

Номер для подання
оголошень ☎ 098 477 12 70

ТАРИФИ НА ПРОЇЗД

с. 10

ПЕРЕДПЛАЧУЙТЕ ГАЗЕТУ
ЗА ТЕЛЕФОНОМ 067-208-62-02



НАЙБІЛЬША ШОПКА В
УКРАЇНІ: ЯКА ВОНА

с. 4



TE.20MINUT.UA



РОЗДАЄ ПАСАЖИРАМ
ЦУКЕРКИ

с. 16

1
блок



IAJAN

4820066532002

Газета є членом Всесвітньої Газетної Асоціації

«НЕ ВПІЗНАЛИ СВОЇХ ДІТЕЙ»: ПОЖЕЖА У СІЛЬСЬКОМУ КЛУБІ

► Унаслідок вибуху в сільському клубі с. Угринів Підгаєцького району восьмеро дітей від 12 до 17 років отримали серйозні опіки. Вони перебувають в обласній дитячій лікарні. Декого прооперували.

► Провохоронці кажуть, що попередня причина вибуху — витік природного газу. Батьки сподіваються на об'єктивне розслідування справи



с. 2

РЕКЛАМА

TERNOPOL'SKYY BETONNYY ZAVOD

0500 600 400

ВИРОБНИЦТВО ТА ПРОДАЖ

- Панелей
- Перемичок
- Фундаментних блоків
- Балконних плит
- Плит огорожі
- Товарного бетону
- Фібробетону

вул. Бродівська, 48

TERNOPOL' BUDKONTROL'

Лучаківського -
Тролейбусна

- будівництво комфорту-класу
- індивідуальне опалювання
- клас енергоефективності «А»
- підземний паркінг
- персональний підхід

ПАЙОВА ЧАСТКА

ЦЕГЛЯНИЙ БУДИНОК

офіс: вул. Київська, 7Д, тел.: (067) 128-51-71, (0352) 42-00-14, сайт: www.bud-control.te.ua

«НЕ ВПІЗНАЛИ ДІТЕЙ»: СТАЛАСЯ ПОЖЕЖА В СІЛЬСЬКОМУ КЛУБІ

Резонанс ■ Пожежа внаслідок вибуху у сільському клубі с. Угринів Підгаєцького району трапилась у п'ятницю, 3 січня. Восьмеро дітей від 12 до 17 років отримали серйозні травми і досі перебувають у Тернопільській обласній дитячій лікарні. Деяким провели складні операції. Провоохоронці кажуть, що попередня причина вибуху — витік природного газу

ОЛЬГА ТУРЧАК, НАТАЛІЯ КОРПАН,
097-16-141-50, OLIATUR9@GMAIL.COM

Батьки неповнолітніх, які постраждали в результаті вибуху, про те, що трапилося, згадують зі слізами на очах.

— Мені подзвонила сусідка і сказала: «Викликай швидку і вези малого у лікарню, там у клубі вибух трапився. Діти із опіками», — розповіла мама одного із постраждалих дітей пані Марія. — Я побігла туди і не впізнала свого сина. Я не знаю, який ступінь опіків, у Тернопіль із ним поїхав чоловік. Вони всі такі красиві та розумні хлопці, може, і мали з собою якусь петарду, але ж хіба би через неї такий вибух трапився? Більше нічого не знаю. Чекаємо новин із лікарні.

Усі батьки стривожені та наажані. Таке лихо, кажуть вони.

НА МІСЦІ НАДАВАЛИ ДОПОМОГУ

Це була перша розмова з журналісткою. Згодом пані Марія повідомила, що її синові провели операцію із видаленням відмерлих тканин шкіри.

Жінка ледь стримувала слізни. Каже, що сама залишається у селі, адже у неї ще двоє маленьких діток. Разом зі старшим сином Ростиком у лікарні її чоловік, тато хлопчика.

— Мою дитину врятувало те, що на місці вибуху вчасно надали першу медичну допомогу, — говорить жінка. — Обробили дітям рані, знеболили, звільнили від одягу і швиденько доправили в Тернопіль, не втратили дорогоцінного для порятунку часу. Лікарі кажуть нам, що роблять усе можливе, щоб врятувати дітей.

ТРАВМУВАЛИСЯ ВОСЬМЕРО ДІТЕЙ

Про причину вибуху жінка говорити не хоче. Одразу починає плакати.

— Я не можу вам нічого сказати, — каже крізь слізни. — У мене є мое суб'єктивне твердження. Дочекаємося експертіз. Я ду-

маю, що мають провести об'єктивне розслідування. Надіюся дуже, що принцип лояльності до того, у кого більше прав, уже не працюватиме. Але ми всі люди...

Внаслідок вибуху постраждали восьмеро неповнолітніх віком від 12 до 17 років, які в цей час проводили репетицію виступу різдвяного вертепу в клубі. Їх з опіками 1-2 ступеня доправили у реанімаційне відділення районної лікарні.

«Мені подзвонила сусідка і сказала: «Викликай швидку і вези малого у лікарню, там у клубі вибух трапився. Діти із опіками. Я побігла туди і не впізнала свого сина»

Для надання подальшої кваліфікованої медичної допомоги всіх дітей транспортували до Тернопільської обласної дитячої клінічної лікарні.

— Моя дитина пережила складну операцію. Я не можу говорити, — говорить мама ще одного із потерпілих дітей Ольга Дума. — Ми дуже переживаємо і просимо Бога, щоб все було добре. Нам у лікарні дали всі медпрепарати безкоштовно. Наразі допомога не потрібна.

Батьки, із якими спілкувалися журналісти, кажуть, що фінансова підтримка їм не потрібна. У лікарні дітям надали безкоштовну допомогу. Вони просять лише помолитися за здоров'я їхніх дітей.

ПОМОЛІТЬСЯ ЗА ДІТЕЙ

Нагадаємо, що чергова пожежа на Тернопільщині виникла у сільському клубі 3 січня. О 17:40 до рятувальників 14 ДПРЧ надійшло повідомлення про вибух та подальше горіння в приміщенні клубу в с. Угринів Підгаєцького району. Вогонь охопив половину будівлі, площа якої близько 60 кв.м. О 17:58 пожежу локалізували, а о 18:10 повністю

ВАДИМ ЕПУР



Трапився вибух, і приміщення спалахнуло. Клуб зруйнований, травмувалися діти



Для розслідування причини нещастя залучили різні служби. Попередня причина — витік газу

ліквідували.

Більше про причини вибуху рятувальники не говорять. Мовляв, усі питання — до слідства. Адже мають провести необхідні експертизи та визначити джерело, що спричинило трагедію.

У той же час в пресслужбі ГУНП в Тернопільській області повідомили, що загрози для життя дітей немає. Медики борються за їхнє здоров'я.

ПОПЕРЕДНЯ ПРИЧИНА — ВИТИК ГАЗУ

На місці інциденту працювали вибухотехніки та інші екстрені служби. За попередньою версією рятувальників, вибух міг статися через витік газу.

Напередодні газовики проводили ремонтні роботи. На місці події фахівці виявили стару газо-

ву трубу, до якої зробили врізку. Ймовірно, газ старою трубою потрапив у приміщення клубу і його накопичення призвело до вибуху, припускають правоохоронці.

— З'ясувалося, що напередодні у сільській раді працівники місцевого районного газового господарства прокладали газову трубу, — каже начальник відділу комунікації головного управління Нацполіції в області Сергій Крета. — При закінченні робіт вони, ймовірно, не перевірили тиск в газовій трубі та не встановили, чи є витік газу з цієї труби. Згодом з'ясувалося, що нову газову трубу підключили до старої гілки, яка була закинута. У ту стару гілку, напевне, і потрапив газ, який повернувся в приміщення клубу, де перебували діти.

За словами Володимира Га-

левича, заступника начальника ГУНП в Тернопільській області, відомості за цим фактом внесенено до Єдиного реєстру досудових розслідувань за частиною 2 статті 272 ККУ — порушення правил безпеки під час виконання робіт з підвищеною небезпекою. Санкція статті передбачає обмеження волі на строк до п'яти років або позбавлення волі на строк до восьми років з позбавленням права обійтися певні посади чи займатися певною діяльністю на строк до трьох років.

Це вся інформація, яку вдалося зібрати редакції на момент здачі газети в друк. Що ж стало причиною вибуху та хто відповість за травмування дітей, читайте у наступних випусках. Ми стежимо за станом потерпілих та веденням слідства.



ТЕРНОПІЛЬЩИНА МАЄ НОВОГО ПРОКУРОРА. ХТО ВІН?

Кадри ■ Представлення прокурора Тернопільської області відбулося 3 січня. Петро Бойко, за даними декларації, був військовим прокурором Чернівецького гарнізону Західного регіону України. Тепер же він очолить обласну прокуратуру.

ІРИНА БЕЛЯКОВА, 067-747-28-44,
IRYNA.BELYAKOVA@GMAIL.COM

Петро Бойко розповів про плани на найближче майбутнє.

Новому прокуророві, як вдалося нам дізнатися, 34 роки. У Генпрокуратурі кажуть: проявив на по-передній роботі себе дуже добре.

ПРАЦЮВАВ У ЧЕРНІВЦЯХ

— Ми його знаємо за роботою у Чернівцях, де він був військовим прокурором, — каже Віктор Чумак, заступник генпрокурора України, який саме представляв нового прокурора Тернопільщині. — Дуже хороші результати роботи, добрі показники власної діяльності. Сподіваємось, що і тут, на Тернопільщині, він покаже себе з найкращого боку.

«Довіру виправдаю однозначно — для мене це питання принципу», — відповів новий очільник

прокуратури області.

— Найперше досягатимемо ефективної координації з правоохоронними органами Тернопільщини, я думаю і впевнений, що ми зможемо піднести на якісно новий рівень функцію прокуратури, — заявив Петро Бойко. — Забезпечити, щоб не було «війн» і непорозумінь між працівниками правоохоронних

Довіру виправдаю однозначно — для мене це питання принципу. Ми не будемо анонсувати процесуальних дій, але готові і будемо коментувати дії, які нами будуть проведенні

органів. Ми мусимо робити одну справу, не зосереджуючись на дрібних результатах, які не несуть явної



Новим прокурором області став Петро Бойко. Йому 34 роки. Раніше працював у Чернівцях

допомоги суспільству та державі.

ЩО ПЛАНУЮТЬ РОБИТИ?

У процесі реформування прокуратури новий прокурор області пообіцяв докласти максимум зусиль, щоб оновлена прокуратура орієнтувалася на суспільство і кожну людину.

З пресою пообіцяв зустрічатися регулярно та відповідати на всі без винятку питання під час частих брифінгів. Перша зустріч відбудеться одразу ж, щойно новий прокурор

вивчить стан справ.

— Ми не будемо анонсувати процесуальних дій, затримань та операцій, але готові і будемо коментувати процесуальні рішення, які нами будуть прийняті, та ті дії, які нами будуть проведені, — заявив Петро Бойко.

Інформації про послужний список та попередні місяці роботи 34-річного прокурора області у відкритих джерелах мало. Останнє місце роботи, зазначене у декларації за 2018 рік, — військовий прокурор

Чернівецького гарнізону Західного регіону України. За даними цієї декларації, з дружиною Марією та донькою Веронікою проживали у службовій квартирі 61 кв. м. Серед об'єктів незавершеного будівництва вказано житловий будинок 169 м кв. у Чернівцях. З автомобілів — одинадцятьирічна «Шкода», якою має право керувати, а за дружиною задекларовано «ЗАЗ Сенс» — також на право керування. Задекларована зарплата в органах прокуратури, одноразова грошова допомога, передбачена Законом про статус ветеранів війни та невелика сума у валюти.

ДОВІДКА

Петро Бойко народився 23 липня 1985 року у м. Чернігів. В органах прокуратури з 2010 року. За цей час обіймав різні, зокрема і керівні посади в органах прокуратури Севастополя, Військової прокуратури Західного регіону. До призначення на посаду прокурора Тернопільської області працював військовим прокурором Чернівецького гарнізону Західного регіону України.

За інф. пресслужби прокуратури Тернопільської області

Що продають на «Файному зимовому містечку»

НАТАЛІЯ КОРПАН, 097-144-81-32,
NATALIAKORPAN18@GMAIL.COM

У центрі міста працює «Файні зимові містечко» із безліччю розваг для дітей та дорослих.

На території «Файногого зимового містечка» розміщені дерев'яні будиночки з різноманітною святковою атрибутою, сцена, фотозона, ковзанка, резиденція Миколая та атракціони.

Біля торгових будиночків і вдень, і ввечері багатолюдно. Найбільші черги за глінтвейном та іншими гарячими напоями. Ціна глінтвейну — від 30 до 70 гривень, залежно від об'єму стаканчика. Напій можна обрати до смаку з білого чи червоного вина. Є він і безалкогольний, якого називають «дитячим».

Купити можна і наливку, їхня

вартість 30-60 гривень. Міцного алкоголю у містечку не продають. Щоправда, знаходитьчя чимало людей, які приносять його із собою.

Можна поласувати у «Файному зимовому містечку» і їжею. Шашлик готовують одразу перед вашими очима, його вартість — 40-60 гривень. Продають також бургери, ціна яких від 45 гривень, хот-доги за 30-50 гривень, овочі-гриль можна купити від 20 гривень, заморські солодощі та ще багато смаколіків. Особливим попитом, окрім глінтвейну, користуються гарячі напої. Лате можна купити за 25 гривень, американо за 15, капучино — 20, гарячий шоколад — 30 гривень. Відвідувачі можуть поласувати придбанім за столиками, які є практично біля кожної торгової точки на Чорновола.



Окрім лавок із їжею, є чимало будиночків, де продають різноманітну святкову атрибутику, іграшки тощо.

Тут можна купити й рукавички,



вартість від 100 до 400 гривень. І м'які іграшки, які коштують від 250 гривень і більше.

Можна придбати і посуд. Вартисть глиняних тарілок від 50 грив-



вень за маленьку і до 350 за велику та власноруч розписану. Продають і турки, кажуть продавці, що їх часто на подарунок купують до кави. Їхня вартість — від сотні гривень.

ГАРЯЧА ЛІНІЯ «20 ХВИЛИН»



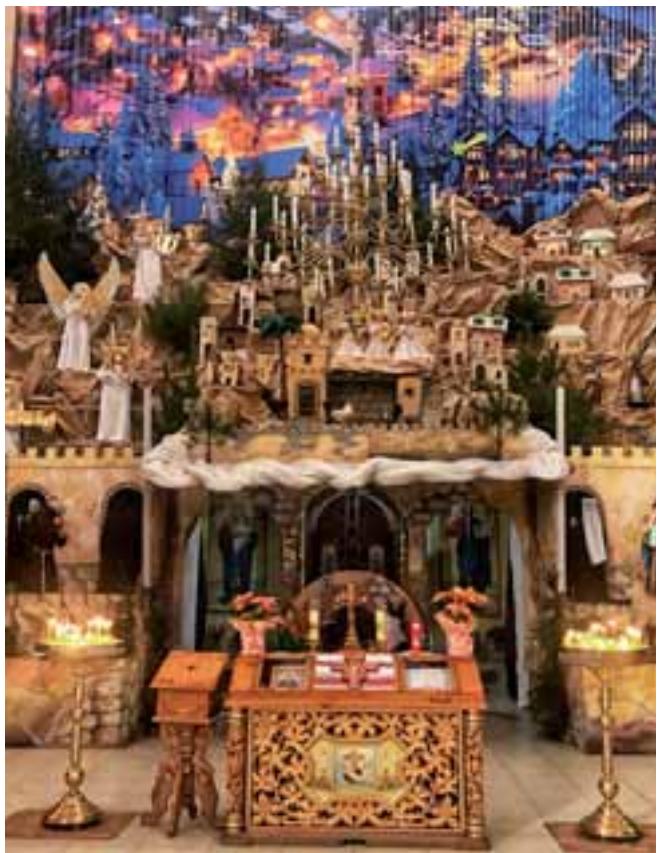
Сьогодні на гарячій лінії «20 хвилин» чергує журналіст Ірина Белякова. Зі своїми запитаннями та інформацією ви можете звернутися за телефоном 43-00-50, 43-00-56 або надіслати їх нам на електронну адресу 20hvylin@gmail.com.

ДОВІДКОВА ІНФОРМАЦІЯ

Редакція «RIA плюс» та «20 хвилин» 43-00-50
Пожежно-рятувальна служба 101
Поліція 102
Швидка медична допомога 103
Аварійна газу 51-51-26
Аварійна водоканалу 25-26-10

Аварійна тепломереж 25-48-10
Чергова міської ради 1580
Довідкова залізничного вокзалу 1505
Довідкова автовокзалу 1504
Цілодобова стоматологічна служба 52-06-09
Чергова аптека 24-22-70, 26-93-88

Управління захисту прав споживачів 52-16-65
Управління транспорту 52-15-14
Перевірка якості продуктів 52-23-87
Довідка міськвиконкому 23-63-97
Головавтоінспекція 52-47-38
Аварійна електромереж 52-24-66



Розміри шопки — 50 метрів у ширину та понад 20 метрів у висоту



Загалом у шопці є понад 1000 об'єктів, з них приблизно 30 — рухомі



Священнослужителі храму розповідають, що цього року шопка стала ще масштабнішою

У ТЕРНОПОЛІ ЗМОНТУВАЛИ НАЙБІЛЬШУ РІЗДВЯНУ ШОПКУ В УКРАЇНІ

Церква ■ Традиційно до Різдва у Церкві святого апостола Петра в Тернополі, що на Володимира Великого, облаштовували шопку. Цього року її розміри — 50 метрів у ширину та понад 20 метрів у висоту. У ній поєднані фігури, рухомі елементи і живі звірі

НАТАЛІЯ КОРПАН, 097-144-81-32,
NATALIAKORPAN18@GMAIL.COM

Як розповіли працівники, які монтували шопку, традиційною її окрасою є зоокуток та рухомі фігури.

— Для того, аби встановити шопку, нам знадобилося понад тиждень, — кажуть працівники. — Але монтувати її нам у радість, оскільки приємно дивитись, як прихожани з захопленням дивляться на вертеп.

Шопка у тернопільському храмі святого апостола Петра розташована вздовж однієї зі стін церкви і височить аж під купол. Загалом у шопці є понад 1000 об'єктів, з них приблизно 30 — рухомі. Вмикаються вони автоматично, але під час Божествених літургій фігури не рухаються.

У ній можна побачити ясла зі Святым Дитятком, фігури Марії, Йосипа та інших біблійних персонажів. Також тут змайстрували ціле селище на пагорбах із хатками, храмом, мешканцями, різними птахами й худобою.

— У цій церкві шопка з 2005 року, — розповідає отець Пантелеїмон. — А перша була ще в капличці, яка розташовувалася через дорогу. Парою заснували

у 93-ому році, а з 94-го почали ставити маленькі звичайні шопки. Я питав у старожилів, то казали, що перший вертеп, який перекрив каплицю, був у 2000-му році.

Також у найбільшому вертепі б'є годинник, ангели прорубують у лісі дорогу, кивають головами тварини, плаває кораблик, засвічуються і згасають зорі та дзоркотить вода, падаючи на колесо водяного млина.

Осабливу увагу відвідувачів церкви привертують рухомі елементи шопки. Це фігури святих Франциска, Володимира, Ольги, митрополита Андрея Шептицького і Йосипа Сліпого. Вони ходять навколо Ісуса і віддають йому уклін.

З кожним роком композиція вертепу змінюється. Священнослужителі храму розповідають, що цього року шопка стала ще масштабнішою.

На свята в церкві чекають усіх охочих побачити шопку не лише з Тернопільщини, а й з інших регіонів України.

— Приїжджають уже як паломники, не тільки як туристи, які хотіть подивитися, — додає отець Пантелеїмон. — Нам приємно, що людям подобається. Подивитися на цю красу можна до 15 лютого.



З кожним роком композиція вертепу змінюється.
У цій церкві шопка з 2005-ого року

РЕКЛАМА

Перевірені міні-трактори за доступними цінами



БЕЗКОШТОВНА ДОСТАВКА
по області



ГАРАНТИЯ І СЕРВІС



КРЕДИТ



ОПЛАТА ПРИ ОТРИМАННІ

Деталі за телефонами

(067) 672-62-96

(063) 134-64-34



www.minitractor.automoto.ua

ТЕРНОПОЛЯНИ БУДУТЬ ПЛАТИТИ ЗА ТЕПЛО МЕНШЕ: ХТО САМЕ І СКІЛЬКИ

Гроші ■ Ціна на газ зменшиться на 30%, повідомив голова уряду Олексій Гончарук. Хто платитиме за тепло менше, для багатьох лишається незрозумілим. Чи здійснить перерахунок КП «Тернопільміськ теплопромуненерго» та який буде тариф для абонентів, які мають централізоване опалення, читайте

ВАДИМ ЕПУР 068-066-80-96,
VADIMEV15@GMAIL.COM

Про те, що українці мають платити за газ менше, глава держави та представники уряду говорили ще на початку грудня. Тоді прем'єр запропонував законопроект, який дозволить споживачам газу платити менше. Новий закон мав виправити недосконалість чинного, який не дозволяв змінювати тариф до 2021 року.

