



Цінувати дружбу, бути вдячними і вміти пам'ятати

Віктор Першко

У п'ятницю, 11 листопада 2022-го року, у приміщенні краєзнавчого музею Романівщини відбувся захід, приурочений 104-й річниці створення (відновлення незалежності) Польської держави.

Захід відбувся з метою вшанування історичної пам'яті важливої події, яка мала і справила потужний вплив на життя усієї Європи. Більше півсотні романівчан зібралися разом, аби від імені усієї громади Романівської селищної ради висловити глибоку вдячність Польщі та польському народу за ту грандіозно могутню, багатопланову і різнобічну підтримку України та українців у часи вторгнення в Україну рашистсько-імперіалістичної орди.

Організатором та ініціатором проведення заходу у краєзнавчому музеї Романівщини виступило **Романівське польське національно-культурне товариство**. Його голова **Ольга Мичківська** виголосила вступну промову і привітала своїх земляків, які долучилися до урочистого дійства з відзначення свята незалежності держави, що стала для України справжньою сестрою і надзвичайно дружнім, надійним сусідом у годину лиха. Надалі модератор

урочистого заходу, директор краєзнавчого музею Романівщини **Юрій Кондратюк** запрошував до слова усіх, хто прибув того вечора до музею і забажав висловитись із нагоди важливої історичної події. Від імені Романівської селищної ради поважне вітання привітав перший заступник Романівського селищного голови **Володимир Рибак**. Він зазначив, що нинішня війна дуже чітко виявила справжніх недругів України, але вона показала й її справжніх і вірних друзів. Звісно, нам, українцям, сьогодні дуже важко, бо ми зосередили і згуртували усі сили свого народу і своєї держави на відсіч ворогові. Проте ми сильні у цьому жорсткому протистоян-

ні саме завдяки допомозі наших друзів. І першим таким другом, за словами В. М. Рибак, є польський народ і польська держава.

Від імені депутатського загалу Романівської селищної ради виголосила слова вдячності польському народові голова депутатської комісії з гуманітарних питань, директор КНП «Романівська районна лікарня» **Ірина Серт**. Вона зауважила, що українці вміють пам'ятати, а ще більше – цінувати дружню підтримку з боку Польщі. Сьогодні, коли Україна подала перед смертельною загрозою і бореться за своє існування,

за право бути незалежною державою, допомога Польщі має доленосне значення. Ми віддаємо собі у такому розумінні чіткий звіт.

Слід відзначити промову **Олександра Кондратюка**, роль якого у стосунках Романівщини та низки громад із Польщі є визначальною: він по праву вважається фундатором співпраці із цілим суцвіттям міст-побратимів Романова у країнах Європи. І саме за його ініціативи і за його ж безпосередньої участі ці стосунки насправді стали не лише добросусідськими, але й братніми.

Продовження на стор. 2.



Тепло для воїнів

с. 5



Нагальні питання громади вирішували на сесії

с. 4



Просування вперед надихає і додає сил

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!



Цінувати дружбу, бути вдячними і вміти пам'ятати

Початок на стор. 1.

Як історик-краєзнавець, як людина, що здобула потужний досвід у сфері місцевого самоврядування, Олександр Кондратюк опинився на вістрі процесу налагодження конструктивної, змістовної і плідної співпраці із громадами польських міст Бордо та Кольбушова.



Виступ О. П. Кондратюка набув найбільшої емоційної виразності у той момент, коли він згадував перші дні масованого вторгнення ворога в Україну. Певний шок,

очевидний стрес, який тоді переживала більшість українців, був подоланий впевненим і надійним жестом з боку Польщі. Саме керівники польських міст-побратимів першими висловили підтримку Романову та романівчанам, і вже за день-два перші вантажівки із гуманітарним вантажем прибули в Україну і зокрема – до Романова. 11 листопада під час свого виступу Олександр Кондратюк розповів про свою недавню поїздку до Польщі та Литви, у якій мав честь і нагоду нагородити відзнакою «Чесність і слава Житомирщини» керівників громад, що підтримують всіма засобами і великими ресурсами Романів, романівчан і в цілому – Україну.



«Нагороди, які ми вручили у Кольбушові і Молетай (Литва), сприймалися із великою вдячністю, хвилюванням і навіть – зі слезами на очах, – сказав О. П. Кондратюк. – Важко передати загалом дружню, братерську атмосферу солідарності і єднання із Україною, яка панує сьогодні у Польщі. Невеличкий аеропорт, який раніше приймав лише декілька рейсів на тиждень, сьогодні працює за алгоритмом потужного летовища, бо саме до Польщі прибуває велетенська допомога не лише від багатьох європейських країн, але й із інших куточків усього світу».

Загалом зустріч у краєзнавчому музеї Романівщини пройшла в урочистому дусі; кожен, хто виголошував слова подяки польському народові, помітно хвилювався. Воно й не дивно, адже люди прекрасно розуміють, що вони сьогодні причетні до

унікальної сторінки життя обох народів, які волею долі складають ще один екзамен на витримку своєї дружби, солідарності, порядності і людяності. І досі цей іспит має дуже гарний показник. Ну а щодо усіх інших деталей зустрічі у краєзнавчому музеї Романівщини, то зауважимо, що тут же, у приміщенні музею, було влаштовано невеличку виставку-ярмарок, кошти від якої адресувалися у найпотрібнішому сьогодні напрямі – на потреби ЗСУ. Упродовж півтори години, поки тривали урочистості, до скриньки потрапило 8 тис. 400 грн. Ось так навіть урочиста година спілкування у колі друзів-земляків принесла безпосередню користь нашим воїнам-захисникам. Але не меншу значимість нині має наше почуття вдячності усім тим, хто нам допомагає, хто нас підтримує, хто сьогодні – із нами!

P.S. Загалом заходи із вшанування Дня незалежності Польщі відбулися не лише у Романові, але й у інших громадах Житомирщини. Насамперед – у Житомирі, де у залі Житомирської обласної філармонії 11 листопада впройшов потужний концерт «За вашу і нашу свободу». Потім географія вшанування найбільшого свята наших сусідів-поляків торкнулася Ушомирської сільської ради (у Коростенському районі), де відбулися заходи із вшанування полеглих у 1920-му році польських уланів, що загинули у протистоянні із червоноармійцями-будьонівцями. (Ми забуваємо, але історія нам нагадує, що рашисти і агресори з півночі мають за традицію спілкуватися із нами саме за допомогою гармат, нашої і знищення). А вже у неділю, 13 листопада 2022-го року, у костолі св. Софії відбулася меса з нагоди свята Незалежності Польщі, після чого до пам'ятника Папі Івану II було покладено квіти.

Малий бізнес переїздить із Покровська – до Романова

Наталка Рисіч

Власне кажучи, ми давно очікували на появу у Романові (або ж у селах Романівської селищної ради) представників малого і середнього бізнесу, які змушені були покинути регіони, де йдуть масштабні бої. Тим паче, що якраз у Романові упродовж березня-квітня 2022-го року населення селища і громади загалом ледь не подвоїлося.

