

«Будуємо Україну разом!»: у Мирополі вже почали



3 квітня відбулась перша зустріч з представницею громадської організації «Будуємо Україну разом» (ГО «БУР») Анастасією та ініціативною групою програми довгострокового волонтерства у Миропільській громаді.

Анастасія вже чотири роки волонтерить у цій громадській організації. Вона з командою об'їздила майже всю Україну і залучила до волонтерства велику кількість молодих людей. «Будуємо Україну разом» – це унікальна організація! Завдяки їй проектам вдається об'єднати людей з різних куточків України, залучити прекрасних спеціалістів та провести корисні заходи для молодих людей нашої держави. Команда ГО «БУР» щиро вболіває за майбутнє України та докладає максимум зусиль, щоб зробити це майбутнє якісним для наших громадян. Її волонтерські групи допомогли багатьом людям у прифронтових областях і не тільки: відбудували зруйновані будівлі,

допомагали відновитись громадам після деокупації та сприяли підвищенню громадської діяльності молоді у невеликих громадах України.

Їхній девіз говорить сам за себе: **«Якщо не я, то хто?»**.

Зустріч у Мирополі 3 квітня 2024-го року проходила дуже активно, а її учасники виконували низку цікавих завдань. Кожен учасник ініціативної групи долучився до проведення SWOT-аналізу програми довгострокового волонтерства у Мирополі. З'ясували всі сильні та слабкі сторони проекту, обговорили загрози і ризики.

Щойно створена миропільська команда працювала злагоджено та продуктивно. Цікаво, наприклад, було почути

думки від різних категорій людей, особливо нашої молоді до 18 років. Цей проект втілюється в життя передусім для них і завдяки їм.

Метою довгострокового волонтерства у Миропільській громаді є створення комфортного молодіжного простору в громаді та заохочення молодих людей до активного громадського життя в громаді.

Завдяки волонтерам, які працюватимуть у Мирополі упродовж трьох місяців, буде організовано якісне та цікаве дозвілля для молодих людей. Будуть і заохочення для них, і багато корисних можливостей.

Після зустрічі з Анастасією вся команда миропільської молоді вийшла з позитивним настроєм, мотивацією до подальших змін та чітким розумінням того, що майбутнє залежить від кожного з нас.

Далі вже можна говорити, що молодіжний простір, який було вирішено облаштувати на базі Миропільської публічної бібліотеки, якраз і стане найпершим майданчиком для програми довгострокового волонтерства від громадської організації «БУР». Завдяки розпочатій співпраці миропільська молодь отримає будівельні матеріали для ремонту в бібліотеці на суму 60 тисяч гривень. Але і це не головне! Найціннішим результатом проекту бу-

дуть цікаві активності для молоді нашої громади, які проведимуть волонтери БУРчику у Мирополі протягом тривалого часу!

Проект «Будуємо Україну разом» – це унікальна можливість для нашої невеликої громади об'єднати молодь Миропільщини у цікавому спілкуванні та корисній взаємодії для створення бажаного простору, де буде реалізовуватися більше молодіжних ініціатив, куди постійно захочеться повертатися.

Загалом етапи реалізації проекту такі. Вже з квітня ми сплануємо, коли будемо зустрічатися у бібліотеці для того, щоб своїми силами відремонтувати приміщення, і обов'язково повідомимо вам про дати та час таких зустрічей.

Як тільки завершимо ремонт, волонтерки від БУРчику розпочнуть цикл молодіжних заходів, що триватимуть до кінця липня 2024-го року.



Місячник довілля у Мирополі вже стартував

с. 3



Великий футбол стартує у Романові у найближчу суботу

с. 5



До Житомира поїдуть Привітів і Биківка

с. 5

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС 76001

**СПОДОБАЛАСЬ
ГАЗЕТА?**

ПІДТРИМАЙ СВОБОДУ СЛОВА!

ПЕРЕДПЛАТИ

**на 1 місяць - 26,00 грн,
на 3 місяці - 78,00 грн,
на 6 місяців - 156,00 грн**

у найближчому поштовому відділенні!



До уваги депутатів та голів старостинських округів Романівської та Миропільської селищних рад!



**Онлайн навчання
для депутатів
місцевих рад!**

Онлайн-навчання для депутатів місцевих рад

Український інститут політичної освіти в межах освітнього проекту «Місцеве самоврядування. Крок до ефективності»

у партнерстві з Представництвом Фонду Конрада Аденауера в Україні проводить курс навчання із 15-ти онлайн-семінарів з найактуальніших питань депутатської діяльності в умовах воєнного стану.

Найкращі вітчизняні експерти з питань місцевого самоврядування, бюджетної сфери, земельних відносин, житлово-комунального господарства, прозорості та підзвітності, особистісного розвитку проводять заняття у зручному для депутатів форматі і зручний час.

Участь кожного із депутатів місцевих рад БЕЗКОШТОВНА!!!

Депутати, які візьмуть участь у не менш як 2/3 онлайн-семінарів (10 з 15), отримають СЕРТИФІКАТ, а також друковані посібники щодо актуальних питань депутатської діяльності.

Щоб стати учасником навчання, достатньо заповнити форму. (Посилання на форму доступне з анонсу події на сайті Українського інституту політичної освіти <https://ipo.org.ua/events/onlayn-navchannya-2024-dlya-deputativ-mistsevvykh-rad/>)

Останній термін реєстрації – **понеделок, 15 квітня 2024 р.**

Після реєстрації організатори онлайн-навчання зв'яжуться з депутатами та нададуть календар заходів та технічні умови участі.

Онлайн-навчання для старост!

Головам старостинських округів Український інститут політичної освіти пропонує навчання у процесі 15-ти онлайн-семінарів, що стосуються найактуальніших питань роботи старост в умовах воєнного стану.

Найкращі вітчизняні експерти з питань місцевого самоврядування нададуть конкретні консультації із тематики місцевого самоврядування:

- робота виконкому;
- підготовка до опалювального сезону;
- земельні відносини у воєнний час;
- бюджетна сфера;
- нотаріальні дії;

• підзвітність та прозорість;
• психологічні аспекти у роботі старост.
Участь у онлайн-навчанні БЕЗКОШТОВНА.

Старости, які візьмуть участь у не менш як 2/3 онлайн-семінарів (10 з 15), отримають СЕРТИФІКАТ!

Щоб стати учасником навчання, достатньо заповнити форму. (Посилання на форму доступне з анонсу події на сайті Українського інституту політичної освіти <https://ipo.org.ua/events/onlayn-navchannya-dlya-starost-2024/>)

Останній термін реєстрації – **понеделок, 15 квітня 2024 р.**

Після реєстрації організатори зв'яжуться з вами, нададуть календар заходів та технічні умови участі.

Навчання відбувається в межах проекту «Місцеве самоврядування. Крок до ефективності» у партнерстві з Представництвом Фонду Конрада Аденауера в Україні.

Почуйте рятувальників – не паліть суху траву!

Громадяни розпочинають активну боротьбу із залишками минулорічної рослинності та сміттям.

Випалені гектари рідної землі через людську діяльність – це сьогодні розцінюється як злочин та у суспільстві сприймається як неповага до надважкої роботи рятувальників, які працюють у цілодобовому режимі 24/7. Замість того, аби надавати допомогу потерпілим, вони змушені гасити палаючий сухостій на полях, узбіччях доріг.

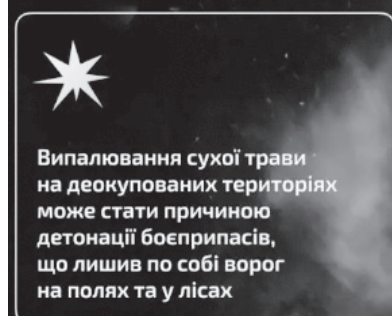
Станом на 9 квітня на Житомирщині вже виникло 260 пожеж у природних екосистемах. Вогнем пройдено 214 га території.