Уряд надав всі необхідні інструменти і переклав відповідальність за зниження місцевим органам влади. Тому платіжки менші на 30% очікувати зможуть не всі українці. До того ж на розсуд місцевих органів влади вартість послуг за централізоване опалення можуть не змінювати. Рішення про перерахунок прийняли місцеві ради Черкаси, Житомир, Кривий Ріг, Обухів. Там люди за тепло заплатять майже на 30% менше. Про це повідомив Олексій Гончарук.

ЯК ПЕРЕРАХОВУВАТИМУТЬ КОШТИ

Журналіст «RIA плюс» дізнався, чи зможуть тернополяни платити менше. Відповідно до рішення виконкому, для користувачів централізованого опалення та гарячого водопостачання має бути здійсне-

ний перерахунок за три місяці — жовтень, листопад та грудень. Як пояснює директор КП «Тернопільміськ теплопромуненерго» Андрій Чумак, користувачі централізованого опалення отримають платіжки «Коефіцієнти для перерахування уже є. Тернополяни можуть очікувати після перерахунку повернення коштів за жовтень приблизно 20% сплаченої суми, за листопад — 18%, а за грудень — 23%»

за грудень з перерахуванням.

— Наразі ми проводимо перерахування послуг для всіх наших споживачів, — пояснює Андрій Чумак. — Люди отримають платіжки, у яких будуть вказані повернуті кошти за три місяці. Чи ця сума буде вказана за три місяці разом, чи за кожен місяць окремо, ми ще не знаємо. Якщо не встигнемо дати розшифрування, то його тернополяни отримають трохи пізніше. Ці кошти після перерахування відніматимуть від вартості послуг за

ОЛЬГА ТУРЧАК



Платіжки з меншою сумою отримають усі користувачі централізованого опалення. Люди в чергах запитують дату відшкодування, однак це наразі невідомо. Тих, хто мають індивідуальне опалення, це рішення взагалі не стосується

грудень.

Які ж платіжки отримають тернополяни за січень і наступні місяці, поки що невідомо. Як пояснює Андрій Чумак, КП «Тернопільміськ теплопромуненерго» здійснює перерахунок за три місяці відповідно до рішення виконкому. Можливо, підприємство отримає новий тариф, а можливо, виконком буде приймати ще одне рішення про перерахування, тому про подальші зниження говорити ще рано.

ВВЕДУТЬ ПЕНЮ ЗА НЕВЧАСНУ ПЛАТУ

— Тариф поки що лишається стабільним, оскільки чинне законодавство

нам не дозволяє його змінити, — розповідає Андрій Чумак. — Ми не можемо цього зробити, доки населення не обере вид послуг, які вони хочуть отримувати. Законом цей термін встановлений до 1 травня. Якщо населення цього не зробить до визначеного терміну, то вид послуг буде встановлено автоматично, але його потім можна буде змінити. Із новими договорами вводиться пеня і за несвоєчасну сплату, тому ми не очікуємо, що люди будуть укладати нові договори.

Як розповідає директор комунального підприємства, коефіцієнти для перерахування уже є. Терно-

поляни можуть очікувати після перерахунку повернення коштів за жовтень приблизно 20% сплаченої суми, за листопад — 18%, а за грудень — 23%. Це пов'язано зі зниженням вартості газу. Андрій Чумак додає, що ціна на газ у січні зростає, порівнюючи з попереднім місяцем. А в грудні вартість блакитного палива, порівнюючи з листопадом, знизилась, хоча очікували зростання.

Платіжки з меншою сумою отримають усі користувачі централізованого опалення. У Тернополі таких будинків 780. Тих, хто мають індивідуальне опалення, це рішення не стосується.

Головний подарунок під ялинку: у Тернополі в перший день року народилося семеро немовлят

ІРИНА БЕЛЯКОВА, 067-747-28-44, IRYNA.BELYAKOVA@GMAIL.COM

Першим на світ з'явився хлопчик. Він народився о 3.30 у перинатальному центрі. Уже другого січня на світ з'явилася перша двійня 2020 року.

Семеро малюків вперше побачили світ 1 січня 2020 року. Народились вони у пологових закладах Тернополя. У перинатальному центрі «Мати і дитина» на світ з'явилися

лісь троє малят — двоє хлопчиків і одна дівчинка. Причому всі новоспеченні мамусі віком 30+. Ще четверо діток — один хлопчик та троє дівчаток, — народились у перинатальному центрі 2 рівня міськклікарні №2.

Першим на Тернопільщині, о 3.30, в Оксани Баран з Бережанщини народився синочок. Хлопчик попросився на цей світ на 35 тижні вагітності мами. Малюк народився з вагою 2 580 г і ростом 46 см. Його

стан задовільний і наразі він з мамусою на сумісному перебуванні.

Об 11.20 синючик, зростом 50 см і вагою 3 300 г, народився у Іванні Хорошої. А в 21.20 жителька Березовиці Любов Тварда вдруге стала мамою — у неї народилася донечка з ростом 51 см і вагою 3 300 г.

Вже наступного дня, 2 січня, у перинатальному центрі «Мати і дитина» на світ з'явилася перша двійня у цьому році — дівчинка і хлопчик. Про це повідомила ме-

дичний директор перинатального центру «Мати і дитина» Валентина Якимчук.

В акушерських відділеннях перинатального центру 2 рівня, що у міськклікарні №2, 1 січня народились четверо діток — троє дівчаток і один хлопчик. Причому в усіх мамусь це справді новорічні подарунки, адже в них народилися первістки.

О 15.00 Інна Атаманюк народила синочка вагою 3 050 г і зростом 50

см. Донечка, вагою 2 950 г і 52 см, стала подарунком для Марії Прокопчук. Ще одна дівчинка народилась у Тетяни Панас о 16.30. Зріст малечі — 50 см, вага — 2 900 г. Про це повідомила Світлана Кравець, завідувач акушерським відділенням №1, КНП «Тернопільська міська комунальна лікарня №2».

Марія Побережник стала мамусою донечки, вагою 3 290 г і зростом 52 см. Дівчинка народилась о 21.45.

ЯК ЗМІНИЛОСЯ НАШЕ МІСТО ЗА РІК

Благоустрій ■ Як змінювався у 2019-му році благоустрій Тернополя: кілька вулиць повністю реконструювали, відкривали пам'ятники та фонтан. Реконструкція деяких об'єктів і досі триває

ІНФОГРАФІКА ОЛЬГА ГАДУЦЬКА



НATALIA KORPAN, 097-144-81-32,
NATALIKORPAN18@GMAIL.COM

РЕКОНСТРУКЦІЯ ПЛОЩІ ПЕРЕД ЗАЛІЗНИЧНИМ ВОКЗАЛОМ

Від 3 вересня минулого року розпочалася реконструкція Привокзальної площи міста Тернополя. Після реконструкції на цьому об'єкті будуть оптимізовані місця для паркування, зокрема буде облаштована зона для екскурсійних автобусів, розмежують місця для стоянки приватного транспорту пасажирів та таксі, а для пішоходів та велосипедистів забезпечать прямий доступ з вулиці Чорновола до Залізничного вокзалу. На Привокзальній площи також проведуть заміну покриття, благоустрій території з влаштуванням нового вуличного освітлення, зелених зон та місця для відпочинку. Як розповідає ще на початку вересня міський голова Тернополя, закінчити реконструкцію сподівались до 1 грудня. Однак вона ще триває. Відповідно до проекту, ремонт мали закінчити до Нового року. Однак цього не сталося. Автомобілі можуть зайждати на територію Привокзального майдану, однак до входу в приміщення вокзалу доступу немає. Там облаштовують пішоходіну зону.

Біля приміщення вокзалу по-клали нову бруківку, облаштували освітлення та підготували місця для висадки дерев. — Наразі роботи тривають на іншій частині

(з правої частини, якщо дивитися обличчям на вокзал), там влаштовують пішоходну та проїжджу частину, — розповідає прессекретар міськради Мар'яна Зварич. — Також передбачені роботи із заміни світлофора. Висадження зелених насаджень заплановано вже у теплу пору — весною 2020 року.

ОНОВЛЕНІ СХОДИ БІЛЯ ФОНТАНУ «СЛЬОЗИ ГРОНСЬКОГО»

У парку імені Тараса Шевченка повністю оновили сходи фонтану «Каскад», який ще називають «Сльози Гронського».

Оскільки ці сходи були збудовані ще у 60-тих роках минулого століття та вже потребували ремонту, цього року з міського бюджету були виділені кошти на проведення їхньої реконструкції. На ремонт сходів із міського бюджету виділили приблизно три мільйони гривень. Загалом капітально відремонтували самі сходи, провели реставрацію ліхтарів, встановили перила. Хоча капітальний ремонт завершений, та наступного року сходи стануть ще красивішими, кажуть в управлінні ЖКГ, за рахунок реконструкції освітлення на сходинках.

ВІДКРИТТЯ ВІДРЕМОНТОВАНОЇ ВУЛИЦІ ЧОРНОВОЛА ЗА 8 МЛН

Капітальний ремонт вулиці Чорновола розпочали наприкінці червня 2018-ого. Ремонтували ділянку дороги вул. В. Чорновола від вул.

I. Франка до вул. Б. Хмельницького. А у 2019 провели капітальний ремонт другої її частини, що більше до Театрального майдану. Відкриття вулиці ім. В.Чорновола, на якій провели капітальний ремонт, відбулося 28 серпня на День міста.

На реконструкцію витратили приблизно вісім мільйонів гривень. Тут провели заміну каналізаційних та водопровідних мереж, влаштували дощову каналізацію, замінили дорожнє покриття проїзду та пішоходної ділянки, проклали велодоріжку, а також висадили екзотичні чорвонолисті клени та оновили вуличне освітлення. Зараз ця вулиця стала одним із улюблених місць тернополян у місті.

РЕКОНСТРУКЦІЯ ФОНТАНУ «КУЛЬБАБА»

Також у сквері ім. Чорновола провели реконструкцію фонтану «Кульбаба». Почали її ще на початку літа. Зазначимо, що фонтан «Кульбаба» востаннє був реконструйований у 2008 році. Останнім часом він не працював.

І у неділю, 13 жовтня, оновлений фонтан урочисто відкрили. Нагадаємо, під час реконструкції фонтану тернополяни просили «Кульбабу» не забирати, адже це один із символів міста. Але тепер він буде вигравати барвами підсвітки. Поряд встановили пішоходні фонтани, схожі на ті, що є на «Циганці». Урочисте відкриття відбулося у неділю, 13 жовтня, прийшли подивитися на оновлений фонтан чимало тернополян. Альтанка, від якої сходи ведуть у парк Шевченка, похилилася, бо не мала опори, а під нею проходить водовідведення. Над проектом реконструкції альтанки та підпірної стіни працювали проєктанти ще у 2018-му. А 11 жовтня у Тернополі в парку імені Т. Шевченка завершили капітальний ремонт альтанки.

— Для уникнення зсуву нової будівлі основу альтанки додатково укріпили, — продовжує Микола Лесів. — Розробники проєкту передбачили влаштування армованої основи та буронавивих свай для неї. Ми зробили аналогічну споруду, але з іншого свіжого каменю.

На реставрацію пам'ятки з міського бюджету виділили мільйон двісті тисяч гривень. Як зазначив Микола Лесів, у найближчих планах облаштувати сходи до альтанки та зробити екопарковку в сквері Амора-Тарновського.

ДОРОБИЛИ «ПАМ'ЯТНИК ВЧИТЕЛЮ»

Скульптурну композицію «Пам'ятник вчителю» таки завершили. До арки, яка біля школи №3 на вул. Грушевського в самотності простояла з грудня 2018-го, доставили дві скульптури. Відкрили композицію 18 грудня 2019-го. Нагадаємо, що у грудні 2018 облаштували п'єдестал з аркою. І минулого року цей проєкт мали завершити. Проте вдалося зробити це лише зараз. Прикрасили центральну частину міста пам'ятником вчителеві — носію культури, знань, інтелігентності. На містобудівній раді визначили, що доцільно розмістити пам'ятник вчителю в центрі міста біля школи. Як пояснює заступник міського голови, це була дуже клопотка робота.

Як водії з обмежувачем на Гайському «воювали»

ВАДІМ ЄПУР, 068-066-80-96,
VADIMEV15@GMAIL.COM

На початку літа 2019-го на Гайському мості через масштабну реконструкцію встановили обмежувач руху. Він був потрібний для того, щоб обмежити рух великогабаритного транспорту, оскільки міст є аварійним. Однак за кілька місяців він пережив кілька десятків аварій та дрібних ДТП.

Його вага понад 3 тонни, висота 2,5 метри. За перші 10 днів обмежувач збивали двічі і двічі його повертали на місце. Майже одразу після повернення обмежувача стала чергова ДТП. І пошкодження воріт, притягували до відповідальності. Зазвичай обмежувач збивали водії на вантажівках, висота яких

перевищувала дозволену, а бувало, що і водії автобусів. Деякі вантажівки були вищі на 80 сантиметрів, однак чимало водіїв продовжили обурюватися та просити зробити штангу вищою. У міськраді повідомляли, що вищим обмежувачем не зроблять, а водії повинні дотримуватися правил дорожнього руху.

Власник обмежувача, який коштував міській раді близько 100 000 гривень, подавав позови до суду на водіїв, щоб ті сплачували вартість ремонту. Як повідомляв начальник відділу технагляду міськради Олег Вітик, деякі водії вже компенсували збитки з власної кишені, а з деякими працюють страхові компанії.

Після численних ДТП водії почали розповідати, що нові аварії стаються через те, що обмежувач

встановили нижче, ніж вказана висота. Однак журналіст «RIA плюс» перевірив справжню висоту обмежувача. Вона виявилась не нижчою, ніж вказана.

Боротися з обмежувачем намагалися і петиціями. Одну на сайті «Єдиної системи місцевих петицій» зареєстрував тернополянин Микола Якубовський. Однак вона не набрала потрібної кількості голосів.

Як пояснює Олег Вітик, за ремонт обмежувача після аварій відповідає ТОВ «Тернопіль Мостобуд». Міська рада ще навіть не виплатила вартість обмежувача. Раніше йшлося про вартість у 100 тисяч гривень. Навіть головний механік ТОВ «Тернопіль мостобуд» Микола Шобан вже не пригадує, скільки разів були аварії з цими воротами.



У ТОВ «Тернопіль мостобуд» пояснюють, є два варіанти: або старий обмежувач забрати і встановити новий, або проводити капітальний ремонт та фактично заново зварювати

РЕЗОНАНСНІ ЗЛОЧИНИ 2019-ГО

Кримінал ■ Справу убивства 18-річної Діани вже мали спрямувати до суду. Розслідування вибуху на подвір'ї ректора Крисоватого є нова версія, яку через таємницю слідства навіть не озвучують. А онкохвора Марія, рідний батько якої убив її чоловіка, далі бореться за своє життя, аби мати сили поставити на ноги трьох малюків. І досі не цікавиться долею батька...

ІРИНА БЕЛЯКОВА, 0-95-875-33-60,
IRYNA.BELYAKOVA@20MINUT.UA

Рік, що минув, запам'ятається й, на жаль, резонансними злочинами, які сталися на Тернопільщині у 2019-му.

Це гучне вбивство тату-майстрині та ревнощі, які відібрали життя 18-річної

Діани. А також убивство тестем свого зятя — рідного батька, який одразу після вбивства зінався у сконому, залишив «сам на сам» свою онкохвору доньку з трьома малюками на руках.

У справі ректора Крисоватого, на подвір'ї якого вибухнув подарунковий пакет, продовжується розслідуван-

ня. Ані замовника, ані виконавця поліція не знайшла. Ale в слідчих з'явилася нова версія, яку вони не розголошують саме через таємницю слідства.

Як розслідаються резонансні злочини, сконені в 2019-му на Тернопільщині, та які справи вже пішли до суду, розповіли у поліції.



ДІАНА КІЛЬКА РОКІВ ЗУСТРІЧАЛАСЯ ЗІ СВОЇМ ВБІВЦЕЮ

14 вересня трагедія, яка сталася у с. Воля Теребовлянського району, сколихнула всю Тернопільщину — там загинула 18-річна красуня. На тілі дівчини було близько десятка ножових поранень, одне з яких і стало фатальним.

Діана відпочивала у Микулинцях з друзями. Коли компанія поверталася додому, їх перестрів 34-річний залицяльник Діани. Чоловік наніс дівчині кілька ножових поранень і втік. Дівчину врятувати не змогли. Вона померла дорогою до лікарні.

Залицяльника правоохоронці затримали під ранок у смт. Микулинці.

За словами начальника Теребовлянського відділу поліції Сергія Осадці, потерпіла впродовж кількох років зустрічалася зі своїм вбівцею.

Як розповідають друзі Діани, стосунків пара не афішувала. Про те, що вони були разом, не знали навіть батьки.

Слідство у цій справі триває, підозрюваний перевірується у слідчому ізоляторі, — повідомив начальник відділу комунікації головного управління нацполіції в області Сергій Крета. — Наразі чекають на результати ще однієї експертизи, яку проводять в Івано-Франківську.

І якщо результати будуть невдовзі, справу вже до кінця цього місяця планують скерувати до суду.



МОТОРОШНЕ ВБІВСТВО ТАТУ-МАЙСТРИНІ

27-річну тату-майстриню Тетяну Підвашецьку вибли 16 квітня у квартирі на вул. Курбаса, 9. Підозрювали у вбивстві 25-річного Андрія Горбатюка. Чоловіка затримали у Львові через кілька днів.

Мірі запобіжного заходу Андрію Горбатюку обирали у міськрайонному суді 18 квітня.

Підозрюваний після засідання сказав, що шкодує про те, що трапилося. Згодом у ГУ Нацполіції повідомляли, що підозрюваний перебуває у психоневрологічній лікарні у Скаржинцях Хмельницької області. Йому у закритому відділені проводять стаціонарну психіатрично-психологічну експертизу для осіб, які перебувають під вартою.

На початку жовтня повідомили, що чоловік осудний, матеріали передали у суд. Судові засідання розпочалися на початку листопада.

Андрія Горбатюка обвинувачують за п. 4 ч. 2 статті 115 ККУ — «Умисне вбивство, вчинене з особливою жорстокістю». За це передбачено довічне ув'язнення.

На одному з останніх засідань почали досліджувати письмові документи та відео у справі. Коли йшлося про перегляд відео слідчого експерименту, представник сторони потерпілих Василь Притула попросив, щоб запис переглядали у режимі закритого засідання. Лише з метою, щоб його оприлюднення не зашкодило судовому процесу в подальшому. Журналістів попросили покинути залу суду.



АЛЮР: БАТЬКИ ВИМАГАЮТЬ СПРАВЕДЛИВОСТІ

Своє 20-річчя з друзями тернополянин Віталій Гнатишин святкував у нічному клубі. 30 червня 2018-го, коли хлопець з друзями стояв біля закладу, до них підійшли двоє, які не були відвідувачами того закладу. Віталія кілька разів вдарили в голову, він упав... За життя хлопця боролися у міськлікарні №2. На жаль, життя хлопця врятувати не вдалося. Віталія помер ввечері 8 липня.

Нападників затримали, їм оголосили підозру одразу за трьома статтями ККУ. Обвинувачені — Сергій Теренdex та Володимир Біляшевич. На судовому засіданні 22 листопада зачитали обвинувальний акт. Сергію Теренdexу інкримінують хуліганство, сконене групою осіб та умисне тяжке тілесне ушкодження, що спричинило смерть. Володимиру Біляшевичу — погрозу вбивством, хуліганство із застосуванням вогнепальної або холодної зброї та носіння вогнепальної зброї без передбаченого законом дозволу.

Обидва обвинувачених свою провину визнали частково і просили у батьків та друзів Віталія Гнатишина вибачення за сконене.

Кожне засідання суду для батьків Віталія було емоційним та стресовим. Для обвинувачених вони хочуть максимального покарання і щоразу говорили про затягування процесу, погрози у свою сторону зі сторони обвинувачених.

Розгляд справи у суді триває.



