



ALMA MATER

Вісник Державного навчального закладу «Чортківське вище професійне училище»



СІЧЕНЬ

№ 23

СІЧЕНЬ 2025



**Олег
Іванілов**
директор

Шановні колеги та учні нашого навчального закладу!

Щиро вітаю Вас із прийдешнім Новим роком! Це свято завжди наповнює наші серця теплом, надією та радістю. Це час, коли ми підбиваємо підсумки року, що минає, і будуємо плани на майбутнє. Рік, що минув, приніс нам нові виклики, досягнення і досвід. Разом ми змогли подолати труднощі, досягти професійних успіхів та зробити ще один крок уперед. Дякую кожному з Вас за наполегливу працю, ініціативність, прагнення до знань та спільний внесок у розвиток нашого закладу. Саме завдяки Вашим зусиллям і відданості ми продовжуємо створювати атмосферу довіри, підтримки та розвитку.

Нехай у Новому році здійснюються Ваші найзаповітніші мрії, а кожен день приносить натхнення та задоволення від роботи та навчання. Бажаю Вам і Вашим родинам міцного здоров'я, миру, добробуту та любові. Хай цей рік стане для всіх нас часом нових можливостей, досягнень і щасливих моментів.



ПАМ'ЯТАЄМО

16 січня – День пам'яті захисників
Донецького аеропорту



16 січня – День вшанування захисників Донецького аеропорту. Саме у ці дні, 10 років тому, завершилася героїчна оборона ДАПу, що тривала 242 дні. Спочатку аеропорт був сучасним транспортним вузлом, оновленим до Євро – 2012. Проте в умовах війни він перетворився на руїни, які назавжди увійшли в історію, як символ героїчної боротьби.

Захисників аеропорту почали називати «кіборгами». Це прізвисько закріпилося після того, як ворог визнав, що українські воїни настільки сильні, що «не люди, а кіборги». Тоді наші воїни продемонстрували неабияку мужність, сталевий дух та надзвичайну витримку. Вони стали справжнім символом неймовірної стійкості та відваги українського народу, який і досі продовжує героїчно боротися за незалежність своєї країни. У рядах захисників були представники різних військових підрозділів: Збройні Сили України, Національна гвардія, добровольчі батальйони.

Незважаючи на численні атаки, артилерійські обстріли, хімічні атаки та складні умови бою, захисники тримали оборону до останнього. Навіть після того, як будівля старого і нового

терміналів була повністю зруйнована, вони продовжували боротьбу.

За офіційними даними, під час оборони Донецького аеропорту загинули понад 200 українських воїнів, ще сотні зазнали поранень. Втрати противника були значно більшими, але головною ціною стала втрата українських героїв.

Оборона Донецького аеропорту зірвала плани російських загарбників й скувала дії ворожих військ, закарбувавши в пам'яті, як одна зі знакових сторінок сучасної міліарної історії. Приклад «кіборгів» продовжує надихати нове покоління захисників та захисниць на здобуття перемог в ім'я України!

Символом пам'яті став вислів: **«Кіборги вистояли – не вистояв бетон»**, який нагадує про мужність і силу духу захисників. Пам'ять про героїв Донецького аеропорту допомагає нам зрозуміти, що свобода вимагає боротьби, а сила нації полягає у єдності та відданості своїй країні.

Бібліотекар: Ольга Петрів

ВІДЗНАЧАЄМО

22 січня- День Соборності України

День Соборності України – це національне свято, яке відзначається щороку 22 січня на честь проголошення Акту Злуки Української Народної Республіки (ЗУНР) у 1919 році.

Історична довідка

Після падіння російської імперії та Австро-Угорщини українські землі опинилися у складі різних держав. На території Наддніпрянської України було створено УНР, а в Галичині, Буковині та Закарпатті – ЗУНР. Усвідомлюють спільну національну ідею, обидві республіки прагнули об'єднання.

22 січня 1919 року у Києві на Софіївській площі було урочисто проголошено Акт Злуки, який засвідчив об'єднання двох українських держав в одну – соборну Україну. Ця подія стала символом національної єдності та прагнення українців до створення незалежної держави.

Акт Злуки став важливим кроком у процесі державотворення України. Попри складні історичні обставини та зовнішні загрози, ця



подія заклала фундамент для подальшого відродження незалежності України.

День Соборності є символом єдності українських земель і нагадує про те, що лише в єдності народ може бути сильним і захищеним.

