



«Я знаю, що кожен з них на своїй посаді зробить усе, що від нього залежить, для захисту нашої Батьківщини»



Перебуваючи на острові Зміїний у межах робочої поїздки до південних областей, Президент Володимир Зеленський представив новопризначених командувачів у Збройних Силах України.

Глава держави заслухав доповідь командувача Військово-Морських Сил ЗСУ про морську ситуацію в зоні відповідальності. Президент також представив генералів та офіцерів, призначених на керівні посади у Збройних Силах України.

«Моїми указами призначено на посади: командувача Повітряних Сил – генерал-майора Миколу Олещука, командувача Десантно-штурмових військ – полковника Максима Миргородського», – сказав Володимир Зеленський.

Як розповів Глава держави, полковник Максим Миргородський був командиром 95-ї окремої десантно-штурмової бригади. Він – перший учасник війни на сході України, який став повним лицарем ордена Богдана Хмельницького.

«Також я погодив, і наказом міністра оборони призначено на посади: командувача оперативного командування «Південь» – генерал-майора Андрія Ковальчука, командувача оперативного командування «Схід» – генерал-майора Олега Мікаца, командувача оперативного командування «Захід» – полковника Сергія Літвінова, заступника начальника Генерального штабу – полковника Володимира Ковалюка. Це досвідчені офіцери, і, найголовніше, що є зараз нашим підходом, усі вони мають бойовий досвід», – наголосив Президент.

Українські спецпризначенці виконали десантування з американського літака MC-130



Більше ніж пів сотні військовослужбовців Сил спеціальних операцій Збройних Сил України в межах спільних навчань виконали десантування з військово-транспортного літака MC-130 зі складу військового крила Сил спеціальних операцій Повітряних Сил США. Про це повідомляє АрміяІнформ. Начальник повітрянодесантної служби управління підготовки Командування ССО повідомив, що це один з етапів підготовки українських спецпризначенців до стратегічних командно-штабних навчань «Об'єднані зусилля – 2021».

– Це спільні навчання ССО Збройних сил США та України. – Зокрема сьогодні ми відпрацювали вивід в умовний район груп спеціального призначення повітряним шляхом за допомогою керованих, ширяючих парашутних систем типу «Крило» з висоти від 2 до 3 тисяч метрів, – наголосив офіцер.

Перед початком практичної фази десантування з MC-130 американські військові інструктори провели брифінг, де наголосили на особливостях виконання подібних завдань з облявка саме цього типу військово-транспортних літаків, порядок відділення від рампи, визначили черговість виходу груп, довели заходи безпеки тощо.

Медичний «Оскар» здобув вінницький військовий хірург Анатолій Ордатій



У Києві відбувся фінал конкурсу серед медичних працівників. Відзнаками за професіоналізм і милосердя «Орден Святого Пантелеймона» і «Медаль Святого Пантелеймона» нагородили найкращих лікарів, медсестер, науковців, медичних працівників, громадських і благодійних діячів, представників духовенства з усієї України.

З гордістю повідомляємо, що «Найкращим лікарем» України став полковник медичної служби Анатолій Ордатій.

начальник клініки абдомінальної хірургії Військово-медичного клінічного центру Центрального регіону, якого висунула на нагороду ГО «Українська асоціація військової медицини».

— Анатолій Ордатій — справжній військовий лікар, хоч би як пафосно це не звучало для декого, — прокоментував член ГО УАВМ Сергій Стецюра, начальник лікувально-медичної групи, лікар-методист ВМКЦ ЦР (у 2014 році — очільник медслужби 59-го ВМГ). — У найважчі дні літа 2014-го він проводив транспортування важкопоранених з таких ділянок району ведення бойових дій, з яких вибратися були найменші шанси. Коли вертольоти з медиками на борту випітали в ці бойові позиційні райони, ми їх хрестили й казали: «Боже, допоможи, щоб вони повернулись».

Сам переможець коментує нагороду по-військовому стримано:

— Служу Українському народові! — відповів Анатолій Ордатій на привітання. Нагадаємо, що торікіще один лікар ВМКЦ Центрального регіону отримав медичний «Оскар» — підполковник м/с Вадим Бабій, старший ординатор відділення невідкладної медичної допомоги Військово-медичного клінічного центру Центрального регіону здобув перемогу в номінації «За досягнення у міжнародному співробітництві в охороні здоров'я».

*За матеріалами
Армія inform*

«Жити на повну можна і без ноги, було б заради чого»



Діповод медичної роти медичного постачання окремої бригади морської піхоти імені контр-адмірала Михайла Білинського старший матрос Капітон Лі, позивний «Кеп», є прикладом мужності та сили волі.