Найчастіше винними у виникненні таких пожеж є люди, їм необачність чи усвідомлені дії щодо спалювання сміття та залишків минулорічної рослинності. Тож з початком весни рятувальники розпочали профілактичні рейди та моніторинг стану пожежної безпеки щодо виникнення пожеж в екосистемах з використанням безпілотних літальних апаратів. До спільних профілактичних заходів залучені поліцейські, екологи, лісвники. Вже є випадки притягнення порушників до адмінвідповідальності.

Тож наголошуємо на діючій забороні спалювання сухої рослинності та сміття – за подібні дії передбачена відповідальність! Відповідно до 77-1 «Самовільне випалювання рослинності або її залишків» Кодексу України про адмінправопорушення:

• Випалювання стерні, луків, пасовищ, ділянок із степовою, водно-болотною та іншою

Не допомагайте ворогу – не випалюйте сухостій



природною рослинністю, рослинності або її залишків та опаленого листя на землях сільськогосподарського призначення, у смугах відводу автомобільних доріг і залізниць, у парках, інших зелених насадженнях та газонів у населених пунктах без дотримання порядку, встановленого центральним органом виконавчої влади, – тягнуть за собою накладення штрафу на громадян від ста вісімдесяти до трьохсот шістдесяти неоподатковуваних мінімумів доходів громадян (це від 3060 до 6120 грн) і на посадових осіб – від дев'ятисот до однієї тисячі двохсот шістдесяти неоподатковуваних мінімумів доходів громадян (від 15300 до 21420 грн).

• Ті самі дії, вчинені в межах територій та об'єктів природно-заповідного фонду, тягнуть за собою накладення штрафу

на громадян від трьохсот шістдесяти до семисот двадцяти неоподатковуваних мінімумів доходів громадян (від 6120 до 12240 грн) і на посадових осіб – від однієї тисячі двохсот шістдесяти до однієї тисячі восьмисот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян (від 21420 до 30600 грн).

Шановні громадяни, не спалюйте рідну землю! Цим ви завдаєте шкоди не тільки довкіллю, а й здоров'ю людей. У попередні роки траплялися випадки, коли наслідком таких дій були знищені вогнем господарські споруди та будинки селян. Пам'ятайте, що за вчинення підпалів передбачена навіть кримінальна відповідальність відповідно до ст.113 ККУ.

Джерело: ГУ ДСНС України у Житомирській області



У Житомирській області 9 закладів охорони здоров'я надають медичну допомогу при пологах

У Житомирській області безоплатну допомогу при пологах можна отримати в 9 медичних закладах, які мають договір з Національною службою здоров'я України.

Зокрема, два законтраковані заклади розташовані у м. Житомирі (Обласний перинатальний центр, лікарня № 1), ще 7 – у різних містах області.

«Медична допомога при пологах повністю покривається Програмою медичних гарантій. Торік понад 6,5 тисячі пологів на Житомирщині оплатила НСЗУ, – говорить директорка Центрального МРД Алла Горбатюк. – Медичні заклади, які мають договір з Національною службою здоров'я України на надання медичної допомоги при пологах, відповідають необхідним умовам та готові забезпечити якісною медичною допомогою матерів та немовлят».

Національна служба здоров'я України оплачує послугу в обсязі 15 137 грн за пролікований випадок. Якщо заклад виконує додаткові вимоги (надає медичну допомогу при пологах та новонародженим у складних неонатальних випадках) – 19 678 грн.

Зокрема, у цю суму входять наступні послуги:

- медична допомога при пологах з черговою акушерською бригадою;
- партнерські пологи;
- ведення неускладнених та ускладнених пологів;
- проведення ургентного або планового кесаревого розтину;
- моніторинг стану породіллі й плода;

- зниження відчуття болю – епідуральна аналгезія та інші методи;
- анестезіологічне забезпечення;
- лабораторні та інструментальні дослідження 24/7;
- консультування лікарями інших спеціальностей;
- проведення постконтактної АРТ профілактики дітям, народженим від ВІЛ-позитивних матерів;
- пульсоксиметричний скринінг критичних вроджених вад серця, оцінювання слуху в новонароджених;
- щеплення для немовляти;
- консультування жінок з питань грудного вигодовування та післяпологової контрацепції;
- надання психологічної підтримки;
- харчування в умовах стаціонару;
- проведення інтенсивної терапії жінкам у разі виникнення у них загрозливих для життя станів;
- проведення заходів з первинної реанімації та стабілізації стану новонароджених;
- проведення післяпологової спеціфічної профілактики резус-сенсibiлізації.

Знайти найближчий до вас медичний заклад, законтракований з Національною службою здоров'я України за пакетом «Медична допомога при пологах», можна на дашборді НСЗУ на карті місць надання послуг за договорами з деталізацією за групами послуг. Необхідно обрати область (Житомирська) та групу послуг («7 Медична допомога при пологах»).

Або телефонуйте до контакт-центру НСЗУ за номером 16-72.

Джерело: НСЗУ

Декларування доходів – це все ж таки крок у розвитку демократії

Віктор Першко

Щороку, якраз напередодні 1 квітня, у публічному просторі України з'являється лавина інформації стосовно декларування доходів державних службовців та депутатів усіх рівнів.

Так вийшло, що якраз напередодні Дня гумору та сміху законодавець визначив як обов'язкову норму появу величезного масиву відомостей про статки та доходи чиновників усіх типів і мастей, додучивши до чиновницької компанії ще й десятки тисяч декларацій про доходи депутатів рад усіх рівнів. Нічого надзвичайного у самому процесі декларування і оприлюднення відомостей про статки та доходи народних обранців і так званих слуг народу загалом немає. Таку практику щорічного декларування своїх доходів практикують у більшості сучасних країн, які сповідають засади демократії. У багатьох країнах світу у питаннях декларування доходів своїх громадян пішли ще далі – там декларують свої статки та доходи практично усі працездатні люди.

Але повернімося знову до України. Традиція та практика декларування доходів державних службовців, так само як і службовців органів місцевого самоврядування, має в Україні дуже невеликий стаж, а тому діє із певними перебоями. Це насамперед стосується процесу оприлюднення відомостей, поданих у декларації, яку чиновники зобов'язані щорічно заповнювати та подавати у відповідному порядку до Єдиного державного реєстру декларацій (ЄДРД). Слід віддати належне, що практично всі чиновники та переважна частина депутатів такі декларації заповнюють та подають (бо інакше доведеться відповідати перед законом) до вищезгаданого ЄДРД. Однак публічного розголосу подібна інформація про доходи та статки чиновників-службовців та депутатів рад усіх рівнів не набуває. Причина



також банальна – відсутність засобів масової інформації. Ті ж численні інформаційні інтернет-сайти так званого місцевого рівня зазвичай інформації про статки чиновників та депутатів не оприлюднюють. Також зі зрозумілих причин, бо аби зайти до ЄДРД, відстежити, звірити та й загалом підготувати у прийнятному для читача форматі всю інформацію, яку чиновник зазначив у власноруч заповненій декларації, потрібно багато часу. Тим паче, що чиновників та депутатів у кожній із громад в Україні справді чимало. На рівні однієї громади йдеться щонайменше про сотню осіб. Тож інформація про статки того або іншого чиновника або депутата, як правило, спливає тоді, коли відповідний службовець потрапляє, так би мовити, у поле підвищеної уваги. Наприклад, у разі певного скандалу чи не доведи Боже відкриття кримінального провадження з приводу певного порушення і т. п. Однак сам факт появи у публічному просторі інформації про статки та доходи чиновників і депутатів спричиняє неабиякий резонанс. Ще б пак, читачі газети або ж інформаційного інтернет-сайту, порталу і т. п. раптом дізнаються, що найголовніший у громаді чиновник (йдеться про сільського, селищного чи міського голову) щомісяця отримує, наприклад, 45 тисяч гривень зарплатні. А буває, що й 54 тисячі і 69 тисяч, а дехто із міських голів має щомісячну

