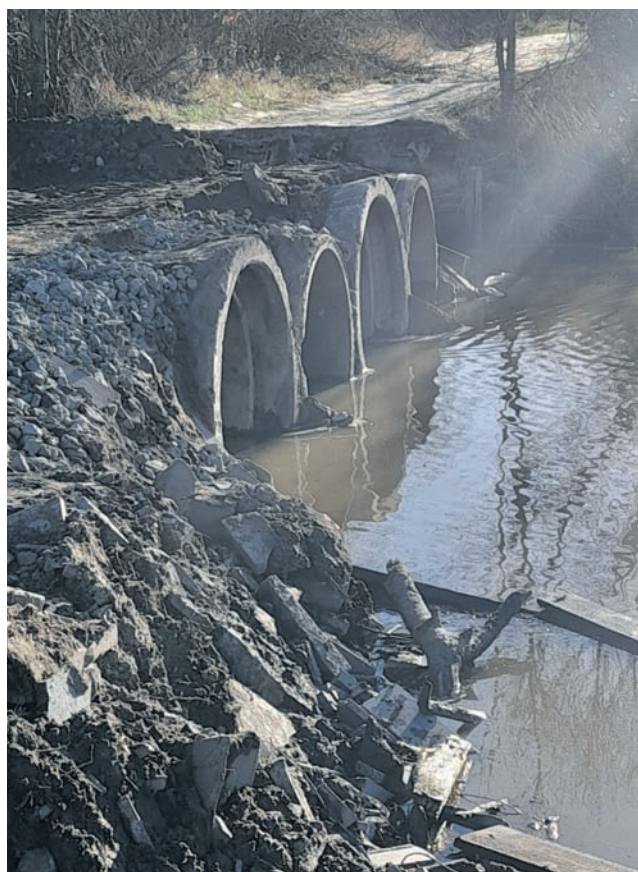


Якщо так важко, що аж неможливо, скликай гурт!



Наталя Рисіч

Чимало мешканців Житомирщини знають прекрасні краєвиди навколо водойм у селі Вила, яке територіально входить до Соболівського старостинського округу Романівської селищної ради.

Але жителям цього віддаленого від великих магістралей села і так само відпочивальникам, які сюди приїждять з метою порибалити, тривалий час надокучала одна давня про-

блема – місток через річку, який створює усім його мешканцям (і гостям також) безліч всляких проблем. Свого часу місток був споруджений із дерева і на той час він задовольняв нехитру сільську техніку, гужовий транспорт чи навіть власників легкових автомобілів.

Однак минали часи, змінювалися влади, колгоспу, який певний час опікувався станом мосту на своїй території, просто не стало, і хоча довкола вирував технічний прогрес, а місточок у селі Вила залишався дерев'яним. Раз на кілька років його ремонтували, латали дошками у кільком місцях, а бувало, що й суцільним чином. Але вже не перший рік у середовищі місцевого люду йшла мова про те, аби замість дерев'яного мости-

ка облаштувати більш потужний міст із вкладанням бетонних кілець та засипанням більш стійкішою основою для того, аби міст не руйнувався під вагою автомобілів, тракторів та іншої техніки, яка рухається тутешніми дорогами. За словами виконуючого обов'язки Романівського селищного голови Юрія Чумаченка, коштів із місцевого бюджету на виготовлення проектної документації та виконання робіт із облаштування мосту у селі Вила сьогодні вочевидь немає. Аби не чекати так званих кращих часів, очільник Романівської громади неодноразово звертався до підприємців, які живуть і працюють у селі і ледь не щодня відчувають гостроту проблеми із облаштуванням більш потужного мосту. Слід зауважити, що саме місцевий підприємець Вадим Купневич чи не найбільше переймався безпосередньою підготовкою та організацією робіт із будівництва мосту у рідному селі. Разом із братом Ігорем, також місцевим підприємцем, їм вдалося організувати ціле коло небайдужих людей, які своїми зусиллями або ж власними коштами відгукнулися на заклик об'єднати зусилля та ресурси для будівництва

мосту у селі Вила. Як завжди, прохання земляків почув і підсобив коштами для будівництва мосту депутат Житомирської обласної ради і керівник ТОВ «ВІВАД 09» Ігор Ходак. На прохання мешканців села відгукнувся житомирський Микола Дегліс, який також допоміг коштами для того, щоб спорудити міст у селі Вила. І керівник Романівського лісгоспу АПК «Житомирліс» Іван Мельник також не лишився збоку вирішення важливої для людей проблеми. Ну а безпосереднім виконавцем робіт став підприємець-шляхобудівельник Петро Сіماشко, який народився і виріс у Вилах і не забуває стежину до села свого дитинства.



«Довбуш» у Романові:
дещо про враження і про
висновки

с. 4



«Наречені» романівської
сцени і лауреати народного
визнання

с. 4



Комплекс «Жасмин
Полісся»: чистота, затишок
і чудовий настрій!

с. 5

Ось таким солідарним чином у Вилах і вдалося вирішити давно назрілу і давно болючу проблему. Сьогодні там у розпалі роботи із будівництва мосту. Закуплено відповідні конструкції та деталі для вкладання у русло річки труб для протоку води.

Ну а голова Соболівського старостинського округу Ірина Едуардівна Моравська каже, що люди задоволені, що міст нарешті матиме так званий капітальний, а не суто тимчасовий вигляд і статус. Звісно, народ висловлює вдячність усім, хто долучився до спорудження мосту, хто опікувався організаційними клопотами, хто виділяв техніку і виконував безпосередні будівельні роботи.

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!





У Мирополі громада попрощалася зі своїм героєм Сергієм Вербицьким

Знову встелена живими квітами дорога. Попереду похоронної процесії – фото молодого хлопця з чорною стрічкою, ікона і коровай.

З сумом у серці та пекучим болем у душі 3 листопада 2023-го року у Мирополі провели в останню путь мужнього воїна, який віддав своє життя за Україну, – Сергія Вербицького.

Народився Сергій 29 листопада 1984 року. Дитинство та юність провів у селищі Миропіль. У 2001 році закінчив Миропільську загальноосвітню школу № 1. Однокласники та вчителі згадують Сергія як скромного, спокійного, сором'язливого юнака.

Працював на кар'єрі, Миропільській та Понінківській паперових фабриках.

У травні 2023 року був призваний до лав Збройних сил України, боровив землю від ворога у складі 30-ї ОМБ імені Костянтина Острозького. За час служби зарекомендував себе як мужній, відповідальний військовий та надійний побратим. Загинув Сергій 27 жовтня 2023 року внаслідок ворожого танкового обстрілу в районі населеного пункту Сеньківка Куп'янського району Харківської області.

Висловлюємо щирі співчуття рідним.

Не маємо права забути ніколи! Крізь віки і покоління пам'ятаймо про ціну свободи – про жертвний подвиг кожного захисника!

Прощай, наш герою, воїне нескореного народу, незламної України. Дякуємо, що захищав нас!

Світла пам'ять і вічна слава героям!

Стартували з хакатону, а далі оголосили збір

У межах розробки Стратегії розвитку Миропільської громади відбулася четверта зустріч експертки проекту «Стратегічний аналіз і рекомендації з розширення можливостей органів місцевого самоврядування і громад за допомогою відповідних стратегічних документів» Тетяни Тимошенко та її колег із громадськістю Миропільської територіальної громади.

Зустріч проведено у форматі хакатону проєктних ідей. Члени робочої групи, представники різних галузей життєдіяльності громади та різних вікових груп об'єдналися у команди і працювали над ідеями реалізації стратегічного бачення через конкретні проєкти.

Зокрема, в результаті співпраці були представлені ідеї створення культурно-просвітницького хабу, розвитку туристичної сфери та реалізації макропроєкту «Миропільщина в безпеці». Обговорення цих ідей було жвавим, їхні презентації креативними, а перспектива здійснення мала переконливо реалістичний вигляд.

На цьому етапі розроблення важливого для розвитку громади документа завдяки співпраці з експертами ми маємо профіль громади, її SWOT-аналіз та матрицю стратегічних, оперативних цілей та завдань їхньої реалізації.



На разі оголошується збір проєктних ідей до кожного із поставлених завдань. Закликаємо долучитися робочими колективами, творчими групами або індивідуально та запропонувати проєктні ідеї, заповнивши ФОРМУ ДЛЯ ОПИСУ.

Матеріали надсилайте на електронну адресу селищної ради: myropil_sel.r@i.ua

Кожен запропонований проєкт буде взятий до уваги, а ви станете безпосередніми учасниками розбудови громади й увійдете в її історію.

Нагадаємо, що процес розробки Стратегії розвитку нашої громади відбувається завдяки Агентству США з міжнародного розвитку (USAID) та щирій підтримці американського народу через відомий і нині популярний в Україні проєкт «Говерла».

У заказнику «Над Случчю»

Миропільщина здавна славиться красою своїх мальовничих надслучанських краєвидів, природно-заповідними ресурсами.

