

Надійний тил для армії – наша солідарність і взаємодопомога



Віктор Радчук

Історія родини, в якій кожен віддає сили для захисту країни. Жителька селища Биківка Ганна Пічман звернулася до земляків із проханням допомогти зібрати кошти на закупівлю тепловізора для потреб військової частини, де служать її брати Микола та Валерій.

Загалом звернення та прохання допомогти воїнам ЗСУ – сьогодні не рідкість і не виняток. Оснащення, амуніція і озброєння сучасного військового настільки багатогранне та затратне, що немає нічого дивного у тому, що придбати усе необхідне допомагають усі небайдужі до подій в країні. Тож сьогодні, коли на захист рідної країни встали мільйони українців, увага до потреб тих, хто перебуває на передовій, хто щодня і щохвилини бачить ворога в обличчя, не слабшає. Це ще раз показали жителі селища Биківка, які дуже завзято, дружно і солідарно відгукнулися на заклик своєї односельчанки. Слід зауважити, що вищезгадана Ганна Пічман звернулася до своїх земляків разом із своєю племінницею Оленою Ходунько, яка також розгорнула масштабну інформаційну кампанію, аби допомогти якнайшвидше зібрати кошти на тепловізор потрібної модифікації, який коштує доволі дорого. Батько Олени – Валерій Ходунько, разом зі своїм старшим братом Миколою, нині служать в одному із артилерійських підрозділів біля Мар'їнки. Ця ділянка

фронту давно має славу однієї із найгарячіших, а тому тепловізор, як всюдисуще нічне око артилеристів і розвідників, там дуже потрібен.

Ганна Пічман розповідає, що її односельці, які чудово знають її братів, що народилися і виросли у Биківці, досить активно відгукнулися на заклик про до-

помогу. Як завжди, кошти збиралися за давно неписаним народним правилом: хто скільки міг, стільки й надсилав. Втім, не лише Биківка і жителі кількох сіл Романівської громади, але й люди, які знали братів Ходуньків в інших містах і селах України, також долучилися до збору. Наприклад, родичі дружини старшого сина із сім'ї Ходуньків Миколи зібрали 9 тисяч гривень у селі Новоселиця Попільнянської громади. Загалом упродовж двох тижнів для купівлі тепловізора було зібрано 53 тисячі гривень. Але тепловізор потрібної модифікації коштує аж 94 тисячі гривень. Можна було б продовжити процес збору коштів, але ж у цій справі дуже дорогим є час, і кожен день відсутності необхідного обладнання на передовій має зовсім іншу, значно дорожчу, ціну, яка вимірюється життям воїнів. Ганна Пічман зазначила, що їй порекомендували звернутися до депутата Житомирської обласної ради Ігоря Ходака, який неодноразово допомагав як військовим частинам ЗСУ, так і окремим воїнам, які зверталися до нього.

«Ми приїхали до приймальні депутата, – каже Ганна, – де нас зустріли, уважно

вислухали і пообіцяли допомогти. Згодом відбулася розмова про конкретну суму потрібних для купівлі тепловізора коштів. І яким було наше здивування, коли вже за день нам повідомили про те, щоб ми приїхали і отримали гроші. Йшлося якраз про ту суму, якої нам все ще не вистачало для купівлі тепловізора. Повторюю: ми зібрали 53 тисячі (сьогодні маємо ще дві тисячі), а для купівлі тепловізора потрібні 94 тисячі гривень. Ось якраз Ігор Ходак нам і допоміг зібрати всю суму, надавши 40 тис. грн, швидко закрити збір, і тепер ми купуємо тепловізор за кордоном», – завершує свою розповідь Ганна Пічман.

Звісно ж, про те, як іде процес збору коштів, знала майже вся Биківка. Знали практично усі родичі родини Ходуньків, які живуть у різних куточках України. Знали про збір грошей і самі воїни, які із нетерпінням (і розумінням ситуації) очікували на тепловізор. Звісно ж, реакція багатьох людей на допомогу від І. Е. Ходака була напручуд теплою, з вдячністю і розумінням.

Продовження на стор. 2.



Біля Хуста юні спортсмени із Романова здобули низку перемог

с. 5



Консолідація зусиль на користь громаді

с. 4



Лідер продовжує чемпіонську ходу і знову виграє

с. 5

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС 76001

СПОДОБАЛАСЬ ГАЗЕТА?

ПІДТРИМАЙ СВОБОДУ СЛОВА!

ПЕРЕДПЛАТИ

на 1 місяць - 12,50 грн,
на 3 місяці - 37,50 грн,
на 6 місяців - 75,00 грн

у найближчому поштовому відділенні!

20
ХВИЛИН
ГАЗЕТА ТВОГО РАЙОНУ
РОМАНІВ

Підно попрацювали: як пройшла четверта сесія Романівської селищної ради

Пенсіонерам від 75 років доплачують по 400 грн

Запозналися до сиротини

Надійний тил для армії – наша солідарність і взаємодопомога

Початок на стор. 1.

Ганна Пічман розповідає, що інформація про те, що гроші на тепловізор вже є, розлетілася миттєво. «У нашій сім'ї сьогодні в рядах ЗСУ служать ледь не усі чоловіки, – каже Ганна. – Мої брати, Микола та Валерій, вже на другий день війни боронили Київ на окраїні столиці. Потім вони воювали під Ірпенем, у селі Мощун, де відбувалися жорстокі бої. У моєї сестри, яку всі у Биківці добре знають, в лавах ЗСУ служить син Олександр Копіж і зять Сергій Харчук. Мій чоловік, Андрій Пічман, також воює у складі 58-ї бригади», – завершує перелік родичів, які взяли зброю і пішли боронити Україну, Ганна Пічман. – Ну а ми, хто чекає, хто нервує, хто переживає і щодня чекає звісток від наших воїнів, знаємо, наскільки важливо забезпечити їх потрібним обладнанням чи технікою. Тому наша вдячність усім, хто відгукнувся на наше прохання, хто допоміг

навіть сотнею гривень, дуже велика. Окрема подяка від нас Ігорю Ходаку, який швидко допоміг вирішити нашу проблему. Усім, хто підтримав нас, – щира вдячність, як від сім'ї Ходуньків, так і від родини Пічман, які однаковою мірою вболівають за наших хлопців, що боронять рідну землю».

P.S. Нашим читачам повідомляємо, що вже у наступному номері газети розповімо про закуплений, доставлений і вручений воїнам підрозділу, де служать брати Ходуньки, тепловізор-монокуляр.

P.S. У той час, коли готувалася ця публікація, **надійшла інформація про серйозне поранення Андрія Пічмана**, який рятував товариша під час нічного бою. Андрій нині перебуває у госпіталі у Дніпрі.

За минулий тиждень на Житомирщині на COVID-19 захворіло майже 2200 осіб

Як повідомляє Житомирський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України, щотижня в області зростає захворюваність на COVID-19.

Всього з початку пандемії зареєстровано 204258 випадків, показник на 100 тисяч населення становить 17001,4.

За тиждень (12.09.2022-18.09.2022) на Житомирщині зареєстровано 2175 випадків захворювання, серед яких 56 медичних працівників. Показник 181,0 на 100 тис. населення. Кількість активних хворих становить 2046 осіб.

Для підтвердження діагнозу COVID-19 медичними працівниками використовуються як швидкі тести на визначення антигену SARS-CoV-2, так і метод ПЛР. Кількість зразків біоматері-



алу, що доставляється до вірусологічної лабораторії обласного центру для проведення ПЛР-досліджень та підтвердження діагнозу, постійно збільшується. Показник позитивних результатів ПЛР-досліджень за минулий тиждень залишається досить високим (46%), що свідчить про ускладнення епідемічної ситуації.