зарплату на рівні 80-ти тисяч гривень. Звісно, все це офіційно і, як кажуть, легально та законно. Звісно ж, подібні зарплати в очах громадськості розцінюються як великі і навіть захмарні. Щоправда, 45 чи 54 тисячі гривень на місяць у селищного голови – це не 100 тисяч гривень, які щомісячно отримують як зарплату, наприклад, заступники голови обласної військової адміністрації, або ж 230 (і навіть більше) тисяч гривень щомісячної зарплати, яку мають керівники деяких установ та організацій обласного рівня (йдеться про енергетику, газопостачання, лісове господарство), однак для людей, які щомісяця заробляють якихось 10 чи 15 тисяч гривень, подібні орієнтири викликають безліч емоцій, приводів для роздумів, для злості та, безперечно, й заздрощів. Тим паче, якщо у країні із кожним роком зростає кількість пенсіонерів, більшість із яких щомісячно отримують від 3-х до 5-ти тисяч гривень. Звісно, порівнювати 3-4 тисячі гривень пенсії із пів сотнею тисяч щомісячної зарплати у чиновника просто не доводиться, бо це непорівнювані величини. Ну а ті небожителі, які мають щомісячне жалування у розмірі 80, 100 і більше тисяч гривень, для народу здаються людьми із захмарними статками. Що не кажи, але поки що в Україні пенсіонери та мільйонери відрізняються між собою дуже суттєво.

Такий вигляд воно насправді й має, однак щоразу, коли інформація про щомісячні зарплати владних чиновників потрапляє у публічний простір, громадська думка реагує на такі сплески монетарно-фінансових новин про статки чиновників дуже хворобливо. Із багатьох причин. Перша причина цілком зрозуміла, бо розрив у щомісячних доходах пересічного пенсіонера та, приміром, заступника селищного голови у будь-якій громаді Житомирщини запросто вимірюється семи-, восьми- і навіть десятикратною позначкою. Друга причина появи та виникнення сплеску сенсації щодо зарплат чиновників полягає у тому, що ніхто на владному рівні не вдається до коментарів та пояснень із приводу нарахування певних зарплат, надбавок, премій і т. п. Зрештою, це одна із функцій влади – пояснювати, розповідати, інформувати жителів тих чи інших сіл, селищ і міст про принципи нарахування зарплат, соціальних виплат для усіх категорій працівників в установах, організаціях, підприємствах так званої бюджетної сфери. Адже, наприклад, жителям тієї ж Романівської громади зовсім не завадило б знати інформацію щодо того, що їхній селищний голова у середовищі своїх колег із інших громад Житомирщини посідає доволі скромне місце у четвертому десятку (серед 66-ти голів громад у Житомирській області). Так само цікавою інформацією для пересічного жителя будь-якого села, селища чи міста став би приклад порівняння щомісячної зарплати вчителя, лікаря, поліцейського офіцера, працівника ДСНС, податківця, митника, керівника державної установи лісового господарства і т. п. Поки що в Україні немає практики обов'язкового декларування своїх щорічних зарплат, статків та доходів для усіх, хто офіційно працює і отримує відповідні

зарплати, винагороди, премії чи доходи від власного майна, землі і т. п. Тоді у публічному просторі з'явиться інформація про статки і доходи практично кожного жителя громади, області і країни. Однак вже сьогодні ситуація із декларуванням доходів і статків чиновників та депутатів вимагає певного інформаційного супроводу. Інакше якщо ми зупинимося на тому, що у квітні спалахують інформаційні вибухи та сенсаційні сплески щодо доходів певних посадових осіб, певних прізвищ і тих сум коштів, якими обчислюється їхня щомісячна зарплата, то матимемо лише зростаючу прірву недовіри між владою та народом. Насправді такої прірви вже сьогодні немає, оскільки статки чиновників, зарплати працівників бюджетної сфери (охорона здоров'я, освіта, правоохоронна система і т. п.) цілком співставні і порівнювані.

Зрозуміло, що нинішня ситуація має трохи дивакуватий і навіть дикий вигляд в умовах війни, адже у критичні для країни, для народу і держави часи суспільство має бути згуртованим і мобілізованим на спротив ворогу та агресору. Проте в умовах поляризації доходів та статків між владою та народом (а сьогодні подібна тенденція для більшості людей є очевидною) виникають і зростають загрози стратегічного порядку. Якраз тому в Україні і забукував процес консолідації нації навколо життєво необхідного і очевидного для усіх завдання перемоги загарбника і визволити Україну від смертельного ворога. Якраз тому в Україні шкутильгає процес мобілізації до лав ЗСУ, а проявом протесту проти такого міксу негараздів у державі багато хто обирає варіант виїзду за кордон. Ось такі висновки, такі наслідки і такі уроки. Їх треба знати, вивчати, а помилки та недоліки треба виправляти. Причому – дуже й дуже швидко.

P. S. (Від редакції) Безумовно, вищенаведений матеріал мав би спонукати до спілкування, до комунікації багатьох наших читачів. Безумовно, кожен відповідальний громадянин і житель громади (як і країни в цілому) має свою думку з приводу вищевисловлених міркувань. І будь-яка думка, будь-яка позиція, а тим паче – пропозиція, слушне зауваження стануть тим кроком вперед для порозуміння, для гармонії, яких нам поки що не вистачає.

Місячник довкілля у Мирополі вже стартував

Колективи комунальних установ Мирополя розпочали місячник довкілля ще напередодні Великодня, який 31 березня 2024-го року відзначили віряни-католики.

Саме тому перша за ліком толока у 2024-му році була проведена на свято для жителів селища місці. Працівники Миропільського ліцею, КП «Миропількомсервіс», Територіального центру, лісомеліоративного підприємства та працівники виконавчого апарату селищної ради чи не найпершим чином провели впорядкування території

католицького кладовища: вирізали кущі, викосили сухостої, зачистили територію від сміття.

Керівництво Миропільської селищної ради та громадський актив миропільчан зауважує, що перша толока, проведена наприкінці березня, стане лише початком наведення порядку на території громади.

«Долучайтесь до прибирання, не будьте байдужими до рідного краю, до краси і порядку навколо себе!» – говориться у зверненні до жителів Миропільської громади.



Весна – у розпалі: оптимізму мало, але й плакати немає коли

Наталка Рисіч

У розпалі сільсько-господарська весна, і ця пора одразу призводить до зовсім іншого темпору діяльності значної кількості жителів України.

У деяких місцях весна одразу змінює стиль життя переважної частини населення громади. Звісно, до таких місць належить і Романівщина, яка й надалі залишається регіоном із переважною аграрно-землеробською спеціалізацією. І хоча пора великих агропідприємств у вигляді десятків колективних господарств у Романівській селищній раді вже давно в минулому, жоден гектар поля нині не залишений без уваги фермера чи агрофірми меншого та великого масштабу.

Сільське господарство, як жодна інша галузь, залежить від кліматичних умов. Слід зауважити, що вже третя воєнна весна радує аграріїв України доволі сприятливою погодою. Дві минулі зими були доволі м'якими, тож озимі культури – в непоганому стані, й великих ділянок, які могли б постраждати від морозів та загинуть, не зафіксовано у жодному із господарств Романівщини. Тож фермерам не доводиться витратити кошти на пересівання. І хоча минула зима (як і попередня) була майже безсніжною, вологи на по-



лях достатньо. Тож весна сприяє посіву ярих культур.