У середовищі переселенців було багато фахівців різних професій, але у Романові не кожен із них планував залишатися надовго. Отож вже у травні, а тим паче на початку літа процес повернення переселенців додому, у звільненні від окупантів

міста і села, відчутно поживавшав. І все ж таки у Романові і селах громади залишилось чимало тих, хто змушений був покинути домівку, наприклад, на Донбасі, і шукати заробітку тут, на Житомирщині.

Чи не найперший осередок із переселення малого бізнесу до наших країв з'явився саме у Романові. У дворі романівського Будинку побуту віднедавна відкрилось одразу дві СТО, які обслуговують місцевих автомобілістів. До однієї із них, яка надає послуги із тонування вікон автомобіля, а також допомагає водіям тримати у справному стані електроніку автомобіля, ми нещодавно навідалися. Працюють двоє майстрів, які приїхали на Романівщину із міста Покровська. Поселилися нинішні ремонтники-автомобілісти у селі Врублівка, а на роботу спершу влаштувалися на підприємство «Вівад 09». Проте потяг до того, щоб займатися власною справою і продовжувати підприємницьку діяльність, започатковану ще у Покровську, незабаром переміг, і хлопці (двоє ще достатньо молодих чоловіків) вирішили відкрити свій

маленький бізнес у Романові. Працюють не так давно, але мають певні враження, роблять певні висновки. Головне – люди у Романові особливі, вимогливі, але чуйні, уважні, стримані і виховані. У розмові із донеччанами відчувалося, що вони хочуть додому і прагнуть жити мирним і, як вони кажуть, цивільним життям. Ось нещодавно (кілька днів тому) їхні колеги-земляки, які також було відкрили у Романові свій маленький ремонтно-автомобільний бізнес, вмиг зібралися і поїхали додому (до містечка Добропілля), де відновило свою роботу одне із підприємств. Те, що поряд йде війна, людей не завжди відлякує, бо, виявляється, вдома – це вдома.

Але поки що у нас, у Романові, автомобільні майстри із Покровська продовжують працювати. До них звертаються, а вони залюбки виконують будь-яке замовлення. Люди кажуть, що хлопці стараються і працюють на совість. Ось вам історія і водночас приклад, як треба діяти, гуртуватися, єднатися і, власне, виживати у годину лихоліття.

Коротко про головне

- В Україну йдуть денні морози та сніг.
- Президент Володимир Зеленський відвідав деокупований Херсон.
- У поїзді «Дніпро—Київ» бійця ЗСУ вигнали у тамбур через поганий запах.
- США анонсували санкції проти 42 осіб та компаній, які допомагають РФ купувати зброю.
- Президентом Словенії вперше стала жінка – країну очолила Наташа Пірц Мусар.
- У звільненій Снігурівці знайшли місця тортур і тіла закатованих жителів.
- Людей зі звільненої частини Херсонщини закликають евакуюватися.
- В Україні 7,8 тис. шкіл працюють в очному та змішаному форматах, 5,2 тис. – онлайн.
- Енергетики сподіваються відновити електрику на Херсонщині протягом тижня.
- Кабмін змінив порядок сертифікації насіння та садивного матеріалу.
- У Європі знову дорожчає газ.
- Комітет Ради підтримав продовження воєнного стану та мобілізації до 19 лютого.
- Зима стане головним фактором у війні в Україні, – New York Times.
- У Києві в квартирі вибухнув акумулятор і спричинив масштабну пожежу.
- З портів України в межах зернової угоди з 1 вересня вийшло 456 суден, – Мінінфраструктури.
- Генштаб: кількість ліквідованих окупантів перевищила 82 тисячі.
- МАГАТЕ направить місії на чотири українські АЕС.
- Укрнафта призначила новий склад наглядової ради.

Безпека при відключеннях світла: важливі правила користування приладами

Українці почали адаптуватися до щоденних відключень електроенергії, мета яких – зняти навантаження і підтримати енергосистему країни.

Багато хто закупив різні прилади для освітлення, обігріву та приготування їжі в умовах відсутності електрики. Проте не всі з них безпечні. В Україні та Києві зокрема почастішали випадки пожеж, пов'язаних із неправильним поводженням з електроприладами. Також трапляються вибухи газових балонів до компактних туристичних плит, які люди використовують для приготування їжі в домашніх умовах. Як правильно користуватися різними приладами, щоб уберегти себе і своє помешкання від пожежі і вибуху – розбирався Центр громадського моніторингу і контролю.

Бути обережними

Речниця головного управління ДСНС у Києві Світлана Водолага під час брифінгу в Медіацентрі Україна повідомила, що у столиці причиною пожеж стають як проблеми із електроприладами, так і вибухи газового приладдя. Тож у ДСНС закликають громадян бути особливо обережними.

«Якщо полишаєте домівки, треба вимкнути всі електроприлади, якщо використовували газове обладнання або відкритий вогонь, втегнутися, що все погашено. Якщо ви вдома і зникло світло, необхідно вимкнути електроприлади, особливо це стосується обігрівального обладнання та електроплит», – порадила Світлана Водолага.

Одразу після відключення електрики варто вимкнути і витягти з розетки енергомісткі прилади (пральні машини, чайники, бойлери, електроплити). Це робиться для того, щоб стрибки напруги після відновлення електрики не вивели їх з ладу. Можна придбати спеціальні пристрої, які захищають техніку від перепадів. Також краще вимкнути світло.

Після відновлення електропостачання варто розподілити навантаження, вмикати електричні прилади по черзі. Якщо всі прилади включити одночасно, це може призвести до перевантаження мережі та повторного відключення світла.

Освітлення оселі

Найперше потенційне джерело пожеж – свічки. З ними треба поводитися дуже обережно. У ДСНС радять використовувати



невисокі стійкі металеві свічники. Ставити їх треба на стійку поверхню, ідеальне місце – стіл. Відстань між декількома свічками має бути не менше 10 см. Тримати запалені свічки краще на безпечній відстані від горючих матеріалів, а також подалі від дітей і тварин.

Не варто палити свічки до кінця – треба залишати недогарок довжиною 2-3 см. Запалені свічки не можна залишати без нагляду. Їх треба гасити перед тим, як вийти з кімнати чи перед сном, або ж коли вони практично догоріли до дна. А краще – замінити свічки ліхтарями.

Також варто пам'ятати, що свічка – це не засіб для приготування. Для розігріву їжі допустима експлуатація лише сертифікованих приладів.

Газові горілки

Люди, які живуть у багатоквартирних будинках і мають лише електроплити, по-

чали купувати собі компактні туристичні горілки, які працюють на газових балонах. Це спрощує приготування їжі в умовах відсутності електрики. Проте треба дотримуватися низки правил, щоб користування цими приладами було безпечним.

Перед кожним використанням треба перевіряти цілісність балончика. Відсутність слідів витікання газу можна перевірити, наприклад, за допомогою мильного розчину. Варто пам'ятати, що газова горілка – це туристичний предмет, розрахований для використання на відкритому повітрі. Якщо він використовується у приміщенні, де живуть люди, там обов'язково має бути вентиляція.