Вивчити, дослідити та зберегти для нащадків усю цінність природних скарбів – одне із наших завдань на сьогодні.

Цікаво і трохи дивовижно, але й досі далеко не всі жителі Миропільської громади знають про ландшафтний заказник місцевого значення в Україні, об'єкт природно-заповідного фонду Житомирської області, що розташований на лівому березі р. Случ між селищем Миропіль та селом Колодажне.

Заказник має вагомий природоохоронну цінність, адже в ньому на сьогодні налічується понад 10 видів рослин і тварин, занесених до Червоної книги України.

Водночас саме цей куточок Миропільщини несе в собі значну історико-культурну цінність, адже в межах його території розташоване стародавнє городище Колодажне-3, а неподалік – городища часів Київської Русі, залишки стародавніх поселень Кам'янець та Колодажин.

Природа заказника має надзвичайний вигляд у будь-яку пору року. А восени тутешні пейзажі



особливо надихають і мотивують до діяльності своїми яскравими барвами.

Ініціював присвоєння статусу цій унікальній території місцевий еколог, натураліст Олександр Гриб. Він не лише захоплюється вивченням та дослідженням

біорозмаїття рідного краю, але й щиро переймається проблемами його екології.

З метою популяризації природно-охоронної зони, розроблення екскурсійних маршрутів та створення умов для покращення туристичної привабливості за-

казника працівниками селищної ради організована робоча екскурсія територією заказника.

Зовсім нещодавно О. В. Гриб ознайомив відвідувачів з неповторними ландшафтними краєвидами прибережної та лісової зони, продемонстрував рідкісні види рослин та птахів.

У ході проведеної екскурсії було обговорено шляхи зручного під'їзду до заказника, можливість створення рекреаційних зон, необхідність проведення широкої і дієвої інформаційної кампанії, а головне – заходи щодо збереження заповідного фонду.



«VIVAD» – «Сокіл» – 5:0. Оце – по-чемпіонськи!

Віктор Єрофєєв

Завершальний тур першого кола футбольної першості України серед аматорських колективів (клубів) проходив 4 і 5 листопада 2023-го року.

Романівський «VIVAD» приймав вдома на полі стадіону Романівської ДЮСШ футболістів команди «Сокіл», сформованої у селищах Михайлівка та Рубежівка Бучанського району Київської області. І хоча у Романові прихильники футболу досі тішаються нещодавно здобутим командою «VIVAD» черговим чемпіонським титулом найкращої команди області, все ж таки першість України – це інший рівень. Одні лише футбольні судді, які увійшли до бригади арбітрів матчу у Романові, прибули аж із чотирьох міст України. А фахівці із усієї Житомирщини, а «розвідники» від команд-суперників «VIVADу», а чималий загальний уболівальників, для яких футбол є не просто дозволяєм, але й уподобанням чи хобі всього життя! Всі вони прибули до Романова 5 листопада, де вже опівдні стартувала гра між «VIVADом» і «Соколом».

Те, що рівень класу обох команд суттєво відрізняється, глядачі і фахівці з футболу зрозуміли вже на старті гри. Навіть не було



РОМАНІВ. СТАДІОН ЦЕНТРАЛЬНИЙ, 11 ТУР
5 ЛИСТОПАДА, 12:00

аж занадто стрімких чи то масованих атак з боку господарів стадіону, але вже на 11-й хвилині матчу «VIVAD» був попереду із різницею у два м'ячі. На 6-й хвилині Б. Мосійчук забив перший гол, а на 11-й В. Борисевич подвоїв перевагу господарів поля. Гості суто спорадично намагалися все ж таки сквитати різницю у рахунку, але новоспечені чемпіони Житомирщини грали у свою гру і на зусилля форвардів «Сокола» особливо не зважали. Хоча, якщо по правді,

у складі команди із Київщини було не так багато гравців, які могли б конкурувати із футболістами FC «VIVAD». Між тим перевага романівського клубу стала ще більшою на 37-й хвилині, коли В. Швець забив третій м'яч, а за хвилину до завершення першого тайму О. Притуляк довів рахунок до розгромного – 4:0. Після перерви ситуація на полі стадіону у Романові не змінилася: господарі грали у свою гру, хоча особливо і наполегливо не напружувалися, але й від

атак на ворота «соколят» не відмовлялися. Щоправда, гол (знову таки у ворота гостей) «вівадівці» змогли забити у другому таймі лише раз. На 82-й хвилині це зробив півзахисник «VIVAD» Денис Яворський, і рахунок став справді розгромним – 5:0. Після цього команди просто догравали матч, переймаючись, імовірно, іграми вже другого кола чемпіонату України, який завершиться навесні 2024-го року. А поки що у листопаді 2023-го (11 і 17-го) команди проведуть по два матчі. Романівський «VIVAD» у наступну суботу, 11 листопада, прийматиме вдома лідера своєї підгрупи – команду «Юність-Куликів» із Львівської області, яка на старті чемпіонату України обіграла наших земляків із рахунком 2:1. Питання про можливий реванш романівського клубу над футболістами Львівщини має декілька важливих аспектів. Якщо «VIVAD» здолає іменитого суперника, який націлюється на перемогу у групі, то наші земляки не лише поправлять своє турнірне становище, але й залишать інтригу для визначення переможця групи на майбутнє. Навіть нічийний результат у Романові дозволить господарям утвердитися у статусі міцного середняка, що для дебютанта подібних змагань є дуже пристойним результатом. Але головне, аби «VIVAD», відпочивши від неймовірно важкої футбольної осені, показав свою найкращу гру у завершальному матчі на домашній арені.

Як «купити» страховий стаж: роз'яснення від ПФУ

З березня поточного року українці отримали можливість «купити» страховий стаж собі або іншим особам без укладання паперового договору та без відвідування державних установ.

Хто може це зробити

Добровільну участь у системі загальнообов'язкового державного пенсійного страхування можуть брати як працюючі (застраховані) особи, так і непрацюючі. Добровільні внески можна сплатити як за себе, так і на користь третіх осіб, якщо в реєстрі застрахованих осіб Державного реєстру загальнообов'язкового державного соціального страхування (РЗО) є інформація про особу, на користь якої планується сплачувати добровільні внески, та така особа не є пенсіонером.

ДОВІДКОВО!

В РЗО є інформація про осіб, які/за яких хоча б один раз страхувальником сплачено страхові внески.

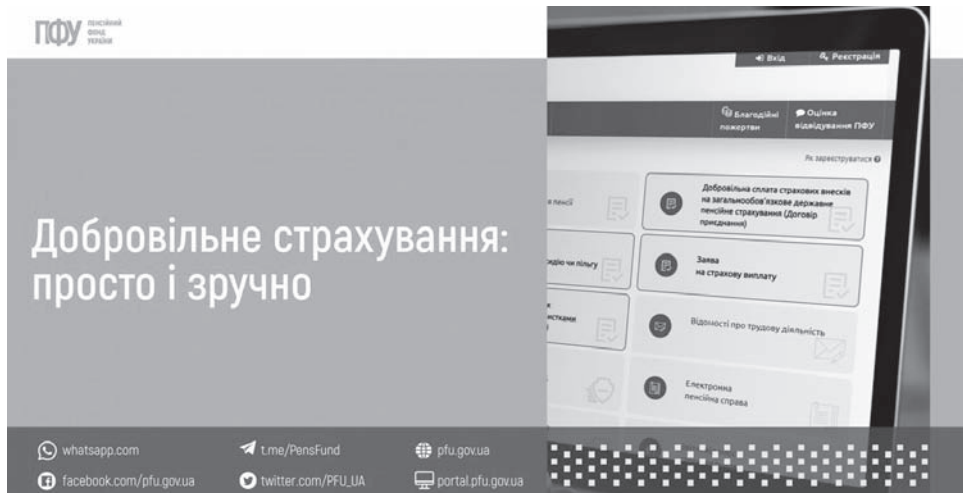
Як скористатися можливістю

Укласти договір з Пенсійним фондом України.

Договір укладається в електронній формі через вебпортал електронних послуг Пенсійного фонду України через підписання типового договору про добровільну сплату страхових внесків. Для укладання договору можна авторизуватися за допомогою кваліфікованого електронного підпису (КЕП), Дія.Підпису або системи GOV.ID. Договір підписується через накладання на нього КЕП.

Які вимоги до розміру обов'язкових внесків та певної періодичності їхньої сплати

Періодичність та розмір сплати добровільних внесків людина визначає самостійно, виходячи із побажань та фінансових можливостей.



ВАЖЛИВО!

Щоб непрацюючій особі було зараховано повний місяць страхового стажу, сума сплачених за цей місяць страхових внесків має бути не меншою, ніж мінімальний страховий внесок.

На сьогодні мінімальна заробітна плата становить 6700 грн, відповідно, мінімальний страховий внесок – 1474 грн (6700 грн x 22%).

Як це працює

Суми сплачених страхових внесків зараховуються за місяць, в якому кошти надійшли на рахунок Пенсійного фонду України.