Випадки реєструвалися по всій території області. Найвищі рівні захворюваності спо-

стерігаються у м. Бердичеві (показник 378,8) та на Андрушівщині (337,4). Перевищують середньообласний показники захворюваності у Бердичівському та Житомирському районах, а також на Ємільчинщині, Коростишівщині, Олевщині, Попільнянщині та у м. Житомирі. За даними ДУ «ЦГЗ МОЗ України», за минулий тиждень в країні відбувся ріст захворюваності порівняно з попереднім тижнем на 53,7%.

Нове у нарахуванні субсидій

Вже за кілька тижнів розпочнеться опалювальний період.

Цього року він особливий, адже проходитиме в умовах широкомасштабної агресії російської федерації проти України. Отже, домогосподарства з низьким рівнем доходів потребуватимуть допомоги від держави у вигляді житлових субсидій.

При цьому не менша потреба в отриманні субсидій на оплату житлово-комунальних послуг є у внутрішньо переміщених осіб та громадян, які перебувають на території адміністративно-територіальних одиниць, де органи соціального захисту населення, зокрема, через бойові дії не мають можливості забезпечити підготовку виплатних документів та проведення фінансування.

З метою вирішення найбільш актуальних питань щодо надання субсидій в умовах початку нового опалювального періоду Міністерство соціальної політики ініціювало зміни до Положення про порядок надання житлових субсидій.

На засіданні уряду 16 вересня 2022 року відповідні ініціативи підтримано.

Відповідним рішенням передбачено передачу функцій призначення, нарахування і виплати житлових субсидій та пільг на оплату житлово-комунальних послуг від органів соціального захисту населення до органів Пенсійного фонду України, які працюють за екстериторіальним принципом.

В умовах воєнного стану екстериторіальний принцип надання цих видів соціальної підтримки дозволить:

- забезпечити право людей на допомогу від держави за будь-яких обставин, що є важливим в умовах воєнного часу, коли частина людей вимушено змінили своє місце проживання;
- зберігати централізовано дані громадян, необхідні для призначення та розрахунку житлових субсидій і пільг, щоб не втрачати їх в умовах окупації окремих



територій, а також за потреби оперативно корегувати;

- автоматизувати та прискорити процеси призначення, нарахування та виплати житлових субсидій і пільг;
- централізувати фінансування виплат, що дозволить оптимізувати та прискорити час проходження коштів.

Соціальна підтримка має надходити громадянам вчасно, в справедливому обсязі і в ефективний спосіб.

Також, враховуючи масштабне переміщення людей у нашій країні, пропонується не враховувати до середньомісячного сукупного доходу громадянам при розрахунку житлової субсидії:

- допомогу на проживання внутрішньо переміщеним особам;
- компенсацію для покриття понесених витрат, пов'язаних з розміщенням у своєму житловому приміщенні внутрішньо переміщених осіб за програмою «Прихисток».

Проектом акта також поширено порядок розрахунку житлової субсидії на оплату електроенергії домогосподарствам, які внаслідок збройної агресії російської федерації проти України залишилися без централізованого постачання теплової енергії та/або постачання природного газу і використовують побутові електроприлади для обігріву житлових приміщень, на всі території, які розташовані в районі проведення бойових дій або які перебувають у тимчасовій окупації.

Крім того, пропонується переглянути критерії надання житлових субсидій особам, яким надається допомога по частковому безробіттю, а також людям, які втратили роботу в період воєнного стану, передбачивши можливість призначення субсидії з урахуванням фактично отриманих доходів у розмірі допомоги по безробіттю.

Всі зазначені зміни дозволять забезпечити вчасність та ефективність надання житлових субсидій, що особливо актуально в умовах опалювального сезону.

За інформацією Урядового порталу

Які документи потрібні для отримання субсидії ВПО



При зверненні за субсидією людина має задекларувати усіх, хто живе у домогосподарстві, додавши до заяви документи, які це підтверджують

- ★ заява на призначення субсидії,
- ★ декларація про сукупний дохід сім'ї,
- ★ дані про тих, хто живе у домогосподарстві,
- ★ довідки, які дають право на пільги,
- ★ паспорт, реєстраційний номер облікової картки платника податків (РНОКПП),
- ★ довідка про статус ВПО.



За даними Мінсоцполітики від 09.2022

finance.ua

Падіння виробництва молока: що буде з цінами

Україна почала відчувати дефіцит молока.

Через війну виробництво впало, і ця тенденція продовжуватиметься, переконані аналітики. Чи вистачить українцям молока і як його дефіцит впливатиме на ціни – розбирався Центр громадського моніторингу і контролю.

Скорочення надоїв і зростання цін

За даними Асоціації виробників молока, у першому півріччі виробництво молока скоротилося до 3,73 млн т (на 13,2%). У фермерських господарствах падіння становило 16%, у промислових – 7,3%. На це вплинули зміни в раціоні тварин, перебої з дійкою корів та зменшення поголів'я. Ферми в регіонах з активними бойовими діями не могли своєчасно доїти корів через брак персоналу та часті обстріли. Частина із них не змогла запасти достатньо корму на зиму. У перші місяці війни багато промислових господарств взагалі не запліднювали тварин через невизначеність ситуації.

Здорожчання через експорт

Молочна галузь України, попри війну та збитки, яких зазнають фермери, досі задовольняє потреби внутрішнього ринку та постачає продукцію на експорт, сказав народний депутат України, член комітету ВРУ з питань аграрної та земельної політики європейських країн Дмитро Соломчук під час брифінгу у Медіацентрі Україна. Зокрема до Польщі, Німеччини, Нідерландів та інших європейських країн.

Уже цього місяця, під впливом такого фактора як експорт, в Україні може розпочатися не точкове, а стійке здорожчання молокоси́ровини, кажуть в Асоціації виробників молока. Аналітики підкреслю-

ють, що саме він залишається основним ціноутворювальним фактором у сегменті. Через дешеву сировину українська молочна продукція нині досить конкурентна на світовому ринку. І не виключено, що взимку на неї буде ще більше попиту, з огляду на скорочення виробництва молока в ЄС та високу його ціну. Отже, учасники українського ринку прогнозують, що вже у вересні може розпочатися більш стійке, а не точкове підвищення цінової пропозиції на молокоси́ровину.

Державна підтримка

Держава продовжує підтримувати виробників продукції тваринництва,

наголосив Дмитро Соломчук. Зокрема, малі фермерські господарства площею до 120 гектарів можуть подати заявки через державний агрореєстр і отримати 3 100 грн допомоги на один гектар. Фермери, які мають поголів'я до 100 корів, отримують по 5 300 грн на одну корову на відгодівлю.

«Всі аграрії, в яких було знищене господарство, були під окупацією – потрібно робити експертизи знищеної чи викраденої техніки, приміщень, подавати втрати, реєструвати їх. Наступить день, коли будемо отримувати репарації, і частина виплат піде на відновлення сільського господарства, бо це – найважливіша галузь у країні», – додав народний депутат.

Надходить підтримка і від інших держав. Наприклад Швейцарія виділила CHF2,5 млн (близько 100 млн грн) на підтримку господарств з виробництва молока у постраждалих від бойових дій регіонах – Чернігівській, Київській та Сумській областях. Основну увагу буде приділено дотриманню гігієни процесу доїння тварин. Відповідний гуманітарний проект реалізується на запит Міністерства аграрної політики та продовольства України у взаємодії з Асоціацією виробників молока України (АПМ), міжнародним благодійним фондом #SaveUA та Державною службою України з питань безпеки харчових продуктів та захисту споживачів.



Дефіцит напряду впливає на ціни. Українці вже відчули подорожчання молока, сметани і масла, і ця тенденція продовжується. Молоко з жирністю 1% за 900 мл зросло в ціні з серпня з 32,88 до 34,75 грн. Середня ціна масла 73% підвищилася до 62,7 грн/200 г порівняно з 58,97 грн у липні. Сметана жирністю 15% подорожчала з 33,64 до 35,17 грн за 350 г. Сметана жирністю 20% зросла в ціні з 37,99 до 39,1 грн. Найбільше ціни зросли у Західному та Північному регіонах.

Україна цього року вперше виробить гречки в 1,5 раза більше, ніж внутрішнє споживання

В умовах війни цьогоріч буде зібрано близько 67 млн тонн зернових, зернобобових та олійних, що завдяки героїзму українських аграріїв та Збройних сил України є одним із найкращих показників за 30 років.

Збір за всіма групами культур у 1,5–3 рази перевищує внутрішні потреби українців. А це означає, що продовольча безпека України нині повністю гарантована.

На цьому наголосив перший заступник міністра агрополітики та продовольства України Тарас Висоцький під час пресконференції в Media Center Ukraine.

На сьогодні очікується зібрати 50–52 млн тонн зернових та зернобобових, 15–17 млн тонн олійних культур. Рання група зернових уже фактично зібрана.

Так, пшениці намолочено 19 млн тонн. При цьому внутрішнє споживання двох типів пшениці – фуражної та продовольчої – становить близько 7,5–8 млн тонн у рік. Отже, ми маємо більш ніж удвічі більше, ніж наша річна потреба.

Ячменю намолочено 5,5 млн тонн при річному споживанні в Україні на рівні 2,5–3 млн тонн. Отже, наше тваринництво буде



забезпечене кормами, підкреслив Тарас Висоцький.

Гречки цьогоріч очікується зібрати близько 140–150 тис. тонн, тоді як внутрішнє споживання становить 100–110 тис. тонн.

«Аграрії відгукнулися на заклик споживачів і держави та суттєво збільшили посівні площі під гречку. За останнє десятиріччя ми вперше вийдемо з виробництвом гречки, що в 1,5 раза більше, ніж внутрішнє споживання. І це навіть дозволить нам сформувати внутрішній запас», – підкреслив перший заступник міністра.

Також повністю завершено обмолот ріпаку – його намолочено 3,1 млн тонн.

Кукурудзи на зерно, соняшника та сої, які мають великі посівні площі, поки що зібрано 5–10%, але вже зараз можна говорити про хорошу врожайність цих культур. Підсумки за валовим врожаєм за ними будуть наприкінці листопада – на початку грудня.

Цукру в Україні буде близько 1 млн 200 тис. тонн. При цьому внутрішнє його споживання в нас становить 1 млн 150 тис. тонн. Це означає, що вітчизняним цукром українці також будуть повністю забезпечені.

«Внутрішнє споживання зернових та олійних оцінюємо на рівні 20–22 млн тонн. Мінімум 45 млн тонн із цього врожаю піде на експорт. Уже з жовтня більшу частину в експорті посідатиме новий врожай. Поки що ми експортуємо залишки попереднього врожаю», – зазначив Тарас Висоцький.

За його словами, уже за підсумками вересня ми можемо вийти на 5,5 млн тонн експорту в місяць.

Міністерство аграрної політики та продовольства України

Консолідація зусиль на користь громаді

16 вересня у залі Миропільської селищної ради відбулася зустріч селищного голови із підприємцями, які здійснюють свою діяльність на території Миропільської громади.



Під час спілкування селищний голова Світлана Власюк розповіла учасникам заходу про діяльність громади у воєнний час, її можливості та обмеження, запропонувавши продовжити плідну співпрацю з бізнесом заради розвитку громади. Зокрема обговорили організацію діяльності новоствореної дитячо-юнацької спортивної школи та реалізацію проекту «Сквер пам'яті». Надати допомогу у втіленні ідей погодилися підприємці і малого, і середнього бізнесу.



Щиро дякуємо! Разом до Перемоги!



У 2022-му наших дітей підтримував фонд «Кшижова»

Віта Карпінська

Газета «20 хвилин Романів» нещодавно розповідала про серпневу поїздку групи дітей із Романівщини до Польщі на тижневий відпочинок.

У цей же час інша група дітей у складі десяти осіб також відвідала Республіку Польщу згідно з програмою міжнародних обмінів молоді, яку запровадив і здійснює польсько-німецький фонд для порозуміння в Європі «Кшижова». Варто зауважити, що цей фонд у нинішньому році вже вдруге запрошує дітей із Романівщини на відвідини Польщі. У квітні 2022-го року 18 учнів Романівського та Старочуднівського ліцеїв брали участь у програмі «Супергерой», яку запровадив і проводить вже згаданий фонд «Кшижова» разом із європейською освітньою програмою «Еразмус+». Тоді, весною, наші діти упродовж декади спілкувалися зі

своїми ровесниками із Польщі та Німеччини. У серпні 2022-го року фонд «Кшижова» запросив десять дітей із Романова для участі у проєкті «Мистецтво без кордонів». І весною, і влітку програми обох проєктів, для участі у яких були запрошені діти із Романівщини, були спрямовані на вивчення мов учасників проєктів, на проведення інтегрованих занять із різноманітною тематикою. Водночас не менша увага приділялась обопільному вивченню історії Польщі та України, а екскурсійні подорожі займали щонайменше половину часу перебування романівської дітвори у Республіці Польщі.

Третього вересня 2022-го року, якраз на старті нового навчального року, учні Старочуднівського ліцею вже вдруге взяли участь у проведенні Національних читань, які відбуваються під патронатом президентської пари Республіки Польща. Спілкування учасників відбулося у режимі онлайн, під час якого учні та вчителі Старочуднівського ліцею читали поезії зі збірки Адама Міцкевича «Балади і романси».

Осінь – мистецька пора. Гайда до музею!

Віктор Першко

Краєзнавчий музей Романівщини, як установа, покликана пропагувати мистецтво і культурні традиції, працює у цьому напрямі системно і цілеспрямовано.

Звісно ж, варто і потрібно робити поправку на воєнний час, на досі непросту ситуацію із черговим (чи новим) спалахом COVID-19, проте музей у Романові діє, працює і приваблює до себе не лише раніше підготовленими експозиціями, але й новими, зовсім свіжими виставковими проєктами. Здається, не так давно до Романова приїздив один із найвідоміших на Житомирщині художників із Пулин Леонід Фесенко. Нині краєзнавчий музей запрошує відвідувачів на нову мистецьку виставку, до експонатів якої потрапили твори місцевих митців Романівщини.

Виставка, яка працюватиме у музеї упродовж вересня і жовтня 2022 року, переконує у тому, що Романів, як завжди, багатий на талановитих людей. Одна із особливостей нинішнього військового часу полягає у тому, що на Романівщину прибуло багато жителів України, евакуйованих із районів бойових дій. І якраз вони, обживаючись на новому для себе місці, нерідко заходять до музею. Відгуки, які лунають із вуст гостей після відвідин краєзнавчого музею Романівщини, позитивні і сповнені неабияких вражень.