День Соборності офіційно відзначається в Україні з 1999 року. Однією з традицій є створення «живих ланцюгів» єднання, що символізують соборність українських земель. Перший такий ланцюг було організовано 21 січня 1990 року, коли понад мільйон українців взяли за руки, з'єднавши Київ і Львів.



Цей день нагадує кожному з нас про важливість збереження єдності, незалежності та суверенітету нашої держави.

Бібліотекар: Ольга Петрів

ПАМ'ЯТАЄМО

Бій під Крутами – символ героїзму української молоді

29 січня 1918 року відбувся бій під Крутами, який став однією з найтрагічніших і водночас героїчних сторінок української історії. Ця



подія символізує жертвність, патріотизм та готовність української молоді захищати свободу і незалежність своєї Батьківщини навіть ціною власного життя.

29 січня 1918 року біля залізничної станції Крути, за 130 кілометрів від Києва відбувся бій між українськими військами чисельністю близько 400 осіб, серед яких було 300 студентів і гімназистів, та більшовицькою



армією, яка налічувала близько 4 тисячі осіб. Під час бою загинуло близько 250 українських вояків, серед них – значна кількість студентів, які після бою потрапили в полон. Вони відмовилися здатися та були жорстоко страчені більшовиками. Ці молоді герої стали символом відданості України. Один із них, Павло Тичина написав про це зворушливий вірш «Пам'яті тридцяти».

Бій під Крутами мав велике моральне та символічне значення. Хоча він не зміг повністю зупинити більшовицький наступ, ця подія стала прикладом безмежної відваги та

самопожертви заради рідної землі. Крути стали символом боротьби за незалежність і надихнули наступні покоління українців. Ця подія нагадує, що свобода завжди вимагає жертвності та зусиль.

Бій під Крутами – це урок, який вчить нас, що сила нації полягає у готовності її громадян захищати свою державу. Цей героїчний подвиг назавжди закарбований у пам'яті українського народу.

«Любть Україну, як сонце любить...» Ці слова – нагадування про те, за що боролися і гинули герої під Крутами. Вони стали прикладом для всіх, хто прагне вільного і мирного майбутнього для своєї країни.

Викладач історії: Юрій Шамрило

КОРИСНІ ПОРАДИ ЯК ПРАВИЛЬНО ОРГАНІЗУВАТИ СВІЙ ДЕНЬ



Чи трапляється так, що ви не встигаєте зробити домашнє завдання, підготуватися до контрольної або знайти час на улюблені справи? Відповідь проста: вам потрібно навчитися правильно організувати свій день. Ось кілька порад, які допоможуть стати продуктивнішими та уникнути стресу.

1. Плануйте свій день

Щоранку або ще краще – щовечора, складайте список справ. Виділіть головні завдання та дрюгорядні. Наприклад:

- Виконати домашнє завдання;
- Підготуватися до контрольної;
- Прочитати 10 сторінок книги;
- Вийти на прогулянку.

2. Визначте пріоритети

Не варто намагатися зробити все одразу. Розставте справи за важливістю. Спочатку виконайте найважливіші завдання, а потім переходьте до менш значущих.

3. Дотримуйтеся режиму дня

Наш організм любить стабільність. Намагайтеся прокидатися та лягати спати в один і той же час. Сон – це основа продуктивності, тому спіть не менше 8 годин.

4. Робіть перерви

Якщо ви виконаєте домашнє завдання або готуетесь до контрольної, не забувайте робити короткі перерви. Наприклад, після 40-50 хвилин роботи можна відпочити 10 хвилин. Це допоможе мозку працювати ефективніше.

5. Менше гаджетів – більше часу

Смартфони та соціальні мережі відволікають нас від важливих справ. Вимкніть зайві повідомлення або встановіть ліміт на використання соцмереж під час навчання.

6. Вечір – час для підготовки

Перед сном підготуйте рюкзак, виберіть одяг на завтра, щоб вранці не витратити час.

Отже, організованість – це ключ до успіху. Якщо дотримуватися цих порад, ви встигатимете більше, будете менше хвилюватися і знайдете час для улюблених занять.

Учениця групи 36: *Тетяна Бонк*

СТОРІНКА ПСИХОЛОГА

ЯК ВПОРАТИСЯ З НАВ'ЯЗЛИВИМИ ДУМКАМИ

Нав'язливі думки — це часте явище, яке може заважати життю, вносити хаос у свідомість і створювати відчуття тривоги. Але є способи, як з ними впоратися.