Наприклад: якщо по договору за певний місяць сплачено 2 тис. грн на користь непрацюючої особи, то цей місяць буде зараховано до її страхового стажу і заробітна плата для обчислення пенсії за цей місяць – 9 090,91 гривень.

Якщо внесок у розмірі 2 тис. грн сплачено на користь працюючої особи, то за повний місяць страхового стажу заробіток для обчислення пенсії збільшиться на 9 090,91 гривень.

Фактично кожен 100 гривень добровільно сплаченого внеску збільшують місячну зарплату для призначення пенсії майже на 455 гривень.

Якщо з урахуванням добровільно сплачених страхових внесків та фактично сплаченого роботодавцем за застраховану особу єдиного внеску заробітна плата за відповідний місяць перевищить максимальну величину заробітної плати (доходу), з якої сплачуються страхові внески, частина страхових внесків зарахується в рахунок наступного місяця.

Як дізнатись, що внески зараховані та стаж «куплено»

Сплачені внески обліковуються автоматично після надходження коштів на рахунок фонду. Повідомлення про сплату надійде на вебпорталі електронних послуг Пенсійного фонду України (<https://portal.pfu.gov.ua/>) в особистий кабінет застрахованої особи, на користь якої сплачено внески.

Перевірити дані про зарахування платежів, заробітну плату для пенсії, розрахованої з добровільно сплаченого внеску, та кількість днів набутого страхового стажу можна в особистому кабінеті, сформувавши електронну довідку ОК-5. На останній сторінці довідки ОК-5 в розділі «Звітний рік: 2023 рік» відображається заробітна плата для пенсії, розрахована з добровільно сплаченого внеску, та кількість днів набутого страхового стажу.

Джерело: Пенсійний фонд України

Коротко про головне

- Я не готовий говорити з терористом, його слова нічого не важать, – Володимир Зеленський.
- Місія МВФ починає роботу для перегляду програми з Україною.
- На Близький Схід прибула американська атомна субмарина з балістичними ракетами.
- В окупованому Сєдовому на Донеччині вибухнув російський склад боєприпасів, – ЗМІ.
- Ізраїль вперше у світі збив балістичну ракету у космосі, – The Telegraph.
- ЗСУ просунулися на трьох напрямках, – ISW.
- Україна нарощує виробництво власної зброї, – Кулеба.
- Акції українських компаній на Варшавській фондовій біржі після тижневого зростання почали падати.
- В Україні розпочали серійне виробництво українського аналога дронів «Шахед».
- Польські перевізники почали страйк на кордоні з Україною.
- Набули чинності норми закон про заборону салютів, петард та нічної музики.
- Зеленський вніс у Раду законопроекти про продовження воєнного стану і мобілізації.
- Із держслужби звільнилися 30,9 тис. осіб з початку 2023 року.
- Український експорт зернових та борошна скоротився на 31% у 2023 році.
- Членів «чорної роти Беркуту» судитимуть за масові розстріли активістів на Інститутській.
- Причиною полярного саява, яке спостерігали в Україні, була геомагнітна буря

«ДОВБУШ» У РОМАНОВІ: дещо про враження і про висновки

Віктор Першко

У п'ятницю, 3 листопада, у Романові влаштували перегляд художньої кінострічки «Довбуш».



Для нинішнього часу це надзвичайно важлива подія, яку можна назвати навіть знаковою. Пояснюємо чому. Річ у тім, що кінематограф вже давно втратив свою колишню принаду і ефективність бути не лише розважально-відпочинковим мистецтвом, але й засобом пропаганди, виховання та могутнім інструментом збереження історичної пам'яті народу. Поряд із музейною спадщиною, поряд із пісенною творчістю і, звісно ж, поряд із літературою. До речі, і музеї, і пісенна творчість, і література також переживають в Україні далеко не найкращі часи.

Але кіно – це кіно. Колись, ще за часів відсутності телебачення, кіно мало здатність створювати більшість найновіших, наймодніших суспільних трендів, і саме тому тодішня влада приділяла кіномистецтву величезну роль. Нині часи змінилися, навіть телевізор для багатьох сучасників спочатку перетворився на просто «ящик», що суттєво і очевидно поступився своєю популярністю інтернету та всіляким мережам, які поки що ще називаються соціальними. Але кіно, попри певні коливання у його популярності, не втрачає попиту, а в певні моменти навіть відроджує масштаби своєї колишньої популярності. Але все це

за однієї умови – за належного фінансування. Якісне кіно – це величезні бюджети у сотні мільйонів гривень. Відзняти хоча б два – три десятки знакових кінокартин на рік – це мільярди витрати із бюджетів різних рівнів.

Тепер про нас, про Україну. Тридцять років тому український кінематограф переживав далеко не кращі часи свого творчого пошуку, але перехід молодій державі і її економіці на ринкові засади далеко і надовго виштовхав вітчизняне кіно за межі потреб суспільства, яке тоді всерйоз пересідало на західні «відіки» і загалом на західну кінопродукцію. І лише десять – п'ятнадцять років тому в Україні розпочався кіноренесанс. Тобто певне відродження кіномистецтва і кіновиробництва. Звісно ж, до стандартів Голлівуду, кращих зразків італійського, французького і, безперечно, польського кіно в Україні поки що далеко, але подекуди і у нас трапляється щось цікаве і сучасне. І тут якраз йдеться про «Довбуша». Фільм про повстання-опришка, про складні часи української державницької Руїни і на фоні української бездержавності кінця XVIII століття вийшов торік і якраз у той час, коли в Україну вторглася рашистська орда. Звісно, в умовах повномасштабного вторгнення було не до кінопрем'єр.

«Довбуша» вирішили показати масовому глядачеві спочатку на 9 травня, а потім – 24 серпня вже нинішнього 2023-го року. Прем'єра фільму, який станом на сьогодні є найдорожчим фільмом сучасного українського кіно (бюджет сягнув 120 млн грн) не стала чимось визначним або ж навіть епохальним у житті сучасної України. Воно й не дивно, бо нинішнє українське суспільство так насичене потрясіннями та трагедіями, що жодним, навіть найпопулярнішим кіно того не переб'єш. Ну а фільм «Довбуш» за два місяці його прокату встигли переглянути мільйони. Знову ж таки через брак спеціалізованих кінотеатрів, через вкрай слабкі можливості мережі українського кінопрокату куди більша частина населення України «Довбуша» не побачила. Для прикладу зазначимо, що, окрім демонстрації «Довбуша» у двох житомирських кінотеатрах, Романів став третьою точкою на Житомирщині, де було організовано колективний перегляд справді якісного українського кіно.

А тепер про враження від побаченого. Звісно, думку кожного, хто потрапив минулої п'ятниці до залу Романівського будинку культури і хто досидів до кінця кіносеансу, ми не вивчали, але із деякими глядачами кінопрем'єри у Романові ми поспілкувалися. Найпершим чином із чисто логічних міркувань ми запитали про враження та оцінки від перегляду кінофільму «Довбуш» учнів випускного класу Романівського ліцею. Ще одна деталь певним чином підсилює наш інтерес саме до глядачів із 11-В класу, оскільки саме вони вивчають предмет «Історія України» у поглибленому форматі. За словами Катерини Гаврилюк, фільм «Довбуш» перевершив її очікування і уяву, які сформувалися на основі спілкування із друзями із інших міст України, де фільм демонструвався трохи раніше.

«Гарна українська мова, чудове мистецтво оператора зйомок, музика і досконалий звук, масштабні батальні сцени, калейдоскопічне багатство костюмів справді заворожували більшість людей, які прийшли на перегляд фільму «Довбуш», – каже Катерина. – Це перший мій похід у кіно, адже ні у Романові, ні у колишньому Романівському районі, навіть у теперішній Романівській громаді кінопрокату вже давно немає. І якраз сьогодні хтось із тих людей, які майже дві години були прикуті до екрану у Будинку культури, можливо, пригадав ті часи, коли кіно, кажуть, було ледь не повсякденним явищем. Скажу й про те, що багато учнів з ліцею, які прийшли в кіно, зазначили, що сидіти майже дві години й дивитися на екран дуже важко. Я також погоджуюсь із цим, але розумію, що проглядати картинку з тіктоку – дійство набагато простіше, легше, але куди примітивніше, ніж спроба проковтнути зміст та художні особливості кінофільму»

Ще одна кіноглядачка, учениця цього ж класу Романівського ліцею № 1 Вікторія Мариніч зазначила: «Фільм «Довбуш» вразив деякими своїми особливостями. Найперше те, що більшість акторів, які знімалися у фільмі, не належать до числа зіркової акторської спільноти українського кіно. І це, на мій погляд, добре. Щодо відвертої розкоші костюмів, то вона кидається у вічі, і це створює ефект карнавалізації епохи, чого у середовищі гуцулів чи лемків у XVIII столітті точно не було. Оці гучні

батальні сцени із вибухами та вогнем трохи відволікали від розуміння сценарного дійства. Я б цього не робила. Мистецтво має бути правдивим і достовірним у деталях, і я у цьому неодноразово переконувалась під час спектаклів у нашому театрі (Вікторія Мариніч – акторка народного самодіяльного театру при Романівському БК). Свого часу навіть фільм «Крути», який ми переглядали за рекомендацією нашої вчительки з історії Лесі Миколаївни, мав зрозуміліший вигляд і викликав очевидні емоції співпереживання та співчуття, хоча за художніми особливостями «Крути» мали куди скромніший вигляд».



Ось такі враження від перегляду «Довбуша» у залі Романівського будинку культури. А висновки від події, яка у Романові стала гарним і незабутнім явищем, зробити неважко. Мистецтво кіно нікуди не поділося. Але вміння використовувати кіномистецтво і кінопрокат із максимальною користю для людей (а ще більше – для зміцнення держави) сьогодні треба не стільки відроджувати, скільки плекати заново. Кіно має бути не лише у Романові, але й у Биківці, Старочуднівській Гуті, Врублівці, Буддичеві і далі – у кожному селі, де люди хочуть бачити і чути своє, українське. Можливо, не щодня і навіть не щотижня, але раз на місяць мистецтво кіно має приїждати у гості до наймасовішого глядача.

«Наречені» романівської сцени і лауреати народного визнання

Народний аматорський театр Романівського будинку культури вже майже тридцять років не перестає бути беззмінним і важливим атрибутом місцевої Романівської громади.

За такий потужний період театр встиг здобути визнання, авторитет і славу колективу, який активно впроваджує у своєму творчому доробку найкращі традиції української народної драматургії, примноженої корифеями національної театральної школи. У нинішні, вкрай складні і насправді драматично трагічні, часи для нашої Вітчизни аматори-театралаи із Романова демонструють виняткове натхнення,



Покликання - сцена

дивовижно плідні творчі знахідки та здобутки.

Вистава «Наречені», із якою артисти театру лише у 2023-му

році об'їхали чимало сіл Романівської ОТГ, гастроліювали на сценах сусідніх громад у Баранівці та Довбиші, стала символом твор-

чого неспокою і відданості театру цілої плеяди артистів-аматорів на чолі із нев'януче талановитою режисеркою Іриною Савчук. Театралаи із Романова неодноразово демонстрували не лише вишукану виконавську майстерність, але й наполегливість і суто побутову мужність сільського культурмійця, що звик зберігати та примножувати оптимізм і насагу земляків за найважчих обставин. Півтора десятки вистав народного аматорського театрального колективу із Романова бачили люди у найвіддаленіших селах Романівської ОТГ, а театральні постановки відбувалися як у залах будинків культури, так і на галявинах чи майданчиках просто неба. Варто відзначити ще одну особливість народно-аматорського театру із Романова: його вистави проходять під егідою допомоги воїнам ЗСУ, а чимало

артистів аматорського театру вже котрий рік не втомлюються на ниві волонтерської діяльності.

9-го листопада 2023-го року працівники культури та майстри-аматори народного мистецтва нашої громади відзначили своє професійне свято, яке й надалі залишається високим моральним принципом українського народу і духовних вершин його національного характеру, зразком відданості справі творчого пошуку, мистецької довершеності і неповторного шарму української культури.

Вітаємо зі святом усього когорту працівників закладів культури, мистецтва Романівської селищної ради, зичимо їй миру, щастя і процвітання.

Комплекс «Жасмин Полісся»: чистота, затишок і чудовий настрій!

Відпочинковий комплекс «Жасмин Полісся», який розташований поблизу села Врублівки, вже більше року бентежить, збуджує і привертає увагу значної кількості тих людей, які проїжджають неподалік автомагістраллю із Чуднова до Шепетівки. Якщо точніше, то з літа 2023-го року комплекс розпочав свою роботу, і про його можливості сьогодні знає багато людей.



щоб відпочивальники не відчували жодного дискомфорту, який, наприклад, можуть створювати присутні домашні песи, ми вирішили вдатися до такої заборони. Зауважу ще раз – все це виключно заради зручності і комфорту для всіх і для кожного, хто завітає на відпочинок до комплексу «Жасмин Полісся».

- До речі, щодо назви відпочинкового комплексу. Чи можна дізнатися, хто був ініціатором чи автором ідеї щодо появи у назві слова «жасмин»?

- Так, звичайно. Саму ідею запропонував мій батько, генеральний директор ТОВ «ВІВАД 09» Ігор Ходек, який власне й генерував ідею, а потім розробив детальну концепцію облаштування комплексу. Насправді куш жасмину, який навесні, можна сказати, урочисто зацвітає щедрим цвітом, заповнюючи довкілля приємним і солодким ароматом, є доволі популярною у народі квіткою. Вона невибаглива, але дуже красива, ошатна і надає будь-якій садибі відчуття затишку. Ось таким символом затишку, естетики і чистоти мав стати наш відпочинковий комплекс. І перший сезон засвідчив, що ми, колектив, який забезпечує комфорт і зручності на всій території комплексу, працюємо саме у такому ключі і напрямі.

- Тепер кілька слів про персонал комплексу і про те, як надалі ви плануєте розвиватися.

- Загалом персонал у нас дуже відповідальний, професійно і, як правило, універсально підготовлений. Усі замовлення, будь-яку відповідну інформацію стосовно можливостей і варіантів відпочинку можна отримати у наших адміністраторів за тепер вже популярним номером телефону (097) 314-10-12. Окрім мене, у нас є директор із суто соціальних проєктів. Ще четверо працівників щоденно зайняті доглядом за трав'яним газоном, охороною, яка прискіпливо і постійно контролює весь периметр території бази відпочинку. Фактично увесь день, коли люди відпочивають, працюють дві наші прибиральниці, тому чистота для нас – понад усе. Особлива увага і безпеці на воді, адже у період найбільшого заповнення наших лежаків та альтанок чисельність відпочивальників сягає кількох сотень людей, які потребують постійної уваги. Ну а щодо наших планів, то вже у близькій перспективі на території комплексу відкриється ресторан із дуже привабливим інтер'єром, не менш привабливою середземноморською кухнею, для якої властиві морепродукти і багато овочів та зелені. Ресторан матиме літню терасу над водою. Ще одна його деталь передбачає спеціально обладнану гриль-зону, де замовник може спостерігати за приготуванням замовленої страви. Ну і варто наголосити на тому, що меню майбутнього ресторану буде зорієнтоване на споживача із різною купівельною спроможністю, аби кожен, хто сюди завітає, міг залишитися задоволеним і отримати ще кращі враження від відпочинку у комплексі «Жасмин Полісся».

«Географія відпочивальників, які приїждять до нас відпочивати, досить строката і різнопланова, – говорить директор відпочинкового комплексу Олена Ходек. – Якщо на початку сезону ми запрошували людей із Романівської, Чуднівської та Миропільської громад, то вже зовсім скоро до нас почали навідуватися бажаючі відпочити із Житомира, Бердичева, Полонного, Любара, а бувало, що до нашого відпочинкового комплексу залюбки приїздили люди зовсім здалеку: наприклад із Козятина, що на Вінниччині. Ми достатньо скрупульозно вивчали і продумували усі деталі роботи комплексу, який розрахований на будь-яких відвідувачів. У розпорядженні відпочивальників, які до нас приїждять, є 168 лежаків, що розташовані під двома навісами. Окрема опція відпочинку – сім затишних, обладнаних спеціальними шторами літніх альтанок, кожна із яких розрахована на вісім осіб. Тут люди, які завітали до нас на відпочинок, можуть пообідати, можливо, влаштувати і провести певне сімейне свято, торжество і т. ін. Поряд із альтанками є мангал із вугіллям для приготування шашликів, смаженої їжі. Тобто все, що може послужити комфортним відпочинку, у нас передбачене».

- Якщо подивитися на перший відпочинковий сезон, який ось зараз фактично завершується, то можна сказати, що початок діяльності відпочинкового комплексу «Жасмин Полісся» був доволі стрімким і отримав неабияку популярність?

- Якщо взяти до уваги, що комплекс працює щодня із десяти ранку до десятої вечора, якщо врахувати, що замовлення на те, щоб відпочити в альтанці, формулюються за тиждень, а то й за два,

коли йдеться фактично про чергу, то ми можемо точно стверджувати, що наш комплекс запрацював доволі потужно і, як кажуть, на повну силу. Хтозна, що найкраще чи найбільше приваблює людей у нашому комплексі, але ми стараємось покращувати комфорт і затишок ледь не щодня. Звісно, наша водойма, яка має чудовий, із намитим річковим піском пляж, задовольняє як дорослих, так і дітей. Усі заходи безпеки щодо відпочинку на воді тут категорично дотримані: від пологого берега до системного і безперервного нагляду з боку наших працівників, які в будь-який момент можуть допомогти будь-кому із наших клієнтів.

- Олено Ігорівно, окрім суто побутових зручностей, присутність яких відчувається на кожному кроці і на кожному шматочку території комплексу, відпочивальники зазвичай цікавляться суто комерційними мірками такого відпочинку...

- Перший наш сезон, який приніс швидку популярність

нашому комплексу «Жасмин Полісся», мав чітку соціальну спрямованість: лежаків і можливість користуватися водоймою із пляжем у нас були фактично безплатними, а оренда альтанки коштувала 300 гривень. Одразу ж зауважу, що ці кошти від оренди альтанок ми переказували на потреби ЗСУ. Все інше, включаючи відвідування кафе, приготування шашликів чи інших страв на вогні чи грилі, відпочивальники купують за власний коштів. Щодо кафе, то тут є можливість швидко і дуже недорого перекусити. Додам, що у нас дуже смачна кáva, яку готують професійно підготовлені баристи, у нас широкий асортимент морозива торгової марки «Рудь», у кафе є можливість придбати воду, напої, у тому числі й алкогольні. Тобто ми створюємо можливості для відпочинку на будь-який смак і навіть за суто символічною ціною. Знову ж таки зауважу, що для військовослужбовців ЗСУ платні послуги, як, наприклад, оренда альтанок, у нас надаються безкоштовно.

- Для повноти інформації, якою вочевидь зацікавляться ваші майбутні клієнти, важливо знати про певні обмеження чи обов'язкові правила для відвідувачів та відпочивальників комплексу.

- Якихось особливих правил чи винятків для відпочивальників у нас не передбачено. Сміття, яке завжди супроводжує будь-яку відпочинкову обстановку, ми пропонуємо нашим клієнтам вистачити до сміттєвих баків. Їх вистачає, вони достатньо зручно розташовані, і тому проблем зі сміттям у нас не виникає. На чому ми ще наголошуємо? На тому, аби відпочивальники не пересували лежаків, які розташовані під навісами і дозволяють усім людям однаково комфортно відпочивати, не створюючи незручностей для своїх сусідів. Ще одне правило, яке є обов'язковим, стосується заборони приїздити на відпочинок зі своїми домашніми улюбленими. У нас чудовий газон, на якому відпочивальники також полюбують відпочивати. Аби утримувати газон в ідеальному стані і для того,

Психічне здоров'я у старшому віці: що важливо знати

В усьому світі психічне здоров'я людей старшого віку зазвичай отримує мало уваги суспільства та системи охорони здоров'я. І для того є різні причини.

У цьому матеріалі ми розповімо про те, як піклуватися про психічний добробут старших людей. Зауважте, що кажемо саме «добробут», а не «здоров'я» – аби людина навіть із симптомами розладів чи хвороб добре почувалася, і їй навколишні теж.

Вікові зміни у психіці

У кожному віці свої особливості психіки і свої можливі негаразди. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) стверджує, що понад 14% людей у віці 60+ мають той чи інший психічний розлад та/або деменцію.

Погіршення мислення, поведінки та настрою у людей старшого віку заведено вважати нормою. А «норму», якою би прикрою вона не була, рідко піддають сумніву і намагаються змінити. Насправді старший вік не означає безальтернативну відсутність психічного добробуту, та для цього потрібні вчасні грамотні дії на рівні самої людини, родини, оточення, громади і країни.

Нам може бути прикро бачити зміни в поведінці чи навіть особистості наших рідних і важко приймати це. На жаль, не всьому можна зарадити і повернути колишній стан – це варто тверезо усвідомлювати і приймати. Деменція не має зворотної дії, й подекуди після інсульту мовлення чи розуміння мови порушується назавжди, і це все дуже ускладнює спілкування. Та є речі, яким можна запобігти чи навіть подолати – зокрема, це депресивний і тривожний розлади та психотичні симптоми. Ризик розвитку деменції також можна певною мірою знизити, але це варто робити упродовж усього життя з молодого віку.

Які розлади найпоширеніші у старшому віці

2021 року актор Брюс Вільс отримав антипремію «Золота малина» за найгіршу акторську гру у восьми фільмах, які вийшли того року. Згодом цю відзнаку відкликали, адже стало відомо про причину жахливої гри зірки – лобно-скронева деменція. Нині актор, який все життя був у добрій фізичній формі, практично втратив здатність до мовлення (афазія). Цей тип деменції спіткає людей у середньому та старшому віці та, на щастя, трапляється рідко. Більш поширеними так званими віковими психічними розладами та хворобами нині є:

Тривожний розлад у усіх його різновидах, що в різних людей може проявлятися в надмірній і безпричинній тривозі, неспокої, панічних нападах, підозрі в себе хвороб, яких ще немає, фобіях, зокрема соціофобії, чи в нагромадженні мотлоху.

Депресія – може розвинутися на тлі хронічних захворювань, бідності, соціальної ізоляції і проявляється в плаксивості, домінуванні поганого настрою, апатії, анорексії, болю, який не має пояснення, чи порушеннях сну.

Деменція – відчутний незворотний поступовий занепад мисленнєвих функцій (здатності логічно мислити, давати собі раду з буденними справами, пам'ятати і згадувати потрібну інформацію, відчувати адекватні ситуації емоції). Є кілька типів деменції, як от хвороба Альцгеймера, васкулярна деменція тощо.

Психотичні симптоми. Діагнозу «психоз» не існує: можна вести мову про психотичні симптоми в людини, а саме різноманітні галюцинації, агресію й так звану ажитацію, коли людина постійно безладно метушиться, рухається, щось говорить і не піддається заспокоєнню. Психічні розлади можуть мати на додачу ті чи інші психотичні симптоми.



Часто кілька розладів можуть бути одночасно чи взаємно збільшувати ризик виникнення. Варто пам'ятати, що в старших людей депресія чи тривожність проявляються інакше, ніж у людей середнього віку, через що часто ці розлади залишаються без уваги сімейних лікарів. А самі люди рідко коли підозрюють, що з ними щось пішло не так, і не шукають допомоги.

Як запідозрити проблеми з психічним станом

Тривожні симптоми психічних розладів чи ознаки шляху до них у старшому віці найчастіше можуть бути такими:

- Помітні зміни в настрої, енергійності чи апетиті.
- Збайдужіння чи відсутність позитивних емоцій.
- Безсоння чи надмірний сон.
- Незмога зосередитися, метушіння, відчуття себе на межі зриву.
- Надмірна необґрунтована тривожність.
- Часті злість, дратівливість, агресивність.
- Зловживання алкоголем.
- Безпорадність і розпука.
- Розмови про свою несподівану смерть чи навіть спроба суїциду.
- Нав'язливі думки чи дії.
- Думки чи поведінка, які суттєво заважають в спілкуванні з людиною та її побуті.
- Звукові, тактильні чи слухові галюцинації.
- Відсутність чи недостатність особистої гігієни.

Ризик психічних розладів у старшому віці підвищують такі чинники:

- стресові події,
- бідність, нужденність,
- самотність, соціальна ізоляція,
- хронічні захворювання,
- обмежена мобільність,
- догляд за важкохворим партнером чи партнеркою,
- невротичність,
- слабке вміння давати собі раду (вчасно пити ліки і їх купувати, знаходити собі заняття тощо).

Як подбати про психічне здоров'я старших людей

Тепер, коли ми трохи знаємо про фактори ризику і те, що може спіткати психіку в старшому віці, стає ясніше, що можна вдіяти заради психічного добробуту старших людей. Головними його компонентами є спілкування і залученість в соціальне життя, належне призначення і прийом медикаментів та достатній добробут. Зокрема, залежно від індивідуальних потреб це може бути так:

Лікування депресії та/чи тривожного розладу (бодай медикаментами). Очевидна й ефективна дія, яка може на-

лагодити не тільки настрої і спілкування, а й сон, апетит, деякий біль і дасть змогу робити інші речі, потрібні для психічного добробуту і протидії деменції.

Контроль тиску і рівня холестерину. Це знижує ризик інсульту та васкулярної деменції. Якщо ж інсульт стається, це у 6-9 разів збільшує ризик деменції.

Прийом антипсихотичних препаратів. Так буде легше і самій людині, і її оточенню. За наявності психотичних симптомів дуже проблематично спілкуватися, вести побут і бути залученими в життя громади. А агресія може навіть призвести до фізичних сутичок і взаємного застосування сили.

«Управління» боєм: усунення тих причин болю, які надаються для цього, знеболення, когнітивно-поведінкова терапія за можливості. Хронічний біль (в суглобах, наприклад, чи в животі) сам собою може стати поштовхом до того чи іншого психічного розладу. Тому його слід за можливості усувати й зменшувати.

Гігієна сну та медикаментозне лікування проблем зі сном за потреби. Подекуди сон налагоджується під час лікування депресії чи тривожності. Порушений сон зі свого боку дуже посилює тривожність та збільшує ризик інсульту. Здоровий сон – це база психічного добробуту.

Щоденна рухова активність, навіть за умов обмеженої мобільності. Ті частини тіла, які рухаються, мають тренуватися. Нашими рухами керує мозок, тому рухова активність – це певне тренування і для нього. На додачу тренування дають відчуття контролю над своїм життям, збільшують задоволеність собою й впевненість. Людина, яка достатньо сильна і добре тримає баланс, з меншою ймовірністю впаде, травмується. А квалітет – це радше передумова подальшого занепаду в спілкуванні й діяльності, а отже – і психічних розладів.

За змоги – прогулянки, танці, велосипед. Це підтримує не лише силу м'язів та міцність кісток, а й роботу мозку, адже під час прогулянок чи танців в мозкові виділяється фактор росту, який підтримує життя нейронів і не дає їм гинути.

Стимування остеопорозу. Остеопороз – це поступова втрата міцності і щільності кісток. Крихкість кісток означає більший ризик травм і втрати мобільності. Тривале лежання з травмою часто означає соціальну ізоляцію, відчуття безпорадності та збільшений ризик інсульту. А це – передумови для психічних розладів. Тому збереження щільності кісток – це й піклування про психічне здоров'я теж. Вітаміну D та кальцію для цього замало – потрібні й певні рецептурні препарати. Тому зверніться до лікаря заради призначення схеми лікування.

Сенсорна стимуляція: слуховий апарат в разі проблем зі слухом, перевірка тис-

ку в очах і лікування глаукоми за потреби, підбір окулярів. Достатні для спілкування і ведення побуту зір та слух – це ще одна запорука повноцінного життя, впевненості в собі і можливості спілкуватися. Навіть людям на пізніх стадіях деменції важлива сенсорна стимуляція – музика їхньої молодості, яскраві кольори, сонячне світло.

Продумана дітьми, друзями чи соціальними працівниками організація побуту (наприклад, світло, що вмикається на рух, підписані шухляди, органайзер для таблеток, конфорки з газ-контролем). Так буде менший ризик травм і втрати мобільності як наслідок, і кращий настрій, більша задоволеність собою, адже добре вдається вести побут.

Залученість у життя громади – впорядкування спільного двору, волонтерство, спілкування із сусідами, продавцями, відвідування кав'ярень та бібліотек. Соціальна ізоляція, брак контактів – це потужний прискорювач розумового занепаду й розладів.

Наявність пари. Люди, що не мають пари, удвічі частіше розвивають так звану старечість, аніж ті, хто має партнера. Якщо пари з якоїсь причини немає, то вкрай важливо багато спілкуватися з різними людьми в спільноті. Розмови телефоном раз на день замало.

Збалансоване і достатнє харчування. У людей будь-якого віку недостатньо поживне чи нездорове харчування збільшує ризик психічних розладів. Зумовлюють це, як не дивно, кишківник, його бактерії та імунна система, від яких залежить рівень запалень у тілі. Так зване нейрозапалення – це передумова для загибелі нейронів. І навпаки – раціон, в якому достатньо клітковини, білка, жирів, складних вуглеводів, – це гарантія адекватної роботи імунної системи і «гасіння» непотрібних запальних процесів.

Прийом призначених лікарем вітамінів (наприклад вітаміну D та вітамінів B1, B6, B9 та B12). Вітаміни в пігулках не замінюють здорове харчування, та з віком в кишківнику гірше засвоюється низка речовин, тому їх треба вжити справді багато, аби хоч якась достатня частина потрапила в кров. До того ж з віком вітамін D гірше утворюється в нашому тілі, а переважне перебування вдома зводить шанси мати власний вітамін D, утворений завдяки сонцю, нанівель.

Ресурсна діяльність. Це те, що для конкретної людини має цінність, приносить радість і відчуття наповненості, те, після чого людина почувається краще і щасливіше. У кожного така діяльність – своя. Це може бути час із собакою чи онуками, перегляд кіно, читання, рукоділля, садівництво, танці, плетіння маскувальних сіток, спілкування із сусідами, прогулянки, споглядання природи, годування білочок в парку тощо. Можливо, для когось хорошою соціалізацією та ресурсною діяльністю буде участь у громадських слуханнях.

Отже, піклування про психічне здоров'я значно виходить за межі самої людини, і певних таблеток чи щоденних ритуалів замало, аби плекати її психічний добробут. Багато шляхів до нього є непрямыми та йдуть через фізичне здоров'я, родину, інфраструктуру й безбар'єрність і громаду. Сподіваємося, ці знання допоможуть вам у плеканні свого психічного добробуту та добробуту близьких вам людей.

Матеріал підготовлено в межах впровадження всеукраїнської програми ментального здоров'я Ти як? за ініціативою Олени Зеленської.

Джерело: Міністерство охорони здоров'я України

Гороскоп на тиждень 8 листопада - 14 листопада

ОВЕН
Наступного тижня доведеться переглянути зобов'язання та взаємини. Можливі суперечності з керівництвом чи впливовими людьми.

ТЕЛЕЦЬ
Не ухвалюйте важливих рішень зараз, особливо це стосується великих фінансових вкладень. Цей період запам'ятається суперечками.

БЛИЗНЮКИ
Не варто займатися справами, пов'язаними з великими фінансами та спадщиною. Намагайтеся більше віддавати, ніж отримувати.

РАК
Емоції та робота підсвідомості загострені, можуть виникнути сентиментальність, збудження і навіть паніка.

ЛЕВ
Кризові ситуації вирішуватимуться, якщо докласти зусиль. Максимально дослухайтеся до інтуїції та звертайте увагу на знаки ззовні.

ДІВА
Розберіться в собі: емоціях, думках та почуттях. Позбудьтеся старого непотрібного, негативного. Влаштуйте генеральне прибирання.

ТЕРЕЗИ
Ви відчуєте приплив життєвих сил, бажання самим отримувати задоволення від життя та тішити оточення. Емоції будуть зашкалювати.

СКОРПІОН
Тиждень може потішити вас приємними новинами, якщо ви на них чекаєте. Саме час відмовитись від шкідливих звичок.

СТРИЛЕЦЬ
Ви будете легковажніші, ніж зазвичай, що, безумовно, може негативно позначитися на вашій роботі.

КОЗЕРІГ
Весь цей період вас буде переслідувати загострена увага до помилок і недоліків оточення, що може призвести до конфліктів.

ВОДОЛІЙ
Робота буде на радість, і настрій буде піднятим. Підвищуються ваші проникливість, сила волі та амбіції. Займіться вирішенням нагальних питань.

РИБИ
Загостриться ваша здатність переносити навіть найскладніші обставини з честю та знаходити гідний вихід із заплутаних ситуацій.

Джерело: TCH



Смачного!

Рум'яні бендерики з куркою

Інгредієнти для тіста: 2 яйця, 1 ч. л. цукру, 340 мл молока, 130 г борошна, 3 ст. л. соняшникової олії, ½ ч. л. солі.

Для начинки: 1 пакування (500 г) курячого фаршу, 1 цибулина, ½ ч. л. солі, ¼ ч. л. молотого чорного перцю (або на ваш смак), 2 ст. л. олії для смаження.

- Змішайте у великій мисці 2 яйця з 1 ч. л. цукру. Додайте до яєчної суміші половину борошна (приблизно 4 ст. л.) та гарно перемішайте вінчиком, щоб не залишилися грудочки.

- Додайте до тіста 340 мл молока, решту борошна, 3 ст. л. олії, ½ ч. л. солі, добре перемішайте і дайте тісту постояти 15 хв.

- Пательню змастіть 1 ч. л. олії та добре розігрійте. За допомогою ополоника вилийте невелику порцію тіста та обсмажте його на маленькому вогні з обох боків до готовності. Залишіть млинці трохи блідими, адже потім ми ще раз обсмажимо вже готовий бендерик до рум'яної скоринки. Дайте млинцям охолонути.

- Для начинки очистіть 1 цибулину та наріжте дрібними кубиками. На сковорідку вилийте 2 ст. л. олії для смаження, розігрійте та обсмажте цибулю до золотавого кольору.



- Додайте до цибулі 500 г курячого фаршу, ½ ч. л. солі, ¼ ч. л. молотого перцю і обсмажте начинку до готовності, періодично помішуючи.

- Сформууйте бендерики. Для цього візьміть млинці та розріжте його навпіл. У половинці млинця підгорніть заокруглений край всередину, так щоб у вас вийшов акуратний прямокутник. Викладіть 1 ст. л. начинки ближче до краю прямокутника.

- Загорніть край половинки млинця всередину, таким

чином, щоб сформувати трикутник.

- Продовжіть формувати трикутники, загортаючи начинку. Заправте кінчик млинця всередину бендерика. Повторіть цей процес з кожною половиною млинця.

- На пательню вилийте 2 ст. л. олії, розігрійте та обсмажте бендерики з двох боків до рум'яної скоринки. Подавайте гарячими зі сметаною або улюбленим соусом.

Джерело: klopotenko.com

Куточок ГОРОДНИКА

Авокадо: вирощування, посадка і догляд в домашніх умовах

Як виростити авокадо з кісточки в домашніх умовах, щоб воно виростало, зацвіло і дало плоди.



Зима – чудовий час для вирощування екзотичних рослин. Навесні всі думки зайняті розсадою, влітку – городом, восени – збиранням врожаю! У сьогоднішній статті поговоримо, як виростити авокадо з кісточки в домашніх умовах. Якщо вас мучить питання, чи виросте авокадо з кісточки, відразу скажемо: виросте. І, можливо, навіть зацвіте і з'являться плоди. Давайте дізнаємося детальніше.



Підготовка кісточки авокадо

Кісточка зазвичай займає половину всього фрукта. Для успішного вирощування потрібно вибрати стиглий плід. Зазвичай у зрілого насіння стовідсоткова схожість.

Як вибрати стиглий плід? Натисніть на авокадо долонями з обох сторін – стиглий плід сам розпрямиться. Часто в магазинах бувають недостиглі плоди – вдома фрукту можна допомогти досягнути: покласти поруч з бананами, яблуками. Ці фрукти виділяють етилен, який прискорює досягання.

Авокадо досить невибагливий у вирощуванні – його можна просто занурити в землю. Але оскільки насіння зазвичай довго проростає – до трьох місяців – її краще пророщувати у воді. Велика кісточка містить більше поживних речовин – це кращий варіант для вирощування.

Дістати кісточку з авокадо легко. Потрібно розрізати його навпіл уздовж і повернути половинки. Насіння акуратно дістати ложкою з половинки фрукта. Добре промити від залишків м'якоті. Потім зробити невеликі отвори по 5 мм на одному рівні, посередині кісточки. Вставити 3-4 зубочистки і поставити кісточку на склянку з водою. Вода повинна доходити до середини.

Кісточку потрібно поставити правильно – загостреним кінцем вгору, а більш плоскою стороною у воду.

Поставити склянку на вікно і чекати появи паростка і корінців. Як уже говорилося, може пройти до трьох місяців. Але навесні цей

процес набагато швидший – за тиждень прокльовується. Не забуваємо постійно додавати воду в склянку у міру випаровування.

Спочатку кісточка трісне навпіл на сім'ядолі – це хороший знак, бо скоро можна посадити її в землю.

Посадка

В горщику потрібен хороший дренаж, ґрунт підійде універсальний для квітів. Кісточку садимо також тупим кінчиком вниз. У ґрунті закопуємо наполовину.

У цей час важливо:

- підтримувати землю вологою;
- забезпечити світле місце;
- вирощувати у теплому місці.

Через кілька днів з'являється росток червонуватого кольору. Він стрімко зростає буквально на очах. Спочатку швидкість зростання вражає – авокадо за 3 місяці виростає на близько 50 см. Потім ріст сповільнюється, в основному дерево авокадо росте вгору і не поспішає заводити бічні пагони. Щоб вони з'явилися, потрібно прищеплювати верхівку у молодого деревця, коли воно стане потрібної висоти.

Важливо знати! Кісточка і листя авокадо містять небезпечний токсин – персин. Він може викликати алергію навіть до анафілактичного шоку! Не заводьте цю рослину, якщо в будинку є кішки і маленькі діти, які люблять пробувати все на зуб.

Догляд за авокадо в домашніх умовах

Авокадо любить вологе повітря – у квартирі із сухим повітрям йому некомфортно. Збільшуйте вологість – протирайте листя, обприскуйте рослину.

Поліваємо тільки теплою відстояною водою.

Місце для авокадо потрібно світле, але без потрапляння прямих променів сонця. Якщо авокадо довго стоїть на сонці, то листя червоніє і може отримати опіки.

Щороку потрібно пересаджувати дерево авокадо у новий горщик більшого розміру.

В умовах квартири з авокадо може опати все листя, але не треба лякатися: не завжди це означає загибель рослини. Продовжуйте поливати його, і виросте нове, свіже листячко.

Влітку бажано вивозити авокадо на природу. Виставляйте його під дерева на дачі – тоді дерево авокадо скоріше зацвіте.

Стовбури в рослини гнучкі, і можна зробити з трьох дерев цікаву композицію: в один горщик садять 3 паростки авокадо і в міру зростання сплітають їхні стовбури в косичку. Тільки потрібно залишати зазори для збільшення стовбурів в об'ємі, адже вони ростуть. Вийде дуже декоративне дерево в три стовбури.

Через три-чотири роки можуть з'явитися квіти, але при вирощуванні авокадо з кісточки в домашніх умовах це рідкісне явище.

Джерело: UkrMedia

8 листопада середа	9 листопада четвер	10 листопада п'ятниця	11 листопада субота	12 листопада неділя	13 листопада понеділок	14 листопада вівторок
+ 7° + 11°	+ 5° + 9°	+ 4° + 10°	+ 7° + 10°	+ 5° + 7°	+ 4° + 7°	+ 4° + 7°
737 ТИСК, ММ	737 ТИСК, ММ	732 ТИСК, ММ	732 ТИСК, ММ	730 ТИСК, ММ	729 ТИСК, ММ	737 ТИСК, ММ

05 Листопада

**СВІЙ ЧЕРГОВИЙ ЖИТТЄВИЙ ЮВІЛЕЙ ВІДЗНАЧИЛА
ДЕПУТАТ БАГАТЬОХ СКЛИКАНЬ РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ,
ЖИТЕЛЬКА СЕЛИЩА РОМАНІВ
СОСНОВСЬКА МАРІЯ АРДРІЇВНА!**



ШАНОВНА МАРІЄ АРДРІЇВНО,
ПРИЙМІТЬ НАШІ ЩІРІ ВІТАННЯ З ЮВІЛЕЄМ!
НЕХАЙ ЮВІЛЕЙ ПОДАРУЄ СВІТЛІ СПОГАДИ ПРО ВСЕ ХОРОШЕ, ЩО
ТРАПИЛОСЯ ЗА ЦІ ВСІ РОКИ. БАЖАЄМО, ЩОБ ЗДОРОВ'Я І СИЛ
ВИСТАЧАЛО ДЛЯ ДОРОГИХ ЛЮДЕЙ, НЕХАЙ ВДОМА БУДЕ ЗАТИШНО І
СВІТЛО. НЕХАЙ ЖИТТЯ БУДЕ ДО ВАС ЩЕДРИМ, УДАЧА ХОДИТЬ ПОРУЧ,
А ЩАСТЯ БУДЕ ВАШИМ СУПУТНИКОМ!
З ЮВІЛЕЄМ!

9 Листопада

**ВІДЗНАЧИЛА СВІЙ ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ
ЧАРІВНА ЖІНКА, МУДРА І ПОРЯДНА КЕРІВНИЦЯ
РОМАНІВСЬКОГО ЦЕНТРУ РОЗВИТКУ ДИТИНИ «БЕРІЗКА»,
КРИВОРУЧКО АЛЛА ЛЕОНІДІВНА!**



ШАНОВНА ПАНІ АЛЛО, ЩИРО ВІТАЄМО ІЗ ЮВІЛЕЄМ!
НЕХАЙ КОЖЕН ВАШ ДЕНЬ ПОЧИНАЄТЬСЯ ІЗ ЩИРОЇ ПОСМІШКИ
І ГАРНОГО НАСТРОЮ, А УЛЮБЛЕНА РОБОТА НЕ ПЕРЕСТАЄ
НАДИХАТИ. НЕХАЙ ВАШЕ ОСОБИСТЕ ВЕЛИЧЕЗНЕ ЩАСТЯ
БУДЕ ВІЧНИМ – ТАКИМ, ЯК ВАША ЛЮБОВ ДО РОБОТИ,
А ЗДОРОВ'Я – МІЦНИМ, ЯК ВАША ВИТРИМКА!
ДОВГИХ РОКІВ ЖИТТЯ І ДОСЯГНЕННЯ УСІХ
ПОСТАВЛЕНИХ ЦІЛЕЙ.

10 Листопада 2023 року

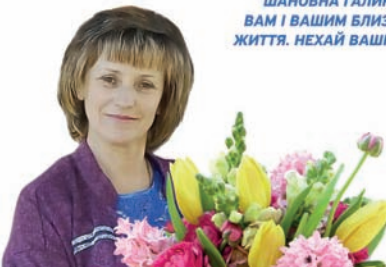
**СВЯТКУЄ СВІЙ, ЩЕ ЗОВСІМ ЮНІЙ ЮВІЛЕЙ,
ВОРОНОВА НАТАЛІЯ,
ЖИТЕЛЬКА СЕЛИЩА РОМАНІВ!**



ДОРОГА НАТАЛОЧКА ВІТАЛІЇВНА,
ПРИЙМІТЬ НАШІ СЕРДЕЧНІ ВІТАННЯ!
БАЖАЄМО ВАМ ЗДІЙСНЕННЯ СВОЇХ МРІЙ, НЕ ЗУПИНЯТИСЯ
НА ДОСЯГНУТОМУ І БУТИ ВІНЯТКОМ З УСІХ ПРАВИЛ.
УНІКАЛЬНІСТЬ ВАШОЇ ДУШІ І Є ВАШОЮ РОДЗИНКОЮ ТО Ж,
НЕХАЙ НАВКОЛИШНІ ЛЮДИ ЗАВЖДИ ПІДТРИМУЮТЬ
У ВСІХ ПОЧИНАННЯХ І ДАРУЮТЬ ПОЗИТИВНІ ЕМОЦІЇ.
ПОДорожуйте світом і живіть у своє задоволення,
насолоджуючись моментами. А ще бажано
прибуткової роботи та цікавих проєктів,
затишних обіймів і чуттєвої, справжньої,
шаленої та щасливої любові!

11 Листопада

**СВЯТКУЄ СВІЙ ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ
НАДЗВИЧАЙНО, ДОБРА, ПРИВІТНА, ПОВАЖНА ЛЮДИНА, ЧАРІВНА ПАНІ,
СУМЛІННА ПРАЦІВНИЦЯ, ДІЛОВОД АПАРАТУ
РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ (С. СОБОЛІВКА, Ч. ХАТКИ)
ОКАЄВИЧ ГАЛИНА ПАВЛІВНА!**



ШАНОВНА ГАЛИНО ПАВЛІВНО, ВІТАЄМО ІЗ ЮВІЛЕЄМ! ЗИЧИМО ПРЕМІЩНОГО ЗДОРОВ'Я
ВАМ І ВАШИМ БЛИЗЬКИМ! ДОБРОГО ЯНГОЛА - ОХОРОНЦЯ, БОЖОЇ ОПІКИ НА ВСІХ ДОРОГАХ
ЖИТТЯ. НЕХАЙ ВАШІ МРІЇ ЗДІЙСНЯТЬСЯ, А ДОЛЯ БУДЕ ЩЕДРОЮ НА ЩАСЛИВІ ТА МНОГІ ЛІТА!
ВІТАННЯ ЩІРІ ЛИНУТЬ В ДЕНЬ ЧУДОВИЙ,
ЛИШЕ ДЛЯ ВАС - СЕРДЕЧНІ І КРАСИВІ!
ВІТАЄМО ВАС ПРОМЕНИСТИМ СЛОВОМ!
БАЖАЄМО ЗДОРОВ'Я ВАМ І СИЛІ,
АБІ ДО МРІЙ ВПЕРТО КРОКУВАТИ
І БУДУВАТИ ЩАСТЯ РІК ЗА РОКОМ.
ТЕПЛА У ДЕНЬ ОСІННІЙ ТАК БАГАТО-
БО СОНЦЕ ЩАСТЯ ВАШЕ ТАК ВИСОКО!
ХАЙ БУДЕ ВСЕ В ЖИТТІ ЛИШЕ ХОРОШЕ,
І ЗАВЖДИ ПОРУЧ РІДНІ, НАЙДОРОЖЧІ!

11 Листопада

**СВЯТКУЄ СВІЙ ПОВАЖНИЙ 70-РІЧНИЙ
ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ
ЖИТЕЛЬ СЕЛИЩА РОМАНІВ,
ВЕТЕРАН ОРГАНІВ МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ,
МАЗУРКЕВИЧ ВАЛЕРІЙ ЯРОСЛАВОВИЧ!**



БАГАТО ХТО ЗНАЄ ВАС, ШАНОВНИЙ ВАЛЕРІЙ ЯРОСЛАВОВИЧ,
ЯК ПРИНЦИПОВОГО, ВІДПОВІДАЛЬНОГО, ДОБРОПОРЯДНОГО,
КОМУНІКАБЕЛЬНОГО ЧОЛОВІКА. ТО Ж І МИ, В СВОЮ ЧЕРГУ, З ВЕЛИКОЮ
ШАНОЮ І ПОВАГОЮ ЩИРОСЕРДЕЧНО ВІТАЄМО ВАС ІЗ ЮВІЛЕЄМ!
ЯК БАГАТО ДНІВ ЗА ПЛЕЧИМА, АЛЕ НЕХАЙ СЬОГОДНІ, ЯК І ЮНОСТІ,
ОЧІКУВАННЯ ПРЕКРАСНОГО НАПОВНІТЬ ВАШЕ СЕРЦЕ!
А ще бажано вам добра, здоров'я, цікавих подій, добрих
звісток, нових мрій, вдячності і новизни кожної миті!

11 Листопада

**СВІЙ СЛАВНИЙ 70-РІЧНИЙ ЮВІЛЕЙ,
СВЯТКУЄ МІЙ ДРУГ, ПОРЯДНИЙ ЧОЛОВІК І НАДІЙНИЙ ТОВАРИШ,
МАЗУРКЕВИЧ ВАЛЕРІЙ ЯРОСЛАВОВИЧ!**



ДРУЖЕ, ВАЛЕРІЮ, ВІД ЩИРОГО СЕРЦЯ ВІТАЮ З ЮВІЛЕЄМ!
НЕХАЙ В 70 РОКІВ ЩЕ ВИСТАЧАЄ ПОРОХУ В ПОРОХІВНИЦЯХ,
НЕХАЙ ЩЕДРОЮ І ДОБРОЮ ЗАЛИШАЄТЬСЯ ДУША,
НЕХАЙ МИТЯМИ ЩАСТЯ І ПОЧУТТЯМИ ЛЮБОВІ БЛИЗЬКИХ
З КОЖНИМ ДНЕМ НАПОВНЮЄТЬСЯ СЕРЦЕ!
МИРУ, ЗЛАГОДИ І МІЦНОГО ЗДОРОВ'Я ТОБІ І ТВОЇЙ РОДИНІ!
З ПОВАГОЮ І ДРУЖНОЮ ЛЮБОВ'Ю, ТВОЙ ДРУГ, ОЛЕГ КУШНІР.

КУРСИ ВОДИЇВ

від ТОВ «Технічний ліцей»



Категорії, які можна відкрити
А1, А, В1, В, С1, С, 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

БУДМАТЕРІАЛИ

ДОШКА ПОЛА, БРУС
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА



ВСЕ
НАЙКРАЩЕ
У НАС

Тел.: (097) 74-55-459
(096) 909-34-59

Копаємо, чистимо та поглиблюємо критиці

Тел.: 380678794357

380679759461

Іван Васильович

В наявності круги колодязні
та каналізаційні, дашки до них



8 листопада 2023 р.
№ 41 (229)



Газета є членом
Всесвітньої газетної
Асоціації

Свідцтво про державну реєстрацію друкованого
засобу масової інформації серії ЖТ № №333/710 Р
від 21 грудня 2018 р.

Видавець - ПП "Медіа Ресурс"; адреса:
10014, м. Житомир, вул. Рильського, 9, каб. 407

Адреса редакції:
м. Житомир, вул. Рильського, 9, 4й пов., каб. 407
Тел.: (0412) 418-189

Редакція не несе відповідальності за зміст рекламних
матеріалів.
Редакція може не поділяти думку авторів матеріалів.
Передрук матеріалів видання повинен бути узгодже-
ний з редакцією.
Інформація для публікації надається інформаційним
агентством ТОВ "Видавництво "РІА"; код ЄДРПОУ
34095069; адреса: 21032, м. Вінниця вул. Шир-
шова, 3а; свідоцтво про державну реєстрацію
інформаційного агентства як суб'єкта інформаційної
діяльності серії КВ №194-57Р від 12.08.2009 р.

Директор:
Олександр Васильовський,
тел.: 0 (67) 510-50-75
alex.vasilykovskiy@gmail.com

Головний редактор:
Ольга Сидельська,
тел.: 0 (97) 470-60-17

Рекламний відділ:
Людмила Павлюк
тел.: 0 (67) 412-89-81

Матеріали позначені цим знаком
друкується на правах реклами
Віддруковано в друкарні «Від і До»,
м. Чернівці, вул. Заводська, 37-В.
Тел.: (050) 3763347.
Зам. наклад: 5000 прим.
Замовлення №1084.
Частина тиражу розповсюджується
безкоштовно.

ЧИСТКА ДИМОХОДІВ КАМІНІВ КОТЛІВ



Без забруднення
приміщень

096 58 28 954

Чисто! Швидко! Якісно!

ОГОЛОШЕННЯ

ВТРАЧЕНИЙ ДИПЛОМ ПРО ПОВНУ СЕРЕД-
НЮ ОСВІТУ, СЕРІЯ ТМ №326-643-77, РЕГ.
№15815/07 ВІД 30.06.2007Р., ВИДАНИЙ
ВСП ЖТФК КНУБА, НА ІМ'Я ЩЕРБАКОВА
ОЛЕКСАНДРА ДМИТРОВИЧА, ВВАЖАТИ
НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНЕ СВИДОЦТВО ПРО 8 РІЧНУ ОСВІТУ,
№067486, ВИДАНЕ В 1986 РОЦІ, НА ІМ'Я
ЛЕВЧЕНКА ЮРІЯ ПЕТРОВИЧА, ВВАЖАТИ
НЕДІЙСНИМ.