Покинути розмірене життя, роботу та рідне місто Дніпро чоловік вирішив у 2014 році, коли в Україні розпочався Майдан.

— Спочатку був на Майдані, а потім пішов на війну. Інакше вчинити не міг. Я і досі не розумію, як молодий, здоровий чоловік може просто спостерігати у той час, коли інші воюють за рідну землю?

Служба на передовій була насичена подіями, але загалом все було непогано.

— кожен намагався викладатися на всі 100% і робити свою справу добре.

— Так пройшла перша ротация, а от друга, на жаль, не далась так просто. Тоді, навесні 2016-го року, під Широкиним у складі десантно-штурмової групи «Кеп» мав зайняти позицію. Розв'язався бій. У розпалі штурму воїн потрапив у мінну пастку. Лише завдяки побратимамі власній силі волі чоловік залишився живим.

Лікарі довго боролись за зір: вибухом посікло обличчя, сильно пошкодило очі. Зір врятували, але ампутували скалічену ногу. На Капітона чекало тривале і тяжке відновлення, а ще пошуки себе у цивільному житті.

— Тоді я зрозумів, що ніхто, крім самого себе, не витягне з депресії. Ніяка реабілітація, чи то в Україні, чи то закордоном, не гарантує повернення до нормального життя. Я не звертався у спеціалізовані заклади, аби пройти реабілітацію — моїми лікарями стала родина. Час, проведений з коханою дружиною та з маленькою донечкою, замінив години роботи з психологами, — розповідає Капітон.

Як тільки чоловік звик до протеза і впевнено став на ноги, хотів повернутися до строю. Але тоді це питання ще не було врегульоване на законодавчому рівні, тож, аби утримувати сім'ю, довелося братися за різну роботу. Ветерану вперше після поранення запропонували взяти участь у функціональних багатоборствах «Ігри Героїв». До пав Збройних Сил України Капітон Лі повернувся у березні 2020-го. І вже цього року в місті Черкаси на змаганнях «Ігри Нескорених» він виборов одразу дві золоті нагороди — першу у велоспорті з результатом 5 хвилин 18 секунд, другу — зі штовхання ядра, результат — 9 метрів 39 сантиметрів. — Що цікаво, спочатку я планував зареєструватися лише на штовхання ядра та пауерліфтинг (жим лежачи). Але товариш порадив спробувати себе у велоспорті, хоча б для того, аби «познайомитися» з велотренажером. Знайомство виявилось вдалим, — жартує морпих.

*За матеріалами
Армія inform*

Збройні Сили, волонтери і церква.

Згідно з новим опитуванням, наразі українці найбільше довіряють Збройним Силам України (68%), волонтерам (64%) та церкві (63,5%). Водночас найменше довіряють російським медіа.



Про це свідчать результати опитування «Центру Разумкова», яке проводили у липні – серпні 2021 року.

Також понад половина респондентів довіряють Державній службі з надзвичайних ситуацій (61%), Державній прикордонній службі (55%), Національній гвардії України (54%), добровольчим батальйонам (53,5%) та радам міст (селищ, сіл), в яких проживає респондент (51%). При цьому найчастіше недовіра висловлюється засобом масової інформації Росії (не довіряють їм 79% опитаних).

За матеріалами Армія inform

Що таке OSINT-розвідка?

9 липня цього року Новоайдарівський районний суд Луганської області виніс постанову про стягнення штрафу з військовослужбовця за те, що той, виконуючи службові обов'язки в районі проведення ООС, на своїй сторінці в соцмережі опублікував особисте фото у військовій формі ЗС України. Знімок містив інформацію щодо розташування позиції із прив'язкою до місцевості та частину топографічної карти Луганщини з нанесеними на ній населеними пунктами і місцем фотографування.

Що таке OSINT?

Ми вирішили вивчити міжнародний досвід – чи існує заборона викладання в соціальних мережах фотографій військовослужбовців іноземних армій. Авторка матеріалу звернулася до головного сержанта одного зі спецпідрозділів Ізраїльської армії Матвія Валуєва. – Так, дійсно, заборона користування соцмережами під час виконання завдань у бойових підрозділах існує. Порушення цієї вимоги може призвести до звільнення з лав армії, і навіть до позбавлення волі, – розповідає ізраїльський військовий.

