Мій ЛьвДУВС

ГАЗЕТА ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

www.lvduvs.edu.ua
my.lvduvs@gmail.com

№ 13, 16 липня 2024 року

«Військовий фактаж. Очима воїна»:

у ЛьвДУВС започаткували подкаст з історіями українських захисників і захисниць

Гостем першого епізоду став керівник рекрутингового центру бригади «Азов» у Львові Андрій Лазорко із позивним «Синевир».

У розмові з авторкою та ведучою проєкту, фахівчинею відділення соціально-гуманітарної роботи ВКЗ Кароліною Скакуновою він розповів про свій бойовий шлях та поділився думками про військово-патріотичне виховання молоді. Зокрема відзначив, що велику роль тут відіграє діалог з військовими.

Андрій Лазорко доєднався до бригади «Азов» у липні 2022-го. Воював на Донеччині та Луганщині, був двічі поранений.

Зараз активно займається просвітницькою діяльністю серед школярів та здобувачів освіти, організовує зустрічі із військовими та вишколи.

Переконаний, що справжній патріот має добре знати історію своєї країни й той шлях, який пройшли попередні покоління у боротьбі за нашу свободу та незалежність.

Головною метою подкасту, як зазначила авторка проєкту Кароліна Скакунова, є налагодження комунікації між військовими та цивільними. Він має стати платформою, де захисники ділитимуться з молоддю своїм досвідом та знаннями.

Повну версію подкасту можете переглянути за QR-кодом. Радимо слідкувати за соцмережами ЛьвДУВС, щоб не пропустити наступні випуски.

ВЗГ ЛьвДУВС,
світлина Галини Лемішко



Випускники факультету № 3 отримали дипломи бакалаврів

У Львівському державному університеті внутрішніх справ відбувся випуск здобувачів освіти, які навчалися за спеціальністю «Правоохоронна діяльність».

На початку події присутні спільно виконали Державний Гімн України. А після цього – вшанували хвилиною мовчання пам'ять полеглих Героїв, а також мирних громадян, які загинули внаслідок збройної агресії рф проти України.



Очільник ЛьвДУВС Роман Благута і керівник Інституту з підготовки фахівців для підрозділів Національної поліції Юрій Назар урочисто вручили дипломи випускникам. Вони подякували молоді за сумлінність у навчанні й побажали успіхів у розбудові держави.

«Сьогодні у вас свято й початок нового етапу у житті. Три роки тому ви обрали наш університет і цю освітню програму, сумлінно здобували знання й нині отримали дипломи бакалавра. Дякую кожному і кожній за те, що, попри труднощі, залишились вірними своїй мрії та не зійшли з обраного шляху. Бажаю вам невпинно працювати над собою й ніколи не



йти на компроміс із власним сумлінням. Пам'ятайте, що бути відданим служінню своєму народові – найвище благо для громадянина!», – звернувся до молоді ректор ЛьвДУВС Роман Благута.

Зі словами подяки виступила голова студентського самоврядування 3-го курсу факультету № 3 Ольга Кіслова.

«Ми зараз тут завдяки нашим воїнам, їхній мужності, самопожертві та відданості. Вони є справжніми Героями, тож велика вдячність їм за наше сьогодення й майбутнє. Також щиро дякуємо керівництву університету за доступну й якісну освіту, створення умов в отриманні знань та практичного досвіду. Спасибі викладачам, які супроводжували нас впродовж цих трьох років, підтримували й допомогли зрозуміти, що немає нічого неможливого, якщо вірити у свої сили й наполегливо працювати для досягнення результату. Безмежно вдячні своїм батькам, котрі були для нас підтримкою й мотивували на цьому шляху», – зазначила Ольга Кіслова.

Наприкінці заходу юнаки та дівчата зробили спільне фото на пам'ять про цей день.

У добру путь, випускники! Щиро вітаємо вас із цією важливою подією у вашому житті й бажаємо успішно реалізуватися у майбутній професії! Нехай спогади про неповторні студентські роки завжди залишаються у вашій пам'яті!