У Романівській громаді практично вже всі фермери, майже всі дрібні сільськогосподарські підприємства посіяли овес, ярий ячмінь, яру пшеницю твердих сортів. Щоправда, не можна робити висновки, що все у фермерів-землеробів, як-то кажуть, в ажурі. Ні, якраз навпаки! Так звані фактори ризику все більше і більше дають про себе знати, і лише той факт, що посівні площі у більшості фермерських господарств зменшились майже на третину порівняно із весною 2023-го року, говорить сам за себе. Які причини певного регресу у рослинниць-

кій галузі більшості господарств Романівщини? Найперша із них – безгрошів'я та зростаючий диспаритет між цінами на продукцію сільського господарства та закупівельними цінами на добрива, засоби захисту рослин, на паливо для сільськогосподарської техніки. Зрештою це призвело до того, що більшість агрогосподарств віддають перевагу посіву тих культур, які потребують мінімальної кількості підживлення мінеральними добривами або ж навіть не потребують їх зовсім. Фермери вдаються до будь-яких, навіть давно забутих, методів та прийомів мінімізації внесення добрив. Наприклад, якщо раніше у процесі підживлення посівів

пшениці добриво вносилося завдяки його розсіюванню на полі, то зараз мінеральні добрива під пшеницю вносять за допомогою сівалки. Це, між іншим, дозволяє досягати на кожному гектарі посівних площ до 40% економії добрив. У зв'язку із високою ціною на добрива поменшає у 2024-му році посів кукурудзи, ріпаку, які якраз і вимагають обов'язкового кількарязового підживлення мінеральними добривами. З огляду на вищезазначені причини особливо популярною серед посівних культур агровесни 2024 року стане соя. Хоча потреби внутрішнього ринку у поставках сої в умовах воєнних дій значно поменшали (наприклад, птахокомбінат у Чор-

нобаївці, Херсонська область, де вирощувалось до 40% української курятини, нині повністю знищений) сою сіють у більшості господарств Романівщини. Натомість нинішня посівна залишила за бортом уваги таку раніше популярну культуру, як соняшник. Через зростаючі затрати (ціна на природний газ) на просушування насіння із зібраного врожаю.

Таким чином, попри нинішній гарний стан озимої пшениці скорочення так званого ярого пшеничного лану під час нинішньої весняної посівної кампанії помітно вплине на ситуацію на ринку продовольчих товарів вже найближчої осені і особливо взимку та навесні 2025-го року.

Попри такі, загалом невеселі, реалії, у яких опинилися аграрії України весною 2024-го року, вони розуміють, що плакати чи впадати у розпач немає жодного сенсу. Звісно, працювати вже із квітня – травня і аж до виручки від нового врожаю лише на кредитних коштах для аграріїв – неабиякий екзаме́н. Але що поробиш – доводиться. На жаль, ні державного регулювання, ні, тим паче, державного замовлення на продукцію сільського господарства в Україні вже давно не існує. Від радянської практики суцільного планування та регламентування ми відійшли, а до правил, які діють у Єврозоні, нам, мабуть, ще дуже далеко.

Але весна, гарна погода поки що на нашому боці. Оце і весь оптимізм, хоча й за це треба дякувати Богу. І, звісно ж, – працювати!

Припинить падіння?

Яким буде курс гривні у найближчі місяці

Гривня, яка втрачала в ціні кілька тижнів поспіль, трохи зміцнилася в останніх числах березня.

І хоч падіння було поступовим, чимало людей знову заговорили про ризики обвалу національної валюти. Та чи реальний такий сценарій? Центр громадського моніторингу та контролю з'ясував, що впливає на курс гривні та чи чекати від неї подальшого знецінення.

Відсутність допомоги США та блокування кордону

Затримка із міжнародною допомогою – ключовий фактор, який впливає на курс гривні. Передусім йдеться про фінансову допомогу від США, адже пакет підтримки, який передбачав виділення близько 8 млрд доларів, досі не схвалили.

Події на фронті також мають вплив на стан національної валюти. За словами президента інвестиційної групи «Універ» Тараса Козака, свою роль зіграв навіть відступ українських військ з



Авдіївки. «Хтось панікує: що буде з Україною після того, як ЗСУ залишили це місто? І ситуативно попит зростає. Реагуючи на це, Нацбанк підвищує офіційний курс. Потім, за деякий час, коли ситуація заспокоїться, НБУ поведе цю "криву" в інший бік для того, щоб навіть певною мірою "покарати" спекулянтів та панікерів, які зараз розгойдують ситуацію», – переконаний економіст.

Повзти донизу гривню може змушувати і блокування україно-польського кордону. Адже перекрита межа впливає на експорт з України частини сільськогоспо-

дарської продукції, який приносить у бюджет валютну виручку. «Чергове блокування на кордоні знижує можливості українського експорту та скорочує пропозицію валюти на нашому міжбанку, що, зі свого боку, зменшує статистику валютних торгів», – пояснює фінансовий аналітик видання «Мінфін» Олексій Козирев.

Нетипова валюта

На думку Тараса Козака, як для валюти країни, що воює, гривня дуже непогано тримається. «Інші країни, що воювали й велику частину своїх бюджетів витрачали на

війну, змушені були фінансувати її в тому числі й завдяки грошовому друкарському верстату. Якби Україна поводитися таким же чином, то інфляція й девальвація у нас щороку становили б сотні відсотків», – говорить Козак.

Але Україна пішла іншим шляхом. Лише у 2022 році інфляція була порівняно високою – понад 26%. Приблизно таким же було й знецінення гривні. У 2023 інфляція в Україні знизилася до 5,1%. А цього року за уточненим прогнозом Нацбанку становитиме 8,6%.

Коливання триватимуть

Загалом економісти не виключають, що до кінця року курс національної валюти може сягнути 40-41 грн. Проте впродовж року, найімовірніше, залишатиметься у межах 39 гривень за долар. Зокрема, у зміцненні позиції національної валюти традиційно відіграє роль посівна кампанія, яка триває по всій країні. Аграріям треба закуповувати техніку, паливо, добрива, засоби захисту рослин. І вони заводять валюту в Україну та продають її.

Також у другій половині березня Україна отримала перший

транш від Європейського Союзу у 4,5 млрд євро в межах перехідного фінансування, передбаченого програмою Ukraine Facility. Крім того, до держбюджету надійшов третій транш фінансової підтримки в межах програми розширеного фінансування EFF від Міжнародного валютного фонду у 880 мільйонів доларів. Все це сприятиме стабілізації національної валюти. Та все ж певна турбулентність зберігатиметься доти, доки США остаточно не визначиться з наданням фінансової допомоги Україні.

Козак зі свого боку пояснює: незначні коливання чи навіть послаблення гривні – абсолютно нормальні. «Все робиться для того, аби на цьому ринку було менше можливостей спекулювати. Такого, як іноді бувало – "купи долари і сиди на них – обов'язково виграєш", – нині немає. Якщо спрощено, Нацбанк запропонував таку стратегію для українців, банків, компаній: інвестуйте в дохідні гривневі інструменти і матимете прибуток у доларах. Регулятор ніби каже: більше ніж 15% річних (це рівень дохідності ОВДП і депозитних сертифікатів НБУ) не буде», – вважає економіст.

До Житомира поїдуть Привітів і Биківка

Віктор Єрофеев

Два дні поспіль, 5 і 6 квітня 2024-го року, у Романові вирували пристрасті навколо волейбольних поєдинків між учасниками III-го етапу змагань «Пліч-о-пліч» з волейболу.

Нагадаємо, що під час 3-го етапу команди Житомирського району змагаються між собою у певних групах. До Романова 5 квітня, коли змагалися юні волейболістки 2009-го року народження (і молодші), прибули команди із Буддичівської філії Романівського ліцею № 2, Миропільського ліцею, Привітівського ліцею (Любарська громада), Буддичанської гімназії та Вільшанського ліцею.