80 РАЗІВ УДАРИЛИ НОЖЕМ, А ПОТІМ У КРЕМЕНЦІ ПІДПАЛИЛИ ХАТУ З ТІЛОМ

Тіло пенсіонера зі слідами насильницької смерті виявили після пожежі рятувальники.

Першого грудня на лінію «102» надійшло повідомлення від диспетчера ДСНС про те, що в Кременці горить житловий будинок. Після того, як вогонь погасили, в одній із кімнат рятувальники знайшли тіло 65-річного чоловіка.

При попередньому огляді тіла експерт виявив більше вісімдесяти колото-різаних ножових поранень.

На пошуки зловмисника тоді скерували особовий склад Кременецького відділу поліції та Головного управління Нацполіції краю. Невдовзі підозрюваного затримали.

— Ним виявився місцевий, неодноразово судимий житель Кременця, який раніше відбував покарання за вбивство та інші злочини, — повідомив заступник начальника ГУНП в Тернопільській області Степан Ящук. — В оперативників є докази щодо причетності цієї особи до злочину. У ході перевірки стало відомо, що між загиблим та підозрюваним виник конфлікт, який переріс у вбивство та підпал.

Дорогою додому зловмисник викинув ніж та переодягнувся. Кременчанину вже оголосили підозру.

Степан Ящук каже, що зловмисник намагався «замести сліди» в будинку, де трапився злочин, а тому підпалив його.



ТЕСТЬ УБІВ ЗЯТИЯ: ЗАЛИШИЛИСЯ ТРОЄ СИРІТ І ЇХНЯ ОНКОХВОРНА МАМА

28-річний Олег Гайдук, батько трьох дітей, загинув у червні 2019-го від рук тестя Івана. Той у вбивстві зінався. Трагедію, яка сталася в с. Соколів, що в Бучацькому районі, важко усвідомити і прийняти. Олега поховали, його тестя Іван — досі у слідчому ізоляторі. А Марійка, дружина Олега, бореться за своє життя — у ній онкологія.

І щодня дякує Богові, що подарував їй ще один день, який вона може провести разом з дітками. Тетянці 21 червня виповнився рошок, Іринці ще



У СПРАВІ НАПАДУ НА РЕКТОРА КРИСОВАТОГО є НОВА ВЕРСІЯ

4 вересня у селі Петриків Тернопільського району на подвір'ї ректора ТНЕУ Андрія Крисоватого спрацював саморобний вибуховий пристрій. Ректорові ампутували частину лівої руки до кисті. Його дружина втратила очко, а обличчя посічене осколками.

— За цим фактом поліцейські розпочали кримінальне провадження за ч. 1 ст. 15 і ч. 1 ст. 115 ККУ — замах на вбивство, — повідомив заступник начальника відділу комунікації головного управління Нацполіції в області Андрій Василик.

Справа «подарунку з вибухівкою» досі на контролі в керівництва Нацполіції України, а нагляд за розслідуванням здійснює прокуратура області. У поліції тоді заявили про серйозність злочинів. За інформацією «RIA плюс», Андрію Крисоватому напередодні вибуху надходила записка з вимогою заплатити певну суму коштів. Подібні ж записки надійшли ще десятку впливових та заможних людей Тернополя.

Досі не знайшли ані замовника, ані виконавця замаху на вбивство ректора. Хоча поліція навіть гарантувала анонімність і грошову винагороду за інформацію, яка становитиме оперативний інтерес.

— Наразі поліцейські відповідають всі можливі версії, які раніше висували слідство, а також ту, яку висунули нещодавно, — каже Сергій Крета. — На жаль, ми не можемо її розголошувати через таємницю слідства.

ЩО ЗМІНИТЬСЯ ДЛЯ ТЕРНОПОЛЯН У 2020

Нове ■ У газеті «RIA плюс» ми не лише систематизували всі важливі події, які відбулися протягом минулого року, а й проаналізували найголовніші зміни, на які варто чекати 2020-му

**НАТАЛІЯ БУРЛАКУ, 097-445-82-67,
NATALIYA.BURLAKU@GMAIL.COM**

Новий рік — нові сюрпризи. Які життєвоважливі зміни чекають на тернополян, як вони

відобразяться на житті українців у 2020-му році — у матеріалі «RIA плюс». Змінюються соцвиплати, тарифи та штрафи. А також є багато інших цікавих новацій, про які варто знати.



Абонплата за газ

З 1 січня 2020 року українці, які використовують газ для побутових цілей, навіть які не увімкнули газове опалення чи газову конфорку, будуть зобов'язані платити абонплату за користування газопостачальною інфраструктурою.

Розмір абонентської плати за газ буде розраховуватися індивідуально, залежно від обсягу споживання газу протягом «газового року». Середньомісячне споживання газу в кубометрах помножать на базовий коефіцієнт.

Тепер українці будуть отримувати дві платіжки — за сам газ і за послугу з його доставки.



Збільшення зарплати та прожиткового мінімуму

Прожитковий мінімум має збільшитись на 162 гривні у січні і становити 2 027 гривень. Новий бюджет передбачає дівчі підвищувати мінімум, до кінця року він має становити 2 189 гривень.

На 1 січня прожитковий мінімум буде таким:

діти до 6 років — 1779 грн.,
від 6 до 18 років — 2218 грн.,

працездатні люди — 2102 грн.,

особи, які втратили працездатність — 1638 грн.

У 2020 році очікується збільшення мінімальної зарплати, передбачене новим бюджетом, — до 4 723 гривень. Цей показник зросте на 550 гривень, або на 13%.



Вибори по-новому

Документ набирає чинності, за винятком декількох підпунктів переходних положень, з 1 січня 2020 року, один із яких починає діяти з 1 липня 2020 року.

З Виборчого кодексу зникає поняття мажоритарки. Вибори народних депутатів відбудуватимуться на основі пропорційної системи з «відкритими» списками. Спочатку треба буде обрати партію зі списку запропонованих, а потім ще й кандидата від обраної партії зі списку кандидатів.

Скасування депутатської недоторканності...

З Основного закону виключили положення, згідно з яким депутатів не можна притягнути до карної відповідальності чи затримати під арешт без погодження Верховної Ради.

З'явилася норма про те, що члени парламенту не нестимуть юридичної відповідальності за результати голосування чи висловлювання у Верховній Раді та її органах, за винятком відповідальності за образу чи наклеп.



Кешбек та касові органи для ФОПів

Представники малого бізнесу повинні видавати чеки, які підтверджуватимуть надання послуг чи продаж товару. Також цим законом вводяться в обіг електронні чеки.

Підприємці, які працюють на спрощеній системі оподаткування, повинні будуть обліковувати техніку, ліки, ювелірні вироби. Таким чином підприємцям буде значно складніше приховувати обсяги товарів. Кожен покупець зможе за номером чека перевірити його в спеціальній базі даних. Якщо ж чек не знайдеться в базі — споживач отримує кешбек (повернення грошей — прим. авт). Ця новація стосується покупок від 850 гривень.



Штрафи для «євробляхерів»

Штрафи для власників нерозмитнених авто на іноземних номерах починають діяти з нового року, відповідно до рішення Кабміну від 2 жовтня.

Власник авто, який порушив встановлений термін перевиження транспортного засобу на території України, повинен буде сплатити митні платежі та штраф від 8500 гривень.



Отримати субсидію — складніше

Закон «Про верифікацію та моніторинг державних виплат» є спробою удосконалити правила перевірки громадян на отримання ними соціальної допомоги. Є три етапи перевірок:

— перший — коли людина подає документи, — другий — в процесі отримання грошей, тобто будуть вивчати правильність їх отримання,

— третій — після отримання коштів. Мова йде про правильність використання отриманих коштів.

Із січня тернополяни отримуватимуть пільги та субсидії на оплату послуг лише



Палити стане дорожче

З 1 січня в Україні на 20% подорожчають табачні вироби.

Пачка цигарок буде коштувати приблизно 45 гривень.

Це пов'язано з вирівнюванням акцизної ставки до норм ЄС, де вона складає 90 євро за 1000 цигарок.



16 вихідних

Вихідні у 2020 році в Україні: 1 січня — Новий рік; 7 січня і 25 грудня — Різдво Христове; 8 березня — Міжнародний жіночий день; 19 квітня — Великдень; 1 травня — День праці; 9 травня — День перемоги над нацизмом у Другій світовій війні; 7 червня — Трійця; 28 червня — День Конституції України; 24 серпня — День незалежності України; 14 жовтня — День захисника України.

Рекомендується зробити вихідніми 9 березня, оскільки 8 березня випадає на неділю; 20 квітня, оскільки 19 квітня (Великдень) випадає на неділю; 11 травня, оскільки 9 травня випадає на суботу; 8 червня, оскільки 7 червня (Трійця) випадає на неділю; 29 червня, оскільки 28 червня (День Конституції) випадає на неділю.



ІДЕАЛЬНИЙ ТАНДЕМ: ПРОФЕСІОНАЛІЗМ ЛІКАРЯ ТА СИЛА ВОЛІ ПАЦІЕНТА

БЛОГ

КАТЕРИНА
БУДІВСЬКА

У 34-річної жительки міста Тернополя 11 років тому виявили глибокий тромбоз вен обох нижніх кінцівок. Гострий венозний тромбоз не є однією із тих хвороб, якими нас зазвичай лякають, але...

За ці роки жінка стикнулася із масою неприємностей: постійним дискомфортом, неймовірним болем та навіть можливістю втратити одну ногу. Погана циркуляція крові у зв'язку з тромбуванням вен обох нижніх кінцівок через п'ять років після виникнення тромбозу привела до сильних набряків кінцівок, а через деякий час виникнення виразок, які з часом перетворилися у повноцінні величезні рани обох гомілок із постійними болями, неприємним запахом та безсонням... безперервним прийомом знеболювальних пігулок.

Спочатку, звісно, ці рани були невеликі, та з часом вони почали збільшуватись. З них постійно виділялася рідина та супроводжував неприємний запах.

«Я зверталася до лікарів. Мені запропонували зробити хірургічні чистки, я погодилась, — каже пані. — Але ці чистки, можна сказати, не приносili результату. Рани ставали ще більші, тому що при хірургічній чистці лікарі зрізають краї та дно ран, які обросли мертвовою тканиною. Відтак виразка не просто не стає меншою, а навіть збільшується в розмірах. Гойтися вони не збиралися. Фурацилін, стрептоцид, перекись водню, примочки та присипки...

За весь цей час я шалено страждала і від тромбозу, і від самих виразок. Мене постійно турбував біль у ногах, я не могла спокійно спати. Тобто спати взагалі майже не могла. Постійно вживала знеболюючі таблетки, приймала ін'єкції, які мали б позбавити від болю, стаціонарне лікування, але... Я весь час зверталася до різних лікарів. І відтак через вісім років після появи тромбозу мені поставили діагноз — антифосфоліпідний синдром».

Антифосфоліпідний синдром є аутоімунним захворюванням, яке характеризується тим, що власний імунітет реагує вороже на фосфоліпідні комплекси, які знаходяться у крові пацієнта.

Відтак в цілому організмі порушується система згортання крові, утворюються тромби. Антифосфоліпідний синдром є дуже рідкісним захворюванням і зустрічається у 5 випадках на 100 000 населення. Припустимо, 10 хворих на увесь Тернопіль. Це дуже рідкісне захворювання, яке важко розпізнати і яке не піддається лікуванню. Лікарі-ревматологи, які займаються цією хворобою, працюють не на цілковите одужання пацієнта, яке є неможливим, а на те, щоб ввести хворого в стан ремісії і призупинити прогресування захворювання. «Додатково у мене виявили синдром Рейно».

«Та все ж таки попри те, що я вже знала свій діагноз, мене все одно найбільше турбували виразки на ногах, які тільки збільшувалися, — продовжує жінка. — На одній нозі в мене вже була спереду велика рана розміром 200 см², а на іншій нозі була циркулярна виразка розміром 400 см², майже від п'яти до верхньої



третини гомілки і вона була по кругу».

Мені навіть робили дві пересадки шкіри на ці місця, вони були невдалими, тому що шкіра, пересаджена просто на хворі місця, де не росте власна шкіра, не прижилася.

Я також зверталася за допомогою у лікарні столиці, м. Київ. Там мені сказали, що ліву ногу, де площа рані складала 200 см², ми можемо спробувати лікувати, а праву ногу, де площа рані була 400 см², потрібно відрізати.

Але ж мені це подали так: «Лікування лівої ноги можливе лише після того, як Ви схуднете. А для того, щоб Ви схудли, Вам потрібно зробити резекцію шлунка». Тобто мені потрібно було пройти ще операцію, під час якої видаляють частинку шлунку, щоб людина споживала менше їжі, що мало б вплинути на мою зайнагу».

Це було запропоновано, оскільки в мене є зайва вага, і лікарі зазначали, що таким чином зменшиться навантаження на ноги, а, відповідно, і виразки на них стануть меншими. Хоча це зовсім не так. Вони казали, що тільки після цього можна було б взятися за лікування ран на нижніх кінцівках.

Від резекції шлунку я відмовилася, тому що коли я звернулася до хірурга, який міг би це зробити, він, по-перше, сказав, що це дороговартісна процедура, а по-друге, виникає ряд таких проблем, як те, що оскільки в мене антифосфоліпідний синдром разом із глибоким тромбозом обох нижніх кінцівок і я змушені постійно приймати таблетки для «роздріжування» крові, то через це може погано заживати рана, що виникне після операції. Окрім того, навіть під час

проведення процедури у мене може просто початися сильна кровотеча, яку буде неможливо спинити. Простими словами, є ймовірність, що я просто стечу кров'ю прямо на операційному столі. Від такої процедури я відмовилася.

Це було влітку 2018 року, і вже у вересні я звернулася за допомогою у заклад під назвою «Хірургічний кабінет амбулаторної допомоги» до лікаря-хірурга Карпенюка Сергія Васильовича.

Він мені сказав, що все можливо, і що я можу позбавитися від виразок на ногах. Але, зважаючи на складність моїх усіх захворювань, цей процес буде довготривалим та трудомістким як з його сторони, так і, в першу чергу, з моєї. Адже рани на ногах є просто наслідком. Процес ускладнювався ще й тим, що я не могла просто лежати вдома чи в лікарні, мені потрібно працювати, виконувати побутову роботу, мені потрібно жити... Шо в свою чергу негативно впливає на нижні кінцівки, адже я практично увесь день «на ногах».

Сергія Васильовича мені порадила знайома, з якою я лежала разом в лікарні. Вона казала, що він лікує різні види ран і виразок. Головне, що дуже вдало».

Лікар-хірург каже, що його не злякав випадок даної пацієнтки, адже він чітко усвідомлював, що набряк нижніх кінцівок є наслідком тромбозу глибоких вен, який призводить до поганого відтоку крові з ніг. А тромбоз є наслідком антифосфоліпідного синдрому. Набряк є безумовною причиною утворення ран в даному випадку.

«На момент звернення до нас, — говорить Сергій Васильович Карпенюк, — у пацієнта були повністю безсонні ночі

від болю, постійні безперервні прийоми знеболювальних засобів, гемоглобін на рівні 60 одиниць.

За перші два тижні лікування біль повністю пройшов, пацієнт перестала вживати знеболювальні, рані почали заживати. Жінка втратила 16 кілограмів ваги. І це означає, що вся ця повнота в ногах не була підшкірно-жировою клітковиною і наслідком неправильного способу життя, а просто рідиною, яка затримувалася в ногах. Таким чином резекція шлунку нічим би їй абсолютно не допомогла.

Пані повернулася до улюбленої роботи, працює, її нічого не болить, веде повноцінний спосіб життя, відпочиває, зустрічається із друзями... живе! Єдиним дискомфортом є еластична компресія, адже людство ще не придумало як відновити прохідність тромбованих вен та позбутися антифосфоліпідного синдрому. Але цей дискомфорт є іграшкою порівняно з тим, що їй прийшлося пережити раніше. На початку лікування пацієнтки відвідувала нас три рази на тиждень, а згодом двічі на тиждень.

Варто зазначити, що цей клінічний випадок, як на мене, є прикладом для кожного пацієнта. Ця жінка — це приклад того, як варто боротися за себе, за власне життя і здоров'я, за його якість.

На такий молодий вік вона стикнулася з дуже серйозними проблемами зі здоров'ям. Тільки уявіть собі, 30 з хвостиком років, а тобі кажуть, що ти можеш залишитися без ноги. Шок, депресія, розpac... Вона ж не зламалася, шукала шляхи виходу із ситуації, що склалася. І знайшла!

Головне у цій історії — це боротьба, наполегливість, важка праця та те, що з двох величезних виразок у неї залишилася невеличка — 6 см².

Попри досить успішний результат на даний момент, і те, що зараз ми знаходимся на фінальній стадії лікування виразок, жінці все одно залишається ще доклади багато сил. Адже її основне захворювання — антифосфоліпідний синдром нікуди не зникає, просто перебуває у стані ремісії. Венозний тромбоз теж нікуди не дінеться і, на превеликий жаль, виразки нижніх кінцівок можуть повернутися із досить високою ймовірністю.

Але вона вже знає, що може, і як саме, боротися із цим, щоб жити. Жити повноцінно та якісно.

Потрібно пам'ятати, що практично не існує таких ран, які неможливо вилікувати. Питання лише в тому, чи причина, яка призвела до утворення цих самих ран, може усунутися чи ні. Питання в тому як добитися, щоб виразки не відновлювалися. І в тому, чи ви використали всі можливі варіанти і чи вам про них розповіли, щоб бути свідомим і мати вибір. Ймовірно, для людини, яка чогось прагне, немає нічого неможливого.

Я захоплююся цією жінкою і надіюсь, що вона стане прикладом сили духу для багатьох пацієнтів, які вже втратили надію на краще!»

Хірургічний кабінет амбулаторної допомоги:

м. Тернопіль
вул. Гріга, 3
(067) 152 84 04.

ЩО ЗМІНИТЬСЯ У ТРАНСПОРТІ В 2020 РОЦІ ТА ЧИ ЗРОСТУТЬ ТАРИФИ

Транспорт ■ Директор КП

«Тернопільелектротранс» Андрій Мастюх розповів, що у новому році планують випустити на лінію 52 тролейбуси і 18 автобусів, які мають перевезти 15,7 млн та 5 млн пасажирів

ОЛЬГА ТУРЧАК, OLIATUR9@GMAIL.COM,
097-16-14-150

— У наступному році на лінію ми плануємо випустити 52 тролейбуси та 18 автобусів, які зроблять пробіг 2,5 млн кілометрів та 817 тисяч кілометрів, — зазначив під час розгляду плану директор КП «Електротранс» Андрій Мастюх. — При цьому ми плануємо перевезти платних пасажирів тролейбусами — 8,1 мільйон та автобусами — 2,9 мільйона. Усіх пасажирів, разом з пільговиками, тролейбусами маємо перевезти 15,7 млн та 5 млн автобусами.

Дохід від виручки платних пасажирів та компенсації за пільговиків для підприємства, за словами Андрія Мастюха, складатиме 90 млн грн за перевезення тролейбусами та 26 млн грн за перевезення автобусами.

— Собівартість перевезення практично незмінна впродовж двох років за рахунок того, що збільшується кількість пасажирів, — продовжує пан Мастюх. — Для тролейбусів вона становить 7,96 та для автобусів — 8,70. Розрахунковий тариф, якщо врахувати рентабельність, становить 8,76 — за

проїзд у тролейбусі та 9,57 грн у автобусі. Затверджений тариф на сьогодні у тролейбусах — 5 гривень для власників «Карти тернополянина», 6 гривень — для разового проїзду. В автобусах діючі тарифи — 6 грн за «Картою» та 7 — за разовий проїзд.

Міський голова Сергій Надал запитав у Андрія Мастюха, за рахунок чого собівартість перевезень така висока та коли вона зросла.

— Така собівартість була ще при розрахунках, які проводили два роки тому, — відповів Андрій Мастюх. — Вона не зросла через те, що збільшилась кількість пасажирів, через оптимізацію мережі. Але на той час затвержені тарифи були 5-6 грн і компенсація була за рахунок фінансової підтримки підприємства.

У бюджеті міста на наступний рік заклали кошти на компенсацію за проїзд пільгових категорій населення в цілому. А різницю, яка є у тарифах, вирішили відшкодовувати окремими переведеннями на фінансову підтримку комунального підприємства. Тому тарифи, ймовірно, зростати поки що не будуть.

Фінансовий план члени викон-

ОЛЬГА ТУРЧАК



Дохід від виручки платних пасажирів та компенсації за пільговиків для підприємства, за словами Андрія Мастюха, складатиме 90 млн грн за перевезення тролейбусами та 26 млн грн за перевезення автобусами

ІНФОГРАФІКА ОЛЬГА ТУРЧАК



СОБІВАРТІСТЬ ПЕРЕВЕЗЕННЯ:
тролейбус — 7,96 грн.
автобус — 8,70 грн.

РЕНТАБЕЛЬНА ВАРТІСТЬ:
тролейбус — 8,76 грн.
автобус — 9,57 грн.

ДІЮЧІ ТАРИФИ:
тролейбус — 5 грн для власників «Карти тернополянина»,
6 грн — для разового проїзду;
автобус — 6 грн для власників «Карти тернополянина»,
7 грн — для разового проїзду.

Дорослі очима дітей

«RIA плюс» продовжує рубрику «Дорослі очима дітей». Задля експерименту наша кореспондентка показала дітям фото тернополян



Анастасія Дудік — майстер манікюру



Назар Тернович — менеджер з продажу



Юлія Марчук — кухар



Ангеліна Оксенчук — юрист



Олександр

— Це няня. Вона доглядає за дітками, коли нікого немає вдома. У неї дуже гарні брови.

— Тъотя працює «на каві». Робить дуже добре капучино, яке любить моя мама.

— Чоловік працює в офісі, бо в нього є така сорочка і краватка. В офісі він друкує і дивиться мультики.

— Дядя — вчитель. Він вчить дорослих людей.

— Тъотя працює журналісткою. Розказує в журналі історії і новини. Це тому, що в неї брови гарні.

— Ця дівчинка знімається у фільмі. Її обличчя нагадує одну акторку.

— У цієї тъоті така робота, що вона працює вдома. Дивиться у комп'ютер та телевізор.



Ваніčка

Якщо хочете, щоб ваша дитина віком 4-6 років стала експертом рубрики «Дорослі очима дітей», пишіть на електронну адресу: marjana.dokhvati@gmail.com або телефонуйте: 097-783-53-39.

КОМУ МОЖНА І НЕ МОЖНА ХОДИТИ В ЛАЗНІ. ТОП-10 ГАРЯЧИХ ЗАКЛАДІВ

Відпочинок ■ Бані
чи сауни — популярне місце святкувань та відпочинку, особливо у холодну пору року. Про те, як вони впливають на організм та кому можна і не можна ходити туди, розповіли експерти.

ОЛЬГА ТУРЧАК, OLIATUR9@GMAIL.COM,
097-16-14-150

Добряче попаритись у лазні, просто відпочити з друзями або влаштувати святкування якоїсь події — для багатьох це вже стало традицією.

Тернополянин Юрій Кулик каже, що баня — це чудовий спосіб розслабитися та загартувати організм.

— Ми з друзями системноходимо в лазню вже близько десяти років, — каже пан Юрій. — Спочатку ми ходили в сауну «Чайка». Зарахходимо в сауну «Хутір», де є камін, який працює на дровах. У бані для нас обов'язково мають бути віники, басейн, у який можна стрибнути і охолодитись, а також окремий вихід на вулицю. Щоб після того, як попарились, можна було в снігу повалитися, якщо він є, або просто собі посидіти на прохолодному повітрі.

Пан Юрій каже, що його друзі ходять у сауну щоп'ятирічно практично весь рік. У нього ж сезон триває з жовтня до травня.

Тернополянка Юлія розповідає, щоходить у лазню разом із дітьми, яким 6, 8 та 13 років. Такі процедури, за її словами, покращують настрій та додають бадьюорсті на весь тиждень.

— Ми ходимо у басейн 22-ї школи у Тернополі. Там у приміщені басейну є сауна, — каже пані Юлія. — Буваємо там практично щотижня. Обов'язковим ритуалом є чергування басейну зі смугою, маски і зелений чай. У нас справді покращилося здоров'я після таких процедур.

ЩО КАЖЕ ЛІКАР



Перед тим, як систематично відвідувати баню чи сауну, варто проконсультуватися із сімейним лікарем.



— Є кілька видів лазні. Сауна — це лазня із сухим повітрям та високою температурою, в Україні наймені, — каже заступник директора комунального некомерційного підприємства «Центр первинної медико-санітарної допомоги» Надія Боднар. — У лазнях — нижча температура та висока вологість.

Людям зі складними та хронічними захворюваннями будь-які види лазні, за словами лікаря, протипоказані.

— У будь-якому разі перед тим, як систематично відвідувати лазні, варто порадитися зі своїм сімейним лікарем. — Наприклад, людям із онкологічними захворюваннями, захворюваннями кровоносно-судинної та нервової системи не можна їх відвідувати.

Серед позитивних сторін лазні лікар визначає те, що, перебуваючи у сауні, організм відчуває стрес.

— Теплове навантаження на організм спонукає стрес. А будь-який стрес провокує захисні реакції, — продовжує Надія Боднар. — Тобто всі захисні реакції, які мають боротися із несприятливим впливом, активуються та потім краще працюють з іншими підроздниками. Також під впливом високих температур покращується стан периферичної судинної системи, зокрема кінцівок та головного мозку.

Серед іншого — сауна та баня позитивно впливають на стан шкіри та потовидільній системи.

ЧИ МОЖНА ВЖИВАТИ АЛКОГОЛЬ

Випити келих пива чи навіть щось міцніше у сауні стало традицією. Але мало хто знає, що це може бути досить небезпечно для

організму.

— Алкоголь — це фактор, який категорично протипоказаний, — каже лікар. — Навіть перед походом в лазню чи сауну варто утриматися від вживання алкогольних напоїв. Це може нести велику небезпеку для здоров'я та навіть життя людини.

За словами лікарки, у сауні під впливом високої температури кровоносні судини розширюються. Алкоголь сприяє їхньому розширенню до критичного рівня та збільшує ризик виникнення внутрішніх крововиливів.

Також не варто відкидати можливість посковзнутися на мокрій підлозі або втратити свідомість під час купання у басейні. Тому від вживання спиртного краще відмовитися взагалі.



ТОП-10 саун в Тернополі

Ціна — 500 грн перші дві год., кожна наступна — 200 грн.

2. Сауна «Дикий зуб»

Ціна — від 200 грн.

Адреса: вул. Гайдара, 3.

3. «Чумашкий шлях»

Адреса: с. Підгороднє, вул. Бережанська, 49А

4. Алігатор

Адреса: Тернопіль, Гайова, 29
Ціна — від 250 грн до 300 грн.

Кожна наступна особа — +50 грн

5. «Галицький замок»

Адреса: Тернопіль, Шумська, 22
Ціна — 300 грн./год. (мінімальне замовлення від 2 год.)

6. «Камелот»

Адреса: вул. Об'їзна, 6
Ціна — від 250 грн/год. Абонемент — 1200 грн /міс.

7. «Стара підкова»

Адреса: вул. Бригадна, 23 (Кутківці)

Ціна — від 160 грн/год

8. Сауна «Ейфорія»

Адреса: вул. Анатолія Живова, 1.
Ціна — від 200 грн/год. Мінімальне замовлення — 2 години.

9. «Глобус»

Адреса: вул. С.Будного, 18
Ціна — від 170 грн/год.

10. «Еней» (Чайка)

Адреса: вул. Глибока, 18
Ціна — від 200 грн/год

СІЧЕНЬ

- 1 19 Ср. Бонифатій, мч.
2 20 Чт. Іннатіс Богонось, свящч. (іннатіс Роди)
3 21 Пт. Юліані, мц., Ульпія
4 22 Сб. Анастасія, відмц.
5 23 Нд. Перед РІДДОМ. Св. Отців: 10 та інш. у фнт Гл. 4, Ек. 7
6 24 Пн. Лаврентій Римський. Евгеній, прп. мц.
7 25 Вт. **РІДДО ХРИСТОВЕ**
8 26 Ср. Собор Богородиці і Йосифа Обручника
9 27 Чт. **Св. первомуч. Стефана**
10 28 Пт. 20.000 мучеників у Нікомидії
11 29 Сб. Дітей убитих Іродом. Маркела, прп.
12 30 Нд. По Різдву. Анастасія, мц. Златка, грека Гл. 5, Ек. 8
13 31 Пн. Меланії Рим. прп. (іннатіс Роди)
14 1 Вт. **Образиння ГНХ, Василія Вал.**
15 2 Ср. Синеастра. Пагані, святіт. (іннатіс Іоанна)
16 3 Чт. Манах прор. Гордій, мч.
17 4 Пт. Собор 70-ти Апостолів. Теодіктиста прп.
18 5 Сб. Никитій Богослов. (іннатіс). Теодікти та Теодіт, мч.
19 6 Нд. **Богоявлення Господнє**
1 7 Пн. Собор Іоанна Христ.
2 8 Вт. Юрій Хозевіта, прп. Домінік прп. Еміліана ісп.
22 9 Ср. Попелюх, мч.
23 10 Чт. Пралуцино-юхим, Григорій, сп. св. Маркона, прп.
24 11 Пт. Геодіт Великого, прп.
25 12 Сб. Татіані, мц.
26 13 Нд. По Богоявленні. Єріца. Стратона, мч. Гл. 7, Ек. 10
27 14 Пн. Отців, убітих у Сівії Рагі. Ніни св. (іннатіс Богдан)
28 15 Вт. Павла Тебського, Івана Кущинського, прп.
29 16 Ср. Поклонівкам св. Ап. Петра
30 17 Чт. І Антоній Великого, прп.
31 18 Пт. Атанасія і Кирила Олександра. свят. св. Ів. Боско

БЕРЕЗЕНЬ

- 1 17 Нд. Керів сиріїцьких, прпиння Георгія члн. члн Гл. 4, Ек. 4
2 18 Пн. Леч. Вал. Пасту готувальників! Теодора Тирона
3 19 Вт. Лівія, Папія Римського
4 20 Ср. Архілія, ап. Максима
5 21 Чт. Лівія, сп. Катанського, прп.
6 22 Пт. Тимотея і Севастія, прп.
7 23 Сб. Знайд. мощей мч., що в Ефесі
8 24 Нд. 1 Посту. Прокопій Галіцький, сп. Омир. святий Гл. 5, Ек. 3
9 25 Пн. 1 1 2 Знайд. Голови Іакова Християнського
10 26 Вт. Тарасій, арх.
11 27 Ср. Свят. Порфирій, сп.
12 28 Чт. Прокопій Декаполіта, ісп., Теодора Тирона, вчн.
13 29 Пт. Василій Посинський, ісп., Маріяни прп.
14 1 Сб. Апостоли Садок, прпмц. Антонії, мц.
15 2 Нд. 2 Посту. Теодота, свящч. Богдані Гл. 6, Ек. 6
16 3 Пн. Теодора Тирона, вчн. Севастія, ісп. Клеркія Іоанпса, мч.
17 4 Вт. Герасима, прп.
18 5 Ср. Конона, мч.
19 6 Чт. 42-х мч. Аморійських
20 7 Пт. Василій, Евгеній, Ефрема, свящч.
21 8 Сб. Знайд. Теофілакта, сп. Никонії
22 9 Нд. ЗПосту. Хрестоянки, +40 мч. Овсяній Гл. 7, Ек. 7
23 10 Пн. Кондрата, Кипрена, Галінни та ін. мч.
24 11 Вт. Софонія, патр. Ерусалимського
25 12 Ср. Теофана, ісп. Григорій, Папія Римського
26 13 Чт. Перенес. мощей св. Нікофора
27 14 Пт. Венедикта, прп. Ростислава, юн.
28 15 Сб. Знайд. Агапіта, мч та ін.
29 16 Нд. 4 Посту. Савва. Олександра, мчн Гл. 8, Ек. 8
30 17 Пн. Овакія, чоловіка Божого, прп.
31 18 Вт. Кирила, арх. Брусалямського

ТРАВЕНЬ

- 1 18 Пт. Івана, Косми, сп., прп. Любомира, св.
2 19 Сб. Івана Старолінського, прп.
3 20 Нд. Миринській. Теодора Тирона, прп. Гл. 2, Ек. 3
4 21 Пн. Януарія та ін мч.
5 22 Вт. Теодора Сиківська і Віталія, прп.
6 23 Ср. **Юрій Літеромах**, вчн.
7 24 Чт. Савви Стратилата, мч.
8 25 Пт. І Марка, ап. і інші. Ярослава, юн.
9 26 Сб. Василія іл. Амасійського, свящч.
10 27 Нд. Розгайбієв. Симон ап. Стефан Великий Гл. 3, Ек. 4
11 28 Пн. Ясона і Софіятира, апп. Кирила, сп. Турніського
12 29 Вт. 9-ти мч., що в Кіоску
13 30 Ср. Іакова Зеленої, іл. Геракліонії/Геракліонії
14 1 Чт. Еремія, прор. Яремія, Тамари
15 2 Пт. Атанасія Вел., прп.
16 3 Сб. 1 Геодіт Літеромаха, прп.
17 4 Нд. Самарянка. Петяго, мц. Гл. 4, Ек. 7
18 5 Пн. Ірини, мц. Яриви, Нікофора, прп.
19 6 Вт. Іоана Многостр. Юдити
20 7 Ср. Акакія, ін. Попа Чес. Хр в Срушіві (іл. Переможи)
21 8 Чт. Івана Богослова. Арсенія Вел., прп.
22 9 Пт. Перенесення мощей св. Миколая Чуд.
23 10 Сб. Симона Зелота іл. Христофора
24 11 Нд. Сільськодавчий. Іоанос/Методій, ап. Модеї Гл. 5, Ек. 8
25 12 Пн. Сіїфана і Германа, святіт.
26 13 Вт. Гликерія, мч., Олександра, мч.
27 14 Ср. Ісідора, мч. (іннатіс Іасік)
28 15 Чт. **ВОЗНЕСЕННЯ ГОСПОДНЄ**. Пахомія Вел., прп.
29 16 Пт. Теодора Освяченного, прп. Віта, Модеста
30 17 Сб. Андроніка, ап.
31 18 Нд. Святих Отців І-го Вселен. Собору. Теодора, її ін. мчн. Почитання Матері Божої у Погоні. Гл. 6, Ек. 10

ЛЮТНИЙ

- 1 19 Сб. Макарія Білопітського, прп. Ефросинія, св.
2 20 Нд. Захарія. І Оптіна Велікого, прп. мч Га. В, Ек. 11
3 21 Пн. Максима, ісп прп. Савена, Валеріана і Неофіта
4 22 Вт. Тимотея, ап. Анастасія Перського, прпмч.
5 23 Ср. Климента, свящч., Агатангела мч.
6 24 Чт. Ксентій Римлянський, прп.
7 25 Пт. ІІ рік після високоска: єпактиї Іоакім та ін.
8 26 Сб. Коневінта і Марія, Аркадія і Теодора, мч.
9 27 Нд. Матія і Феодосія. Гермак мч та ін. Золот. Гл. 1, Ек. 1
10 28 Пн. Ефрема Сирійця, прп.
11 29 Вт. Пер. мощей св. Іннатія Богоносця
12 30 Ср. **Трох Святителів: Василія, Григорія, Іоанна**
13 31 Чт. Кіра й Івана, лікарів, мч.
14 1 Пт. Трифонія, мч. (іннатіс Стратилата)
15 2 Об. **СТРІТЕННЯ ГОСПОДНІЕ**
16 3 Нд. **Благовіщення Святої Богородиці**. Симеона Бог. Іоанн, прп Гл. 2, Ек. 2
17 4 Пн. Ісидора Піса, сп.
18 5 Вт. Агафія, мч.
19 6 Ср. Вукола, прп. Симеона свящч.
20 7 Чт. Парфенія, сп. прп. Луки.
21 8 Пт. Теодора Стратилата, вмч., Захарія, прп.
22 9 Сб. Залізниця Нікофора, мч. (іннатіс Стратилата)
23 10 Нд. М'ягкопусна. Харлампій, мч. Гл. 3, Ек. 3
24 11 Пн. Власія, сп. Сев., свящч.
25 12 Вт. Мелетій, арх. Антохійського, св.
26 13 Ср. Мартиниана, прп. Зої
27 14 Чт. І Кіронна, жт слов'ян. Авксентія і Марона, прп.
28 15 Пт. Оксимія, ап.
29 16 Сб. Касіона, прп.

КВІТЕНЬ

- 1 19 Ср. Хризантія і Дарія, мч. (іннатіса)
2 20 Чт. Преп. Отців, убитих у монастирі св. Сави
3 21 Пт. Якова, прп., іл. Катанського
4 22 Сб. Акістія. Василія Акірського, свящч.
5 23 Нд. 5 Посту. Нікона його учня, мчн. Гл. 1, Ек. 9
6 24 Пн. Захарія, прп. Артеміона свят. (іннатіса Іакова)
7 25 Вт. **БЛАГОВІЩЕННЯ Пречистій Дніп Марії**
8 26 Ср. Собор арх. Гавріїла
9 27 Чт. Матрони Солун.
10 28 Пт. Інарона Нового і Стефана, прп.
11 29 Сб. Іларіона. Марка, прп. Кирила й ін. мч.
12 30 Нд. Каліна. Вхід Госп. в Брус., іл. Пісторіана, прп.
13 31 Пн. Сінночний іконії Іпатія Чуд., свят.
14 1 Вт. Марії Стратилатської, прп.
15 2 Ср. Тита Чудотворця, прп.
16 3 Чт. Вел. четвер. (Ієрасим). Микити, прп. іл.
17 4 Пт. Веліка п'ятьдесят. Піщації Іоанфа іл. Ори, прп.
18 5 Сб. Велика субота. Теодора, Агатопода, мч.
19 6 Нд. **ВОСКРЕСІННЯ ХРИСТОВЕ. ПАСХА**. Гл. 1
20 7 Пн. **Святій післядіюк. Сент Юрія**, сп. Митроп. Гл. 2
21 8 Вт. **Святій вікорх. Іродон, Агава, Руфія та ін.**
22 9 Ср. Святої, мч.
23 10 Чт. Терентія, Максима, мч.
24 11 Пт. Акіпія, свящч.
25 12 Сб. Василія ісп., прп.
26 13 Нд. Томіана. Артемона Ліодрик., свящч Гл. 1, Ек. 1
27 14 Пн. Мартіна, ісп. Папи Рим., Антонія, Івана
28 15 Вт. Аристарха. Пуда і Трофима, свв. апп.
29 16 Ср. Агапії, Ірини й Хоні, мц.
30 17 Чт. Симеона, прп. Акакія прп.

ЧЕРВЕНЬ

- 1 19 Пн. Патріка, свящч.
2 20 Вт. Талалея, мч.
3 21 Ср. І Кастеліяна і Олена, ранні.
4 22 Чт. Василіска, мч.
5 23 Пт. Михаїла, сп. Сиріосиня, прп. (іл. Валентин)
6 24 Сб. Залізниця Симеона Дніп., прп.
7 25 Нд. **ЗІСЛАННЯ св. ДУХА. П'ЯТЬДЕСЯТНИЦЯ**
8 26 Пн. Святого Духа, Карла, ап. одного з 70-ти
9 27 Вт. Терапонта, сп. Сард., свящч.
10 28 Ср. Микити сп. Халкедонського, прп.
11 29 Чт. Тевдорій, прпмч.
12 30 Пт. Ісака Далматського, прп. Живії, св.
13 31 Сб. Ермія, ап. Ермія, мч. (іннатіса Ієрасима)
14 1 Нд. 1-я, Всі Святіх. Юстинія філос. мчн Гл. 8, Ек. 1
15 2 Пн. Іло. Іларіона із юту. Нікофора, ісп.
16 3 Вт. Лукиччія св. мч та ін.
17 4 Ср. Мікраніана, св. патр. Царгородського
18 5 Чт. **Пр. Святісті** (іл. Доротія, сп. Тір.) св. свящч., гора
19 6 Пт. Висаркона і Іларіона, прп.
20 7 Сб. Теодора, сп. Акірського, свящч.
21 8 Нд. 2-я, Перенес. мощей Геордія Страт., імн Гл. 1, Ек. 2
22 9 Пн. Кирила, арх. Марти мч.
23 10 Вт. Тимотея, свящч.
24 11 Ср. І Варвакіон і Варвакін, ап.
25 12 Чт. Сиуфра В., прп. Петра Атонського, прп. Іад. Іоанна
26 13 Пт. **Пр. Іоанна** (іл. Іоанна) Доротія, сп. Тір. св. свящч., гора
27 14 Сб. Спасівській Георгії і Миколаї (Черніцького), бл. свящч сп. Інн., Омеляна (Сава), бл. свящч., Методія, сп.
28 15 Нд. 3-я, Амоса, прор. Еракима, прп. Гл. 2, Ек. 3
29 16 Пн. Тихона, ісп.



ПРЯМОГ ЦЕРКОВНИЙ

20



ЛІТНІЙ КАЛЕНДАРЬ

20

ЛІПЕНЬ

- 1 18 Ср. Леонід, мч.
 2 19 Чт. Іоанн ап. Бриг / Господній
 3 20 Пт. Методія, свящн., сп. Патарського
 4 21 Сб. Юліан, мч.
5 22 Нд. 4-а, Всіх Святих українського народу, Гл. 3, Ев. 4
 Матері Божої Неустанної Помочі / Свято: сім'ї
 6 23 Пн. Аргіппін, мц. / Герман
7 24 Вт. Ⓛ Різдво Івана Христитеља
 8 25 Ср. Февронія, прпмц. Доротея, свящн.
 9 26 Чт. Давида Солунського, прп.
 10 27 Пт. Самсон, прп.
 11 28 Сб. Перенесення мощей Кира й Івана, мч.
12 29 Нд. 5-а, Ⓛ Варха, Ап. Петра і Павла: Гл. 4, Ев. 5
 13 30 Пн. І Собор 12-ти Апостолів
 14 1 Вт. Космій і Даміан безсрібників
 15 2 Ср. Ільюх / риць Грец. в. єпископа
 16 3 Чт. Явота і Антонія, мч.
 17 4 Пт. Павла Гойдрич, свящн., Андрія Кріт. / Марти, прп.
 18 5 Сб. Ілліяків Айвазького, прп.
19 6 Нд. 6-а, Спасе Великого, прп. Гл. 5, Ев. 6
 20 7 Пн. Томі та Акаю, прп.
 21 8 Вт. Прокопій, віком.
 22 9 Ср. Панкратія, свящн.
 23 10 Чт. Ілліяків Неперського, прп.
 24 11 Пт. Іоанн із Київські Сефими, мч.
 25 12 Сб. Прокла й Іларія, мчн., Михаїла Малеїна, прп.
26 13 Нд. Св. Отців 5-ти Вселенських Соборів
 Соб. Арх. Гавриїла, Стефана, прп. Гл. 6, Ев. 7
 27 14 Пн. Акопі та Птрікія, апп., Оксіана, прп.
 28 15 Вт. І Володимиря Великого
 29 16 Ср. Атеногена, свящн. і 10-х його учнів
 30 17 Чт. Марини, віком.
 31 18 Пт. Явота й Еміловна, мч.

ВЕРЕСЕНЬ

- 1 19 Вт. Андрій Стратилата, мч.
 2 20 Ср. Симона, прп.
 3 21 Чт. Тадея, ап. / Вассі, мч.
 4 22 Пт. Агатонія, мч. / Северина, мч.
 5 23 Сб. Іринея, Іусти, мчн. / Іуданія (Ульяні)
6 24 Нд. 13-а, Евтихія, свящн. Гл. 4, Ев. 2
 7 25 Пн. Перенесення мощей Варфоломея і Тита, апп.
 8 26 Вт. Адріана і Наталії, мчн.
 9 27 Ср. Пімена, прп. / Кука, мч.
 10 28 Чт. Августіна, сп. Мойсея Муріна, прп. Собор свт. Піменського
 11 29 Пт. І Успіння Голови Івана Хрестителя (паст.)
 12 30 Сб. Олександра, святит. Івана і Павла, прп.
13 31 Нд. 14-а, І Покров Покрови Богородиці, Гл. 5, Ев. 3
 14 1 Пн. Ⓛ Новий цар. рік. Симеона Стовпника, прп.
 15 2 Вт. Маманта, мч. / Івана Постника, прп.
 16 3 Ср. Антіна, сп. свящн. Теоктиста, прп.
 17 4 Чт. Мойсея Богомольці, прор. / Вавилы, свящн.
 18 5 Пт. Захарія, пророка і Єлизавети
 19 6 Сб. Чудо св. Михаїла. Седоксія
20 7 Нд. 15-а, Софонія, мч. / передія Різдва 6-ї/ Гл. 6, Ев. 4
21 8 Пн. Ⓛ Різдво Пресвятої Богородиці
 22 9 Вт. Йоанна й Анна, прп.
 23 10 Ср. Мінодори та інш. мчц., сп. о. Піо
 24 11 Чт. Теодорій Олександр, прп.
 25 12 Пт. Автонома, свящн. / Іуданія Різдва Богородиці
 26 13 Сб. Корнилія, сопника (передсвяте Воздвиження)
27 14 Нд. Ⓛ Воздвиження Чесного Хреста (піст.)
 28 15 Пн. Микола, віком. / Максимія, мч.
 29 16 Вт. Сефими, віком. / Віктора і Людмили
 30 17 Ср. Софії, Віри, Надії, Любові, мчц.

ЛІСТОПАД

- 1 19 Нд. 21-а, Георгія Розумівського, мчн. / Іоанніко. Гл. 4, Ев. 14
2 20 Пн. Артемія, віком. Пам'ять всіх померлих християн
 3 21 Вт. Іоанона Великого, прп.
 4 22 Ср. Аверка чудотвор., свят.
 5 23 Чт. Якова, ап. / брата Господнього
 6 24 Пт. Аретія, мч.
 7 25 Сб. Маркіана і Мартири, мчн.
8 26 Нд. 22-а, Ⓛ Дмитра Мироточицького, віком. Гл. 5, Ев. 11
 9 27 Пн. Нестора, мч. / Капітолія, Еротіди, мчц.
 10 28 Вт. Іоанна Кіпріана, Терентія Неонія, мчн. / Стефана
 11 29 Ср. Анастасія Рим., прпмц.
 12 30 Чт. Зинюся і Зинюса, мчн.
 13 31 Пн. Стакія, Амвросія та ін. ап. / Епімаха, мч.
 14 1 Сб. Космій і Даміан безсрібників
15 2 Нд. 23-а, Акеліана, Гайєвського, мчн. Гл. 5, Ев. 1
 16 3 Пн. Акеліана, Йосифа, Айтала, мч.
 17 4 Вт. Йоанникия, прп. / Нікандра, мч.
 18 5 Ср. Галактика і Епістимії, мчн.
 19 6 Чт. Павла, сп.
 20 7 Пт. Йосафат (Гордасієвського) бл. / Лазаря, прп.
21 8 Сб. Ⓛ Собор Архистратига Михаїла
22 9 Нд. 24-а, Митрофана, Іоаніфора / Порогицького, мчн. Гл. 7, Ев. 2
 23 10 Пн. Ерастія, Родона, Олімпія, ап.
 24 11 Вт. Теодора Ст., Віктора, Вікентія, мчн.
 25 12 Ср. Іоасафата, свящн.
 26 13 Чт. Івана Златоустого
 27 14 Пт. Феофілія, ап.
 28 15 Сб. Іллі Радивільського Посту. Гурия, мч.
29 16 Нд. 25-а, І Матея, ап. і св. Єван Гл. 8, Ев. 3
 30 17 Пн. Григорій Неокесар., свят.

СЕРПЕНЬ

- 1 19 Сб. Макріана, прп. сестри св. Василия Вел.., Ди, прп.
2 20 Нд. 8-а, Ⓛ Іллі Пророка Гл. 7, Ев. 8
 3 21 Пн. Симеона і Йоана, прп. / Евхілія, прп.
 4 22 Вт. Марії Магдалини, мир. / Фоки, свящн.
 5 23 Ср. Трохима і Теофіла, мчн.
 6 24 Чт. Іоанніса і Іоана, мчн. Християни, мч.
 7 25 Пт. І Успіння св. Антонія матері Пресв. Богородиці
 8 26 Сб. Параскеви, прпмц. / Мирослави, Ермолая, свящн.
9 27 Нд. 9-а, Ⓛ Пальмільяна, мчн. Климентія землі України Гл. 8, Ев. 1
 10 28 Пн. Прокора, ап. / Іоакім
 11 29 Вт. Каліакія, Серафимія, сп. Філомена
 12 30 Ср. Симеона, Симеонія, Андроніка, ап.
 13 31 Чт. Євдокія, прп. / Іоанна (Богдана) / Християни
 14 1 Пт. І Успіння св. Іоанна Хрестителя, Макаеля
 15 2 Сб. Перенес. мощей пер. муч. Стефана
16 3 Нд. 10-а, Іоанна Даміана Фініста, прп. Гл. 1, Ев. 10
 17 4 Пн. 7-ох мучн. Ефесських / Євдокії, прп.
 18 5 Вт. Євгенія, мчн. / прадіда Ілліївра
 Октоївського собору. Викрихан Христового в Гіакі
19 6 Ср. Ⓛ ПЕРЕОБРАЖЕННЯ ГОСПОДНЄ
 20 7 Чт. Дометія, прпмч. / Пульхерія
 21 8 Пт. Еміліана, сп. ісп. / Леоніда, мч.
 22 9 Сб. І Матія, ап.
23 10 Нд. 11-а, Іоакім Гл. 2, Ев. 11
 24 11 Пн. Саллія, мчн. / Сусаннія, мч.
 25 12 Вт. Фотія і Антонія, мчн.
 26 13 Ср. Максима Ісповідувача, прп. (видання Іеребрах.)
 27 14 Чт. Ⓛ Перенес. мощ. Теодорія Печерського Успіння
28 15 Пт. Ⓛ УСПІННЯ ПРЕСВЯТОЇ ВОГОРОДИЦІ
 29 16 Сб. Перенес. Нерукотв. Образу Ісуса Христа. Доміція, мч.
30 17 Нд. 11-а, Мирона, мчн. / Агнеса Печер. Гл. 3, Ев. 1
 31 18 Пн. Флора і Лавра, мчн.

ЖОВТЕНЬ

- 1 18 Чт. Євменія, прп.
 2 19 Пн. Трохима, Савватія і Доримедонта, мчн.
 3 20 Сб. Євстигія, Михаїла і Теодора, мчн. / Олега, юн.
4 21 Нд. 17-а, Іоакім, із родини Іоакімів: І Діакон Гл. 8, Ев. 8
 5 22 Пн. Йоан, прп. / Фоки, свящн.
 6 23 Вт. Зачаття Івана Христитеља
 7 24 Ср. Теклі, прпмц.
 8 25 Чт. Софросиній, прп.
 9 26 Пт. І Іоанна Богослова, ап.
 10 27 Сб. Калістрата, мчн. / Ніла, прп.
11 28 Нд. 18-а, Іоакім та інші, мчн. Гл. 1, Ев. 7
 12 29 Пн. Кирика Саліпника, прп.
 13 30 Вт. Григорія Віри, свящн.
14 1 Ср. Ⓛ ПОХРОВ ПРЕСВЯТОЇ ВОГОРОДИЦІ
 15 2 Чт. Кипріана і Юстіни, мчн. / Андрія прп.
 16 3 Пт. Донсія Ареопагита, свящн.
 17 4 Сб. Оротея, сп. свящн. / Франциска Аскетського, прп.
18 5 Нд. 19-а, Харитія, мчн. Гл. 2, Ев. 8
 19 6 Пн. І Георгія Білохіжкого, ап.
 20 7 Вт. Сергія і Вакха, мчн.
 21 8 Ср. Пелагії і Таїї, прп.
 22 9 Чт. І Іоанна Альфесского, ап.
 23 10 Пт. Євлампія, мчн. / Євлампії, мч.
 24 11 Сб. Філіппа, ап. / Євфона, прп.
25 12 Нд. 20-а, Св. Отців 7-го Вселех. Собору, Царя Христя, Космія, прп. / Мартіна, сп. Гл. 3, Ев. 9
 26 13 Пт. Карпа та інш. мчн.
 27 14 Пт. Параскеви Герновської, прп. / Назарія, мч.
 28 15 Ср. Євлампія, прп.
 29 16 Чт. Йончика сопника, мчн.
 30 17 Пт. Осії, прп. / Андрія Кріт., прпмч.
 31 18 Сб. І Пулу, ап. і інші

ГРУДЕНЬ

- 1 18 Вт. Платона і Романа, мчн.
 2 19 Ср. Аедія прп. / Варлаама, мч.
 3 20 Чт. Григорія Декап. / Прокла, прп. (мересь. Іваніч)
4 21 Пт. Ⓛ Введение в Храм Пресвятої Богородиці
 5 22 Сб. Філімона, ап. і інш. що з ним
6 23 Нд. 26-а, Амвросія Григорія, сп. сп. Гл. 1, Ев. 4
 7 24 Пн. Катерини, віком. / Меркурія, віком.
 8 25 Вт. Климентія, Павла Рим. / Іоанна Віленського
 9 26 Ср. Антонія Стовпника, прп.
 10 27 Чт. Якова Персіянина, віком. / Палладія, прп.
 11 28 Пт. Стефана Нового, прпмч. / Іринарха, мч.
 12 29 Сб. Параскеви і Філумена, мчн.
13 30 Нд. 27-а, І Андія Первоозванного, ап. Гл. 2, Ев. 5
 14 1 Пн. Наума, прп. / Фларета, прп.
 15 2 Вт. Аввакума, прп.
 16 3 Ср. Софонія, прп. / Теодула, прп.
 17 4 Чт. Варвари, віком. / Івана Дамаскіна, прп.
 18 5 Пт. І Іоанн Оспанці, сп.
19 6 Сб. Ⓛ Св. Микола Чудотворца, архієп. Мирлікій.
20 7 Нд. 28-а, Амеросія, сп. Медіоланського Гл. 3, Ев. 6
 21 8 Пн. Потапія, прп. (передія. Нет Зачаття)
22 9 Вт. Ⓛ Неворонче Зачаття Пресвятої Богородиці
 23 10 Ср. Мавр і ін. мчн.
 24 11 Чт. Даниїла Стовпника, прп.
 25 12 Пт. Спиридона Чудотворця, прп.
 26 13 Сб. І Гавриїла, віком. / Алексія і Ореста, мчн.
27 14 Нд. 28-а, Св. Праотців Тирса і Левка, мчн. Гл. 4, Ев. 7
 28 15 Пн. Елевтерія, свящн. / Паїла, прп.
 29 16 Вт. Агнеса, прп.
 30 17 Ср. Даниїла, прп.
 31 18 Чт. Севастіяна, мчн.

А ВИ ЗНАЄТЕ, ЯКИЙ У ВАС ТИСК?

Важливо ■ Ті, у кого є проблеми з тиском, мають розуміти, що вони приймають ліки не «від тиску», а лікують гіпертонічну хворобу. А вона не дозволяє «забути» про таблетку, «схалювити» чи зекономити

ДІАНА ОЛІЙНИК, 0-67-347-52-39,
DIANA.OIJNYK@GMAIL.COM

А ви знали, що тепер інші цифри артеріального тиску медики вважають нормою? Про цифри 140/90 уже можна забути. Нагадаємо, діагноз «гіпертонія» раніше ставили при показниках тиску 140/90 і вище. А все, що нижче, вважалося нормою.

Зараз у світі змінилися показники нормальногопартеріального тиску, — розповів лікар вищої категорії, терапевт Василь Олійник. — За стандартами Американської асоціації кардіологів, нормальним тиском тепер вважається тиск до 130/80. Все, що є більшим, — вважається підвищеним тиском і вимагає лікування. Раніше такі цифри застосовували для хворих на цукровий діабет, а зараз — для всіх. Американська асоціація завжди мала жорсткіші підходи до лікування у порівнянні з Європейською асоціацією, але це має свої підстави. Багато досліджень показують, що зниження артеріального тиску навіть на 5 мм рт. ст. зменшує смертність, захворюваність на інсульт, інфаркт.

Але от для гіпертоніків у віці 80 років і старших допустимо є верхня межа 140-150, бо нижня межа у них залишається на рівні 70 мм рт. ст. — це називається ізольованою систолічною гіпертензією, коли підіймається тільки верхня межа тиску. Якщо намагатися добиватися цільових рівнів до 120-130, порушується мозковий кровообіг, адекватне кровопостачання мозку, і людина погано почувається.

Щодня і пожиттєво

Більшість пацієнтів не можуть прийняти того факту, що лікування гіпертонічної хвороби є щоденне, постійне, обов'язкове і усе життя

— Важливий момент — навіть якщо пацієнт встає зранку з ліжка, міряє тиск і він у нього 120/80, ліки також треба приймати, — зазначає Василь Олійник.

Робить перерви на місяць

Приймаючи препарати для лікування гіпертонічної хвороби, не потрібно робити ніяких перерв.

Чомусь наші люди переконалися, що ліки треба приймати курсами. Цей міф є надзвичайно стійким, невідомо в яких нетрях він народився. Ale ліки при гіпертонії треба приймати регулярно, — наголошує лікар. — От нещодавно був пацієнт. Чоловіку 65 років, має гіпертонію, вирішив собі, що він має приймати препарати курсами. I він собі робить кожних 3-4 місяці перерву на місяць. Відповідно, той місяць перерви супроводжується гіпертензивними кризами, погіршеннями самопочуття. Зрештою, чоловік потрапив у лікарню з інсультом, бо робив перерви у прийомі гіпотензивних препаратів. Чоловік так і не зміг чітко відповісти, хто ж йому нарадив не приймати ліки. Зазвичай — це люди з оточення пацієнтів, без медичної освіти, зате вони переконані, що у всьому розбираються.

Більшість пацієнтів не можуть прийняти того факту, що лікування гіпертонічної хвороби є щоденне, постійне, обов'язкове і усе життя

— На жаль, у нас є так як у відомій приказці, що у футболі і медицині розбираються усі, — каже Василь Олійник, — і люди вважають за потрібне давати один одному поради, ділитися своїм «досвідом» у прийманні ліків, радити ліки, які приймають інші сусіди чи знайомі.

Хворобу не обманеш

Часто пацієнти вирішують економити на ліках і вирішують приймати, наприклад, не по цілій таблетці, а половину, чи, наприклад, через день. Ale тільки ваш лікар має право змінити дозу ліків, відмінити певні препарати чи додати щось інше, зазначає терапевт.

— Якось до мене звернулася пацієнта з гіпертонічною хворобою, цукровим діабетом. Жінка каже, що ліки приймає, але економить

ІНФОГРАФІКА ОЛЬГА ГУСЦЬКА

ЯК ЗАПОБІГТИ ГІПЕРТОНІЇ

До 40% людей, у яких періодично підвищується тиск, не здаються про це. Тому було часто артеріальні розлади виникають неспомітно. Як зуміти гіпертонію і як звички допоможуть уникнути цього захворювання, розповіє в МОЗ України.

Найчастіше артеріальна гіпертонія супроводжується головним болем (найчастіше в потиличній чи тім'яній частині), шумом у вухах, поганім видом в очах та запамороченням, болем у ділянці серця, підвищеним сердечнотрібіттим (понад 90 разів на хвилину в спокійному стані) та підчуттям задухи.



За інформацією МОЗ України, травень 2018 року

Коментар

Від тиску страждають мозок, нирки і серце



■ Степан ВАДЗЮК, професор, зав. кафедри фізіології з основами біобезпеки та біоетики медуніверситету:

— При гіпертонії шкодить понаднормова як верхня, так і низька межа артеріального тиску. Якщо верхня межа буде вищою за норму, це приватиме постійно внаслідок гіпертонічної хвороби, то це негативно позначиться на роботі серця, воно швидше зноситься.

Підвищення нижньої межі означає, що звужуються дрібніші артерії, тоді тканини організму недостатньо отримують артеріальної крові. До них надходить менше кисню, вони обкрадаються в плані поживних речовин, що приведе до їх відмиріння. Спершу постраждає нервова система, далі нирки, а тоді печінка. Крім того, при звужені судинках серце все рівно буде намагатися проштовхнуті кров. Це позначиться на його стані — приведе до зношування.

намічний процес, вона вимагає

постійної корекції, бо, на жаль, хвороба не стоїть на місці, а прогресує. А на меті лікаря — зупинити прогрес гіпертонічної хвороби і запобігти появі ускладнень з боку органів-мішень: мозок, нирки, судини. Висновок з цієї ситуації — треба періодично спостерігатися у сімейного лікаря, навіть коли все добре, щоб бути на півкроку попереду виникнення проблем.

«Капання» не лікує гіпертонію

— Ще один момент — наші люди не уявляють лікування без «капання», — продовжує лікар. — Приїжджають люди з районів, і коли їм призначаєш гіпотензивну терапію, питаютимо: «А капання яке буде?» Офіційно говорю, що немає жодного з препаратів, які достовірно би продовжували три-валість життя і вводилися лише внутрішньовенно для лікування гіпертонічної хвороби. Bo для лікування кризів гіпотензивних, для гострих ситуацій є препарати,

які вводять внутрішньовено. Тобто тиск знижити ми ними можемо, питання — чи можемо продовжити життя регулярними внутрішньовенними крапаннями. Без потреби, тобто коли пацієнт не має гіпотензивного кризу, значного погіршення стану — не потрібно вводити ніяких ліків у вени чи внутрішньом'язово. Жоден із метаболічних препаратів не має доведеної ефективності для лікування гіпертонічної хвороби. Є стандарт лікування і його треба виконувати — лікування гіпертонічної хвороби не полягає у регулярних внутрішньовенних ін'єкціях.

Скільки кому треба препаратів і які саме — це індивідуально.

— Не можна назагал сказати, скільки препаратів буде приймати пацієнт, — каже Василь Олійник. — Сучасні препарати часто є комбінованими, вони містять 2-3 складники. Це зручно, бо людина приймає 1-2 таблетки на день. Кратність прийому — 1-2 рази на день, а не 4-5 разів. Слухайте свого лікаря і будьте здорові.

ЯК ДОГЛЯДАТИ ЗА ОДЯГОМ ТА ВЗУТТЯМ ВЗИМКУ І СКІЛЬКИ КОШТУЄ ХІМЧИСТКА

Одяг ■ Перший місяць зими у Тернополі видається не дуже: калюжі, дощі та сирість. Заморозки бувають лише вночі. Через надмірну вологість багато людей зіткнулися з проблемою — верхній одяг, особливо хутряний, може погано пахнути через вологу. Журналіст «RIA плюс» дізнався, як доглядати за одягом та взуттям взимку та скільки коштує допомога професіоналів

ВАДИМ ЄПУР, 068-066-80-96,
VADIMEV15@GMAIL.COM

Чимало людей стараються підготувати зимовий одяг до сезону ще в теплу пору. Особливо це стосується верхнього вбрання, щоб вого добре висохло, однак часто погода «псується» надто швидко.

— Ми перемо зимовий одяг ще влітку, — розповідає тернополянка Любов. — Деякі зимові речі перу в машинці, а от куртки доводиться вручну. Обираю для цього теплій день, бо навіть влітку куртки, особливо зі штучним наповнювачем, сохнуть довго. Головне, щоб не лишилося вологи, бо в шафі така просто почне погано пахнути. Там заводяться грибки, бо це чудове середовище — темно, кімнатна температура і волога. Це може зіпсувати й інші речі в шафі. Саме тому варто обирати теплі дні для такого прання.

Зимовий одяг краще запаковувати у спеціальні герметичні пакети, тоді вони збережуть чистоту і свіжий запах, як після прання, до настання холодів, коли речі треба діставати.

ЯК СУШИТИ ОДЯГ ВДОМА

Після прання речі варто добре сушити. Якщо влітку більшість людей виносять їх на подвір'я або вивішують на балконі, то взимку з цим проблема, особливо в невеликих квартирах. Сушильні автомати досить габаритні та дорогі. Вони виглядають як пральні машини. Тому потрібно місце для їх встановлення. Вартість таких висока — від 8000 до 20 000 гривень. У магазинах побутової техніки такі знайти журналісту «RIA плюс» не вдалося. Як пояснює продавець-консультант в одному з магазинів, автомати для сушки малопопулярні через високу ціну.

— Сушильні автомати можна придбати лише під замовлення, — розповідає продавець-консультант Тарас. — Такі переважно використовують у пральнях та різних закладах — лікарнях, дитячих садочках тощо. Бо так можна швидше сушити речі і це зручніше. Але щоб хотіть купував таку собі додому, не

знаю.

Сушильні автомати можна замовити в інтернет-магазинах. Однак є значно бюджетніші варіанти. Спеціальні розкладні сушки, на яких можна розвішати одяг. Їх два види — звичайні та електричні. Електричні мають підігрів. Вартість таких — від 800 гривень. Їх уже легше знайти у магазинах Тернополя. Але більшість в магазинах звичайні, де речі, сохнуть самостійно. У магазинах такі коштують приблизно 600 гривень. Однак цілком можна знайти дешевші — за 300-500 гривень на ринку чи у різних магазинах з товарами для дому. В інтернет-магазинах такі ж можна придбати за 300 гривень, однак варто врахувати доставку — близько 80 гривень.

СКІЛЬКИ КОШТУЮТЬ ХІМЧИСТОК

Якщо ви не можете зможи самостійно випрати та добре висушити речі, доведеться звертатися у хімчистку. Особливо це стосується натурального хутра, яке не можна прати звичайними засобами. Однак потрібно розуміти, що чим дорожча річ, тим більше буде «тягнути з кишені» догляд.

■ У Тернополі є понад 10 хімчисток, де можна почистити зимові речі. Ціни в них майже однакові

У Тернополі є понад 10 хімчисток, де можна почистити зимові речі. Ціни в них майже однакові. Також можна замовити професіональну обробку ковдри, сумки чи різних аксесуарів, за якими важко доглядати самостійно.

Деякі хімчистки пропонують доставку речей до вашого дому, але це переважно стосується килимів та інших габаритних речей, які самостійно привезти важко.

У вартість обробки входить чистка одягу та його сушки. Однак якщо потрібно вивести плями, доведеться заплатити більше — 20%

ВАДИМ ЄПУР

ІНФОРМАЦІЯ ОЛЯН РАГУЦЬКА



Засоби для догляду за взуттям можна придбати не лише у взуттєвих магазинах, а і в магазинах з побутовою хімією

Окремі сушарки для взуття мають функцію регулювання температури

Звичайні сушарки в магазинах коштують до 400 грн. Їх можна скласти, щоб не займали багато місця

з натурального хутра обійтися в 300 грн.

Якщо ви любитель дорогих речей з натурального хутра, готовтесь широку віддавати понад 3000 грн на догляд за ними.

ЯК ДОГЛЯДАТИ ЗА ВЗУТТЯМ

Не меншого догляду потребує і взуття. Це не тільки поверхнева обробка. Взуття варто добре оброблювати з середини. Також його варто добре сушити, щоб всередині не було вологи. Це стане причиною розвитку бактерій та грибків, через які не тільки з'являється неприємний запах, а і загрози здоров'ю.

Як розповідає директор «Території взуття» Неля Хоміцька, серед тернополян великим попитом користується взуття зі шкіри.

— Ми вже помітили, що люди найбільше хотять взуття з гладкої шкіри, щоб це було гарно і практично, — розповідає Неля Хоміцька. — Багатьом також подобається замшеве взуття, однак виходячи з того, що погода у нас в місті не дуже — постійні дощі та болото — люди обирають більш практичні матеріали.

Для догляду за взуттям варто обирати спеціальні засоби — креми та спреї.

— Періодично потрібно обробляти взуття, особливо в погану погоду, — розповідає Неля Хоміцька.

— Взуття зі шкіри краще обробляти спеціальним кремом. Він має водовідштовхуючий ефект, зволожує шкіру та зберігає колір. Також є спеціальні спреї. Взуття з нубуку краще обробляти такими спреями. Переважно балончик коштує близько 100 грн. Ціни на них залежать від виробника.

Для того, щоб сушити взуття, варто придбати спеціальні сушки. Не варто купувати надто дешеві від сумнівного виробника. Краще придбати спеціальні сушки в магазинах побутової техніки. У середньому вони коштують 300-400 грн.

СКІЛЬКИ КОШТУЮТЬ ПОСЛУГИ ТЕРНОПІЛЬСЬКИХ ХІМЧИСТОК

Ціна	Ціна
Безрукавка	180
Шарф	80
Бушлат	280
Вязані рукавички	100
Солові убори	100
Комбінезон звичайний	200
Комбінезон утеплений	250
Куртка без утеплення	200
Куртка синтепон/пух >90 см	280
Куртка спортивна	150
Пальто демісезонне	240
Пальто утеплене	280
Плаття в'язане	250
Світло	100
Штаны утеплені піжами	200
Жилет з натурального хутра	500
Підстібка з натурального хутра	400
Шапка з натурального хутра	300
Шуба з натурального хутра	900
Шкіри овечі	500

до загальної вартості звичайної чистки. Також доведеться доплачувати за спеціальну обробку натуральному хутру чи шкіри (якщо така потрібна).

В одній із хімчисток Тернополя пояснюють, що вартість розраховується за типом речей та розмірами.

— Останнім часом до нас приносять зимові речі — пуховики, шуби, куртки, — розповідає консультантка. — Ціни залежать від розміру. Наприклад, чистка шуби з натурального хутра, довжиною до 90 сантиметрів, коштує 700 гривень, а від 90 сантиметрів — 900 гривень.

Як пояснює консультант, якщо ви промокли під дощем і самостійно просушити річ не можете, доведеться заплатити за повну хімчистку, а не лише за сушку. Якщо натуральне хутро намокло під дощем, його варто не просто сушити, а й обробити спеціальними засобами.

— Просто сушку ми не проводимо, — пояснює консультантка. — Потрібно проводити повну обробку чистку. Вартість сушки входить у вартість чистки.

Ціни на послуги в різних хімчист-



Пан Михайло прикрасив салон свого авто гірляндами та новорічними іграшками, а сам їздить у шапці Діда Мороза та роздає пасажирам цукерки

НАТАЛІЙ КОРПАН



Коли заходиш у авто, в очі одразу впадають пасажири, які там вже є, — новорічні іграшки

НОВОРІЧНА ЯЛИНКА НА КОЛЕСАХ: ЯК ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ТАКСИСТ ДАРУЄ СВЯТО

Свято ■ Уже понад два тижні містом їздить новорічне таксі, водієм якого є тернополянин Михайло. Чоловік прикрасив салон свого авто гірляндами та новорічними іграшками, а сам у шапці Діда Мороза роздає пасажирам цукерки. Працює у службі таксі «Пілот»

НАТАЛІЯ КОРПАН, 097-144-81-32,
NATALIAKORPAN18@GMAIL.COM

Ми проїхалися із Михайлom у святковій машині Chevrolet Aveo. Його позивний — «318».

Сідаємо в машину поруч із водієм, який зустрічає нас усмішкою та люб'язно просить не стукати дверима. Михайло дарує цукерку та питає, куди їхатимемо. Оскільки пункту призначення у нас конкретного не було, то вирішили поїхати до головної ялинки міста. І тоді водій таксі, наче подихом, вмикає гірлянди та новорічну музику.

— Дуже нудно жити, треба себе якось розважати. І цього року виправив повісити собі гарненькі гірлянди в авто, — розповідає чоловік. — Я довго їх чекав із Китаю, замовляв в інтернеті на «Алікспрес». Вони в мене швидко включаються і виключаються. Мені подобається, пасажирам — також. Додаю трішки радості та позитиву у буденність людей, та й собі настрій новорічно-різдваний створюю.

ЗА РІК РОЗДАЄ 100 КГ ЦУКЕРОК

З іграшок у автівці Михайла є два сніговики — Юрчик і Степанович, дві мишки — Мися і Крися, три ангелики — Віра, Надя, Любака та ельф — Колян. Імена цим всім іграшкам дали пасажири, окрім Ко-

ляна, якого Михайлові подарували.

— Найпоширеніша реакція пасажирів, які заходять у салон, — дикий сміх, — каже водій. — Діти завжди в щоці і оченятами бігають салоном всю поїздку. Хоч є й такі діти, які хочуть забрати іграшки додому. Найспокійніше реагують чоловіки: «Вау, класно», — кажуть. А ще часто руки потиснути мені хочуть, щоправда, це не завжди зручно. Буває таке, що чотири пасажири в машині і кожен на ходу тобі хоче руку потиснути. Була дівчина, яка сіла в авто п'яною і коли побачила ці всі гірлянди, то впала мені на коліна і почала селфі робити.

А дехто матюкається, каже виключити ілюмінацію. Буває, що й лисину цілють, сміючись додає таксист.

— Хотів, щоб було файно, — каже чоловік. — У мене є цілий ритуал із цим. Коли до мене сідають люди, то я спокійно вітаюсь і дарую цукерки. За рік роздаю понад 100 кг. А тоді, коли люди кажуть, куди їхати, вмикаю гірлянду і спостерігаю за реакцією. Якщо чесно, бувають і люди, які у смартфонах всю дорогу сидять і не помічають гірлянди чи прикраси.

Чоловік розповідає, що лише проблемою для нього було знайти такі гірлянди, які б зменшували яскравість і різко вимикались.

— У мене все ж таки безпека до-

рожнього руху на першому місці. Вночі яскравість на мінімумі, — додає Михайло. — Як пасажирам не подобається, то вимикаю. Стараюся постійно із пасажирами говорити, мені від того веселіше, а вночі спати не хочеться. Бо купити каву хорошу вночі — важко, а розмови допомагають. Розговорити виходить практично усіх. Якщо не хочуть говорити батьки, то говорю із дітьми про мультики чи ігри якісь.

Тернополянка Валерія Грицевич, яка їздила із цим таксистом, була вражена таким оформленням машини. Каже, це якесь новорічна «ялинка на колесах».

— Під час поїздки в нас з по-другими значно покращився настрої, водій пригостив цукерками та жартував, — каже Валерія. — Як на мене, чудова та креативна ідея. Поки погода на вулиці не радує,

«Мені подобається, пасажирам — також. Додаю трішки радості та позитиву у буденність людей, та й собі настрій новорічний створюю»

новорічний настрій ж потрібно якось створювати.

Музика, як пояснює водій таксі, у нього в авто має особливе значення. Каже, має кілька флешок із різною музикою, як бачить, що пасажирам не подобається, перемикає.

— Зараз вмикаю новорічно-різдвяні пісні, — каже Михайло. — Колядки та щедрівки іноді. Класно, коли створюється повноцінна атмосфера в автівці, а відповідна музика саме додає ще більшої святковості. Люблю підспівувати, але от ніколи у мене в машині не гратиме російський шансон. У нас ж своєї

хорошої музики вистачає.

П'ЯНА ТАНЬКА У БАГАЖНИКУ І ЗАБУТА ДИТИНА

За освітою чоловік маркетолог, працював за фахом, а потім вирішив, що бути водієм таксі — це чесніша робота, ніж працювати у маркетингу. Розповідає, що за чотири роки, як він працює таксистом, історій було чимало. Одна із найсмішніших — про Таньку.

— Було це на Тетяні. Шість дівчат викликали таксі, я приїхав. Були вони всі п'яні добряче, і я їм намагався пояснити, що вони шестеро не залізуть у авто, але вони вперто доказували, що їм потрібно їхати разом, — розповідає Михайло. — Ну і вони кажуть до мене: «Давайте, ми Таньку в багажник». Я думаю, що вони жартують. Але найбільш п'яну дівчину, яка була без трусів, вони беруть і кладуть мені в багажник та закривають їого.

Далі, як розповідає Михайло, ці дівчата включили Винника на блютус-колонці і усю дорогу співали. Коли поїздка вже підходила до кінця і в авто залишилась лише одна дівчина і Танька в багажнику, ця її подруга каже: «Ну, я тут виходжу, а за Танькою чоловік вийде».

— Я добряче перелякався, думаю, хтось, що цей чоловік подумав. Бо я б на місці вбив, якби мою жінку привезли у багажнику та ще й без трусів, — каже Михайло. — Доїжджуючи до її дому, побачив «Вірастюка в молодості», стало мені ще страшніше. Але ця подруга йому все пояснила, вона все таки поїхала з нами. Чоловік посміявся і сказав фразу, яка просто мене вразила: «Вже другий раз за місяць». Чоловік закинув її на плече, і так ця поїздка закінчилася.

Хоч це було ще десь два роки тому, але Михайло ще досі згадує цю поїздку. Були й у досвіді Ми-

хайла не надто приємні випадки.

— Одного разу я віз трьох хлопців, дужі такі на вигляд були, — каже водій таксі. — Двоє сиділи позаду, а один попереду. І цей, що спереду сидів, різко обертатася і починає бити тих, що позаду... А одного разу молода мама забула дитину в машині, бо заговорилася по телефону. Вночі, як каже чоловік, більше «брудних» історій відбувається, а вдень приємніші.

Цікаві стосунки у чоловіка й із іноземними студентами.

— На жаль, їх в університетах, мабуть, не вчать, що до малознайомих людей потрібно звертатись на «ви», — каже чоловік. — Часто бувало таке, що темношкірі студенти сідає в авто і говорить лише: «Їдь. Стій. Чекай». Проте, коли я англійською пояснюю йому, що говорити варто на «ви» та з повагою, то вдруге, як він сідатиме в авто, вже так не поводитиметься.

До слова, про реакцію пасажирів Михайло розповідає, що безліч людей впродовж дня викликають саме його. Каже, це дуже приємно, а колеги на роботі жартують, що його машина — вже бренд.

— Хороших випадків у моїй практиці теж було безліч, бо, якщо ти добре до людей ставишся, то здебільшого й до тебе так будуть, — розповідає водій таксі. — Звісно, приємно, коли залишають чайові. Бувало й таке, що залишали 500 грн на чай, хоч більшість просто дякує.

Михайло каже, що часто пасажири і йому дарують щось.

— Коли забираю заробітчан із вокзалу, за мій сервіс часто дарують якісь солодощі, капучино чи каву, — каже Михайло. — Класно, коли люди цінують твої старання.

Прикрашеною автівка буде до кінця зими. Може і вам трапиться така «ялинка на колесах».

ТЕРНОПОЛЯНИ ПОВЕЗУТЬ НА СХІД ВЕРТЕП ЗІ СТАЛІНИМ І ПОВСТАНЦЯМИ

Вертеп ■ Активісти із організації

Молодіжний націоналістичний конгрес уже третій рік поспіль готують оригінальний патріотичний вертеп у Тернополі. Цього року вирішили, що разом із колегами зі Львова та Києва повезуть його на Схід у прифронтові міста

ОЛЬГА ТУРЧАК, OLIATUR9@GMAIL.COM,
097-16-14-150

— Вертеп цікавий тим, що боротьба добра і зла в ньому відбувається на прикладі української історії, — розповідає учасник дійства голова Тернопільського осередку МНК Микола Мисак. — Вертеп стилізований під ХХ ст., час, коли український народ зазнавав репресій радянської влади і разом з тим повстанці не припиняли боротися за незалежність та волю. Добро — це повстанці, які не здаються в боротьбі за визволення України, а зло — це радянська машина, уособлена в образі НКВДистів і Сталіна, який є прототипом Ірода. А саме Різдво символізує відродження України.

Сценарій вертепу писали активісти із львівського осередку організації МНК. Там вертеп діє вже понад 5 років.

— Уже два роки поспіль ходимо із націоналістичним вертепом у Тернополі, — каже Микола Мисак. — Ми виступали на площі, відвідували держустанови, ходили до родичів та знайомих. У Тернополі вже багато людей його бачили, тому цього року ми вирішили показати дійство далеко за межами нашого міста. У нас насправді дуже цікавий сценарій, — каже хлопець. — На третій рік вже кожен знає, де брати собі костюм, який найкраще відтворив би його персонажа. А от в перший рік довелось добряче подумати. Шукали в магазинах, секонд-хендах, хтось знаходив костюми своїх дідів.

КОСТЮМИ РОБЛЯТЬ САМИ

За словами однієї із організаторів вертепу Ельвіри Мусіхіної, кожного року для них час особливий.

— У теперішній нелегкий час дуже важливо звернути увагу українців на почуття патріотизму та відчуття власної національної ідентичності, — розповідає Ельвіра Мусіхіна.

На запитання, як воно, проводити більшу частину свят не з рідними, Микола відповідає, що для них це вже звична справа.

— Практично всі свята у нас проходять не з рідними. Ми вже звички, — каже Микола Мисак. — Ми робили традиційні вертепи вже приблизно десять років. Тому,

починаючи з 8 січня, нас немає вдома.

ПОЇДУТЬ У ПРИФРОНТОВІ МІСТА

8 січня близько десяти активістів із Тернополя разом із молоддю зі Львова, Києва та Івано-Франківська планують поїздку у прифронтові міста. Серед учасників вертепу здебільшого студенти віком від 18 років.

— Ми планували раніше пропагандистську акцію на Сході, — каже хлопець. — Ale ідей не було. А зараз це чудова можливість відвідати прифронтові міста і разом з тим показати наш вертеп не лише у Тернополі. Цікаво, що для такої акції об'єдналися люди з різних осередків нашої організації. Усіх разом має бути 20-25 людей.

Активісти замовляють автобус, щоб мати змогу побувати одразу в кількох містах. За п'ять днів планують відвідати Маріуполь, Краматорськ, Слов'янськ. Можливо, будуть і інші міста у маршруті.

— Символічно, що ми їдемо на Схід саме з націоналістичним вертепом, — говорить Микола Мисак. — Ale як там сприймуть цих персонажів, ще невідомо. Це одночасно символічно і дуже нестандартно для Сходу. Вертеп — це західна традиція, а ще з такими «особливими» дійовими особами... Для тернополян дуже близькі ці персонажі. Ім це дуже сподобалось у минулі роки. Думаю, людей, які живуть на Сході, це добряче здивує. Раніше, як пригадую, на Схід їздив класичний вертеп кілька років поспіль. Ми також вирішили зробити схожу акцію.

У містах на Сході України активісти з Тернополя планують контактувати із молодіжними центрами та організаціями, що діють там. Вони і будуть направляти вертеп у різні установи та влаштовувати виступи для них.

— Вертеп — це традиція, яку ми маємо зберегти, — продовжує Микола Мисак. — Ця традиція може бути не тільки такою зайнаженою та звичною. Усе може бути навпаки, якщо правильно інтерпретувати. Тут є дуже широке поле для творчості. Ale найголовніше, що тут є традиції, які зараз дуже потрібні українцям у всіх куточках країни.



Два роки патріотичний вертеп виступав у Тернополі. Цього року дійство зі Сталіним та НКВД-истами покажуть на Сході у прифронтових містах



Організатори та актори вертепу — члени Тернопільського осередку організації Молодіжний націоналістичний конгрес



На Сході активісти пробудуть п'ять днів. За цей час вони відвідають кілька міст у прифронтовій зоні

ВИТИНАНКОВО-МОТАНКОВА «РІЗДВЯНА КАЗКА»

Виставки ■ Паперові фіранки та світильники, ляльки-мотанки в національному вбранні з різних куточків України, оригінальний новорічний декор представили тернополянам

ЛЕСЯ ЗАМОРСЬКА, 0-97-504-25-48,
LESIA.ZAMORSKA@GMAIL.COM

Усім, хто бажає огинитися у різдвяній казці і набратися святкового настрою, неодмінно треба завітати у Тернопільський обласний краєзнавчий музей. Саме тут до 19 січня діятиме персональна виставка «Різдвяна казка», на якій представлені витинанки, ляльки-мотанки і новорічний декор. Авторами цих неймовірних рукотворів є членкині Національної спілки майстрів народних мистецтв України Галина Дудар та Алла Шушкевич. Це вже третя спільна виставка майстринь. Цього разу до них доєдналася Оксана Чорномаз зі своїм новорічним декором.

ВІДРОДЖУЄ ВИТИНАНКУ

Відкриття експозиції відбулося у день вітання святого Миколая. На вернісаж завітала чимало учнів, адже усі три авторки займаються педагогічною діяльністю.

Заступниця директора Тернопільського обласного краєзнавчого музею Наталія Чеканова зазначила, що майстриня Галина Дудар ще рік тому запланувала провести до Різдва виставку своїх витинанок. Алла Шушкевич доповнила

її своїми чудовими традиційними народними ляльками-мотанками.

— Майстрині, які представляють цю виставку, є дослідницями, тому можуть багато розповісти про витинанки і ляльки-мотанки, — додала пані Наталя. — Це надзвичайно талановиті люди, які мають у своєму портфоліо дуже багато творів.

Тернополянка Галина Дудар любить робити красиві речі своїми руками — листівки, витинанки, ляльки-мотанки та всілякі дрібнички. Цікавиться фотографуванням, українською вишивкою та народними традиціями. Останнім часом захопилася кардмейкінгом. Жінка вже 36 років працює вчителем математики у ТЗОШ №19. Любить спілкуватись із цікавими людьми і читати всьому новому. А ще їй до вподоби подорожі, читання та збір фольклору.

Авторка 52 витинанок, представлених у музеї, наголосила, що витинанка є дуже прекрасним і доступним видом мистецтва, адже для її створення потрібні лише ножиці, папір і фантазія.

— На цій виставці зібрані твори різдвяної тематики за три останні роки, — каже Галина Дудар. — Після того, як я побула в Литві, де це мистецтво дуже поширене, поба-

АРХІВ АЛЛИ ШУШКЕВІЧ



Роботи майстринь Алли Шушкевич, Галини Дудар та Оксани Чорномаз тішитимуть відвідувачів Тернопільського обласного краєзнавчого музею до Водохреща

чила, що в нас є багато спільного, особливо фіранки. Десь позаторік я взялася їх витинати. До речі, в нас на Поділлі їх здавна витинали, щоби прикрасити вікна. Правда відтоді майже нічого до наших днів не дійшло, бо папір не довговічний матеріал. Саме фіранки наштовхнули мене на думку підготувати різдвяну виставку. Спочатку я хотіла зробити саме білі витинанки і навіть планувала назвати експозицію «Біле Різдво».

Майстриня представила фіранки, серветки, тематичні композиції, паперові підсвічники у формі ангелів і пташок, паперові прикраси на ялинку тощо. Найновіші роботи — дві витинанки «Різдвяний Тернопіль» і «Катедра». Виготовити їх було непросто, адже рапорти довелося складати навіть ушітнідцятеро. Галина Дудар все вирізає ножицями, про її роботи кажуть, що вони «намальовані ножицями».

У творчих планах майстрині — зробити картину-витинанку, на якій буде зруйнована архітектурна пам'ятка Парадіжний костел, який до Другої світової війни стояв на місці сучасного ЦУМу.

ПРОПАГУЄ ЛЯЛЬКУ-МОТАНКУ

Майстер народної ляльки Алла Шушкевич працює вчителем-методистом у Тернопільській школі №11. Заходилася народною лялькою ще з 2011 року, коли почала навчати дітей за програмою варіативного курсу трудового навчання. Відсутність підручників і методик змусила її шукати необхідні матеріали в інтернеті та створювати навчальні матеріали для учнів.

— Моя лялька родом з дитинства, бо коли я почала збирати краплинки знань про народну ляльку, вивчаючи технології її виготовлення, вже тоді згадала бабусину ляльку з моого раннього дитинства, — каже

пані Алла. — У мене була мотанка, що пахла літом, зроблена бабусиними добрими руками у чаюному подільському селі. Тож не дивно, що у зріому віці я вже не розлучаюся з народною лялькою, а накопичені з різних джерел знання використовую для навчання дітей, систематизую і поширюю через пресу, інтернет, книжки.

Для виготовлення ляльки майстриня використовує тканини з натуральних волокон. Щоби швиденько і без жодних інструментів зробити красиву мотанку, її достатньо кілька клаптиків тканини, пакля, кукурудзяний качан, стрічки, намистинки та нитки.

Алла Шушкевич неодноразово демонструвала свої роботи на різних виставках, є ініціатором виставки-конкурсу народної іграшки, виготовленої руками дітей.

— Лялька прийшла до нас із глибини віків, — розповідає майстриня. — Це є народний фольклор. Ляльку вчили робити змалку, це вміння передавалося з покоління в покоління. Колись ляльку робили з ганчір'я, з текстилю, який вийшов із ужитку. Наразі лялька-мотанка дає великий потенціал для творчості, адже створюючи її, можна навчалися не лише мотати обличчя, а й шити одяг, оздоблювати його, ткати тощо.

На виставці «Різдвяна казка» пані Алла представила три десятки своїх ляльок-мотанок, виконаних за народною технологією.

— Це вже наша третя спільна виставка з Галиною Дудар, — додає Алла Шушкевич. — Ми чудово доповнюємо одна одну. Співпрацюємо з 2011 року. Зустрілися в музеї Івана Гончара в Києві, коли

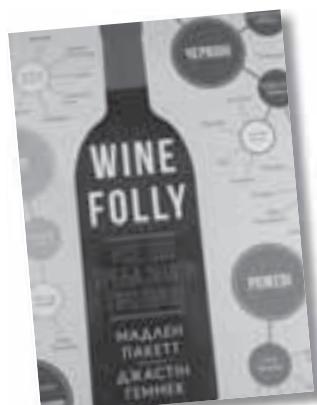
ТОП-5 книг про вино, які ми знайшли у книгарнях



«Схиблени на вині»
Б'янка Боскер



«Кульбабове вино»
Рей Бредбері



«Усе, що треба знати про вино»
Пакетт Мадлен, Геммек Джастін



«Вино з троянд»
Василь Симоненко



«Вино»
Курс Ендрю Джефффорда

Захоплива історія, що навчить отримувати задоволення від смаку вина, уникнути таких впливів, як ціна чи марка. Книжка для всіх, хто любить вино, хоче зрозуміти, як розбиратися та смакувати.

Роман описує три літніх місяці з життя головного героя — 12-річного хлопчика Дугласа Сполдинга, який живе у містечку Грін Таун. Головне тут навіть не сюжет, а особлива атмосфера.

Скільки таємниць ховається у пляшці вина: як з ним поводитися, подавати, декантувати, дегустувати, а з чим найкраще смакувати. Про все це у книжці.

Класика української поезії. Василь Симоненко — один із найяскравіших поетів покоління «шістдесятників». У збірці його оповідання, казки і виbrane вірші.

Бенджамін Франклін казав: «Вино — це повсякчасне нагадування нам про те, що Бог хоче бачити нас щасливими». Це видання для щасливих людей.

ПІДРУЧНИЙ ТА МЕРКУШИНА У ШОУ-ГОНЦІ ВЗЯЛИ «СРІБЛО»

Біатлон ■

Перший виступ на комерційних змаганнях одразу ж обернувся успіхом. Медалі тернополяни вирвали на останніх метрах дистанції

АНДРІЙ ТИХІЙ, 097-636-12-34,
ANDRIY.TUKHYYI@GMAIL.COM

Тернопільські біатлоністи Дмитро Підручний та Анастасія Меркушина зуміли здійнятися на подіум за підсумками традиційної Різдвяній шоу-гонки.

Змагання відбулися минулого тижня у німецькому Гельзенкірхені на стадіоні Veltins-Arena. Участь у них взяли десять пар біатлоністів з дев'яти країн світу. Для наших земляків це був дебютний виступ у цих комерційних змаганнях.

Різдвяна гонка за традицією складається із двох етапів — гонки з масовим стартом та переслідування. У мас-старті Підручний та Меркушина з трьома промахами посіли третє місце, поступившись лише італійській та німецькій парам.

А вирішальна гонка переслідування принесла тернополянам

BIAHTLON.COM.UA



Тернополяни принесли Україні четверту медаль у Різдвяних гонках

срібні нагороди. Проте боротьба за медалі була запеклою. Спершу наші земляки відкотилися аж на шосту позицію. Проте завдяки бездоганній стрільбі на останніх рубежах вони зуміли повернутися у трійку. А на заключних метрах дистанції Дмитру Підручному вдалося обійти на швидкості німця Філіпа Наврата та вирвати «срібло».

Тернополяни за часом поступилися лише норвезькій парі Марте Ольсбю-Ройзеланд і Ветле Кристіансену. Норвежці вперше з 2006-го року здобули першість у Різдвяній гонці.

Щодо українських звитяг, то медалі Підручного та Меркуши-

ної — четверті в історії. Востаннє призерами шоу-гонки українці стали у 2014-му. Тоді наша Олена Підгрушна у парі з Андрієм Дерилем зміло фінішували третими.

Наразі тернополяни готовуються до старту на третьому етапі Кубка світу з біатлону, що з 9 до 12 січня відбудеться у німецькому Оберхофі. На спортсменів очікується спринт, естафета та гонка з масовим стартом

НАЙМОЛОДША ЧЕМПІОНКА

Унікальне досягнення підкорилося Олександри Меркушиній. Дівчина нещодавно виборола дві медалі під час дорослого чемпіо-

нату України.

Наша 14-річна землячка двічі тріумфувала, вигравши спринтерські гонки. Відтак Олександра стала наймолодшою чемпіонкою України в історії серед дорослих змагань.

Ще одну нагороду, срібну, до скарбнички Тернопільщини принесла естафетна четвірка у складі Олександри Усенко, Катерини Ільницької, Діани Смолій та Іванни Пазинок.

Додамо, що Олександра Меркушина є молодшою сестрою Анастасії Меркушиної. А також донькою легендарної спортсменки Ірини Меркушиної.

Змагатимуться на юнацькій Олімпіаді

• Шість представників Тернопільщини братимуть участь у III зимових Юнацьких Олімпійських Іграх.

Змагання відбудуться з 9 до 22 січня у швейцарській Лозанні.

У санному спорті (одномісні сани) змагатиметься кременчанка Юліана Туніцька. Валентин Ящук та Андрій Пилипчук змагатимуться у лижному двоборстві. А Віталіна Герасим'юк та Тетяна Пилипчук — у стрибках на лижах з трампліну. У біатлоні наш край представить Вітаній Мандзин.

Додамо, що Україну на юнацькій Олімпіаді представлять 39 спортсменів, які змагатимуться у 12 з 16 дисциплін.

Рік завершили двома перемогами

• У заключному турі 2019 року чемпіонату України з волейболу серед жіночих команд Суперліги тернополянки отримали максимум очок.

«Галичанка-THEU-Гадз» двічі на виїзді обіграла вінницький «Білозгар-Медуніверситет». В обох поєдинках зафіксували переконливі перемоги гостей — 3:0 та 3:0.

Шість набраних очок дозволили тернополянкам не відставати від лідерів сезону.

У новий рік «Галичанка» увійшла, посідаючи третє місце у турнірній таблиці. Двома очками наші дівчата поступаються лідеру — южненському «Хіміку» та одним — кам'янському «Прометею».

У боксерок — дві медалі

• Срібну та бронзову нагороди отримали вихованки боксерського клубу «Шкіряна Рукавичка» Олеся Крисюк і Каріна Вовк.

Чемпіонат України з боксу серед жінок та чоловіків віком до 22-х років відбувся у Броварах, що на Київщині. Участь у ньому взяли приблизно двісті спортсменів.

Каріна Вовк, яка виступала у вазі 57 кг, у півфінальному поєдинку поступилася чемпіонці України з Черкащини та виборола бронзову нагороду.

Титулована Олеся Крисюк у вазі 81 кг дійшла до фіналу, де роздільним рішенням суддів поступилась досвідченій опонентці — призерці чемпіонатів Європи та світу і здобула «срібло».

Додамо, що наші дівчата представляють спортивні школи ОДЮСШ з літніх видів спорту та ШВСМ. Тренуються під керівництвом Руслана Фірмана.

Тернопільські футбольні тренери — найкращі за підсумками року

АНДРІЙ ТИХІЙ, 097-636-12-34
ANDRIY.TUKHYYI@GMAIL.COM

Всеукраїнське об'єднання тренерів з футболу дніями назвало лауреатів за підсумками 2019-го року. До списку найкращих потрапили тренер тернопільської «Ніви» Василь Малик та наставник «Тернопіль-Педуніверситет» — Василь Івегеш.

Василя Малика у Об'єднанні визнали найкращим тренером у чемпіонаті Другої ліги. Під його орудою тернопільська «Нива» завершила першу частину сезону на вершині турнірної таблиці. При цьому «Нива» — наймолодша за віком гравців команда серед лідерів усіх чемпіонатів. Від експертів тренер отримав найвищий показник 4,46 бала і випередив своїх конкурентів.

Додамо, що за ходом сезону Василя Малика тричі обирали тренером туру за версією Об'єднання тренерів з футболу.

А найкращим тренером у студентському футболі став незмінний наставник ФК «Тернопіль-Педуніверситет» Василь Івегеш. Минулого року він привів своїх підопічних до золотих нагород студентського чемпіонату України, а також став віцеприміром Європи у Мадриді. Наприкінці року Василь Івегеш та його команда перемогли у престижних Міжнародних змаганнях у Літві.

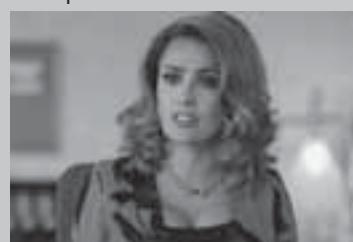
Нагородження цьогорічних лауреатів уnomінаціях (Favbet Lіga, Перша ліга, Друга ліга, Аматори, Студенти) Всеукраїнського об'єднання тренерів з футболу планують провести у Києві 16 січня.



Василь Малик отримав найвищий бал серед лауреатів Другої ліги

КІНО

**кінотеатр
Сінема Сіті**
тел. 47-77-37, квитки — 70—
110 грн



«Гlamурний бізнес»
Комедія, 9-14 січня

«Під водою»
Жахи, 9-14 січня

«Дуліті»
Пригоди, 9-14 січня

«Без фільтру»
Комедія, 9-14 січня

«Червоні черевички та семеро гномів»

Мультфільм, 8-14 січня, поч.—
10.00

«Кафе бажань»

Комедія, 8-14 січня, поч.—
22.35

«Пекельна Хоругва, або Різдво Козацьке»

Сімейний, 8-14 січня, поч.—
14.05, 18.25

«Щасливого Різдва»

Комедія, романтика, 8-14 січня, поч.—10.00, 12.00, 20.30

«Кішки»

Комедія, фентезі, мюзикл, анімація, 8-14 січня, поч.—14.15

«Ігри з вогнем»

Комедія, 8-14 січня, поч.—
16.25



«Без фільтру»

Комедія, 9-14 січня

«Шпигуни під прикриттям»
Комедія, сімейний, анімація, 8-14 січня, поч.—10.00, 12.00, 14.40, 16.50, 18.40

«Скажене весілля 2»

Комедія, 8-14 січня, поч.—
12.05, 14.10, 16.15, 18.20, 20.30, 22.35

«Зоряні війни: Скайвокер. Сходження»

Бойовик, пригоди, екшн, 8-14 січня, поч.—21.30, 23.15

«Джуманджі: Наступний рівень»

Пригоди, фентезі, 8-14 січня, поч.—12.10, 16.10, 19.00, 20.45

«Крижане серце 2»

Пригоди, сімейний, анімація, 8-14 січня, поч.—10.05
від 85 грн



Концерт Ірини Федишин

Концерт Ірини Федишин «Україна колядує» відбудеться 23 січня о 19.00 у ПК «Березіль». Прозвучать відомі хіти і нові пісні, атмосфера свята і українські мелодії. Головне різдвяне шоу від львівської співачки обіцяє бути ще більш масштабним. Ірина Федишин іновила програму, підготувала нові пісні та яскраві танці. Квитки: 200-480 грн.



Коляда з Тетяною Ціхочькою

«Коляда з Тетяною Ціхочькою» — концертна програма, яка вже понад 15 років дарує глядачам неповторну атмосферу різдвяних свят. Концерт відбудеться 10 січня о 19.00 у Тернопільському драмтеатрі. Квитки: 100-250 грн.



Різдвяна історія з Тіною Кароль

Святковий гала-концерт «Різдвяна історія з Тіною Кароль» відбудеться 15 січня о 20.00 у ПК «Березіль». Цей проект об'єднує і дарує максимум позитиву, це симбіоз жіночих історій, виражених в піснях і танцях. Квитки: 320-1250 грн.



Олександр Божик у Тернополі

Масштабне музичне дійство скрипаль-віртуоза Олександра Божика у супроводі потужного рок-оркестру відбудеться 11 січня о 19.00 у Тернопільському драмтеатрі. Концерт охопить увесь спектр ваших емоцій. Квитки: 230-420 грн.



Акустичний концерт ТНМК

ТНМК їдуть в тур усім вертепом. Акустичний різдвяний концерт відбудеться 13 січня о 19.00 у драмтеатрі. Музиканти стануть персонажами вертепу, подадуть різдвяні традиції в сучасному контексті. Квитки: 190-430 грн.



Іван Попович з концертом

Концерт естрадного співака, і композитора, народного артиста України Івана Поповича відбудеться у 17 січня о 18.30 у Тернопільському драмтеатрі. Зі сцени зустрічатимуть улюблені хіти і прем'єри нових пісень. Квитки: 150-350 грн.

КЛУБИ

ALLURE CLUB

просп. Злуки, 45,
тел. 098-757-57-57



«Ретротека» в Allure

Щонеділі нічний клуб Allure запрошує на «Ретротеку» з DMC Falya відриватися під кращі хіти від 90-х до сьогодні.

Вхід до 00.00 — безкоштовний. Після 00.00: дівчата — 50 грн, хлопці — 80 грн.

The Subbotage Party

Щосуботи клуб запрошує по-тусуватися під найкращу за останні 30 років музику. До 23.00 — вхід безкоштовний, після 23.00 дівчатам — 40 грн, хлопцям — 80 грн.

Discohouse Friday Night

Шоп'ятниці для тернополян — вечори хаусу та лотерея для перших 99 відвідувачів із призами. До 23.00 — вхід безкоштовний, після 23.00 — дівчатам — 30 грн, хлопцям — 60.

БУНКЕРМУЗ

бульвар ім. Т. Шевченка, 1,
тел. 067-350-22-10
Щосуботи запальні сети готовують

діджей з різних куточків України. Потужні біти та яскраві емоції чекають усіх на вечірці. Щосереди у закладі заточують підбори під запальні ритми латино.

Для тернополян — сальса, бачата і меренга.

Початок розваг — о 20.00.

Приходьте з друзями та заряджайтеся позитивом. Вхід — вільний.

Diamond CLUB

вул. А. Живова, 7
тел. 063-382-30-11
Початок запальніх вечірок о 22.00
Вхід до 00.00 — безкоштовний. Після 00.00 — для дівчат — 50 грн, для хлопців — 80 грн.



NIGHT CLUB PULSE

вулиця Братів Гжицьких, 3-А
Щосереди запальна вечірка
BARTENDER.
Початок о 22.00.
Вхід до 00.00 — безкоштовний. Вхід після 00.00: дівчата — 50 грн, хлопці — 80 грн.

ФІЛАРМОНІЯ



Різдвяний концерт

Різдвяний концерт «І сталося диво» відбудеться 9 січня о 18.30 у залі Тернопільської обласної філармонії. Прославляти світле Різдво Христове будуть художні колективи та солісти мистецького закладу. Квитки: 50-100 грн.

ВИСТАВКИ

«УНІОН»

Виставка картин, скульптур та іграшок, створених батьком і сином Сергієм та Іллею Школярами (м. Хмельницький), галерея «Бункермуз»

«Художник і модель»

Меморіальна виставка рисунків Юрія Фьодорова, художнього музею

«Різдвяна казка»

Персональна виставка членів НСМНМУ Галини Дудар (витинанка) і Алли Шушкевич (традиційна народна лялька), новорічний декор — Оксани Чорномаз, краєзнавчий музей

«Ім'я, вписане в історію Тернополя»

Виставка фондових матеріалів з нагоди 60-річчя поета-пісняра Сергія Сірого, краєзнавчий музей

«Стеляться душою красвиці...»

Виставка присвячена 95-річчю художниці Марії Роженко

ТЕАТР

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ДРАМАТИЧНИЙ
ТЕАТР ІМ. Т. ШЕВЧЕНКА

(бульв. Т. Шевченка, 6).

Тел. 52-40-66,

квитки 30-70 грн, поч.—19.00

«Чари прадавнього лісу»

Казка, Б. Мельничук, О. Мосьичук за мотивами казки Б. Лепкого «Дванадцять місяців», поч. 13.30 — 12 січня



«Ніч перед Різдвом»

Музична комедія, сценічна ре-дакція В. Жили за М. Гоголем, поч. 19.00 — 8, 9, 12, 14 січня



«Як Морозенко Санта Клауса врятував»

Новорічний дитячий ранок, Д. Татарінов, поч. 12.30, 15.00 — 12 січня

КАЗКА ПРО КОЗАКІВ ТА ТРИЛЕРИ: ЯКЕ УКРАЇНСЬКЕ КІНО ВАРТО ПОБАЧИТИ

Фільми ■ Під час вихідних у період новорічних свят хочеться відпочити та подивитися гарний фільм. Однак не так багато людей надають перевагу українським кінокартинам, хоча серед них є немало дійсно хороших фільмів. Ми зробили підбірку цікавих українських фільмів різних жанрів, які вийшли в прокат у 2019 році або з'являться на екранах кінотеатрів на початку 2020-го.

ВАДІМ ЕПУР 068-066-80-96, VADIMEV15@GMAIL.COM



ПЕКЕЛЬНА ХОРУГВА АБО
РІЗДВО КОЗАЦЬКЕ

Фільм — це екранизація казки «Про старого козака, різдвяного чорта, чотири роги та козацький рід» Сашка Лірника. Це фільм для усієї сім'ї. Він допоможе вам створити новорічний настрій та добре провести свій час на вихідні. У фільмі ми побачимо історію про козаків, козацький рід, Рай і Пекло, Різдво й нечисту силу. Це колоритний фільм, де зібрано український фольклор, передано наш гумор та старі традиції. Саме тому цей фільм дійсно вартий вашої уваги.

ЗАХАР БЕРКУТ

Наступний фільм українці зняли спільно з американцями, тому можна побачити справді якісну картинку та спецефекти. Це екранизація однойменної повісті Івана Франка. Фільм варто подивитися як тим, хто читав оригінальну повість, так і тим, хто не читав оригінал. У фільмі ми побачимо боротьбу невеликої громади сільських жителів під керівництвом Захара Беркута з монгольською ордою. Гасло фільму — «У свободі моя сутність».

ЗАБОРОНЕНИЙ

Наступна кінокартина розповідає про життя та боротьбу відомого українського поета-шістдесятника Василя Стуса з радянською системою. Фільм вийшов у прокат 5 вересня 2019 року до Дня пам'яті поета. Він отримав чимало позитивних відгуків від критиків та простих глядачів. Атмосфера додає хороша постановка кадрів та гра талановитих акторів. Це один з кращих українських фільмів, тому його точно варто подивитися кожному.

ЕКС

Події стрічки відбуваються на Галичині у 1932 році. Четверо підпільників Української військової організації планують пограбування на потребу опору, але все йде не за планом. Рух опору на межі знищення, однак все набирає нових обертів і у повстанців з'являється шанс на перемогу. Прем'єра фільму запланована на кінець січня 2020 року. Чимало кінокритиків та експертів передбачають фільму хороші касові збори. Тому це той фільм, на який варто піти у кіно.

ЦІНА ПРАВДИ

Фільм зняли спільними зусиллями Україна, Польща та Велика Британія. Стрічка про валлійського репортера, який вперше у західній пресі заявив під власним ім'ям про український голодомор. За сюжетом, журналіст приїздить у 1933 році до Москви, щоб взяти інтерв'ю у Сталіна. Однак він дізнається про голод в Україні. Незважаючи на погрози спецслужб, він починає власне розслідування. Якщо ви любите історичні трилері, то ви маєте подивитися цей фільм.

РЕКЛАМА

Гарячі ціни тижня

(з 08.01.2020 по 14.01.2020)

↓ ВИГОТОВЛЕННЯ

• КАМІНИ, ТОПКИ

Мармур, камінь (лісковик)

- сауни
- хамами
- соляні кімнати



від 7000⁰⁰ грн

вул. Крушельницької, 57
(блік світлофора)
тел.: (096) 448-84-86,
(096) 227-73-37, (097) 960-13-66

www.kamin-top.com.ua
ПП «Вершина комфорту»

Професійно чистка димоходу



Все для дому



ВІКНАР'OFF

МАЙСТЕР ВІНОВНОЇ СТРІВИ
ФІРМОВИЙ САЛОН

1300



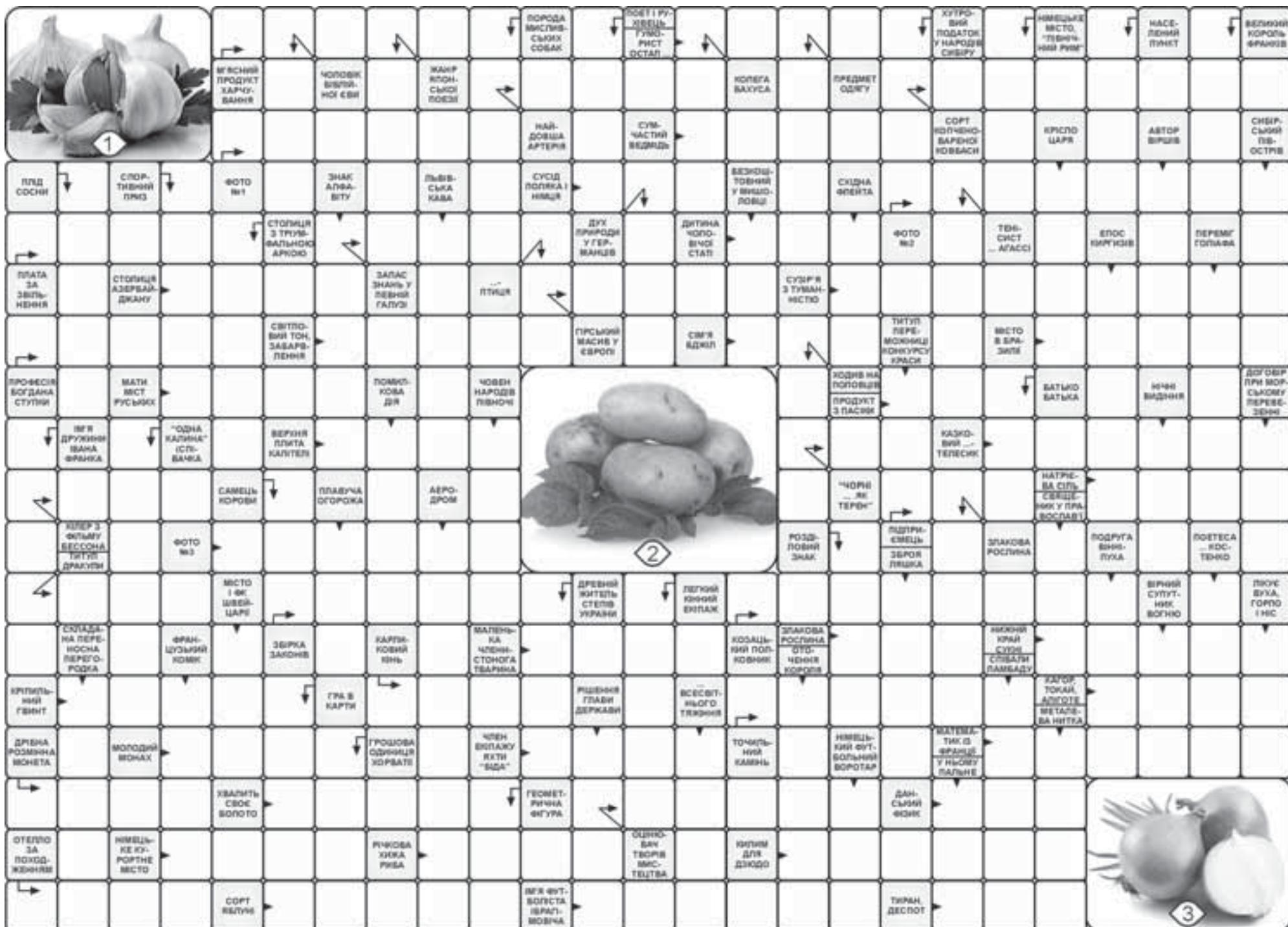
1400
463181.14

ВІКНА • ДВЕРІ • ЛОДЖІЇ • БАЛКОНИ

вул. Князя Острозького, 70,
тел.: (0352) 42-00-52, (097) 909-49-46, (097) 909-49-43
www.viknareff.te.ua

1892 грн LWS 3 NEW

2116 грн MegaLine 500



Не такий страшний торт, як кількість свічок.

Я б хотів дати тобі всі діаманти світу, але витратив гроши на чебурек?

Чоловік приходить додому з великою упаковкою цукерок і говорить своїм чотирьом маленьким дітям:

— Хто завжди слухається маму, хто ніколи з нею не сперечеться, хто завжди виконує все, що вона попросить, тому дістануться ці цукерки. Як ви вважаєте, кому?

Діти, хором:

— Тобі, тату

Чоловіки як книги: бувають нудні, бувають цікаві, а буває, в них горші заховані.

Так і сказав: «Пийте поменше вина, шановний!»

Друг пізнається в біді. Герой у битві. Дружина в бідності. Чоловік у декреті.

Щоб подобатися дівчатам, треба бути розумним, красивим, багатим... Або котом.

Щодня кожен виставляє в інтернеті безліч фото про те, як іст' з ким зустрічається, де відпочиває, а потім пише «Як я живу, вас не стосується!»

Лікар порадив пити більше горілки.

Молоду жінку привезли в лікарню з нервовим зривом.

Лікар: «Що, дорогенька, чоловік довів?»

Жінка: «Ні! Повільний Інтернет!»

У газеті прочитав: «Не можна заснути, думайте про роботу». Спробував, не подіяло: вдома не хочеться думати про роботу, а на роботі постійно колеги будять.

Ось що не кажіть, а технічний прогрес — це дуже добре. Наприклад, якщо вам дівчина подобається більше, ніж смартфон — це точно кохання.

ВІДПОВІДІ НА СКАНВОРД НАДРУКОВАНИЙ В «RIA ПЛЮС», №51



АДРЕСА РЕДАКЦІЇ

м. Тернопіль, вул. Дубовецька, 1-Б
(колишній будинок офіцерів). **Працюємо** 9.00-18.00.
Поштова адреса: 46001, м. Тернопіль, вул. Дубовецька 1-Б.

Телефони редакції:

(0352) 43-00-50, 43-00-56

Телефони кур'єрської служби і передплати:

(0352) 43-00-50, 43-00-56

«RIA плюс» в Інтернеті: <http://20minut.ua>

ПРАВИЛА ПОДАННЯ ОГОЛОШЕНЬ ЧИТАЙТЕ НА 3 СТОР. БЛОКУ «РОБОТА»

Інформація для публікацій надається інформаційним агентством ТОВ «Видавництво «RIA»; код ЕДРПОУ 34095069; адреса: 21032, м. Вінниця вул. Ширшова, 3-А; свідоцтво про державну реєстрацію інформаційного агентства як суб'єкта інформаційної діяльності серії КВ №.194-57Р від 12.08.2009 р.

Головний редактор:

Наталія Бурлаку — 097-445-82-67.

Дизайн та верстка: Ольга Рагуцька

Відділ реклами: 43-00-50.

Відділ кур'єрської служби та передплати:

Лілія Павличин, 095-837-87-14.

Відділ оголошень: 098-477-12-70

Номер набранний та зверстаний комп'ютерним центром RIA.

Рекомендована ціна 5 грн 00 коп.

Віддруковано в друкарні «Прес Корпорейшн Лімітед», м. Вінниця, вул. Чехова, 12-А, тел. 0-432-55-63-97.

Тираж 27541 примірників. Зам. №201201

БАНКІВСЬКІ РЕКВІЗИТИ

ексклюзивної рекламної агенції

ТОВ «RIA МЕДІА»:

р/р 26002012027968

код ЄДРПОУ — 40914460

в ПАТ «УкрСиббанк»,

м. Вінниця, МФО 300023,

свід. про реєстр. плат. ПДВ № 1602084500053.

Інд. податк. номер 409144602081.

Передплатний індекс 22196

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації «RIA плюс» №507-107 ПР, серія ТР, видане 10.08.2011 р. Державним комітетом телебачення і радіомовлення України. Засновник ТОВ «RIA Холдинг». Видавець з 2006 року — ТОВ «Видавництво «RIA»; адреса: 21032, м. Вінниця вул. Ширшова, 3-А.

Газета є членом «Української Мережі Оголошень».

Газета є членом асоціації видавців періодичної преси України.

Безкоштовне розповсюдження друкованого ЗМІ оплачено реклами. Реклама позначається реєстраційним номером, який друкується відмінною від основного шрифтом. Матеріали у рубриках «Зроблено в Тернополі», «Новини компаній», «Шопінг», «Політична позиція» та «Прес-служба» публікуються на правах реклами. Редакція не завжди поділяє думки авторів та не несе відповідальності за тексти реклами й оголошень. Передрук матеріалів — тільки з дозволу редакції. Буквосполучення RIA, RIA, RIA (а також у сполученні з будь-якими словами та висловами), графічні зображення вказаного, заборонені для копіювання згідно з авторськими правами.

Погода у Тернополі

КАРТОН-ПЛАСТ

ГАЙОВА 30 ЖИДОВА 25
КОПЕРНИКА 3 ОБ'ЇЗДНА 17
15 КВІТНЯ, 15 РУСЬКА 5

пакуй та вези!

МАКУЛАТУРА
ПОЛІЕТИЛЕН
ПІДДОНИ
ЄВРО-КУБ

тел.: 25 88 28, 52 00 50
(067) 350 20 58, (067) 350 20 60

СЕРЕДА,
8 січня
ЧЕТВЕР,
9 січня
П'ЯТНИЦЯ,
10 січня
СУБОТА,
11 січня
НЕДІЛЯ,
12 січня
ПОНЕДІЛОК,
13 січня
ВІВТОРОК,
14 січня

гісметeo	sinoptik
0°C +4°C	-4°C 0°C
+2°C +3°C	0°C +3°C
0°C +3°C	-1°C +4°C
0°C +3°C	+1°C +4°C
-2°C 0°C	-2°C +2°C
-3°C +2°C	-2°C +3°C
-4°C +4°C	-2°C +3°C



МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР
Запрошує жінок взяти участь у програмах

ДОНАЦІЯ СПЕРМИ
Вимоги:
• наявність хоча б однієї здоровій дитини;
• без соматичних та спадкових захворювань;
• фізичне і психологічне здоров'я; та
• без шкідливих звичок.

Деталі за телефоном:
098 8 580 580

Заклад ліцензований та акредитований НОЗ України

АНЕКДОТИ

Третій день лежу під ялинкою і не можу зрозуміти: невже такий подарунок никому не потрібен???

Навіщо люди взимку виходять з дому і їдуть на якихось лижах кататися, сноубордах, вони що, не вміють лягти і лежати???

Після свят відчувається тяжкість в голові і неймовірна легкість у гаманці.

— Софіє, краси тобі, кохання, гроші, розум! А все інше в тебе вже є!

Петя зрозумів, що у нього не все в порядку зі здоров'ям, коли медсестри почали фотографуватися з його мантами.

Ранок 1 січня. В аптеку приходить дитина. Аптекарка його питает:

— Шо, хлопчуки, ти теж зі списком?
— Так.
— Зрозуміло, можеш не показувати: цитрамон, активоване вугілля.

У відпустку поїхав один директор, а відпочив весь колектив.

Чоловікам не зрозуміти, яке це щастя — влізти в минулоноворічну сукню!

— У моєї дружини ідеальний слух: вона навіть чує, коли на мою картку приходять гроші!

За статистикою, 65% жінок чекають принца на білому коні, щоб задурити йому голову, заволодіти конем та іншим майном.

Щоб розв'язати собі руки на вихідні, ми з дружиною починаємо сваритися ще в четвер, в крайньому разі в п'ятницю. У суботу вранці дружина іде ніби до мами, а я ніби на риболовлю.

МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР
Запрошує жінок взяти участь у програмах:

СУРОГАТНОГО МАТЕРИНСТВА
Вимоги:
• жінки віком до 35 років;
• наявність хоча б однієї здоровій дитини;
• фізичне і психологічно здорові;
• без шкідливих звичок.

ДОНАЦІЯ ЯЙЦЕКЛІТИН
Вимоги:
• він до 32 років;
• наявність хоча б однієї здоровій дитини;
• захисливі соматичні здоров'я;
• відсутність спадкових захворювань;
• відсутність шкідливих звичок.

Заклад ліцензований та акредитований НОЗ України
Деталі за телефоном:
098 8 580 580

СКЛАД МАТРАЦІВ і меблів

(096) 00-111-00

Гороскоп

ОВЕН Ваше бажання застосувати до всіх сфер життя «турборежим» приведе до емоційного занепаду. Тому робіть усе поступово.

ТЕЛЕЦЬ Визначена модель поведінки йтиме відрізок з проблемами, які з'являтимуться у вашому житті. Можливості відпочити не буде.

БЛИЗНЮКИ Можливе знайомство з людьми, які змінять ваше життя, додавши в нього прiemних хвилювань та яскравих емоцій.

РАК Січень для Вас — це своєрідна історія боротьби за місце під сонцем. Щоб здобути її, вам доведеться з головою пірнути в роботу.

ЛЕВ Не приймайте рішень, що зумовлені вашим запальним характером. Не слід виносити будь-які конфлікти на привеселюний розгляд.

ДІВА Вигідні пропозиції стануть невіддільною ознакою першого місяця в році прийдешньому, а фінансова складова шокує стабільністю.

ТЕРЕЗИ Результативність справ бажатиме крацько, а професійна діяльність буде дещо інертою. Поставте на паузу звичний ритм житті.

СКОРПІОН У перший місяць нового року вдастся позбутися проблем, що довгий час тягнулися шлейфом у вашому житті.

СТРИЛЕЦЬ Чутливим та вразливим Стрільцям обмежити спілкування з людьми, які деморалізують вас та напаштовують на негатив.

КОЗЕРІГ Тиждень буде досить складним та емоційно напруженним, оскільки доведеться вирішувати непрості завдання самотужки.

ВОДОЛІЙ Не налагоджуйте конфлікт за принципом «хто голосіше кричить, того й чують», арже та ви покажете свою невпевненість.

РІБИ Продуктивна робота, виваженість дій, розсудливість — поєднання цих істин забезпечить вас вмінням слухати інших і бути почутим.