Прийміть їх, але не зосереджуйтеся.

Нав'язливі думки — це просто думки. Вони приходять, але не обов'язково мають керувати вашим настроєм чи поведінкою. Просто визнайте їх і дозвольте пройти.

Змінійте фокус

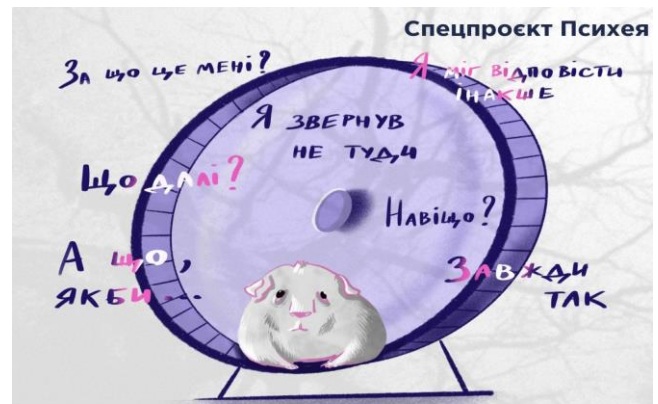
Коли з'являється нав'язлива думка, перенесіть увагу на щось інше: улюблене заняття, фізичну активність або спілкування з близькими. Це допоможе переключити свідомість на більш позитивні й здорові речі.

Медитація та глибоке дихання

Регулярна практика медитації або дихальних вправ дозволяє заспокоїти розум і відновити внутрішню рівновагу.

Записуйте думки

Іноді, коли ми занурюємось у думки, вони стають важкими для обробки. Записуйте їх на папері — це дає змогу звільнити свідомість від постійного “перемотування” і знизити емоційну напругу.



ЯК ВПОРАТИСЯ З НАВ'ЯЗЛИВИМИ ДУМКАМИ

Пам'ятайте про позитив

Фокусуйтеся на позитивних аспектах ситуації. Наприклад, замість того, щоб переживати про можливі негативні сценарії, намагайтеся побачити можливості та ресурси для їх вирішення.

Не бійтеся звертатися за допомогою до професіонала, якщо вам здається, що нав'язливі думки занадто важкі. Вони можуть бути симптомом більш глибоких емоційних труднощів

Як боротися з нав'язливими думками?

Нав'язливі думки — це часте явище, яке може заважати життю, вносити хаос у свідомість і створювати відчуття тривоги. Але є способи, як з ними впоратися.

Прийміть їх, але не зосереджуйтеся.

Нав'язливі думки — це просто думки. Вони приходять, але не обов'язково мають керувати вашим настроєм чи поведінкою. Просто визнайте їх і дозвольте пройти.

Змінійте фокус

Коли з'являється нав'язлива думка, перенесіть увагу на щось інше: улюблене заняття, фізичну активність або спілкування з близькими. Це допоможе переключити свідомість на більш позитивні й здорові речі.

Медитація та глибоке дихання.

Регулярна практика медитації або дихальних вправ дозволяє заспокоїти розум і відновити внутрішню рівновагу.

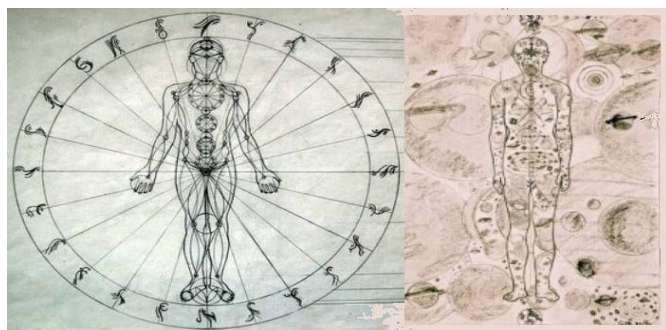
Записуйте думки

Іноді, коли ми занурюємось у думки, вони стають важкими для обробки. Записуйте їх на папері — це дає змогу звільнити свідомість від постійного “перемотування” і знизити емоційну напругу.

Пам'ятайте про позитив

Фокусуйтеся на позитивних аспектах ситуації. Наприклад, замість того, щоб переживати про можливі негативні сценарії, намагайтеся побачити можливості та ресурси для їх вирішення.