Усі команди мали провести по чотири поєдинки і виявити абсолютного переможця так званого зонального турніру. Потенціал кожної із команд важко визначити лише на тій підставі, що кожна із них виграла першість у своїй групі і здобула право бути учасником наступного етапу змагань «Пліч-о-пліч». Однак вже перші зустрічі показали силу та рівень підготовки кожної із команд. Скажімо, команда Буддичівської філії Романівського ліцею, яка номінально вважалася господаркою турніру, бо виступала як представник Романівської ОТГ, у першій же зустрічі із дівчатками Миропільського ліцею помітно поступалася своїм суперницям, які продемонстрували рівень підготовки, здобутий під час занять у Миропільській ДЮСШ, де функціонує відділення із волейболу. Те ж саме можна було сказати і про команду із села Привітів (Любарська громада), які також вже у першому своєму поєдинку



примусили глядачів ставитись до себе як до очевидних фаворитів.

Так воно зрештою і сталося: **волейболістки із Любарської ОТГ у кожному із поєдинків не давали своїм суперницям жодних шансів на успіх.** Тож команда Привітівського ліцею відтепер прямує далі і стане учасником вже IV етапу змагань «Пліч-о-пліч». **Друге місце у турнірі, який проходив 5 квітня у Романові, посіла команда юних волейболісток із Буддичанської гімназії (Чуднівська міська громада).** **А третіми стали спортсменки із Миропільського ліцею.** Варто сказати кілька слів і про спортсменок із Вільшанської гімназії, які за всіма ознаками (наприклад за показниками середнього зросту гравчинь цієї команди) мали неабиякий

потенціал для потужного виступу на майданчику спортзалу Романівського ліцею № 1. Проте відсутність змагального досвіду не дозволила дівчаткам із Вільшанки виступити краще і пробитися хоча б у трійку переможців турніру.

А ось волейбольний турнір серед команд хлопчиків, який проходив 6 квітня також у Романові, приніс успіх якраз господарям. **Команда Биківського ліцею змогла подолати опір своїх ровесників-любарчан із Привітівського ліцею (Привітів, за підсумками волейбольних боїв 5-6 квітня, виявився потужним волейбольним горішком), а миропільчани, які все ж таки мають досвід занять у місцевій ДЮСШ, здобули третє підсумкове місце.** Знову ж таки до Житомира для

участі у IV етапі волейбольного турніру «Пліч-о-пліч» поїдуть представники Романівщини.

Зауважимо також, що у складі практично усіх команд, які 5 і 6 квітня 2024-го року приїздили до Романова для участі у зональному турнірі нині популярного розіграшу, було декілька напрочуд обдарованих спортсменів, які можуть мати перспективу стати вправними майстрами із волейболу вже у найближчі роки. Але, за однієї умови – вони мають займатися улюбленим видом спорту системно і систематично. У гарному спортивному залі, за наявності належного спортивного реманенту (м'ячі, спортивна форма та ін.) і під орудою тренерів належної кваліфікації. Тоді однозначно волейбольні команди майстрів, які базуються у Житомирі (чоловічий ВК «Житичі» і жіноча команда ВК «Полісся-ШВСМ-ЖДУ») мали б своїх вихованців-полісян.

Ну а щодо дводенного турніру у Романівському ліцеї № 1, то він був проведений на високому рівні. Чіткість усіх змагальних елементів, якісний і кваліфікований склад суддівської бригади перетворили 5 і 6 квітня у Романові на свято дитячого спорту.

Справжнє, гарно організоване дійство сприяло розвитку наших дітей і водночас підкріпило гарне ім'я Романівської ОТГ як сучасного спортивного осередку, де спорт користується повагою і любов'ю. Варто відзначити напрочуд дисципліновану і чітку організацію змагань, до чого доклав руку головний суддя С. А. Балан, а опіка начальника гуманітарного відділу Романівської селищної ради О. Л. Гаврилової не полишала кожного із учасників волейбольних турнірів без уваги. Тому, окрім грамот і привітань, в усіх учасників змагань з'явився хороший настрій і приємні враження.

Великий футбол стартує у Романові у найближчу суботу

Віктор Єрофеев

Зустрічаються чемпіони Житомирщини та Івано-Франківщини.



Футбольна весна 2024 розпочалася куди бурхливіше, аніж весна кліматична. Про бої та пристрасті в Українській Прем'єр-лізі усі знають, бо про них говорять ледь не в кожному виході новин в усіх популярних сьогодні інтернет-ресурсах. Але і в футболі аматорському життя цієї весни також пробудилося дуже швидко, і одразу ж динаміка подій набула стрімкого розвитку. У Романові, а також у селах Романівської селищної ради до футболу ставлення своєрідне, оскільки любителі та шанувальники найпопулярнішого виду спорту у нас поділяються на декілька груп. Одні цікавляться виступами збірної України або ж виключно професійним футболем, де у

найвищому дивізіоні українського футболу грає, наприклад, житомирське «Полісся». Тим паче, що на «Полісся» сьогодні раптом і знеацька звернула увагу майже вся Україна, бо житомирський клуб раніше продемонстрував стрімкий та блискавичний вихід із першої у Прем'єр-лігу, де одразу ж і також стрімко вскочив до групи лідерів. А потім (очевидно, від втоми) полісяни відчутно просіли і вісім матчів поспіль не знали успіху. Але сьогодні перша звітка про перемогу житомир'ян над «Минаєм» знову вселила у прихильників «поліських вовків» віру та сподівання на краще.

Ще одна група вболівальників слідкує за виступами романівського клубу FC «VIVAD», який сьогодні грає у чемпіонаті України серед аматорських команд. Чемпіон Житомирщини провів від початку футбольної весни три матчі, вигравши дві гри і поступившись в одному матчі. До речі, поступився «VIVAD» якраз вдома, виступаючи на своєму, номінально домашньому стадіоні у Житомирі. Однак станом на сьогодні романівські футболісти входять до чільної четвірки у своїй підгрупі.

Черговий матч «VIVAD» проводитиме на своєму стадіоні у Романові вже 13 квітня 2024-го року. Це буде перший офіційний матч, який пройде у Романові у 2024-му році. FC «VIVAD» прийматиме вдома команду «Пробій» із селища Городенка Івано-Франківської області. Годі казати, що відтепер, аби впевнено почуватися у групі із 3-4-х лідерів, романівчанам треба буде обов'язково вигравати свої домашні поєдинки. Ну а щодо вболівальників, то їх 13 квітня має бути на стадіоні у Романові достатньо багато, аби «VIVAD» відчув-таки підтримку

на глядацьких трибунах. Адже перший матч сезону все ж таки спонукатиме до походу на стадіон багатьох романівських любителів футболу.

Вже у травні у футбол заграє і «романівська ліга»

Ну і нарешті новини для тих, хто із романівських вболівальників цікавиться футбольним життям на рівні своєї громади. Зрозуміло, що «VIVAD» у 2024-му році знову включиться у боротьбу за титул чемпіона Житомирщини. Однак чи буде Романівська громада представлена у чемпіонаті Житомирської області ще однією командою (як це було торік і позаторік), на разі невідомо, оскільки тільки у вівторок, 16 квітня 2024-го року, Житомирська обласна асоціація футболу проведе організаційні збори представників громад Житомирщини щодо узгодження графіка, форми проведення обласного чемпіонату у нинішньому році. Тоді й з'ясується приблизна кількість потенційних учасників чемпіонату Житомирщини, а також будуть запропоновані умови для участі у майбутньому чемпіонаті.

Однак ледь не головною новиною футбольного сезону 2024-го року у Романові стане проведення чемпіонату Романівської ОТГ.