І найважливіше: не можна допускати нагрівання балонів і потрапляння на них сонячних променів. Зокрема, в одному разі не треба встановлювати горілку на електричну варильну поверхню. Є ризик, що ви забудете вимкнути поверхню після

відключення світла, а після відновлення електрики вона нагріється, нагріє газовий балон, і він вибухне. Такі випадки вже не поодинокі.

Використання генераторів

Щодо генераторів, які українці почали активно закуповувати як джерела електроенергії, експерти радять використовувати їх лише поза домом, не запускати їх у будинку чи гаражі та не підключати до домашньої електричної системи. Відстань від генератора до вікон, дверей та гаражів має бути не менше 6 метрів.

Генератор треба тримати сухим та захищеним від дощу або затоплення. Дотик до мокрого генератора або пристроїв, підключених до нього, може призвести до ураження електричним струмом. Перед заправкою треба дати генератору охолонути. Паливо, пролите на гарячі деталі двигуна, може спалахнути.

Чи має мій колишній чоловік платити аліменти на дитину, якщо він мобілізований на військову службу? Нараховувати заробітну плату за основним місцем роботи йому припинили

19 липня 2022 року набрав чинності Закон України № 2352-IX «Про внесення змін до деяких законів України щодо оптимізації трудових відносин», згідно з яким роботодавця звільнено від обов'язку зберігати середній заробіток за працівниками, яких призвали на військову службу. За такими працівниками зберігається лише місце роботи та посада.

Мобілізованим працівникам виплачують грошове забезпечення за кошти Державного бюджету України на підставі Закону України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їхніх сімей». Водночас

військовослужбовці сплачують аліменти на загальних засадах та з усіх видів грошового забезпечення (крім такого, яке не має постійного характеру).

Так, відповідно до Переліку видів доходів, які враховуються при визначенні розміру аліментів на одного з подружжя, дітей, батьків, інших осіб, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 26 лютого 1993 року № 146, з військовослужбовців Збройних сил України, інших утворених відповідно до законів України військових формувань, Держспецв'язку, Держприкордонслужби, поліцейських, осіб рядового і начальницького складу органів і підрозділів внутрішніх

справ, Національного антикорупційного бюро, Державного бюро розслідувань, БЕБ, служби цивільного захисту та Державної кримінально-виконавчої служби, співробітників Служби судової охорони утримання аліментів провадиться з усіх видів грошового забезпечення, крім грошового забезпечення, що не має постійного характеру, та інших випадків, передбачених законом.

Як діяти, якщо військовослужбовець відмовляється добровільно сплачувати аліменти

Якщо утримання аліментів здійснюється у примусовому порядку державним або приватним виконавцем в межах виконавчого провадження, то саме на виконав-

ця покладений обов'язок здійснювати розшук доходів боржника, на які можуть бути звернуті стягнення за виконавчими документами відповідно до Закону України «Про виконавче провадження».

Зі свого боку стягувач може письмово повідомити виконавця про мобілізацію боржника на військову службу із зазначенням номера військової частини, якщо такий відомо. Якщо виконавець невідома адреса військової частини, де служить боржник, він повинен надіслати документи щодо стягнення аліментів до Міністерства оборони України з метою їхньої передачі до бухгалтерії військової частини для стягнення аліментів з доходів боржника.

БЕЗОПЛАТНА ПРАВОВА ДОПОМОГА

За більш детальною інформацією звертайтеся до Романівського бюро правової допомоги за адресою: смт Романів, вул. С. Левицького, 2; тел.: (068) 291-90-18 або 0 800 213 103 (безкоштовно).

Нагальні питання громади вирішували на сесії

10 листопада під головуванням селищного голови відбулася 24-а чергова сесія Миропільської селищної ради 8-го скликання.

На порядок денний було внесено 9 питань. Прийнято рішення щодо змін до бюджету ради (передбачено кошти для придбання промислових генераторів, паливно-мастильних матеріалів, встановлення «тривожних кнопок» у школах і садочках, а також за запитами комунальних закладів та підприємств). Розглянуто низку земельних питань. Надано дозвіл на виготовлення проектно-кошторисної документації у зв'язку з переведенням котельні філії Миропільського ліцею «Колодяженська гімназія» на тверде паливо.



Також затверджені програми «Надання матеріально-технічної допомоги 8-му відділу Житомирського районного територіального центру комплектування та соціальної підтримки на 2022-2024 роки» та «Утримання та розвиток

благоустрою населених пунктів Миропільської територіальної громади». Рішення сесії та результати голосування будуть опубліковані у визначений законодавством термін.



Грейдерування доріг продовжується

Наталка Рисіч

Із ранньої весни до нинішньої, вже пізньої, осінньої пори порядок на дорогах між селами Романівської селищної ради, власне, забезпечував автогрейдер від ТОВ «Вівад 09».

Ну а коли до керівника підприємства Ігоря Ходака звернулося керівництво Миропільської громади, то й тут автогрейдер зумів всього за тиждень (на початку листопада 2022-го року) суттєво покращити ситуацію на дорогах до села Дертки, безпосередньо у селищі Мирополі, у селах Колодяжному та Печанівці. Звісно ж, і Миропільський селищний голова Світлана Власюк, і депутатський загаль Миропільської селищної ради, а найбільше – жителі Миропільської селищної ради сьогодні вдячні за таку допомогу, а

також за розуміння складнощів нинішнього моменту, коли на ремонті доріг немає ані коштів, ані спроможності спеціалізованих організацій-підприємств. В принципі, якщо поррахувати і простежити за тим, де упродовж літа – осені 2022-го року працював «вівадівський» автогрейдер, то географія його робочих подорожей сягатиме не лише сіл Романівської селищної ради. Допомогу від підприємства «Вівад 09» у ремонті доріг місцевого значення отримали не лише миропільчани, але й жителі майже десятка сіл Чуднівської міської ради. Можна лише зазначити, що генеральний директор ТОВ «Вівад 09» І. Є. Ходак робить надзвичайно корисну справу, делегуючи таку техніку у комунальну сферу. Адже можна було б лише уявити, які труднощі спіткали б жителів багатьох сіл Романівської, Миропільської та Чуднівської громад, якби не підмога від «вівадівського» грейдера. Варто зазначити: ця підмога, яка насправді потребує немалих затрат, надається на благодійних засадах.

«Засвітись! Збережи життя!»

За ініціативи поліцейських офіцерів Миропільської громади та за підтримки селищної ради в населених пунктах громади триває акція «Засвітись! Збережи життя!».

У темну пору доби наші поліцейські демонструють пішоходам та велосипедистам важливість мати на собі світловідбивні елементи. Учасникам дорожнього руху, рівень небезпеки пересування яких підвищився у зв'язку з відключенням вуличного освітлювання, даруються спеціальні жилети і наруканні стрічки.

Пам'ятаймо: життя – це найцінніше! Не наражаймо себе на небезпеку! Не нехтуймо правилами та рекомендаціями поліцейських! Такі дрібниці, як флікери, можуть врятувати!