Щодо виставки, то її, звісно ж, варто побачити на власні очі. Слід все ж таки зауважити, що картини Наталії Гофінгер-Бугайчук, які першими потрапляють у поле зору відвідувачів музею, дивують і вражають досить оригінальною технікою виконання. Першого погляду тут, як завжди, недостатньо, аби збагнути очевидну досконалість і певний мистецький ексклюзив цієї молоді, і, безумовно, талановитої художниці. Творчість Світлани Нечай із Врублівки мала б бути більш знайомою романівчанам, адже мисткиня давно проживає на Романівщині, хоча тривалий час її художній хист гартувався у майстернях Баранівського фарфорового заводу. За-

воду вже давно немає, але, дивлячись на полотна Світлани Нечай, відчуваєш таке собі яскраво-полум'яне бажання художниці передати барви і відгінки сьогодення. У такому ж настрої можна підходити і до картин колишнього творця художнього оформлення виробів Романівського склозаводу Фридона Джикія. Склозаводу у Романові також вже немає, але допоки живуть і творять його колишні працівники, пам'ять про знаковий символ Романова зберігатиметься довго. Отож кожен, хто хоче згадати і, можливо, зрозуміти щось нове, досі незвідане про історію і славу Романова – прямуйте, дивіться і насолоджуйтеся творами справжніх митців.

У цьому ж рядку мистецької уваги – картини Віктора Березовського, Валентини Ставської, житомирського художника Василя Кондратюка, витвори майстра народної творчості і директора краєзнавчого музею Романівщини Юрія Кондратюка. Виставка справді унікальна хоча б із огляду на кількість авторів, презентованих до уваги відвідувачів музею. Якщо конкретніше – побачити таке розмаїття митців, органічно поєднаних у масштабах однієї виставки, можна лише у великих містах із потужним мистецьким потенціалом. Як бачимо, Романів у царині творчого осередку тримається на гідному місці.

Біля Хуста юні спортсмени із Романова здобули низку перемог

Віктор Єрофєєв

Чемпіонат України серед юнаків з пішохідного туризму цьогоріч проходив у Закарпатській області.

На базі центрального табору туристсько-го активу учнів України, що розташований у селі Осій Хустського району, із 6 по 10 вересня 2022-го року одночасно проходили змагання юнацької першості із пішохідного туризму і розіграш Кубка України серед юнаків з велосипедного туризму. Команда із Житомирщини виступала лише у змаганнях із пішохідного туризму, а основою для формування цієї команди стали вихованці Романівського ліцею № 1. Віталій Костенко, Костянтин Чупілко, Марія Ярмолук, Вікторія Яремко вже давно мають авторитет і статус постійних фаворитів та переможців обласних змагань на Житомирщині, а тому саме вони потрапили до складу команди Житомирської області, яка поїхала на чемпіонат України. Власне кажучи, і на змаганнях всеукраїнського рівня вихованці тренера Віктора Бовсунівського також увійшли до числа фаворитів змагань. Практично кожен вид змагань із пішохідного туризму приносив для команди із Житомирської області або ж чемпіонське перше місце, або ж – призове. Тож підсумкове загальнокомандне друге місце житомирських туристів на змаганнях під Хустом нікого не здивувало, а стало цілком закономірним результатом наполегливої і багаторічної роботи авторитетного центру учнівського туризму Житомирщини, що у селищі Романові.

Варто зауважити, що тренерський хист і унікальне завзяття вчителя Романівського ліцею В. В. Бовсунівського великою мірою і фактично завжди визначають лідерські позиції юних туристів із Романова на обласних змаганнях будь-якого рівня. Слід



відзначити, що і в учнівському середовищі туризм як спортивне захоплення у Романові має гарні, славні і переможні традиції. На Житомирщині важко віднайти туристичну секцію чи гурток із учнівського туризму, які могли б позмагатися із підопічними Віктора Бовсунівського за кількістю здобутих перемог, кубків та інших відзнак на змаганнях різного рівня. Черговий успіх юних романівчан у таборі під Хустом ще раз засвідчив, наскільки ба-



гато важить системна, тривала і послідовна робота тренера зі своїми вихованцями. Важливо, що у Романові завзяття та ентузіазм юних туристів завжди підтримувалися середовищем небайдужих меценатів. Вкотре вихованці Віктора Бовсунівського отримали вагому підтримку від депутата Житомирської облради Ігоря Ходака, який надав кошти для оплати транспортних послуг житомирської команди на шляху до Закарпаття.



До речі, вихованці Віктора Бовсунівського, які пройшли крізь туристичний вишкіл у Романові, мають гарні перспективи для заняття, наприклад, пішохідним туризмом на рівні студентсько-вузівського спорту. Дехто із випускників, що пройшли школу Віктора Бовсунівського, вступили до військових вузів. Житомирщина, як і вся Україна, пам'ятає курсанта Житомирського військового інституту Павла Трубія, який був серед перших захисників столиці України і загинув під час артобстрілу рашистів на підступах до Києва 7 березня 2022 року. Так от свій перший спортивний гарт загиблий герой отримав у туристичній секції і на змаганнях із туризму, де мав неабиякі здобутки. Павла Трубія добре пам'ятають як свого старшого товариша нинішні чемпіони України з пішохідного туризму, які нещодавно повернулися додому із кубками, медалями та грамотами. І свою перемогу, здобуту на схилах Карпат у ході чемпіонату України серед юнаків із пішохідного туризму, романівські спортсмени присвятили пам'яті Павла Трубія. Свого старшого товариша, який опинився у перших рядах захисників України і загинув як герой.

Лідер продовжує чемпіонську ходу і знову виграв

Віктор Єрофєєв

17 вересня на футбольне поле стадіону у Романові вийшли лідери чемпіонату Житомирщини із футболу – місцева «Зоря» і ФК «Бердичів».

Бердичівський клуб займає другий рядок турнірної таблиці, намагаючись дістати романівську команду, що випереджала бердичівлян на три очки. Зрозуміло, у себе вдома «Зоря» не збиралася поступатися футболістам із Бердичева із багатьох причин. Найпершим чином тому, що у цьому році романівська команда націлилася виключно на чемпіонський титул, не поступившись досі у жодному матчі чемпіонату. Ще одна причина, яка спонукала «Зорю» вигравати у суперника 17 вересня 2022 року, полягала у тому, що три дні тому «Зоря» тут же, у Романові, поступилася футболістам команди «Ставки-2». Це був перший чвертьфінальний матч розіграшу Кубка Героїв Небесної сотні і через певні обставини «Зоря» не змогла виступити у ньому своїм бойовим складом.

Але 17 вересня все було по-

іншому. Романівчани налаштувалися на бій, бо розуміли, що ФК «Бердичів» відступати нікуди. Матч проходив у напруженій боротьбі, тривалий час важко було віддати перевагу комусь із суперників, але фактор домашніх стін, налаштованість футболістів «Зорі» на перемогу таки дали про себе знати. У напруженій, рівній боротьбі витримка і вміння мобілізуватися виявилася все ж таки на боці футболістів «Зорі». За якихось 7-8 хвилин до закінчення гри рахунок був рівним (1:1), але фініш матчу був за «Зорею», яка змогла забити у ворота гостей аж два голи. У підсумку – 3:1, і відтепер «Зоря» випереджає бердичівлян вже на сім очок. Календар нинішнього чемпіонату дозволяє футболістам «Зорі» вже у наступному турі, 24 вересня, стати без п'яти хвилин чемпіонами Житомирщини, отримавши перемогу у домашньому матчі із футболістами «Зв'язеля-2». Далі романівчани гратимуть у Коростені і Ставках, а потім знову прийматимуть команду Ярунської громади. Втім, загадувати і завчасно називати «Зорю» чемпіонами ми не будемо, а просто побажаємо хлопцям сил, натхнення і удачі.

Щодо представника романівського футболу у першості Житомирщини, то наша команда («Зоря-2») проводила другий матч другого кола в Іванкові. Проти лі-

дера, із яким «Зоря-2» досі ділила перше місце за кількістю набраних очок. 17 вересня романівська «молодіжка» приїхала у гості до свого сусіда по турнірній таблиці із цілком серйозними намірами не поступитися. У першому таймі «Зорі-2» це вдалося, але після перерви дві помилки захисту «Зорі-2» призвели до поразки – 0:2. Відтепер «ГУНП-Іванків» став одноосібним лідером першості області (південна група), а «Зоря-2» після осічки в Іванкові опинилася на третій сходинці турнірної таблиці. На друге місце піднявся любарський «Технофон», який 17 вересня відзначився перемогою. Загалом у перспективі позмагатися за перше – друге місце у групі романівські футболісти мають гарні шанси, оскільки у групі «Південь» вся боротьба ще попереду.

Ну а наостанок додамо, що у середу, 21 вересня 2022-го року, романівська «Зоря» вирушає до села Ставки (Радомишльська громада), де зустрінеється із місцевою командою «Ставки-2» у другому чвертьфінальному матчі Кубка Героїв Небесної сотні. Аби крокувати далі і грати у півфіналі, романівським футболістам потрібна перемога, адже першу гру «Зоря» поступилася у Романові із мінімальним рахунком 0:1. Так що і у наступному виході нашої газети головною темою спортивного життя знову буде футбол.



Турнірна таблиця чемпіонату станом на 17.09.2022

№	Команда	Ігор	В	Н	П	М	О
1	«Зоря» (Романів)	9	7	2	0	12:3	23
2	ФК «Бердичів»	9	5	1	3	9:7	16
3	«Полісся-2» (Ставки)	9	5	1	3	12:5	16
4	«Зв'язель-2» (Новоград-Волинський)	9	3	4	1	11:7	16
5	«Мал» (Коростень)	9	4	2	3	9:8	14
6	ФК «Ярунь» (Ярунська ТГ)	9	3	1	5	7:12	10
7	«Случ» (Новоград-Волинський)	9	1	1	7	7:13	4
8	«Агролайф» (Новоселиця)	9	1	0	8	6:17	3

Кажуть: стрес шкодить травленню. Так! Розповідаємо, що з цим робити

Одразу до поганих новин: шлунково-кишковий тракт (ШКТ) страждає від стресу не менше за мозок та інші системи нашого організму.

Наслідки трапляються різні: від неприємної діареї до серйозного синдрому недостатності харчування (мальнутриції) – стану, за якого організм не засвоює необхідні поживні речовини з їжі.

Але є й хороші новини: симптоми розладу можна своєчасно помітити і швидко виправити, поки це не стало катастрофою.

Разом із національною консультанткою UNICEF з харчування Анастасією Голобородько розбираємося, як стрес впливає на систему травлення, які процеси він викликає, чим вони загрожують та що з цим робити.

Як стрес впливає на травлення та ШКТ загалом?

Стрес (а також тривожність, гіперзайнятість та перенавантаження) завжди впливають на травлення – баланс дуету кишківник-мозок порушується. І це дещо серйозніше, ніж здається на перший погляд.

По-перше, надниркові залози викидають у кров два базові гормони стресу – ви їх добре знаєте – адреналін та кортизол. Вони впливають на мікрофлору кишківника. Як і вам, важливим для травлення бактеріям не подобається жити в постійному напруженні, тому вони «самоліквідуються». Це кри-



тично, адже їхня різноманітність та життєдіяльність підтримує здоров'я всього ШКТ.

По-друге, порушується робота травної системи загалом. Травлення – складний процес, і для його регуляції в нашому організмі існує окрема нейронна мережа. Вона відповідає за механічне перемішування їжі, координує скорочення колової мускулатури рота та всіх сфінктерів у ШКТ для того, щоби забезпечувати поступальне просування їжі. Також травна нервова система підтримує різноманітне біохімічне середовище та рівень кислотності всередині кожної секції ШКТ, забезпечуючи фер-

ментам необхідні умови для нормальної роботи.

Стрес порушує скорочення стінок органів ШКТ і, як наслідок, процес засвоєння їжі. Відбувається це ось так: рух стінок кишківника порушується, їжа надовго затримується та недорозщеплюється, скорочується секреція травних ферментів. У результаті ми отримуємо мальнутрицію – синдром недостатньої поживності харчування (нутритивно неповноцінний раціон), який тягне за собою й інші неприємності. На практиці це означає, що організм недоотримує поживні речовини, які необхідні для здорового функціонування всіх систем.

А як розпізнати появу проблем зі ШКТ? Які бувають симптоми?

Перші симптоми, які вказують, що щось йде не так:

- здуття;
- закреп;
- діарея;
- випорожнення частіше ніж 5 разів на день.

Це знак, що вам потрібно щось виправити і стежити за своїм станом.

Драматичні життєві події – як от втрата роботи, смерть коханої людини, розлучення, війна – це стрес, який безпосередньо впливає на організм. Окрім процесів, які описані вище, він також підвищує рівень протизапальних цитокінів – особливих пептидів та білків, які відповідають за виживання клітин в організмі.

У наших пращурів реакція на стрес часто була викликана фізичною небезпекою, наприклад нападом дикої тварини. Коли стається стресова реакція, активуються цитокіни, які потрібні для загоєння ран. У сучасному світі нам рідко доводиться зустрічатися з дикими кабанам чи левачами, але цей механізм нікуди не зник. Цитокіни вмикаються, навіть якщо фізичної рани немає – коли ви запізнюєтесь на зустріч або начальник кричить на вас, бо незадоволений результатами.

Цитокіни – звісно, наші друзі, але коли їх забагато, вони приносять більше шкоди, ніж користі. Річ у тім, що вони заважають кишківнику відновлюватися, адже останній може це робити тільки тоді, коли перебуває в розслабленому стані. Механізм схожий на той, який відбувається в мозку, коли ми спимо – усім треба від-

почивати, щоби нормально функціонувати.

Які захворювання або розлади ШКТ можуть посилитися через стрес?

Оскільки стрес порушує мікрофлору кишківника, він робить вразливою слизову оболонку та головних її захисників – імунні антитіла IgA (імуноглобуліни класу А). Це дозволяє стороннім бактеріям та вірусам потрапляти в кровотік і викликати запалення. Далі сценарій розвивається непередбачувано – у кожної людини дуже ситуативно: езофагіт, печія, здуття, гастрит, коліт, синдром подразненого кишківника (СПК), застій жовчі, зміни в харчовій поведінці, псевдоалергії та інші хронічні захворювання ШКТ.

Що можна оперативно вдіяти, щоби покращити свій стан?

По-перше, варто прибрати продукти запальної групи: цукор, газовані солодкі напої, солодкі молочні, алкоголь, надмірну каву, шліфовані та рафіновані каші (кус-кус, біле борошно, манка, булгур, житній хліб та випічка), інтенсивно смажену їжу, копчення, а також усі продукти, на які є індивідуальна реакція.

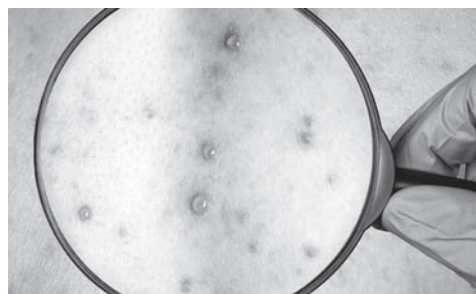
По-друге, треба переглянути меню, ґрунтуючись на гарвардській тарілці харчування. За її зразком можна робити кожен прийом їжі.

Якщо симптоми зберігаються тривалий час або стан погіршується, за можливості треба звернутися до лікаря – терапевта або гастроентеролога.

Пресслужба МОЗ України

В Україні зареєстровано другий випадок віспи мавп

19 вересня в Україні був зареєстрований другий випадок віспи мавп.



Нині пацієнта госпіталізували з наступними симптомами: підвищена температура, висип на обличчі, ротовій порожнині, руках.

За словами пацієнта, висип з'явився ще наприкінці серпня. Разом із тим звернення до лікарні відбулось кілька днів тому. Саме тому закликаємо всіх, хто має схожі до віспи мавп симптоми, одразу звертатись по медичну допомогу та самоізолюватись. Це важливо, щоб не нааражати інших людей на небезпеку.

Перший випадок відповідного захворювання був зареєстрований 15 вересня. Між собою вказані випадки, за попередніми даними, не пов'язані.

У липні в Україну у межах гуманітарної допомоги було доставлено ПЛІР-тести для проведення щонайменше 5 тисяч досліджень для діагностики вказаного захворювання. Тоді ж їх було розподілено в регіони. Нині в Україні є можливість виявляти вказане захворювання в кожному регіоні.

Під час лікування віспи мавп українські

медики використовують затверджені рекомендації ВООЗ та міжнародні протоколи щодо діагностики та виявлення відповідного захворювання.

Зважаючи на те, що специфічні ліки наразі недоступні для широкого загалу, то йдеться насамперед про симптоматичне лікування. Ще у травні всі обласні Центри контролю та профілактики хвороб отримали від МОЗ настанови щодо епіднагляду, розслідування випадків та відстеження контактів.

Віспа мавп – віспоподібне захворювання, що спричиняють віруси родини поксвірусів. Вона подібна до натуральної віспи, проте має меншу летальність та легші симптоми.

До 2022 року віспа мавп фіксувалась у країнах Центральної та Західної Африки, нині ж більш ніж половина всіх зафіксованих випадків припадає на Південну та Північну Америку.

До основних симптомів віспи мавп належать:

- гарячка,
- головний біль,
- міалгія (біль у м'язах),
- біль у спині,
- збільшені лімфатичні вузли,
- озноб,
- біль у горлі,
- закладеність носа,
- кашель,
- висип у вигляді пухирців.

Іноді у людей спочатку з'являється висип, а потім – інші симптоми. Деякі можуть

мати лише висип. Захворювання зазвичай триває від двох до чотирьох тижнів.

Висип у вигляді прищів або пухирів спершу з'являється на обличчі, всередині рота та на інших частинах тіла, наприклад на руках, ногах, грудях, статевих органах або задньому проході. Висип проходить різні стадії до повного загоєння.

В одних людей мавпяча віспа може викликати легкі симптоми, в інших – серйозні наслідки із потребою лікування в умовах медичних закладів. Зазвичай до групи підвищеного ризику тяжкого перебігу цього захворювання входять вагітні, діти та люди з ослабленим імунітетом, імунodefіцитом.

ПОШИРЕННЯ

Віспа мавп може передаватись від людини до людини. Для цього потрібен прямий фізичний контакт з інфекційним висипом, струсами або біологічними рідинами організму хворої людини. Йдеться про спілкування з близької відстані, дихання, дотики, поцілунки, секс.

Захворювання може поширюватися з моменту появи симптомів до повного загоєння висипу та утворення свіжого шару шкіри.

ПРОФІЛАКТИКА

Уникайте тісного контакту «шкіра до шкіри» з людьми, у яких є симптоми, схожі на віспу мавп.

Уникайте контакту з предметами та матеріалами, якими користувався хворий.

Регулярно мийте руки з милом або використовуйте дезінфекційний засіб на спиртовій основі. Особливо це варто робити перед їдою, після відвідування ванної кім-

нати та перед тим, як торкатися власного обличчя.

Дезінфікуйте та мийте поверхні, до яких зазвичай торкаєтесь у середовищах, де могли бути інфіковані люди.

ВАКЦИНАЦІЯ

Нині у світі є три вакцини проти віспи мавп, проте їхнє виробництво та запаси дуже обмежені. У деяких країнах вже проводять вакцинацію груп ризику, зважаючи на поширення захворювання. Раніше вакцинація проти віспи мавп здійснювалася лише в ендемічних для цієї інфекції країнах, тобто країнах Африки.

В Україні необхідності у вакцинації проти мавпячої віспи наразі немає, зважаючи на відсутність зареєстрованих випадків та знижену ймовірність їхнього занесення. Окрім того, Всесвітня організація охорони здоров'я нині не рекомендує масову вакцинацію.

ЛІКУВАННЯ

Зазвичай використовується симптоматичне лікування (знеболювальне, жарознижувальне).

Якщо ви думаєте, що у вас віспа мавп, то варто звернутись по медичну допомогу, використовуючи засоби протиепідемічного захисту (захистну маску, рукавички тощо), щоб не заразити інших.

Перебувати на самоізоляції треба, доки всі виразки (пухирці) не покриються кіркою, струпії не відпадуть, а під ними не утвориться новий шар шкіри. Важливо, що йдеться також про ті виразки, які розташовані всередині тіла, до прикладу в роті.

Пресслужба МОЗ України

Гороскоп на тиждень 21 вересня - 27 вересня

ОВЕН
Гарний період для того, щоб розпочати нову справу. Приплив сил і енергії відкриє перед вами будь-які двері.

ТЕЛЕЦЬ
Прибережіть власну думку на потім – конфлікт неминучий. Зараз краще зайнятися фінансовими питаннями.

БЛИЗНЮКИ
Вам сумно і хочеться кудись поїхати, але зорі радять уникати поїздки. Також утримайтеся від грандіозних планів.

РАК
Велика активність забиратиме багато сил. Зараз краще уникати колективної діяльності – попрацюйте самостійно.

ЛЕВ
Настав час згадати людей з минулого і попрацювати з ними над спільним проектом. Подорож буде сприятливою.

ДІВА
Зможете зробити досить багато, якщо уникнете поспіху. Не соромтеся звертатися за допомогою до рідних.

ТЕРЕЗИ
Напружений початок тижня. Але далі на вас чекає спокій і гармонія у відносинах з коханою людиною.

СКОРПІОН
Не завадить бути обережним – серед вашого оточення є недобррозичливіці. Вдалий час для ділових поїздки.

СТРІЛЕЦЬ
Не дозволяйте іншим приймати рішення за вас. Навалиться багато справ, але ви зосередьтеся на найважливіших з них.

КОЗОРІГ
Час для суперечок і відстоювання власної думки. В особистій сфері на вас чекають сюрпризи, ймовірно, приємні.

ВОДОЛІЙ
Уникайте будь-яких поїздки, навіть на недалеку відстані. Після 22-го вересня відчуєте значний приплив сил.

РИБИ
Відкиньте усе другорядне і зосередьтеся на важливому. Для уникнення перевтоми не забувайте про відпочинок.

Смачного!