Причина цієї заборони криється в тому, що соціальні мережі є джерелом для збирання розвідувальної інформації, яка при правильному аналізі може дати розвідці значно більше правдивих даних, ніж донесення від агентурної мережі. Іншими словами, збір такої інформації узвичаєно називати розвідкою на основі відкритих джерел (Open source intelligence, OSINT). Наприклад, за результатами різних експертних оцінок, американські розвідувальні служби за допомогою OSINT добувають від 35% до 95% розвідданих. Ще у 1947 році відомий аналітик ЦРУ Шерман Кент стверджував, що в мирний час до 80% інформації, яку використовують політики в ухваленні рішень, можна отримати з відкритих джерел.



Bellingcat та її розслідування стосовно присутності російських військ на Донбасі

Ми звернулися до представників кафедри розвідки командно-штабного інституту застосування військ Національного університету оборони України ім. І. Черняхівського, які розказали, як за допомогою OSINT міжнародна група журналістів-розслідувачів Bellingcat виявила докази присутності російських військ на сході України.

– Саме вони довели участь цілої низки російських військових у бойових діях на Донбасі виключно спираючись на відкриті дані: фото «ВКонтакте» і «Однокласники» тощо, записи відеореєстраторів, викладених в Інтернеті, – розповідає старший викладач кафедри Олександр Іванов.

До речі, саме Bellingcat стала основним джерелом, чий докази використовували в обвинуваченнях РФ у збитті пасажирського літака «Боїнг-777» Малайзійських авіаліній рейсу MH17 у небі над Донбасом у липні 2014-го.

За матеріалами Армія inform

Сон

Сон – є важливою частиною нашого життя, адже ми витрачаємо в середньому одну третину свого життя на сон. Але поганий і «неправильний» сон пошкоджує мозок та шкодить здоров'ю. Військовослужбовці під час виконання завдань не отримують потрібну кількість безперервного сну, але мають відновлювати режим та тривалість сну для збереження психічного і фізичного здоров'я. Розберемося?

Після 20 годин без сну когнітивні здібності мозку знижуються до рівня нетверезої людини. Навіть якщо ми цього не відчуваємо, після тривалого неспання наш мозок переходить в режим так званого мікросна, сповільнюючи або повністю гальмуючи всі реакції.

2. Історія про те, що людині достатньо 5 годин сну на добу - не більше ніж історія.

Насправді іноді зустрічаються люди з поліморфізмом генів, який дозволяє спати 5 годин на добу і при цьому відчувати себе добре. Для нормальної людини 5-годинний сон невідворотно призводить до порушень роботи мозку і погіршення здоров'я.

3. Недолік сну впливає на ДНК. Було проведено дослідження, в якому люди спали по 6 годин протягом тижня,

а потім показники їх генів порівняли з їх же показниками, але в той період часу, де учасники дослідження спали по 8 годин.

Виявилось, що понад 700 генів змінили свою активність, половина із них знизили активність - гени, що відповідають за імунний захист організму. А інша половина - підвищили - це гени, пов'язані з утворенням пухлин, запаленнями, стресами і захворюваннями серцево-судинної системи.

4. Переведення годинника шкодить роботі серцево-судинної системи. По всьому світу проводиться глобальний експеримент переходу з зимового часу на літній і навпаки. Учасниками експерименту є 1,6 млрд людей з 70 країн. Перехід на літній час, коли ми втрачаємо тільки одна година сну, призводить до збільшення кількості серцевих нападів на 24%, зворотний режим (збільшення на годину) - знижує цей показник на 21%

5. Саме сон забезпечує відновлення мозку. Недолік сну є однією з найбільш вагомих причин розвитку хвороби Альцгеймера. Тому 7 годин - мінімально достатня тривалість сну без шкоди для роботи мозку і здоров'я.



Правильний і достатній сон повинен стати невід'ємною складовою, такий же як і здоровий спосіб життя. Виспатися можна заздалегідь - сон це не банк, де ми можемо взяти кредит. Людина - єдина жива істота, яка свідомо позбавляє себе сну - тому з еволюційної точки зору «сон в кредит» не має фізіологічних підстав.

Сон - це те, що ми безкоштовно і добровільно можемо робити самостійно, щоб регулювати роботу мозку і тіла. Це корисний еліксир природи у протидії смерті. Уві сні важливо все - і кількість, і якість.

За матеріалами відділу оперативної психологічної роботи у військах (силах) Центру МПЗ ЗС України

Історія без міфів

Розгром псевдоісторичної статті Путіна про українців і росіян



Більше дивись тут:



«Армія сьогодні»

Президент на Широкому Лані. Кібервоїни ЗСУ. Навчання тероборонівців.



Більше дивись тут:

