято.

Привітав юнаків та дівчат і Юрій Назар, директор Інституту з підготовки фахівців для підрозділів Національної поліції ЛьвДУВС. «Кожен із вас, дивлячись на прапор, відчуває

гордість за те, що ви є частиною великої нації, яка зараз героїчно бореться за свою свободу. Наш стяг символізує славу не лише на науковій чи спортивній ниві, він є також символом спротиву російському агресору. Адже наші бійці йдуть у бій із прапором у руках», – наголосив Юрій Назар.

Курсантка 3-го курсу факультету № 1 Юлія Ільчишин продекламувала присутнім вірш «Наш прапор», а на завершення заходу юнаки та дівчата пройшли, карбуючи крок, під марш «Калина пам'яті».

Відділ зв'язків із громадськістю ЛьвДУВС, світлина Марії-Катерини Винарчик



ДОБРІ СПРАВИ



Курсанти власноруч створили листівки, щоб підтримати наших захисників

Задля того, щоб допомогти українським воїнам, представники ЛьвДУВС до Дня Незалежності України створили хендмейд-листівки. Їх продадуть на благодійному ярмарку, а виручені кошти скерують для допомоги захисникам.

Процес створення листівок перетворився на справжню мистецьку акцію у стінах ЛьвДУВС. Курсанти, студенти та викладачі вишу об'єдналися, щоб власноруч зробити листівки – разом вони малювали, клеїли та писали на них свої побажання воїнам. Роботи вийшли оригінальними та неповторними.

Кожен охочий може придбати такий яскравий витвір та долучитися до доброї справи. Благодійний ярмарок відбудеться за тиждень.

Відділ зв'язків із громадськістю ЛьвДУВС, світлина Марти Петрів



Вихованці ЛьвДУВС піклуються про діток

Курсанти нашого університету регулярно дбають про маленьких підопічних закладів дошкільної освіти. Цього разу молоді люди допомагали облаштовувати укриття для школи-інтернату, а також завітали до маленьких друзів із Будинку дитини № 2, щоб пофарбувати майданчик.



Третьокурсники факультету № 2 навідалися до закладу й навели там лад у підвальному приміщенні. Доки дітки на канікулах, там планують зробити ремонт, аби під час сигналу тривоги вихованці школи могли продовжувати навчання в укритті. Курсанти факультету № 2 вже багато років поспіль опікуються дітками з цього закладу, радо відвідують їх, спільно проводять час і надають потрібну допомогу.

А представники факультету № 3 теж зробили малечі приємний сюрприз і навідалися до Будинку дитини № 2, яким опікуються. Молоді правоохоронці пофарбували дитя-

чий майданчик та привезли діткам речі першої потреби.

«Ми зобов'язані зробити все для того, аби покращити умови життя цих дітей. Я і мої колеги розуміємо, що можемо допомагати не лише матеріально, а й облагороджувати територію, на якій малеча грається. Хотілося б, щоб більше людей відвідували дитячі будинки. Вважаю, що кожен протягом тижня може знайти якийсь день, аби подарувати діткам увагу та тепло», – вважає третьокурсниця Дарина Фотіна.

*Відділ зв'язків із громадськістю ЛьвДУВС,
фото надані курсантами*

Вебінар від Консультативної місії Європейського Союзу

Вихованці Львівського державного університету внутрішніх справ стали учасниками вебінару під назвою «Належне врядування у секторі цивільної безпеки», який проводив експерт КМЄС Павло Білак. Він пояснив молодим правоохоронцям, чим є належне врядування («good governance») у контексті конструктивної діяльності влади, а також розповів про принципи врядування, яких дотримуються ООН, Рада Європи та ЄС.

За словами фахівця, врядуванням є використання економічної, політичної та адміністративної влади для управління справами держави на всіх рівнях, а також процес керування публічними і спільними ресурсами з боку громадських інституцій.

«Належне управління не робить будь-які рішення влади автоматично правильними. Найвищого рівня врядування можна досягнути тоді, коли його принципів чітко до-

тримуються у діяльності організації», – наголосив Павло Білак.

До вебінару приєдналися другокурсники й третьокурсники факультетів № 1, № 2 і № 3. Крім того, до події долучилися вихованці Донецького державного університету внутрішніх справ.

*Відділ зв'язків із громадськістю ЛьвДУВС,
фото Марти Петрів*





Як говорити з людьми, що пережили травмувальні події: практичні поради вихованцям ЛьвДУВС

Ще до повномасштабної війни українські військові, які захищали Україну в зоні АТО/ООС, зіткнулися із посттравматичним синдромом, що наставав після важких воєнних подій. Однак після 24-го лютого вплив війни відчув на собі чи не кожен громадянин – хтось здригається від голосних звуків, що нагадують свист чи вибух, а хтось був змушений побачити жах бойових дій на власні очі. Редакція газети «Мій ЛьвДУВС» підготувала для курсантів практичні поради щодо того, як варто спілкуватися із людьми, які пережили психологічну травму.

Слухайте і чуйте

Якщо ви зустріли людину (військового чи цивільного), яка зазнала жаху війни, й має бажання розповісти вам про це, то насамперед слухайте стільки, скільки зможете. Не перебивайте й не змінюйте тему, адже іноді для травмованої особи важливо виговоритися, поділитися емоціями та бути поміченою. Водночас дбайте й про своє психологічне самопочуття – розмова може тривати доти, доки ви маєте на це внутрішній ресурс.

Під час такої розмови підтримати людину можна словами «Мені шкода, що вам випало це пережити», «Співчуваю, вам довелося пройти через жакливі речі», «Я можу не цілком розуміти те, що ви пережили, але я поруч і готовий допомогти», «Ви робите достатньо» тощо. Найгірше, що можна сказати у такій розмові – це «Та ви перебільшуєте», «Не вигадуйте дурниць», «Декому й гірше було, чого ви скаржитеся», «Все буде добре» і особливо «Я вас розумію». Остання фраза прозвучить фальшиво.

Не розпитуйте про деталі

Якщо людина не згадує деталей психотравмальної події, то вам не варто цікавитися цим. Розмови про бойові дії чи життя в окупації можуть містити чутливі тригер-моменти, тому уникайте питань на кшталт «Як ви залишали свій дім?», «Скільки разів ви потрапляли під обстріл?», «Скільки ворогів вам вдалося вбити?» (якщо розмовляєте із військовим) тощо. Крім

того, важливо не фокусуватися на емоціях і не ставити банальних запитань на кшталт «Вам було страшно?», «Ви думали, що помрете?», «Шкода було виїжджати з рідного міста?». Такі фрази можуть занурити людину у важливий психоемоційний стан, і вона почуватиметься гірше.

Перемкніть увагу людини, якщо вона провалюється у переживання

У будь-якій розмові з людиною, що на власні очі бачила війну, може настати момент, коли вона почне «тонуть» у спогадах і негативних

емоціях. У такі моменти важливо відволікти її увагу на щось інше. Наприклад, на конкретні дії – подати якусь річ, допомогти вам із чимось, описати те, що вас оточує. Або запитайте про те, що є актуальним саме в той момент – «Ви не знаєте, до котрої години ходять тролейбуси?», «Вам не спе-

котно/не холодно?», «Ви не голодні?», «Як вам місто?», «Як довго ви вже тут перебуваєте?» тощо.

Якщо ваш співрозмовник – військовий, не намагайтеся показувати йому, що маєте особливе до нього ставлення. Говоріть з ним, як зі звичайною людиною, але не давайте порад. По-справжньому допомогти солдатові, який страждає на ПТСР, може лише психотерапевт.

Коректно завершіть розмову

Ви можете відчувати страх чи дискомфорт, коли слухаєте про жахливий досвід іншої людини. Тому не проявляйте чуйності і співчуття силоміць, бо це зашкодить і вам, і співрозмовнику. Краще вибачитися й сказати, що вам важко слухати деталі, й ви не можете повністю зрозуміти горе людини.

Завершувати завжди варто чимось хорошим – наприклад, можете похвалити співрозмовника за його стійкість і сказати, що пишаєтеся ним.