Рецепт рулетиків з кабачків із фаршем

Інгредієнти: 2 кабачки, 500 г яловичого фаршу, 1 цибулина, 1 зубчик часнику, 2 ст. л. соняшникової олії, 5 гілочок петрушки, 1 ст. л. томатної пасты, 300 мл води.

- Підготуйте всі інгредієнти для приготування рулетиків з кабачків та фаршу. Увімкніть розігрітася духовку до 180 градусів.
- Візьміть 2 середні кабачки, помийте, відріжте хвости та поріжте ножом на тонкі слайси, завтовшки приблизно 3 мм. Обрізки з кабачків не викидайте, натріть на тертці та потім додасте у фарш.
- Розігрійте суху пательню та обсмажте слайси кабачків до м'якості. Це потрібно для того, щоб вони добре загорталися та тримали форму. За бажанням використайте пательню-гриль, щоб отримати гарні смужки на овочі.
- Зробіть засмажку для фаршу. Цибулю та зубчик часнику наріжте дрібним кубиком та обсмажте на розігрітій пательні з 2 ст. л. соняшникової олії. Цибуля повинна стати м'якою.
- У миску викладіть 500 г яловичого фаршу, додайте натерті залишки кабачка, 5 гілочок дрібно посіченої петрушки та обсмажену цибулю. Посоліть та поперчіть до смаку. Перемішайте та відбийте фарш, щоб всі інгредієнти рівномірно розподілилися.
- Сформуєте рулетики. Візьміть слайс кабачка, викладіть на кухонну дошку. З одного краю додайте 1 ст. л. фаршу та загорніть у рулетик.



- Викладайте рулетики вертикально у форму для запікання. У нас вона діаметром 28 см. Важливо, щоб рулетики стояли не щільно один до одного, але при цьому і не було великої відстані, щоб вони не розкрутилися.

Зробіть соус. У мисці змішайте 1 ст. л. томатної пасты та 300 мл води, залийте рулетики. Соус має покривати їх на 1/3.

Ставте запікатися в духовку на 20 хвилин за температури 180 градусів.

Рецепт смаженої фіолетової цибулі

Інгредієнти: 1 фіолетова цибулина сорту «Марс» або «Веселка», 20 мл соняшникової олії, 1 ст. л. оцту 9%, дрібка солі, дрібка цукру, 20 г волоських горіхів.

- Цибулю очистьте від лушпиння, розріжте навпіл, зріжте плодоніжку та наріжте пір'ями.
- Пательню розігрійте з 20 мл соняшникової олії, перекладіть порізану цибулю та смажте на мінімальному вогні 5 хвилин.
- Потім додайте дрібку солі, цукру та 1 ст. л. оцту 9%. Смажте ще 5 хвилин.
- Тим часом подрібніть 20 г волоських горіхів та додайте в пательню до цибулі. Перемішайте, обсмажте ще хвилину та можна подавати до столу до м'яса та риби. Якщо ви зробили багато смаженої



цибулі, зберігайте її в холодильнику в герметичній ємності до двох днів.

Куточок ГОРОДНИКА

Основні хитрощі посадки часнику на зиму для одержання великого врожаю



Посадка часнику на зиму робиться за універсальною технологією.

Важливо врахувати період початку настання холоду. Приблизно за два-три тижні до передбачуваних холодів роблять висадку. Часник садять на глибину близько 4 сантиметрів. Цим періодом є кінець вересня – початок жовтня. Там, де кліматична зима починається дещо пізніше, посадку можна відкласти до листопада. Особливістю цього заходу є саме глибина посадки. Якщо ви зробите лунки приблизно на 10-15 см, то досягнете більш пізніх сходів, але при цьому такий овоч буде легше переносити зимові морози. А термін його висадки можна розтягнути з серпня по жовтень.

Вибираємо місце під посадку

Проводити посадку не можна на кислих ґрунтах і там, де ґрунтові води близько підходять до поверхні, тому що з настанням теплої погоди вони можуть просто змити овоч. Краще підходить для посадки часнику пухкий ґрунт з нейтрально-кислою реакцією. Також не варто розмішувати овоч на тій території, де вводився гній. Якщо знехтувати порадою, то можна отримати багато бадилля. До того ж урожай, зібраний тут, буде більш схильний до грибкових захворювань.

Після чого садити часник?

Якщо ви регулярно здійснюєте висадку, то знаєте, що врожай буде набагато краще, якщо попередниками часнику були помідори, баклажани, огірки або гарбуз. Ці овочі вимогливі до такої складової землі, як азот. Не рекомендують фахівці посадку часнику після цибулі або якогось іншого коренеплоду, бо останні істотно виснажують запаси калію в ґрунті. Часнику цей мікроелемент дуже необхідний. До того ж цибуля здатна заразити землю різними паразитами, які швидко перекинуться на інших представників сімейства.

А як садити часник, якщо можливості провести сівозмінні немає? Все дуже просто. Досить після збирання врожаю цього овоча засіяти горошок сорту Vicia sativa. Він допоможе зне-

заразити ґрунт. Краще внести компост завчасно в землю. Також представники сімейства бобових сприяють насиченню ґрунту компостом і розпушують його.

Посадка часнику

Не допускайте посадки в одне і те ж місце двічі поспіль, тому що це може сприяти зниженню врожайності, а ті головки, які ви отримаєте, будуть істотно менше. Після яких культур слід проводити посадку, розглядалося вище.

Деякі городники трохи піднімають рівень грядки, призначеної для висаджування часнику. Її висота стає на 20-25 сантиметрів більше. Рекомендують також додати в землю суміш з половини відра перегною і ложки суперфосфату, хлористого калію і аміачної селітри. Ці пропорції дані на 1 квадратний метр.



Радять проводити посадку зубчиків приблизно на відстані 7-8 сантиметрів один від одного. Між рядками має залишатися приблизно 20 сантиметрів. Глибина, як вже говорилося вище, варіюється залежно від пори висаджування часнику. Чим раніше садите, тим глибше.

Необхідно провести мульчування. Досвідчені городники використовують осіннє опале листя або торф, перегній. Для дуже холодних районів пропонується вкривати грядку товстим шаром «шубки». Таким чином можна захистити паростки часнику від сильних морозів і тим самим зберегти його.

Коли навесні доберетеся до городу та вилучите всі матеріали, якими вкривали посадки на зиму, то вже побачите результат своєї праці – молоді, зелені паростки часнику.

Джерело: Ukr.Media

21 вересня середа	22 вересня четвер	23 вересня п'ятниця	24 вересня субота	25 вересня неділя	26 вересня понеділок	27 вересня вівторок
+ 7° + 13°	+ 7° + 12°	+ 8° + 11°	+ 7° + 12°	+ 5° + 13°	+ 9° + 13°	+ 10° + 16°
740 ТИСК, ММ	741 ТИСК, ММ	742 ТИСК, ММ	743 ТИСК, ММ	743 ТИСК, ММ	737 ТИСК, ММ	736 ТИСК, ММ



85

Вітання начальника Житомирської обласної військової адміністрації Віталія Бунечка з 85-річчям Житомирської області

Житомирська область зустрічає 85-ту річницю у розпал боротьби проти російської агресії. Ми відстоюємо наші землі, що мають понад 1000-літню історію та які поєднала в собі сучасна Житомирщина.

Житомир, Коростень, Бердичів, Новоград-Волинський – це міста, що були місцем слави князів, козаків, колиською українською еліти. Житомирщина завжди славилася своїми героями, традиції яких сьогодні продовжують їхні нащадки. Наші славетні бригади б'ють ворога на всіх фронтах. Ми стоїмо заради Перемоги.