Одразу ж зауважимо про найголовніше – про те, що очікуваний чемпіонат Романівської селищної ради буде мати статус відкритого, що означає участь у ньому має бути на стадіоні у Романові достатньо багато, аби «VIVAD» відчув-таки підтримку

які презентуватимуть у місцевому чемпіонаті власне Романівську громаду. Але вже сьогодні відомо, що старшокласники та випускники Романівської ДЮСШ зможуть створити цілком боездатний футбольний колектив. Про своє бажання взяти участь у відкритому чемпіонаті Романівської селищної ради вже висловились футболісти села Романівки, які матимуть у своєму розпорядженні доволі добротний футбольний стадіон. Цілком можливо, що у чемпіонаті Романівської громади візьме участь і врублівська «Зоря», яка також невдовзі матиме новозбудований у Врублівці стадіон. На новому стадіоні зможуть грати і футболісти селища Биківка, яким вже давно пора відроджувати свою, колись гарну чи навіть легендарну, футбольну славу. Щодо інших сіл Романівщини, то й там є фанати і любителі футболу, які хотіли б бачити своїх односельчан у складі учасників майбутнього чемпіонату Романівської громади. Але до початку травня триватиме так званий підготовчо-організаційний процес, коли має бути визначена кількість команд-учасниць відкритого чемпіонату Романівської селищної ради. Зрозуміло, що вже після цього можна буде визначити найбільш привабливу та зручну форму його проведення. Зрештою, час сьогодні дуже складний, Романів і села Романівської селищної ради неабияк потерпають від наслідків російської агресії, втрачаючи на війні своїх кращих синів і чоловіків. Проте ми маємо жити і змагатися, творити і плекати нове і, безумовно, краще життя, аніж було дотепер. І футбол у цьому стане найліпшим інструментом і гарним помічником.

Все про пандемічний грип

Грип (Grippus, Influenza) – гостре інфекційне захворювання з аерозольним (повітряно-краплинним) способом передачі збудника, яке характеризується коротким інкубаційним періодом (від 10-12 годин до 7 діб), масовим поширенням, лихоманкою, симптомами інтоксикації та враженням респіраторних шляхів з великою частотою виникнення ускладнень.

Пандемічний грип – це гостре вірусне захворювання дихальних шляхів. Воно виникає при появі та передачі людям вірусу грипу, який раніше не циркулював серед людей і до якого більшість людей не має імунітету. Зареєстровані симптоми нового А (Н1/Н1) – Каліфорнія («свинячого») грипу у людей проявляються, як типові симптоми звичайного грипу – підвищення температури, кашель, біль у горлі та міалгії-артралгії, головний біль, а також як симптоми гострого респіраторного захворювання.

Відстеження спалахів свинячого грипу у людей повертається до розслідування пандемії грипу 1918 року (так званої іспанки), яка заразила третину населення світу (приблизно 500 мільйонів людей) і спричинила приблизно 50 мільйонів смертей. У 1918 році причину грипу у людей і його зв'язок з пташиним і свинячим грипом не зрозуміли. Інформації не було до 1930-х років, коли споріднені віруси грипу (тепер відомі як віруси Н1Н1) були виділені від свиней і потім від людей.

Підступність пандемічного вірусу грипу А/Н1Н1 в тому, що хвороба може ніяк не виявлятися на ранніх стадіях, проте поширюється і передається навколишнім. Поширюється через кашель і чхання (як звичайний грип – повітряно-крапельним шляхом) або



ВСЕ ПРО ПАНДЕМІЧНИЙ ГРИП

ж, що важливіше, – через дотик брудними руками до носа або рота. Віруси грипу можуть зберігатися на поверхнях протягом кількох годин. Наприклад на дверній ручці, до якої доторкнулася людина, яка шойно чхнула в руку.

При цьому захворювання на ранніх стадіях не відрізняється від класичної простуди (симптоми дуже схожі – озноб, кашель, біль у горлі, головний біль, втома, можлива діарея і блювота), проте дуже швидко воно переходить у запалення легенів з високою температурою.

Діагностика

ВООЗ орієнтує медичних працівників направляти зусилля на зупинку поширення вірусу грипу А/Н1Н1, швидке виявлення захворювань і надання їм адекватної допомоги.

Досі не існує точного швидкого діагностичного тесту на виявлення інфекції вірусом пандемічного грипу А/Н1Н1. Наявні в продажі швидкі тести для сезонного грипу вимагають критичного ставлення до позитивних результатів, їхня перевага полягає в спробі своєчасно відрізнити грип від інших респіраторно-вірусних інфекцій. При використанні цих тестів як позитивні, так і негативні результати повинні сприйматися з обережністю, адже у них не врахована специфічність цього вірусу грипу.

Діагностичні критерії

1. Діагностика інфекції (лабораторно підтверджений грип): наявність позитивного результату класичного вірусологічного дослідження є основою для встановлення діагнозу.

2. Протягом епідемічного сезону необхідно підозрювати грип у кожного пацієнта з лихоманкою і симптомами з боку дихальної системи (біль у горлі, риніт та/або кашель). На основі клінічної картини можна діагностувати лише так зване грипозоподібне захворювання (багато мікроорганізмів викликають подібні симптоми).

Заходи профілактики грипу А (Н1Н1)

- Уникати скупчень людей, аби зменшити вірогідність контактів із хворими людьми, при тому що деякі з них є заразними навіть до появи очевидних симптомів. Особливо актуально під час сезону грипу та епідемії.

- Користуватися одноразовими масками при необхідності, щоб захистити себе чи оточуючих від зараження. Так маскою повинна користуватися людина, яка доглядає за інфекційним хворим чи просто спілкується з ним. Хвора людина повинна використовувати маску лише в одному випадку: якщо їй доводиться перебувати серед здорових людей, не захищених

масками. Маска ефективна тільки тоді, якщо вона прикриває рот і ніс. Важливо пам'ятати, що у будь-якому випадку маску потрібно замінити, як тільки вона стане вологою чи забрудниться. Найкраще користуватися стандартними хірургічними масками, що мають вологостійку поверхню і довго залишаються ефективними. Економити чи лінуватися вчасно замінити маску немає сенсу – волога маска не діє. Використані маски ні в якому разі не можна розкладати по кишенях чи сумках – їх потрібно одразу викидати у смітник.

- Регулярно провітрювати приміщення і робити вологе прибирання – як у помешканні, так і в робочих приміщеннях, щоб не залишати навколо себе живі віруси й бактерії, що можуть залишатися активними впродовж годин після перебування у приміщенні хворої людини.

- Повноцінно харчуватися, висипатися, уникати перевтоми – для підвищення опірної здатності організму. Це збільшить шанси запобігти як зараженню, так і важким формам хвороби та її ускладненням.

- Мати чисті руки – інфекція потрапляє в організм через рот, ніс та очі, яких ви час від часу торкаєтесь руками. Тими ж руками ви тримаєте гроші чи тримаєтесь за поручні, де кілька годин зберігаються в активному стані віруси й бактерії, що залишились від дотиків рук інших людей. Тому необхідно часто мити руки з милом або обробляти їх дезінфікуючим гелем із вмістом спирту.

- Користуватися тільки одноразовими паперовими серветками і рушниками – як після миття рук, так і для того, щоб прикрити обличчя під час кашлю, а також при нежиті. Використані серветки необхідно одразу викидати у смітник, оскільки вони також можуть стати джерелом зараження. Багаторазові серветки та рушники, особливо у громадських місцях, суттєво підвищують ризик зараження і широкого розповсюдження інфекції. У таких умовах як одноразові серветки можна використовувати туалетний папір.

Грип – це серйозна хвороба, яка може призвести до пневмонії, тромбозів і загострення хронічних захворювань. Тож особливо важливо вакцинуватися від грипу людям із груп ризику.

Це – вагітні, люди старшого віку, діти від 6 місяців до 5 років, люди з хронічними захворюваннями, лікарі, вчителі, військові. Щеплення проти грипу здатне індукувати захисний рівень протигрипозних сироваткових антитіл у більшості вакцинованих, зокрема дітей, починаючи з 6-місячного віку, і в старших осіб та призводити до утворення секреторних антитіл у носоглотці.

Розвиток імунітету починається з 2-го дня після вакцинації, досягає максимуму на 15-30-й день після щеплення і триває всього 6-12 місяців, що вимагає щорічного повторення вакцинації. Профілактична ефективність – 70-90%.

Протипоказання до вакцинації від грипу:

- гостре захворювання або загострення хронічного захворювання в день вакцинації;
- алергія на білок курячих яєць;
- алергічні реакції на інші компоненти препарату;
- тяжкі алергічні реакції на попереднє щеплення конкретним препаратом.

На сьогодні альтернативи вакцинації немає. Вакцинація проти грипу не входить до переліку безоплатних щеплень, однак є рекомендованою, вакцину можна купити в аптеках. У 2023 році для проведення безоплатних щеплень серед медпрацівників у регіонах було розподілено 60 тисяч доз вакцини проти грипу.

Знайдіть можливість вакцинуватися проти грипу – захистіть себе та рідних від серйозного захворювання та ймовірних ускладнень!

Будьте здорові та не хворійте!

Відділ комунікації, організаційної та інформаційно-роз'яснювальної роботи ДУ «Житомирський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України»

Вісім правил здорового харчування

Від того, як організовано наше харчування, залежить стан нашого здоров'я. Пропонуємо вашій увазі нескладні правила, дотримання яких дозволить зробити харчування не лише приємним, а й корисним та збалансованим.

1 Частота. Одне з головних правил правильного харчування – необхідність їсти кілька разів на день. Бажано не менше 3-5 разів, але в маленьких порціях і в один той самий час.

2 Різноманітність. Харчування має бути різноманітним і не надто екстравагантним. Кількість жирної, смаженої, гострої та кислої їжі доведеться обмежити. Людському організму для нормального функціонування потрібна величезна кількість органічних і мінеральних речовин, і вони обов'язково повинні бути присутніми у вашому раціоні.



ВІСІМ ПРАВИЛ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ

3 Поступовість. Відразу відмовитися від звичного харчування складно, тому включайте здорові продукти в свій раціон поступово. Придбайте пароварку. Вона збереже всі корисні речовини, що містяться в продуктах, і при цьому захистить вас від жирів. Також слід зменшити споживання солі і цукру.

4 Енергетичний баланс. Їжа повинна заповнювати наші енергетичні втрати, і система харчування повинна це враховувати.

5 Сніданок обов'язковий. Він повинен бути повноцінним і різноманітним – кави з булочкою недостатньо. Найкращий варіант – повернутися в дитинство, до вівсянки і гречки. Якщо зранку часу немає, можна перекусити яблуком, бананом або йогуртом. Добре з'їсти яйце вкруту або омлет, а замість кави випити чашку свіжозавареного чаю, краще зеленого і без цукру.

6 Харчуйтеся за графіком. На роботу можна захопити пшеничний хлібець, батончик з мюслі, суміш сухофруктів з горіхами, яблуко або шматочок сиру. Все це допоможе протриматися до обіду в гарному настрої. Тим, хто працює в нічну зміну, від прийому їжі відмовлятися не можна. При цьому обов'язково треба з'їсти що-небудь солодке (глюкоза допоможе організму впоратися зі стресом і підживить нервову систему).

7 Розбавляйте раціон. Під час обіду і вечери не забувайте про густі супи. Вони сприяють кращому травленню і не перевантажують шлунок. Кількість

алкоголю необхідно скоротити. Пийте сік, чай або мінеральну воду без газу. А ось газувана вода негативно впливає на шлунково-кишковий тракт.

8 Фрукти і овочі необхідні. Це одна з основ правильного харчування. Вони обов'язково повинні бути присутніми у вашому раціоні. У них містяться необхідні нашому організму харчові волокна і вітаміни. Недолік фруктів у раціоні може стати причиною спраги (доводиться багато пити, підвищується навантаження на серце і нирки) і необхідності приймати «банкові вітаміни», які значно відрізняються від природних аналогів. Але разом з тим не варто харчуватися цілими днями лише одними фруктами та салатами, оскільки це може спричинити розлад шлунка та інші проблеми з травленням.

Будьте здорові та не хворійте!
Відділ комунікації, організаційної та інформаційно-роз'яснювальної роботи ДУ «Житомирський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України»

Гороскоп на тиждень 10 квітня - 16 квітня

ОВЕН
Можливі домовленості з кимось із давніх знайомих, які займають важливе становище у суспільстві. Службовцям не варто розраховувати на підвищення.

ТЕЛЕЦЬ
Події тижня сприяють особистісному та духовному зростанню. Мають бути важливі розмови з начальством, з діловими партнерами.

БЛИЗНЮКИ
Грошей стає більше, і окрім звичайних заробітків, можна розраховувати на повернення старих боргів, підприємцям – на вигідні інвестиції.

РАК
Імовірність долею зустрічі досить висока, особливо якщо ви поїдете в подорож. Закохані зі стажем зможуть зміцнити стосунки.

ЛЕВ
У особистому житті відбуваються різноспрямовані, але важливі події. Великих прибутків не передбачається, не буде й втрат.

ДІВА
У разі проблем на роботі або зі здоров'ям ви можете сміливо розраховувати на свого партнера. Складні стосунки з родичами поступово регулюються.

ТЕРЕЗИ
Період більше підходить для закриття хвостів, але не для починань. Якщо раціонально використовуватимете кошти, то зможете трохи накопичити.

СКОРПІОН
У цей період реальні нові пропозиції, які можуть дещо поживити бізнес, який починає згасати. Вдалими будуть угоди з іноземними партнерами.

СТРІЛЕЦЬ
Напружена щоденна праця забирає багато часу, фізичних та психічних сил, а тому на особисте життя часу може й не вистачити.

КОЗОРІГ
Подружжя, що розсварилося в минулому, може подумати про примирення, і в цьому йому допоможуть друзі, хтось із рідні або спільні діти.

ВОДОЛІЙ
Активізуються зв'язки з колегами з інших міст чи країн, можливе відновлення перерваної співпраці, вдале відрядження.

РИБИ
Настає період яскравих професійних рішень та напруженої відповідальності. Фінансова ситуація буде стабільною.

Джерело: TCH

Смачного!

Пісні котлети з рису

Інгредієнти: 150 г круглозернистого рису (або 400 г відвареного), 1 морквина, 1 цибулина, ½ ч. л. солі, 5 гілочок петрушки, 3 ст. л. панірувальних сухарів, 5 ст. л. олії для смаження.

• Відваріть 150 г рису. Для цього промийте його під проточною водою, висипте в каструлю, залийте 300 мл води. Доведіть воду до кипіння, зменште вогонь і варіть під напіввідкритою кришкою 20 хв. Готовий рис викладіть в окрему миску та залиште охолоджуватися до кімнатної температури.

• Цибулину та морквину почистьте від шкірки. Цибулю наріжте кубиками, а моркву натріть на терці. Помийте 5 гілочок

петрушки, висушіть паперовим рушником та мілко наріжте.

• Розігрійте пательню з 2 ст. л. олії та обсмажте нарізану цибулю 5-6 хв. Додайте до цибулі потерту моркву та смажте овочі до готовності моркви.

• Обсмажені овочі та нарізану петрушку змішайте з рисом, перекладіть масу в чашу блендера та перебийте до однорідності. Додайте ½ ч. л. солі та перемішайте.

• Підготуйте гарілку з 3 ст. л. панірувальних сухарів. Руками сформуєте котлети овальної форми та кожен котлетку обваляйте у панірувальних сухарях.