Максим Чухліб

Джерела – kufer.media, nashkiev.ua, varosh.com.ua

Фото – Тімоті Фадек для CNN

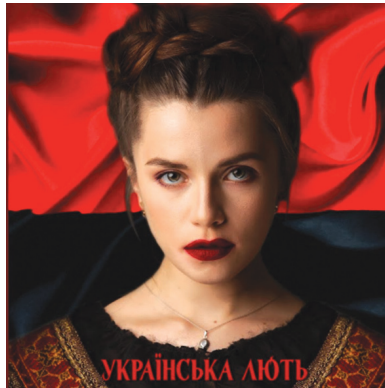




П'ять українських пісень війни, які має послухати кожен

Спеціально для здобувачів університету редакція газети «Мій ЛьвДУВС» знайомитиме із п'ятьма найкращими українськими піснями війни, що вийшли після 24-го лютого 2022 року. Вони піднімають бойовий дух, а інколи й дозволяють вивільнити негативні емоції, накопичені протягом російського вторгнення. Деякі ви вже точно чули, а з певними композиціями ми познайомимо вас вперше.

версією. Не всі знають, що насправді ця композиція є кавером на італійську партизанську пісню «Bella ciao!». Однак текст про «джавеліни й байрактари» добре ліг на стару мелодію.



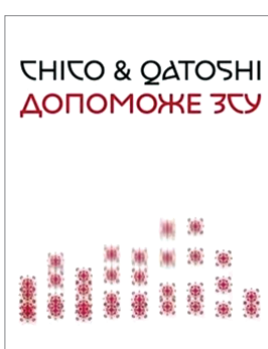
SadSvit – «Касета»

Композиція 18-річного виконавця із Франківська вийшла ще до війни, однак після 24-го лютого стала мегапопулярною. Полк «Азов» використав її у своєму відео з кадрами боротьби за Маріуполь. Воно набрало кілька мільйонів переглядів, і SadSvit став відомим на цілий світ. «Касета» – це романтичний постпанк, подібний до стилю раннього Скрябіна.



Chico, Qatoshi – «Допоможе ЗСУ»

Коротенький трек, який можна запам'ятати завдяки фразі «Орка тіло ляже в ґрунт, допоможе ЗСУ!», ненав'язливим читанням та чіпким виконанням бітом. Звучав вже, напевно, із кожної магнітоли.



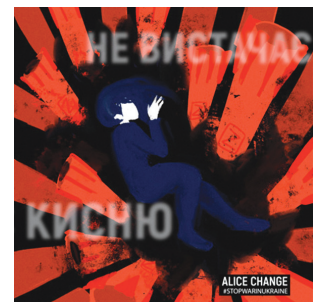
Oisho BTZ – «Залужний мутить двіж»

Генерал Валерій Залужний став новітнім героєм української незалежності. Ним захоплюються не лише пересічні громадяни, а й відомі бітмейкери – ось, наприклад, Oisho BTZ зробив бадьорний трек, завдяки якому любиш Залужного ще більше.



Alice Change – «Не вистачає кисню (Хто тепер нацисти, а?)»

Ще одна молода виконавиця, яка стала відомою вже після початку повномасштабної війни – її потужний трек «Не вистачає кисню» завірусився у TikTok. У ньому вона гнівно звертається до росіян, вірить у ЗСУ, і водночас зізнається, що іноді їй не вистачає кисню для того, щоб читати новини з фронту.



Максим Чухліб

Курсанти ознайомилися із сучасним мистецтвом

Третьюкурсники факультету № 3 відвідали галерею новітнього сакрального мистецтва ICONART, що спеціалізується на роботах сучасних іконописців.

Вихованці університету оглянули виставку мисткині Уляни Нищук під назвою «Колір». Курсанти були вражені сучасною інтерпретацією релігійних сюжетів, переосмислених художницею у контексті повномасштабного російського вторгнення.

Також юнаки та дівчата відвідали виставку знищеної російської військової техніки на площі Ринок, що має назву «Вистоймо, переможемо!». Наживо побачивши результати роботи україн-



ських захисників, молоді правоохоронці надихнулися вірою у перемогу України над окупантами.



Відділ зв'язків із громадськістю ЛьвДУВС, світлина надані курсантами