Нам є чим пишатися: високими досягненнями у різноманітних сферах діяльності, а головне – нашими людьми. Це те, заради чого варто жити та боротися. Сьогодні ми разом творимо майбутнє України та нашого величного краю.

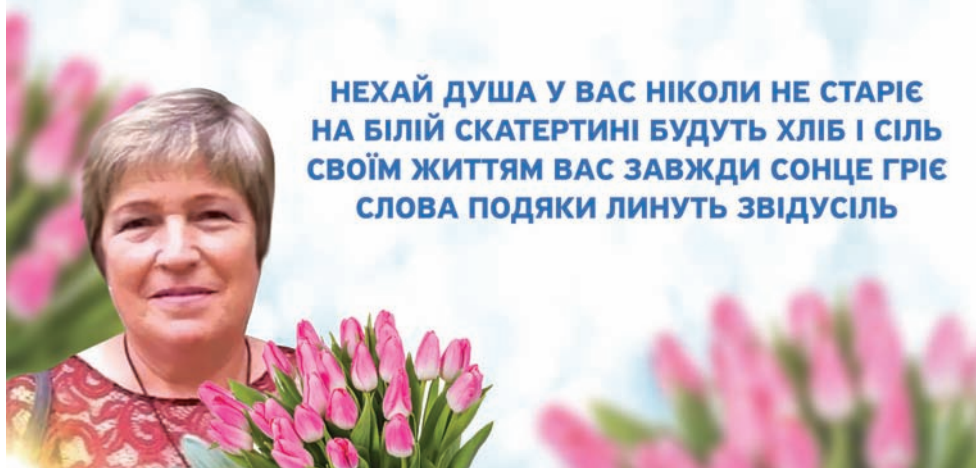
З Днем народження, Житомирщино!

ЩИРО ВІТАЄМО З ДНЕМ НАРОДЖЕННЯ ГОЛОВУ РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ ВОЛОДИМИРА ВОЛОДИМИРОВА САВЧЕНКА!



МІЦНОГО ЗДОРОВ'Я, БАДЬОРОСТІ
ДУХУ, ВИТРИМКИ ТА СИЛИ!
УСПІШНИХ ЗВЕРШЕНЬ НА
ПРОФЕСІЙНОМУ ШЛЯХУ, ЗАТИШКУ І
ЩАСТЯ В ОСОБИСТОМУ ЖИТТІ.
НЕХАЙ ПІДТРИМКА ГАРНИХ ЛЮДЕЙ
ДОПОМАГАЄ ДОЛАТИ ВЕРШИНИ!

ВІТАЄМО З ЮВІЛЕЄМ ГАЛИНУ ГРИГОРІВНУ МУСІЙЧУК!



НЕХАЙ ДУША У ВАС НІКОЛИ НЕ СТАРІЄ
НА БІЛІЙ СКАТЕРТИНІ БУДУТЬ ХЛІБ І СІЛЬ
СВОЇМ ЖИТТЯМ ВАС ЗАВЖДИ СОНЦЕ ГРІЄ
СЛОВА ПОДЯКИ ЛИНУТЬ ЗВІДУСІЛЬ

БУДМАТЕРІАЛИ

ДОШКА ПОЛА, БРУС
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА

ВСЕ
НАЙКРАЩЕ
У НАС

Тел.: (097) 74-55-459
(096) 909-34-59

ОГОЛОШЕННЯ

Робота ОХОРОННИК.
Вахтовий метод 14/14 діб.
Заробітна плата ВИСОКА.
Робота в Житомирі та об-
ласті, Києві та області.
067-217-30-81, 067-462-70-16,
097-67-85-162

ВТРАЧЕНЕ ПОСВІДЧЕННЯ УЧАСНИКА БОЙОВИХ ДІЙ СЕРІЯ МВ №039616 ВІД 20.10.2015Р., ВИДАНЕ НА ІМ'Я КОРОЛЬОВ КОСТЯНТИН МИКОЛАЙОВИЧ, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ

ВТРАЧЕНИЙ ДИПЛОМ МОЛОДШОГО СПЕЦІАЛІСТА Е20 №001392, ВИДАНИЙ НА ІМ'Я ГРОМОВ НАЗАР ЛЕОНІДОВИЧ, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ

ВТРАЧЕНИЙ ДОДАТОК ДО ДИПЛОМА ПРО ВИЩУ ОСВІТУ СЕРІЯ ТМ №32163613 ВІД 30.06.2007Р., ВИДАНИЙ ЖИТОМИРСЬКИМ ДЕРЖАВНИМ ТЕХНОЛОГІЧНИМ УНІВЕРСИТЕТОМ НА ІМ'Я МАКАРЧУК ОЛЕКСАНДР ВОЛОДИМИРОВИЧ, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ

КУРСИ ВОДИЇВ
від ТОВ «Технічний ліцей»

Категорії, які можна відкрити
A1, A, B1, B, C1, C, D1, D, BE, C1E, CE

Романівка	067-410-12-15
Романів	067-799-04-27
Миропіль	067-895-10-86
Любар	096-565-26-15
Чуднів	097-992-61-48
Житомир	067-900-02-54
	068-288-28-77
Хоросів	097-516-12-25
Коростень	067-391-89-29
Новоград-Вол.	097-554-28-16
Черняхів	097-253-60-24
Ружин	097-487-88-32
Бердичів	097-466-91-50
Андрушівка	067-410-22-60
Нова Борова	067-347-47-80
Попільня	067-946-49-66
Бердичів	097-466-91-50



Autumn

Цікаві факти про осінь

• 4-5% населення страждають від осінньої депресії. Жінки більше схильні до цієї депресії, ніж чоловіки.

• День осіннього рівнодення (коли день і ніч у всьому світі тривають приблизно однаково) щороку відбувається в різний час, але зазвичай воно випадає на 22-23 вересня.

• За статистикою, 40% одружень відбуваються восени.

• Восени відбувається приблизно вдвічі більше геомагнітних бур, ніж в інші сезони.

• Восени завжди різко зростає число ДТП. Почасти це відбувається через дощі, а почастіше через опале листя, яке збирається на проїжджій частині. Намокле листя стає дуже слизьким, що нерідко стає причиною аварій, тому дороги треба регулярно чистити.

• Бабині літо у США називають індіанським, у Німеччині та Австрії старечим, а на Балканах – циганським.

• Листя на кронах дерев починають жовтіти тому, що в них зменшується кількість хлорофілу.

• Останні дослідження показали, що восени у багатьох людей притупляється почуття страху.

• У поезії та музиці осінь зазвичай асоціюється з сумом і ностальгією.

• Вчені стверджують, що люди, народжені восени, живуть довше за тих, хто народився в інший час року. Ті, хто народився восени, мають підвищений імунітет до простудних та інфекційних захворювань. Вони рідше хворіють, і у них набагато вище розумовий потенціал.

• Осінь у Північній півкулі припадає на вересень, жовтень і листопад, а у Південній півкулі – на березень, квітень і травень.

• Чоловікам здається, що жінки більш привабливі у прохолодну пору року.

• Вважається, що зловити падаючий лист восени – на удачу.

• Восени рівень тестостерону у чоловіків і жінок перебуває на найвищому рівні.

• В Ірландії початок осені прийнято відзначати святом врожаю. Це державне свято щорічно відзначається першого серпня.

• Восени випадає волосся у більшій кількості, ніж влітку або взимку, особливо у жінок. Це відбувається тому, що вони найбільш чутливі до сезонних змін і екологічним порушень.