Не бійтеся звертатися за допомогою до професіонала, якщо вам здається, що нав'язливі думки занадто важкі. Вони можуть бути симптомом більш глибоких емоційних труднощів



Практичний психолог: Валентина Гузік

ТАЛАНОВИТЕ МОЛОДЕ ПОКОЛІННЯ ЯК ЗНАЙТИ СПРАВЖНІХ ДРУЗІВ

Дружба – це одна з найцінніших речей у житті людини. Вона надає підтримку, радість і допомагає долати труднощі. Однак знайти



справжнього друга не так просто, адже дружба будується не лише на спільних інтересах, а й на довірі, щирості та взаємопідтримці. Дружба – це також і спільність і співчуття. Це можливість ділитися своїми радостями і горем, бути поруч навіть у скрутний момент. У нас немає влади обирати своїх батьків, але ми маємо можливість обрати своїх друзів. І це можливість, яку ми повинні використати мудро і важно.



Перш за все, варто самому бути хорошим другом. Щирість, чесність і готовність допомагати – це якості, які притягують справжніх друзів. Якщо людина вміє слухати, підтримувати і розділяти як радість, так і смуток, то вона неодмінно знайде тих, хто відповість їй тим самим. Також важливо шукати друзів серед людей, які поділяють наші цінності. Інколи ми намагаємося товаришувати з тими, хто популярний або з ким нас об'єднують лише спільні інтереси, але справжня дружба будується на глибших основах – повазі, довірі та спільних життєвих поглядах.

Ще одним важливим чинником є час. Справжня дружба не народжується миттєво – вона перевіряється роками, пережитими разом моментами та випробуваннями. Якщо людина залишається поруч навіть у найскладніші часи, підтримує і не зраджує – це справжній друг.

Отже, знайти справжніх друзів можна, якщо бути відкритим, чесним і уважним до оточуючих. Дружба – це не лише приємне спілкування, а й взаємна довіра та розуміння. Варто шукати людей, які цінують ці якості, і тоді дружба стане одним із найбільших скарбів. Наше завдання – знайти спільність і розуміння в дружбі, підтримувати і зміцнювати її, бути поруч в гарні і погані дні. Друзі – це наші постійні помічники і підтримка, так що дуже важливо не забувати про них в нашому шаленому темпі життя. Тому, будьмо вдячні за друзів, бережімо і пишаємося ними, бо вони – справжнє багатство, якого ніхто не може забрати у нас.

Учениця 26 групи: Лілія Балюк

СТЕЖИНАМИ РІДНОГО КРАЮ СКАЛА-ПОДІЛЬСЬКИЙ ЗАМОК

Скала-Подільський замок — оборонна споруда в с.м.т. Скала-Подільська Чортківського району Тернопільської області. Це стародавня споруда, яка одразу впаде вам в око. Сірі руїни пережили часи розквіту та занепаду. Перетерпіли спустошення татар і турків, польське владарювання та жахи війни. Пам'ятка архітектури національного значення. Замок розташований на високій скелі на правому березі річки Збруч. Має витягнуту форму, що зумовлено рельєфом місцевості. З трьох боків природний захист забезпечує річка Збруч та її стрімкі скелясті береги. З єдиного доступного південного боку — глибокий рів, кам'яний мур із виступаючою напівкруглою пороховою вежею. Поряд із нею — в'їзна брама, дістатися до якої можна було лише через підйомний міст. Упоперек замкової території розташований двоповерховий палац прямокутної форми, що поділяв внутрішнє подвір'я на господарське і парадне.

Містечко Скала-Подільська відоме з першої половини VII століття, раніше воно називалося Скала, або Скаланид Збручем. Було одним із найукріплених міст Поділля, вже тоді тут



існував деревино-земляний замок. На той час замок був власністю значної князівської родини Корнятовичів. Пізніше місто стало королівською власністю, а з VI ст. – власністю Лянцьокоронських, які будують новий кам'яний замок, а у VII ст. деякий час

перебуває у володінні трансільванського князя Дьордя II Ракоци і пізніше турків. Знаходячись у важкодоступному місці на високому скелястому березі, замок входив у систему стратегічних оборонних пунктів Придністров'я.

Скалецька фортеця неодноразово зазнавала руйнувань. Зокрема 1485 року орда кримського хана Менглі-Гірея так спустошила поселення, що польський король змушений був звільнити скаличан від податків на п'ять років. Історична пам'ять донесла також відомості й про штурм Скалецької фортеці в серпні 1648 року козацько-селянськими загонами Максима Кривоноса. З допомогою місцевих мешканців, які відчинили ворота, козаки змогли оволодіти укріпленнями і



вигнати звідси польський гарнізон.

У першій половині XVIII століття скалатський староста Тарло побудував на рештках попередньої споруди палац у бароковому стилі, оздоблений білокам'яним декором. Однак, через кілька років після



завершення будівництва палац спалила блискавка. У літописі за 1765 рік є згадка: «...через кілька років після закінчення реставрації палац спалено вогнем блискавки і зараз він стоїть пустий, а особливо знищено бічні прибудови».

Наприкінці XIX століття замком у Скалі-Подільській прогулювався Михайло Грушевський. За переказами, саме тут він освідчився своїй майбутній дружині Марії Вояківській і к травні 1896 року взяв із нею шлюб у місцевій церкві святого Миколая.

Від кінця XVIII століття до 1939 року замок – власність родини Голуховських, які звели у місті окремих палац і заклали навколо парк. У 1930-ті роки влада забезпечувала збереження руїн замку, зберегла його фотографії, проведені архітектонічні обміри. У наступні роки замок розбирали на будівельні матеріали. Житель Скали Олесь Степовий 1930 р. писав, що з порохової вежі були, за переказами, підземні ходи на всі боки. Крім того, стверджує, що польський письменник Крашевський в повісті «Болещіце» згадує про місцевий замок в подіях XII ст. В наш час збереглися чотирирусна порохова вежа, частини оборонних мурів, руїни вежі над Збручем та рештки палацу з залишками кам'яного орнаменту.

Місце, нині зайняте містечком, люди обжили здавна, адже сама природа звела тут майже готові укріплення. Тутешні надзбручанські гори зі скелястими урвищами – навіть без стін і валів – є неабиякою перепороною для потенційних ворогів. Останнє красномовно відбито у назві містечка – Скала. Склі в Скалі – не прості. Відкладення вапняку у навколишній місцевості належать до Товтрського кряжу (це бар'єрний риф давнього Сарматського моря). А от скелі у самій Скалі – це силур, який закінчився приблизно 419 млн. років тому. Відслонення силурійського періоду біля Скальського замку від 1996 року охороняються державою як пам'ятка геології місцевого значення.

Учениця групи № 26 Софія Мельничук

НА ДОЗВІЛІ
РОЗГАДАЙ КРОСВОРД

Кросворд "Соборність"

По горизонталі:

1. сучасний державний герб України
3. Святиня українського народу в музичній символіці.
6. Автор музики державного гімну України
7. Перше офіційне відзначення свята Соборності на державному рівні відбулося 22 січня 1939 року в місті...
8. Країна, в якій ми живемо



По вертикалі:

2. Жовто-блакитний ...
3. Перший Президент УНР Михайло ...
4. Тисячі українців взяли за руки на згадку про проголошення Акту ...
5. Автор слів Гімну України
9. політична самостійність, суверенітет
10. об'єднання українців довкола побудови української держави.

ВІД ШИРОГО СЕРЦЯ ВІТАЄМО

ІМЕННИКІВ

*Вітаємо з
Днем народження!*



Лучку Марію Анатоліївну (08.01)

Родзоній Ольгу Степанівну (17.01)

Кулебу Василя Михайловича (17.01)

Козак Наталію Петрівну (20.01)

Стулу Тамару Миколаївну (30.01)

З днем народження вітаємо,
Багато щастя побажаємо,
Щоб в домі все було гаразд,
Приходить радість хай не раз.
Розквітне хай в душі весна,
Вам мрію хай несе вона.
Нехай приходять знов і знов
Надія, віра і любов.

Щоб настрої був завжди бадьорим,
А небо чистим і прозорим,
Аби збувалися надії,
І гарні були всі події!

СЛІДКУЙТЕ ЗА НАМИ В
INSTAGRAM



CHORTKIVSKE_VPU

FACEBOOK
ДНЗ "Чортківське ВПУ"



Наша адреса:
вул. Паркова, 12, смт Заводське, Чортківський
р-н, Тернопільська область, 48523
тел. (03552) 2-49-77
Веб-сайт: ch-vpu.te.ua