ВЗГ ЛьвДУВС,
світлини Діани Паук

Дружня підтримка

У ЛьвДУВС продовжують впроваджувати проєкти на підтримку ветеранів та учасників бойових дій. Нещодавно на базі вишу започаткували програму розвитку ветеранського спорту, у рамках якої викладачі кафедри спеціальної фізичної підготовки проводять тренування для ветеранів та учасників бойових дій, які отримали поранення на фронті й зараз проходять реабілітацію.

Такі заняття відбуваються щотижня на локації вишу по вулиці Кривоноса, 1. Тут ветерани, учасники бойових дій та їхні родини мають змогу займатися різними видами спорту – міні-футболом, настільним тенісом, фітнесом, оздоровчим бігом та гирьовим спортом.



Світлина Діани Паук

Крім цього, на базі університету вже понад рік реалізується проєкт «Автошколи для осіб з інвалідністю», що допомагає незламним Героям повернутися до активного життя й опанувати навички кермування авто із ручним управлінням. За час реалізації проєкту випускниками Автошколи на базі ЛьвДУВС стали 15-ть слухачів. Усі вони успішно склали іспити у Сервісному центрі МВС та одержали водійське посвідчення.

У нашому виші ветерани можуть отримати психологічну допомогу й підтримку, а також звернутися за юридичною консультацією.



Аби дізнатися більше про послуги для ветеранів та їхніх родин, телефонуйте: **093-12-41-955**.

А ще вихованці ЛьвДУВС регулярно відвідують військові госпіталі, аби підтримати наших захисників.

Нещодавно другокурсники факультету № 1 побували в одному із львівських шпиталів та поспілкувалися із військовослужбовцями, які отримали важкі поранення на війні й наразі проходять реабілітацію.

Здобувачі освіти принесли для наших оборонців смаколики й поговорили на різні теми. Захисники поділилися історіями з фронту, пригадали своїх побратимів та їхні відважні вчинки. А курсанти розповіли про проєкти, які впроваджують у нашому університеті, аби підтримати українських воїнів та їхні родини.

Також на базі ЛьвДУВС діє проєкт МВС «Дружня підтримка», метою якого є допомога українським захисникам і захисницям, а також їхнім родинам. У рамках цієї благодійної ініціативи наші курсанти вчергове стали донорами. Цього разу вони здали кров у одному із госпіталів, де проходять лікування військовослужбовці ЗСУ.

Дякуємо нашим Героям за те, що мужньо боронять нас від ворога й щодня наближають Перемогу! Бажаємо швидкого одужання й запрошуємо до нашого вишу!

Відділ зв'язків з громадськістю ЛьвДУВС

На Львівщині ще один учасник проєкту «Автошколи для осіб з інвалідністю» отримав посвідчення водія

Михайло Шалавило навчався в Автошколі на базі Львівського державного університету внутрішніх справ. Нещодавно він успішно склав практичний іспит у Сервісному центрі МВС та отримав посвідчення водія категорії «В».

Михайлу 21 рік, він родом із Яворівщини. Отримав інвалідність ще у дитинстві, коли медики виявили у нього порушення опорно-рухового апарату.

Хлопець розповів, що давно мріяв одержати посвідчення водія. Тож, коли дізнався від знайомих про Автошколу у ЛьвДУВС, одразу ж зателефонував до вишу.

Михайло успішно пройшов теоретичний курс, а після цього – навчання із практики. Каже, що враження про проєкт – лише найкращі.

«Дуже зручно, що теорія доступна у дистанційному форматі. Не треба витрачати час на доїзд до Львова. Практичний курс теж сподобався. Інструктор усе доступно пояснював. І занять якраз достатньо, аби почуватися впевнено за кермом», – зазначив Михайло.

Він успішно склав практичний іспит та отримав посвідчення водія.



«Така ініціатива дуже корисна. Декілька знайомих питали про мої враження від навчання в Автошколі і за моїми рекомендаціями теж стали учасниками цього проєкту», – додав Михайло.

Хлопець розповів, що відтепер зможе добиратися на роботу службовою автівкою, адже працює в іншому населеному пункті, а транспорт туди їздить не часто.

Нагадаємо, «Автошколи для осіб з інвалідністю» – проєкт, що реалізується МВС України у рамках ініціативи Першої леді Олени Зеленської «Без бар'єрів». Його метою є створення рівних можливостей для кожного й кожної, хто бажає навчитися керувати автомобілем.

У Львові така Автошкола діє за адресою: вул. М. Кривоноса, 1. Аби дізнатися більше – телефонуйте: **067-712-61-81**.

Відділ зв'язків з громадськістю ЛьвДУВС, світлини Юлії Бундз



Відпочинок під час канікул: поради від психолога

Канікули – це час для відпочинку, відновлення сил та отримання нових вражень. Однак часто, через неправильне планування або відсутність чіткого розуміння, як відпочивати, ми повертаємося до навчання чи роботи виснаженими. Психологи радять підходити до відпочинку свідомо, аби отримати від нього максимальну користь. Завідувач відділення психологічного забезпечення ВКЗ Павло Чайка ділиться кількома порадами, які допоможуть вам відпочити правильно.

1. Плануйте

Хоча канікули асоціюються з відсутністю розкладу, структурування відпочинку може дати свої плоди. Психологічні дослідження свідчать, що планування діяльності допомагає знизити рівень тривоги і стресу. Заздалегідь складіть список справ, які хотіли б виконати. Не обов'язково детально розписувати кожен день, але варто мати загальне уявлення про те, чим ви будете займатися. Це дозволить уникнути марнування часу та допоможе знайти баланс між активним і пасивним відпочинком. Але не перестарайтеся, все-таки канікули – це про відпочинок, а не перегони, де треба встигнути все.



Іноді плани можуть змінюватися, і це теж нормально. Відпустка повинна приносити радість і задоволення, тому не варто засмучуватися, якщо щось йде не так, як заплановано. Будьте відкритими до нових можливостей і не бійтеся експериментувати!

2. Встановлюйте пріоритети

Важливо визначити, що саме для вас означає відпочинок. Це може бути час, проведений з родиною, подорожі, заняття улюбленими хобі чи просто читання книги на свіжому повітрі. Зрозумівши свої пріоритети, ви зможете краще організувати свій час і отримати від відпочинку максимум задоволення.

Не намагайтеся відповідати чиїмось очікуванням щодо того, як ви повинні відпочивати. Враховуйте свої власні потреби та бажання. Якщо ви відчуваєте, що вам потрібно більше часу на сон, не соромтеся це зробити. Якщо вам хочеться провести день наодинці, дайте собі таку можливість.

3. Зберігайте режим

Під час відпустки важко підтримувати звичний режим дня. Це й не дивно, адже під час канікул може виникати спокуса пізно лягати спати, або, приміром, пропустити тренування. Однак важливо не втратити ритм свого життя повністю. Їжте вчасно, займайтеся спортом і висипайтеся – це допоможе тримати ресурс у тонусі, зберігати енергію і гарний настрій. Завдяки цьому вам буде легше входити у робочий ритм.

4. Не забувайте про активний відпочинок

Фізична активність – це чудовий спосіб зняти стрес і покращити настрій. Займіться спортом, прогуляйтеся на свіжому повітрі або спробуйте щось нове. Це не лише допоможе зберегти фізичну форму, відновити тіло і розум, втомлені після довгої роботи, але й покращить загальне самопочуття.



5. Психологічне розвантаження

Дозвольте собі відпочити не лише фізично, але й психологічно. Це можуть бути читання книги, медитація, малювання або інші заняття, що приносять вам задоволення і дозволяють відволіктися від повсякденних турбот. Важливо знайти час для того, щоб «перезавантажити» свій розум.

6. Спілкування

Проводьте час із друзями та родиною. Спілкування є важливим фактором для підтримання емоційного добробуту. Організуйте зустрічі з близькими, проводьте час разом, але також залишайте час для себе, аби не відчувати перевантаження.

7. Цифровий детокс

Сучасний ритм життя часто змушує нас бути постійно на зв'язку, але для якісного відпочинку необхідно навчитися відмовлятися від гаджетів, адже вони можуть бути джерелом стресу й інформаційного перенавантаження. Спробуйте провести хоча б кілька годин на день без телефона, комп'ютера та інших пристроїв, особливо перед сном. Це допоможе вам краще зосередитися на своїх відчуттях і насолоджуватися моментом.

8. Пізнавайте нове

Канікули – це чудовий час для того, щоб розширити свій світогляд. Почніть вчити нову мову, відвідуйте музеї, кінотеатри чи виставки. Нові враження та знання дарують позитивні емоції та збагачують ваш досвід.

9. Насолоджуйтесь моментом

Під час відпочинку важливо зупинитися і насолодитися моментом. Навчіться цінувати кожну хвилину, проведену під час відпустки. Це допоможе вам повернутися до навчання чи роботи з новими силами та натхненням.



Розмовляла Яна Гавришко,
зображення з інтернету

Місця, які варто відвідати влітку

Канікули у розпалі. Саме час для активного відпочинку. Поблизу Львова є багато чудових місць, де можна побувати, аби дізнатися щось нове і відволіктись від міської метушні. В усі ці місця можна потрапити автомобілем або громадським транспортом і наповнитися приємними емоціями та незабутніми враженнями. Тому ми підготували для вас добірку цікавих місць Львова та області, які радимо відвідати.

Ведмежий притулок «Домажир»



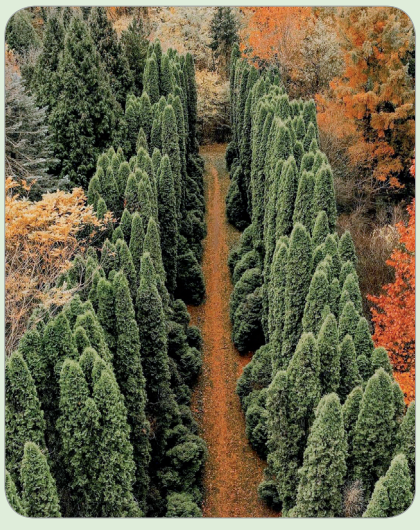
В Яворівському районі, поблизу села Домажир, в 20 км від Львова, знаходиться ведмежий реабілітаційний центр, метою якого є допомога та порятунок ведмедів із притравлювальних станцій, пересувних зоопарків, цирків, готелів та ресторанів.

Площа притулку 20 га, тож умови для утримання тварин тут максимально наближені до природних. Кожен ведмідь має свій особистий вольєр площею мінімум 1 тис квадратних метрів.

Поміж вольєрами збудовані спеціальні туристичні доріжки, тож всі охочі можуть спостерігати, як живуть бурі ведмеді у живій природі. Для охорони і надійного утримання звірів по периметру огорожі встановлено систему електричного захисту.

Ведмежий притулок Домажир – це не лише місце, де живуть врятовані тварини, а й великий освітньо-відпочинковий простір, де можна взяти участь у цікавих заходах для дітей та дорослих, смачно поїсти в кафе, приємно і корисно провести час з друзями та сім'єю.

Арборетум у селі Страдч



Всього лише за 17 км від Львова, у місцевості через яку протікає річка Верещиця, на Страдецькій горі розташоване невеличке село Страдч.

Окрім сакральних пам'яток, тут також є Арборетум – дендрологічний парк, що є структурним підрозділом Ботанічного саду Національного лісотехнічного університету України.

Він виконує роль лісової дослідницької станції. Всього п'ять хвилин пішої прогулянки від головної траси Львів-Краковець до парку і ви потрапляєте в цю казкову місцину.

Дендропарк має чудове розташування, на горбистому плоскогір'ї Розточчя. Основна мета Страдчівської лісової науково-дослідної станції – вивчити лісові насадження Розточчя, збільшити їхню продуктивність, біорізноманіття, зберегти та поповнювати колекційні насадження Страдчівського арборетуму. На території парку на сьогодні росте близько 350 представників деревної флори і стільки ж видів трав'яної.

Та найбільше захоплює алея дугласій Мензиса, разом із різними видами туї. Ця композиція у вигляді геометричної фігури, яка висаджена деревно-чагарниковими групами за ландшафтним принципом, захоплює і зачаровує.

Шевченківський гай



Це – музей під відкритим небом, розташований недалеко від центру Львова, де ви можете відпочити та прогулятись територією й ознайомитися із традиційною українською архітектурою та культурою. Тут ви можете побачити близько 120-ти пам'яток народної архітектури із західних регіонів України. Вся територія Шевченківського гаю поділена на шість маленьких сіл, в яких зібрані експонати із певних регіонів: Бойківщини, рівнинного Закарпаття, Лемківщини, Львівщини, Буковини, Покуття, Гуцульщини, Полісся, Волині. Такі ж самі назви мають і мінісела.

На території музею ви зможете зайти до хати, яку було побудовано ще у 1749-му році. А ще більше відчути атмосферу давнини допоможуть водяний млин, вітряк, сукновальня, тартак, кузня та олійниця, які тут розташовані.

На різних локаціях музею регулярно проводяться майстеркласи із гри на автентичних музичних інструментах, ткацтва, миловаріння, виготовлення олії, випічки хліба в печі.

Підгорецький замок

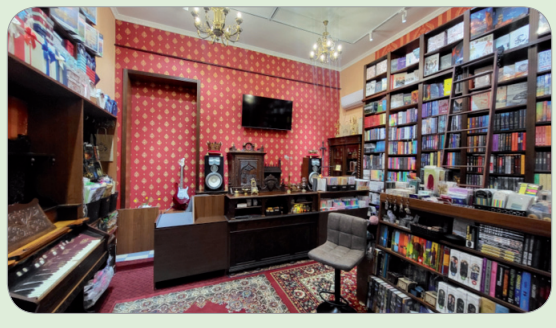


Це один із наймальовничіших замків Львівщини, від якого віє духом давнини і містики. Замок було збудовано упродовж 1635–1640-го років під керівництвом архітектора Андреа дель Аква за вказівкою коронного гетьмана Станіслава Конєцпольського.

Підгорецький замок за формою нагадує квадрат із довжиною сторони близько 100 метрів. Із трьох сторін – східної, південної та західної – його оточують п'ятикутні бастіони та глибокий рів. В'їзд до замку був обрамлений великою аркою з двома колонами. Північну терасу палацу прикрашали скульптури та балюстрада.

Архітектурний ансамбль замку доповнює красивий парк, виконаний в італійському стилі, де можна прогулятися і насолодитися мальовничими краєвидами.

Книгарня артефактів у Львові



Ця кигарня відкрилася відносно нещодавно на вулиці Личаківській, 9. Вона має свій оригінальний казковий стиль. Комусь він нагадує фільми про Гаррі Поттера, комусь – середньовічні замки, але це точно щось магічне. Тут є багато антикварних меблів, які власниця збирала протягом довгого часу. Родзинка інтер'єру – музичний інструмент фісгармонія. Якщо пощастить, то можна навіть почути, як вона звучить. Книгарня позиціонує себе як комфортне місце для інтровертів. Якщо ви не хочете ні з ким спілкуватися, то просто берете чорну корзинку і продавець-консультант до вас не звертатиметься, аж поки ви самі не заговорите.

Підготувала Яна Гавришко,
за інформацією ресурсу «INSIDE-UA»

Мій ЛьвДУВС
Газета Львівського державного університету внутрішніх справ

Засновник і видавець – Львівський державний університет внутрішніх справ. Ідентифікатор медіа R30-04947.

Редакційна колегія: Василь Франчук, Галина Лемішко, Яна Гавришко, Галина Шушняк.

Вартість часопису: на рік – 396 грн 00 коп. Оплата за приймання передплати: на рік – 15 грн 00 коп. Часопис виходить двічі на місяць. Передплатний індекс 91301.

Банківські реквізити: ЛьвДУВС, р/р UA 258201720343141004200000729 UA 098201720343150004000000729 в Банк – Державна казначейська служба України, код ЄДРПОУ 08571995, ІПН 085719913041, св. платника ПДВ № 17864231.

Адреса редакції: 79007, м. Львів-7, вул. Городоцька, 26. my.lvduvs@gmail.com, тел.: (032)258-63-25. Зверстано у часописі «Мій ЛьвДУВС». Віддруковано у ТзОВ «Простір-М». Підписано до друку 12.07.2024 р. Тираж 1110.