Візьмемо собі за безперечне правило: не ходити самим та не відпускати дітей у темну пору без світловідбивачів!



Діти будуть у теплі!

У теперішніх умовах воєнного стану газ є стратегічним видом палива.

Та й якість тепловіддачі невисока, тобто нагріти великі площі газовими котлами проблематично. Сьогодні газ є, а от щодо завтра – краще перестраховуватись.

Тож у Миропільській громаді прийняли рішення перейти на

альтернативний вид палива. Дві газові котельні закладів освіти – Миропільської гімназії та Миропільського центру розвитку дитини – переведено на твердопаливні котли.

Опалювальний сезон у цих закладах вже розпочався. Температурний режим у приміщеннях відповідає нормі. Завдяки цьому у Миропільській гімназії відновився змішаний режим навчання, а садочок працює за звичним режимом.

Просування вперед надихає і додає сил

Віктор Радчук

У Романові більшість жителів знає про те, що Романівський селищний голова Володимир Савченко вже більше трьох місяців служить у ЗСУ.

Як це часто буває, про керівника громади, який у 58 років пішов служити до війська, ходило чимало розмов. Хоча сьогодні усім відомо, що там, де йдуть бої, де щодня (а часто і щогодини) чути свист чи гуркіт снарядів, привілеїв небагато. Якщо точніше – там їх поки що ніхто не знаходив. Тому про службу Володимира Савченка розповідаємо далі з перших уст, інтерв'ю було записане під час телефонної розмови.

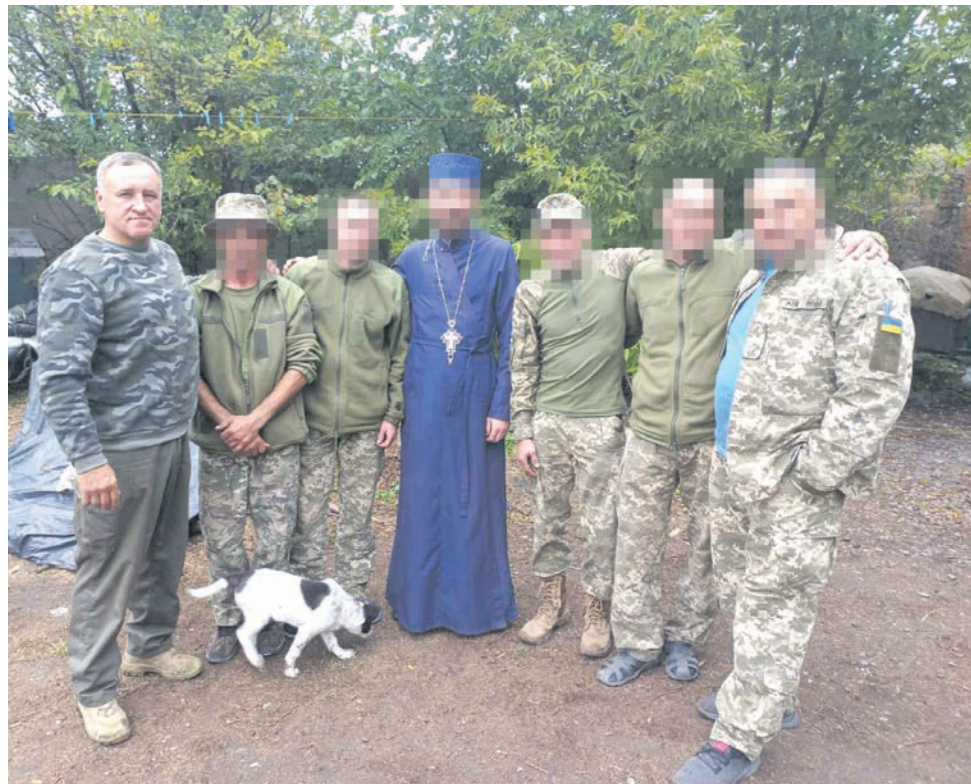
- Якщо комусь хочеться дізнатися про мою службу, то можу потроху розповісти. Тут особливих секретів немає, хоча аж занадто балакучим тут також не місце, – каже **Володимир Савченко** в один із листопадових вечорів, коли у нього випала невелика нагода поговорити із кимось із Житомирщини. – У Романові, наприклад, усі знають, що я зараз служу у складі артилерії. Всі знають цю частину, бо вона вже давно дислокується в одному із найбільших міст Житомирщини. Якщо розповідати про службу, то майже щотижня двічі, а то й тричі буваю зовсім неподалік передової. Так, потрапляти аж до траншей із підрозділами ЗСУ у мене завдання не стоїть, бо артилерія завжди (а у нинішній війні – особливо) перебуває на певній відстані від передової. Проте нинішня війна має ще одну особливість, коли поняття «передова», «лінія фронту» дещо відрізняються за своїми ознаками від таких же означень, наприклад, у часи Другої світової війни. Адже ворожі розвідники-дрони, які проникають на нашу територію (наші на територію рашистів також проникають), негайно і миттєво передають координати наших артилерійських установок, батарей і т.п. на свій бік. Проходить ще дві-три хвилини, і звідти (з ворожої сторони) щось прилітає на наш бік. Тож нам доводиться багато маневрувати, змінювати місця дислокації і т.п. Не стану детально говорити про свою службу, але це важлива робота



цілого нашого підрозділу. Десятки тонн снарядів доводиться вантажити, розвантажувати щодня, якщо йдеться про зміну дислокації батареї. Ну а якщо вантаж із боеприпасами доставляємо на прифронтові артилерійські позиції, то тут слід бути дуже уважним. Постійна готовність до обстрілу зверху, а іноді тримати наготові доводиться і стрілецьку табельну зброю. Загалом війна – це не лише небезпека у хвилини артобстрілів, але дуже важка фізична праця, це постійне фізичне навантаження, яке часто доповнюється нервово-психологічним стресом.

- Але ж після доставки боеприпасів, боекомплекту безпосередньо до батарей повертаєтесь у розташування своєї бази?

- Повертаємось відпочити у певне приміщення, яке перед тим, як заселитись, добре обстежуємо і, як правило, ремонтуємо. Особливих зручностей на війні не буває ніколи, однак стараємось хоча б вікна закласти і найбільші щілини просто закрити. Далі встановлюється буржуйка, і сяке-такое тепло у розташуванні є. Хлопці, з якими я



служу, звикли жити у побутовому затишку, а тому й тут намагаються обладнати свій побут хоча б найпершими зручностями. Обладнали собі похідну лазню, аби мати можливість освіжитись теплою водою.

- Володимире Володимировичу, ви телефонуєте з Харківщини. За той період, відколи ЗСУ пішли тут у наступ, про все дізнаєтесь не просто по стрічках новин?

- Ні, якраз сьогодні, а особливо у ході недавніх боїв, коли підрозділи ЗСУ стрімко наступали, географію Харківщини довелося вивчати вздовж і впоперек. У багатьох містах і містечках нам доводилося побувати одразу за передовими підрозділами ЗСУ. Зараз активно освоюємо географію іншого регіону. Тут точаться дуже запеклі бої, і наші артилеристи зараз просто зобов'язані нейтралізувати натиск супротивника своїм вогнем. З нашого боку мають бути швидкі і злагоджені дії щодо доставки і постачання снарядів. Всі це відчувають, і про нагадування чи заклик «покращити» чи «посилити» тут не йдеться. Жодного разу ми наших «тармашів» не підвели.

- Як із харчами? Чи буває у нинішніх бойових умовах так звана хвилина відпочинку?

- Із продуктами, із харчуванням у нас все добре. Про побут я вже казав: по мінімуму облаштовуємось, хоча намагаємось все ж таки почуватися цивілізованими людьми. У хвилини так званого затишшя хочеться поспілкуватися із рідними, із друзями. Буває, що телефоную до Романова з приводу стану (ситуації) у селищній раді. Добре, що є телефон – кожному хочеться ледь не щодня перекинутися хоча б кількома словами із ріднею. Після цього і воювати легше, і настрої оптимістичніші. Зараз надто короткий світловий день і навпаки – довга ніч, а тому пригнічений настрій проганяємо гарними звістками від наших Збройних сил. Можливо, тому вони намагаються щодня хоча б на кілька кілометрів просунути вперед. Якою б гнітючою не була картина повністю зруйнованих сіл (є села, де від 150-ти будинків залишилися цілими тільки по 7-8 будинків), але просування вперед надихає і додає сил.

Тепло для воїнів

Кожен на своєму фронті маленькими чи масштабними справами наближає нашу спільну перемогу у цій війні.



Сьогодні основний орієнтир – допомога армії і військовим. У любарській громадській приймальні Ігоря Ходака представники команди та однодумці депутата займаються виготовленням окопних свічок. Ця компактна нехитра конструкція є джерелом тепла і може слугувати для розігріву їжі та води. Для виготовлення таких свічок активісти використовують підручні матеріали. Технологія і своєрідний рецепт нині у вільному доступі в інтернет-просторі.

Тетяна Катанаха, як ініціаторка роботи, зазначає, що це маленькі, але важливі кроки до перемоги. Каже, що домашні воскові та парафінові свечені отримали інше життя і більш важливе призначення: «Думаємо, що кожна виготовлена нами свічка зігріє в холодну пору руки наших захисників, підігріє їм чай чи каву, а також передасть тепло наших сердець та нашу непорушну віру у Збройні сили України і Перемогу».

Усі заготовлені матеріали на окопні свічки нині використали, а частину готових виробів передали на фронт наших захисникам.

Любарська громадська приймальня Ігоря Ходака стала справжнім осередком волонтерства, і однодумці депутата планують продовжувати свою роботу, скеровану на допомогу ЗСУ.



Осіння хандра чи депресія?

Дарка Озерна

«Восени так солодко чіплятися за минуле, <...> так буває восени», — начитують ТНМК. Зв'язок осені та меланхолійного в усіх відтінках стану відомий усім: комусь із власного досвіду, іншим — з масової культури й художньої літератури.

Цієї осені українцям та українкам може бути сумно, важко, безнадійно чи апатично передусім через війну та зміни в житті, а не через сезонність. Водночас нам критично важливо тримати стрій і не втрачати працездатність через коливання настрою, нехай і цілком фізіологічні та закономірні.

Чому восени хочеться кублитися?

Відчувати певну зміну стану при похолоданні та відчутному скороченні світлового дня — нормально, адже за цим стоїть фізіологія. Наше життя циклічне — у ньому є довокільодобові (циркадні) та довколірічні (циркуальні) цикли. Останні дуже відчутні в середніх широтах і на півночі. А за фізіологією стоїть тривала еволюція — збільшення апетиту й одночасне зменшення активності та комунікабельності, коли вже зібрали врожай, а на вулиці темно й холодно, людям йшло на користь. Менше шансів замерзнути чи захворіти, більше енергії зберігається. Нині ж є електричне світло, зручний одяг, транспорт і теплі домівки та офіси, тому прадавня стратегія стишення темпів життя одночасно зі скороченням світлового дня втратила первісний сенс. Хоча залишається з нами досі тою чи іншою мірою. Та й електроенергія й тепло з транспортом є не завжди й не всюди.

Отже, ми запрограмовані так, щоби бути в тонусі тоді, коли світла багато, а день довгий, і пригальмовувати активність восени та взимку, коли день короткий. Кількість світла, яку сітківка ока фіксує протягом дня та його спектральний склад диктує мозкові, що йому робити — чи готуватися до сну, чи до пригод у сонячному світі. Опосередковують ці процеси здебільшого гормон мелатонін та нейромедіатор серотонін відповідно. Частина мозку під назвою епіфіз починає виробляти й виділяти в кров мелатонін через кілька годин після того, як світло припинило надходити на сітківку. Відповідно, взимку може виникнути перегин у бік мелатоніну, а влітку — у бік серотоніну. Це якщо дуже-дуже все спростити.

На загал чутливість конкретної людини до зміни сезонів і тривалості світлового дня залежить від низки її генетичних особливостей щодо чутливості до світла, роботи внутрішнього годинника, схильності до переїдання, а також синтезу, руйнації та «re-cycling» нейромедіаторів.

Багато чого зумовлено генетично, на це накладаються гормони (статеві, щитоподібної залози, кортизол), обставини й середовище. Тому в кожній людини — своя історія зі зміною сезонів і психічним добробутом взагалі. До того ж є люди генетично більш схильні аж надто ефективно прибирати серотонін від нейронів, аби його стимулювальні ефекти тривали менше, на тлі короткого світлового дня. Це відбувається несвідомо, і наслідком є більша схильність до сезонних коливань настрою. Це не єдиний чинник, який впливає на наші довколірічні коливання настрою. Та важливо розуміти, що це й чи можна ситуацію покращити.

Що таке сезонне афективне порушення?

Отже, нам справді може бути фізіологічно меланхолійно й сонно восени та взимку — і це нормально. Утім, можуть бути



й патологічні стани. За визначенням, якщо людина в певну пору року відчуває істотне погіршення настрою, яке заважає вести звичний спосіб життя й погіршує якість життя, проте минає при зміні сезонів, і це повторюється, то говорять про **сезонне афективне порушення (SAD)**.

База медичних знань UpToDate визначає SAD лише як варіант інших психічних розладів, а не самостійний діагноз. Зокрема, як різновид великого депресивного епізоду або біполярного розладу, або гіпоманії, або манії, що має сезонну повторюваність.

Сезонне афективне порушення буває частіше в осінньо-зимовий період, проте трапляється і весною-літом, коли люди втрачають спокій у період довкола літнього сонцестояння. Нині ми говоримо про зимове афективне порушення, симптоми якого проявляються тільки пізньої осені — взимку й минають приблизно після весняного рівнодення. Цей розлад частіше спіткає жінок, аніж чоловіків, і більш притаманний людям вечірнього хронотипу.

Хронотип — це індивідуальний фізіологічний режим сну та активності.

Хтось рано прокидається й переживає пік активності в першій половині дня, інші повільно набирають темп, відчувають свій максимум надвечір і пізно засинають.

Ознаки сезонного афективного порушення (SAD) такі:

- сумний чи пригнічений стан;
- втрата інтересу до речей, які раніше цікавили;
- зміна апетиту — передусім постійне бажання вуглеводів;
- хочеться спати більше, а виспатися не виходить;
- неспокій, вертлявість і неспокій або навпаки — загальмованість рухів чи мови;
- відчуття нікчемності або провини;
- важко зібратися з думками, приймати рішення;
- думки про смерть чи суїцид.

Сезонному афективному порушенню слід активно давати раду, аби відновити якість життя та не дати цьому розладу стати постійним.

Що в цьому разі слід робити?

Лікування може включати комбінацію медикаментозної та когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), а також світлову терапію.

КПТ є різновидом психотерапії з доведеною ефективністю, якщо людина готова щось змінювати у своїх думках та поведінці. КПТ є частиною терапії депресії, тривожного й біполярного розладів і сезонного афективного порушення зокрема.

Поставити діагноз SAD та призначити за потреби медикаментозну терапію може тільки психіатр/иня. Зазвичай це антидепресанти з групи інгібіторів зворотного захоплення серотоніну. Їх багато, і призначити лікування може тільки лікар/ка й тільки конкретній людині з урахуванням його/її анамнезу.

Нагадуємо, що для візиту до психіатра/ині в Україні не потрібно отримувати направлення від сімейного/ої лікаря/ки. Відчуваєте, що якість життя суттєво втратилася, чи маєте проблеми зі сном або тривожністю? Записуйтеся до психіатра через helsi.me.

Утім, якщо ви — сімейний лікар чи лікарка, то можете пропонувати своїм пацієнтам/кам пройти опитувальник, за допомогою якого можна виявити SAD та інші психічні розлади. Це може бути дуже помічним у розумінні анамнезу і призначенні лікування. Легкі та помірно важкі випадки сезонного афективного порушення можуть лікувати сімейні лікарі/ки, а ось у важчих випадках потрібна допомога психіатра/ині.

Світлова терапія — це не свічки й навіть не гірлянди. Це імітація світільниками світланку, ранкового й денного світла яскравістю в 6000–10000 люксів. Що яскравіше світло, то менш тривалою може бути світлова терапія. Принцип такий, що мозок сприймає сигнал і утворює серотонін, як у ясний день. У скандинавських країнах та північних провінціях Канади світлова терапія стає дедалі звичнішою вдома, у спеціальних установах чи навіть світлових кав'ярнях.

Окрім ліків чи інтервенцій, при терапії SAD важливий спосіб життя — влігнє, як завжди. А саме:

- **гігієна сну** (мати чіткий графік сну та бадьорості, спати в темній прохолодній кімнаті під теплою ковдрою, не користуватися гаджетами кілька годин до сну, завчасно поводитися, мати рутину перед сном). Це допоможе налаштувати внутрішній годинник.

- **Щоденні прогулянки** в денний час, навіть якщо хмариться й туманиться.

- **Фізична активність**, тобто заплановане й щоразу трошки більше навантаження: аеробні вправи (біг, танці, ходіння у швидкому темпі, коли пульс 120 ударів на хвилину), силові вправи (робота з вагою власного тіла, вільною вагою).

- **Раціон, багатий на нерафіновані продукти** (складні вуглеводи, горошина, садovina, просто приготоване м'ясо чи риба, набіл (молочні продукти)) і дуже мало солодкого та некорисно жирного.

Що ще може викликати слабкість, втомлюваність і дратівливість?

Переважно сумний кволий стан не конче є ознакою психічного розладу. Ціла низка станів має подібну до сезонного афективного порушення симптоматику. Варто пам'ятати, що SAD має сезонний характер і минає разом зі зміною пори року (настала весна чи ви поїхали зимувати в теплі краї). Інші ж органічні причини переважно не мають сезонності. Що це може бути?

- Деменція в людей старшого віку.
- Анемія (низький рівень гемоглобіну та/чи низький рівень феритину).
- Нестача вітаміну D. У такому разі справді може бути сезонність. Сучасні настанови радять із жовтня по квітень вживати профілактичну дозу вітаміну D усім, а людям із груп ризику — дозу, призначену лікарем/кою.

- Гіпотиреоз (нестача гормонів щитоподібної залози). Робота щитоподібної залози також має довколірічні цикли і змінюється при зниженні температури і скороченні світлового дня.

Який висновок?

Бажання спати та кублитися є цілком природним восени. Утім, поставити життя на паузу не випадає, і краще пристосуватися до холодного й темного сезону. На щастя, нині є належні одяг, прилади й наукові знання.

Якщо ваш фізичний і психічний стан стоять на заваді звичній буденній діяльності, це привід звернутися до лікаря/ки. Саме лікар/ка допоможе визначити, що не так: чи то сезонний розлад поведінки, чи якась органічна причина, як-от нестача тиреоїдних гормонів або вітаміну D. А от ігнорування проблеми чи самолікування можуть істотно нашкодити.

Бережіть себе!

Гороскоп на тиждень 16 листопада - 22 листопада

ОВЕН
Не звертайте уваги на плітки, а от сни запам'ятовуйте – вони можуть стати віщими для вас і підкажуть, як діяти.

ТЕЛЕЦЬ
Нестриманість у спілкуванні може вам дорого обійтися. Настав час залишити минуле позаду і вступити у новий етап.

БЛИЗНЮКИ
Багато зустрічей, тож комунікаційні навички стануть вам у нагоді. Вдалий період для навчання і побачень.

РАК
Критичний період у стосунках з другою половинкою. Зорі радять відпустити усе, що заважає вам йти вперед.

ЛЕВ
Ваша ініціативність буде помічена і навіть винагороджена. Бережіть внутрішні ресурси і не розпорошуйте їх.

ДІВА
Зануртеся з головою у роботу. Але і про сімейні цінності не забувайте – порадуйте родину приємним вечором.

ТЕРЕЗИ
Усе буде так, як ви хочете, але для цього потрібно почекати. Стартує період змін у вашому бізнесі або ж кар'єрі.

СКОРПІОН
Кількість справ, що накопичилася, змусить відчувати себе птахом у клітці. Подумайте, можливо, варто щось змінити?

СТРІЛЕЦЬ
Зорі радять утриматися від грандіозних планів. Тиждень підходить для розміреної і неквапливої діяльності.

КОЗЕРІГ
Відчуєте інтерес до себе як до фахівця. Але під час контактів не завадить обережність – конкуренти не сплять.

ВОДОЛІЙ
Ви усім потрібні, тож не дивно, що сил не вистачає. Сприятливий час, щоб закрити борги, і мова не тільки про фінанси.

РИБИ
Вдалий період для того, щоб вирішити низку важливих питань, зокрема фінансових і зміни місця проживання.



Смачного!

Пампушки з часником та кропом



Інгредієнти для тіста на 12 пампушок: 450 г пшеничного борошна, 250 мл теплого молока, 100 г розм'якшеного вершкового масла або соняшникової олії (+ для змашування форми), 10 г сухих дріжджів, 1 ст. л. цукру, ½ ч. л. солі. **Для начинки:** 3 зубчики часнику, 6 гілочок кропу, 2 ст. л. соняшникової олії, 1 ст. л. оцту, сіль та перець до смаку.

Капуста пелюстка з буряком



Інгредієнти на банку 3 л: 1 капуста, 1 запечений буряк, 5 зубчиків часнику, 3 ст. л. соняшникової олії. **Для маринаду:** 1 л води, 4 ст. л. цукру, 100 мл столового оцту 9%, 6 горошин чорного перцю, 3 лаврові листи, 2 ст. л. солі.

• Розігрійте духовку до 180 градусів. Ретельно помийте буряк та проштрикніть виделкою у кількох місцях. Загорніть у фольгу

та поставте запікатися в розігріту духовку на 1,5-2 години залежно від розміру буряка.

• Коли буряк охолоне, наріжте його спочатку на кружальця, а потім соломкою. Очистьте 5 зубчиків часнику і розчавіть пласкою стороною леза ножа.

• Капустину очистьте від верхніх листочків та наріжте квадратними шматочками зі стороною приблизно 3-4 см. У готовому вигляді вони будуть нагадувати пелюстки.

• Для маринаду вилийте в каструлю 1 л води та додайте 2 ст. л. солі, 4 ст. л. цукру, 3 лаврові листки та 6 горошинок чорного перцю. Доведіть до кипіння, зменште вогонь та дочекайтеся

розчинення солі й цукру. Зніміть каструлю з плити та влийте 100 мл оцту 9%, перемішайте. Дайте маринаду трохи охолонути.

• У чисту трилітрову банку викладайте шматочки капусти, чергуючи із буряком та зубчиками часнику. Залийте теплим маринадом, зверху влийте 3 ст. л. соняшникової олії та закрийте кришкою. Олія утворює на поверхні плівку, яка запобігає утворенню плісняви та розмноженню бактерій.

• Зберігайте банку в темному сухому місці за кімнатної температури. Через 3-5 діб капусту вже можна їсти, але для зберігання переставити у холодильник чи інше прохолодне місце.

Джерело: klopotenko.com

Куточок ГОРОДНИКА

Хурма з кісточки: як виростити плід у домашніх умовах



Для вирощування хурми з кісточки досить дотримуватися простих правил підготовки та посадки кісточок.

Хурма, попри явне південне походження, ніколи не була для садівників екзотичним плодом. Навіть в епоху жорсткого дефіциту вона регулярно з'являлася у продажі нарівні з іншими звичними жителями півдня – лимонами, апельсинами, мандаринами. А от зустріти хурму, що росте на ділянці в зоні з помірним кліматом, практично неможливо. В цьому вона така ж, як і банан. Але її можна з успіхом вирощувати як кімнатну рослину в домашніх умовах.

Багато аматорів з успіхом вирощують не лише хурму з кісточки, але й ті ж банани з ананасами, не кажучи вже про звичні лимони або гранати. Для цього зовсім не потрібна наявність оранжереї, не потрібна навіть звичайна теплиця, досить дотримуватися простих правил підготовки та посадки кісточок хурми і створити нехитрі умови для їхнього проростання.

Вибір кісточки хурми для посадки

На відміну від тих же лимонів або фініків, кісточка є не в кожному плоді хурми. Але й навіть ті, що є, не факт, що зійдуть. Тож доведеться діяти методом наукового титку. Щоб збільшити шанси на успіх, треба взяти кісточку не з одного плоду хурми, а з декількох. Ще краще, якщо вони будуть і різних сортів. Водночас ці плоди не мають бути підмороженими чи пошкодженими. Хурма має бути добре визрілою, м'якою.

Разом з тим перезрілий плід теж не зовсім придатний. Краще взяти злегка недозрілу хурму і дати їй дозріти вже вдома. Скільки треба кісточок хурми, щоб гарантовано отримати життєздатні сходи? Як показала практика, не менше чотирьох-п'яти, а краще і всі десять. Навіть якщо і більшість з них дадуть сходи, то немає твердої впевненості, що всі вони виявляться життєздатними. Тож бажано посадити більше кісточок, отримати сходи, а вже з них вибрати найбільш сильні.

Для вирощування хурми з кісточки досить дотримуватися простих правил підготовки та посадки кісточок.

Умовно весь процес вирощування хурми можна розділити на три основних етапи: підготовка кісточок до посадки, посадка, догляд за сіянцями.

Підготовка кісточок хурми до посадки

Вона охоплює два агротехнічних прийоми – стратифікацію і скарифікацію.

Стратифікація – витримування насіння перед посадкою в холоді. Це простими словами. Процес досить тривалий і займає мінімум місяць. Для посилення ефекту кісточку бажано обробити стимулятором. Можна використовувати стимулятор росту Епін, але не найгірший (а то і краший) результат дає обробка насіння хурми соком алое. Для цього досить добре змочити ним паперову серветку і загорнути в неї кісточку. Потім вони поміщаються у холодильник, в найбільш прохолодну зону (але не в морозилку!).

Після закінчення терміну стратифікації можна приступати до другої частини підготовки кісточок хурми до посадки – скарифікації. Що це таке? **Скарифікація** – це порушення (руйнування) твердої поверхні кісточок для полегшення та прискорення проростання. Операція ця делікатна і вимагає акуратності. Якщо ви не впевнені, що зможете провести її правильно, то краще пропустіть її. Скарифікація кісточок хурми бажана, але не обов'язкова. Найпростіший і безпечний спосіб – обробити кісточку хурми дрібним наждачним папером. Немає потреби обробляти всю поверхню, досить обробки боків.

Посадка кісточок хурми

Для тих, хто вирощував рослини з насіння або звичайну розсаду, це не складе ні найменшої праці. А тим, хто вже виростив фінік з кісточки або лимон із зернини, процес і зовсім здасться знайомим.

Земляну суміш для вирощування насіння хурми треба взяти легку, яка вільно пропускає воду і повітря. Підійде будь-який ґрунт на основі торфу, розбавлений на третину перлітом або вермикулітом. Після розташування кісточок хурми на поверхні ґрунту вони присипаються тонким (до одного сантиметра) шаром того ж ґрунту.

Джерело: Ukr.Media

16 листопада середа	17 листопада четвер	18 листопада п'ятниця	19 листопада субота	20 листопада неділя	21 листопада понеділок	22 листопада вівторок
+ 2° + 5°	- 3° 0°	- 5° - 3°	- 7° - 3°	- 8° - 3°	- 6° - 4°	- 6° - 2°
732 ТИСК, ММ	735 ТИСК, ММ	738 ТИСК, ММ	740 ТИСК, ММ	747 ТИСК, ММ	746 ТИСК, ММ	742 ТИСК, ММ

ВІТАЄМО З ЮВІЛЕЄМ СЕРГІЯ АНДРІЙОВИЧА ГРИГОВОВИЧА!



ВАША ЛІКАРСЬКА ПРАЦЯ НЕХАЙ НЕ
ЗНАЄ ВТОМИ, А ВИТРАЧЕНІ СИЛИ
ПОВЕРТАЮТЬСЯ СТОРИЦЕЮ. МІЦНОГО
ЗДОРОВ'Я, ПЛІДНОЇ РОБОТИ ТА
РАДІСНИХ СВЯТ У КОЛІ НАЙБЛИЖЧИХ.
НЕХАЙ ПІД МИРНИМ НЕБОМ КВІТНЕ
ВАШЕ ЖИТТЯ!

КУРСИ ВОДІІВ 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
Хорошів	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

РЕАЛІЗАЦІЯ С/Г ТЕХНІКИ

ОПРИСКУВАЧІ
ПЛУГИ, КУЛЬТИВАТОРИ
СІВАЛКИ КОСАРКИ
КАРТОПЛЕСАЖЛКИ.
НОВІ ТА Б/У.
ТА ІНШИЙ С/Г ІНВЕНТАР.
В НАЯВНОСТІ
ТА ПІД ЗАМОВЛЕННЯ

м.Дубно (Рівненська обл.)

0666486997
0671705596

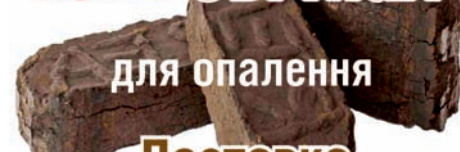


ЗАКУПОВУЄМО НА ПОСТІЙНІЙ ОСНОВІ
домашньо-вгодованих свиней, свиноматки,
підсвинки, молоді кнурі,
молочні та перехідні телята
ЗА НАЙКРАЩИМИ ЦІНАМИ



068-382-50-40

ПРОДАЄТЬСЯ ТОРФОБРИКЕТ



для опалення

Доставка
по домовленості
380673645617

БУДМАТЕРІАЛИ

ДОШКА ПОЛА, БРУС
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА

ВСЕ
НАЙКРАЩЕ
У НАС

Тел.: (097) 74-55-459
(096) 909-34-59

БУРІННЯ СВЕРДЛОВИН



068 003 60 60

РОЗМІЩЕННЯ РЕКЛАМИ В ГАЗЕТІ

НАС ЧИТАЮТЬ
10 000 РОМАНІВЧАН

Відділ реклами:
067 412-89-81

ВТРАЧЕНИЙ ВІЙСЬКОВИЙ КВИТОК СЕРІЇ
СО №127563, ВИДАНИЙ БЕРДИЧІВСЬКИМ
ВІЙСЬКОВИМ КОМІСАРІАТОМ ЖИТО-
МИРСЬКОЇ ОБЛ. 18.04.2017Р. НА ІМ'Я
ТАЛАВЕР МАКСИМ ПАВЛОВИЧ, ВВАЖАТИ
НЕДІЙСНИМ

Копаємо, чистимо та поглиблюємо криниці

Тел.: 380678794357
380679759461

Іван Васильович

В наявності круги колодезні
та каналізаційні, дашки до них



Цікаві факти про зиму



• Для зими існує кілька ви-
значень – календарна, астро-
номічна та кліматична. З
календарною все зрозуміло – у
нас це грудень, січень і лютий,
а у південній півкулі – червень,
липень і серпень. Астрономічна
зима у нас триває з 21 грудня по
21 березня. Ну а кліматична зима
настає тоді, коли середня добова
температура опускається нижче
нуля градусів.

• Іноді зима може настати і
за велінням кого-небудь з пра-
вителів. Так, одного разу фаво-
ритка короля Франції Людовика
XIV влітку захотіла покататися

на санях. Жодних проблем не
виникло – навколо Версаля мо-
ментально звели снігову трасу з
солі і цукру.

• Європейські соціологи в ході
опитувань населення зробили
цікаві висновки – у дітей, наро-
джених взимку, шанси дожити
до 100-річного ювілею на 16%
вище, ніж у всіх інших. Крім
того, такі діти більш витривалі і
частіше добираються високих
результатів у спорті.

• У 2012 році у Венеції була на-
стільки холодна зима, що гондоли
опинилися в крижаному полоні
і не змогли пересуватися по воді.

До цього подібний випадок спо-
стерігався у 1985 році.

• У 1468 році в підвалах Бур-
гундії, як стверджують літописи,
через особливо сильні морози за-
мерзло вино.

• Сніжинки, як і люди, за-
вжди відрізняються одна від
одної. За роки досліджень не було
знайдено жодної ідентичної пари.

• Бурульки в середніх широ-
тах виростають найбільшими з
південної сторони будинку.

• Найбільша сніжинка, що
коли-небудь потрапляла в руки
людини, мала 38 сантиметрів в
діаметрі.

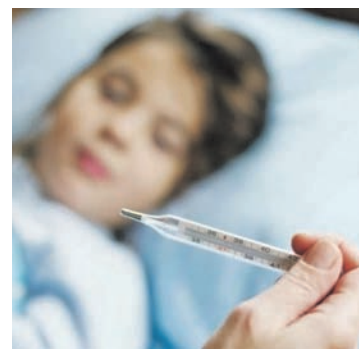
• Люди, які не люблять зиму,
– не рідкість, але є й ті, хто дій-
сно її боїться. Вони не переносять
холоду, їх лякає сніг і навіть лід.
Психологи класифікують це як
кінофобію.

• Взимку встановлюються ре-
корди найнижчих температур.
Так, найхолодніше на Землі було
8 грудня 2013 року – в Антарктиді
на японській станції зафіксували
температуру в -91,2 °C.

За матеріалами
tsikavi-fakty.com.ua

На Житомирщині на 10% зросла захворюваність на грип і ГРВІ

Більше хворіти по-
чали діти.



Як повідомляє Житомир-
ський обласний центр контр-
олю та профілактики хвороб,
протягом останнього тижня (за
період з 7 по 13 листопада) у Жи-
томирській області на грип та
гострі респіраторні вірусні інфек-
ції захворіла 4581 особа, що на
10,5% більше ніж за попередній
тиждень. В тому числі захворіло
2740 дітей (60% від захворілих).

Зростання захворюваності від-
булося за рахунок дитячого на-
селення, ріст відбувся у кожній
віковій групі, в той час, як захво-
рюваність дорослого населення
знизилась. Госпіталізовано 152
хворих, в тому числі 102 дітей.

У м. Житомирі захворіло 1422
особи, що на 201 хворого більше
ніж за попередній тиждень. В
т.ч. захворіло 1059 дітей – на 245
хворих дітей більше ніж за ми-
нулий тиждень. Госпіталізовано
в м. Житомирі 49 хворих, в тому
числі 45 дітей.

Станом на 14 грудня в області
щеплено проти грипу 248 осіб.
Найбільше щеплень зробили в
Коростишівському районі – 115
щеплень, Житомирському – 26,
Олевському – 23, м. Бердичеві – 34
та м. Житомирі – 27 щеплень.
Серед груп ризику найбільше
щеплено медичних працівників
– 85 осіб, 37 осіб з хронічними за-
хворюваннями та 25 дітей віком
до 5 років.