• Розігрійте пательню з 3 ст. л. олії та обсмажте котлети до



золотавої скоринки, по 2-3 хв з кожного боку. Готові котлети викладіть на паперовий рушник, щоб він увібрав зайву олію. Подавайте теплими з улюбленим соусом.

Важливо! Щоб рецепт вдався як слід, а котлети не розвалилися під час приготування, не замінійте круглозернистий рис іншими видами.

Сочевиця: простий рецепт приготування

Інгредієнти: 200 г зеленої сочевиці, 1-2 зірочки бодяну, 20 г вершкового масла (або 1 ст. л. оливкової олії), сіль за смаком.



• Промийте сочевицю, покладіть в каструлю і додайте води. Візьміть на одну частину бобів три частини води. Додайте сіль і поставте на великий вогонь.

• Додайте 1-2 зірочки бодяну. Це важливо – сочевиця з анісом чудово поєднуються на молекулярному рівні. Якщо ви не любите його, то можете додати спеції на свій розсуд: лавровий лист, часник, стебла петрушки, запашний перець. У будь-якому разі це зробить сочевицю смачнішою.

• Коли вода закипить, зменшіть вогонь до середнього і варіть до готовності близько 20-25 хвилин. Як дізнатися готовність? Скуштуйте. Якщо сочевиця м'яка, значить готова.

• Відкиньте сочевицю на друшляк, дайте стекти залишкам води і поверніть в каструлю. Додайте вершкове масло – воно підсилює смак абсолютно всіх продуктів у світі. Усе. Ароматний гарнір готовий.

Джерело: klopotenko.com

Куточок ГОРОДНИКА

Чим підживити часник навесні, щоб листя не жовтіло

Це допоможе зробити листя часнику зеленим, а головки великими.

Іноді при вирощуванні часнику городники помічають, що його листя почало жовтіти. У цього є дві причини, усунувши які, можна домогтися гарного врожаю.

Ця рослина змінює колір, якщо посаджена в землю, де їй не вистачає поживних речовин. Для того, щоб уникнути подібного, потрібно знати, як і чим підживити часник.

Пожовтіє листя і в разі заморозків при температурі нижче -5°C в той момент, коли перші паростки тільки вийшли з ґрунту. Цього не станеться, якщо, дізнавшись про наближення холоднечі, накрити часник.

Однак подібне трапляється нечасто. А ось про добриво потрібно подбати заздалегідь.

ЯК І ЧИМ НАВЕСНІ ПІДЖИВИТИ ЧАСНИК

Вперше добриво треба додавати, коли витягнулися дві пари листочків. Якщо не прогавити цей час, пір'я виросте великим і соковитим, завдяки чому головки швидко дозріють і добре наляжуться, адже їхня величина залежить від якості листя.

Будуть потрібні азот і магній, що відповідає за утворення хлорофілу в клі-

тинах рослини. У 10 л води слід розвести по 20 г кожного добрива. Грядки з часником потрібно полити чистою водою, а потім – отриманим розчином із розрахунку від 5 до 8 л на погонний метр, залежно від вологості ґрунту.



Наступного після підживлення дня треба розпушити землю під часником – щоб волога не випарувалася з ґрунту. Якщо надворі сухо і тепло, слід провести й мульчування.

Також важливо пам'ятати, як правильно поливати цю рослину. Волога має зберігатися на глибині 20-30 см у прикореневій зоні. Однак заливати часник не варто, між поливами ґрунту важливо дати трохи підсохнути.

Якщо дотримуватися всіх зазначених порад, можна розраховувати на багатий урожай. Часник не жовтітиме і не сохнути, а головки виростуть великі, зі щільними великими зубчиками.

Які квіти не рекомендується розміщувати в спальні

Чому не можна тримати багато рослин у спальні.

Здається, що рослини, виробляючи кисень, мають бути ідеальним вибором для спальні. Однак є кілька причин, як наукових, так і ні, через які не варто первантажувати кімнату рослинами.



ЧОМУ НЕ МОЖНА ТРИМАТИ БАГАТО РОСЛИН У СПАЛЬНІ

У спальні має бути небагато рослин, і не всі квіти підходять для цього приміщення. Вся справа в кисні. Якщо ви сподіваєтеся, що рослини вироблятимуть кисень у спальні вночі, то варто знати, що більшість квітів просто дихають, виділяючи вуглекислий газ у цей час. А кисень вони виділяють тільки під час фотосинтезу, який потребує сонячного світла, тобто вдень.

Крім дефіциту кисню, який створюють деякі рослини вночі, є також квіти, які можуть виділяти отруйні речовини. Крім того, ґрунт у горщиках може бути заражений спорами гриб-

ків або цвіллю. Куплені нещодавно в магазинах квіти можуть бути оброблені фунгіцидами для запобігання хворобам або добривами для стимуляції росту і цвітіння. Деякі рослини можуть викликати у вас алергічну реакцію, про яку ви навіть не підозрювали.

Згідно з феншуйом кожна рослина має свою енергетику, яка впливає на людину, тому деяких рослин слід уникати в спальні. Особливо небажано мати кактуси. Також несприятливою для енергетики спальні є наявність рослин із гострим листям.

ЯКІ КВІТИ НЕ РЕКОМЕНДУЄТЬСЯ РОЗМІЩУВАТИ В СПАЛЬНІ

Для спальні не рекомендується обирати рослини, які активно поглинають кисень уночі, такі як папороті та деякі види фікусів. Також не варто розміщувати в спальні квіти, що мають сильний аромат і здатні викликати алергічну реакцію:

- лілії;
- гортензії;
- олеандри;
- примули.

Також небажано для спальні рослини, які можуть стимулювати нервову систему, такі як орхідеї та кактуси. За такого нічного сусідства ви можете прокидатися з головним болем і відчуттям втоми вранці.

Джерело: Ukr.Media

10 КВІТНЯ середа	11 КВІТНЯ четвер	12 КВІТНЯ п'ятниця	13 КВІТНЯ субота	14 КВІТНЯ неділя	15 КВІТНЯ понеділок	16 КВІТНЯ вівторок
+ 11° + 24°	+ 12° + 17°	+ 9° + 18°	+ 11° + 17°	+ 11° + 20°	+ 10° + 18°	+ 11° + 15°
743 ТИСК, ММ	745 ТИСК, ММ	747 ТИСК, ММ	746 ТИСК, ММ	739 ТИСК, ММ	737 ТИСК, ММ	730 ТИСК, ММ

10 КВІТНЯ

**СВІЙ 45-РІЧНИЙ ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ СВЯТКУВАВ
ЗАЛЕВСЬКИЙ ВАДИМ АНАТОЛІЙОВИЧ,
ЖИТЕЛЬ СЕЛИЩА РОМАНІВ,
ДИРЕКТОР КУ ПО ЕКСПЛУАТАЦІЇ АДМІНБУДІВЛІ
РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ ТА БЛАГОУСТРОЮ**



ШАНОВНИЙ ВАДИМЕ АНАТОЛІЙОВИЧУ,
ВІТАЄМО ІЗ 45-РІЧЧЯМ! НЕХАЙ ЦЕЙ ВІК ВІЯВИТЬСЯ НОВИМ
РОЗКВІТОМ СИЛ ТА ЖИТТЕВОЇ ЕНЕРГІЇ.
БАЖАЄМО ВІДКРИТИ СЕБЕ З НОВОГО БОКУ.
БАЖАЄМО ПОБАЧИТИ НА ОБРІЇ НОВІ МОЖЛИВОСТІ.
БАЖАЄМО ПРИДУМАТИ НОВІ МРІЇ,
І НЕХАЙ У 45 РОКІВ У ВАС ВСЕ ВИХОДИТЬ ЯК ТРЕБА.
НЕХАЙ ВАС ЛЮБЛЯТЬ РІДНІ, ШАНУЮТЬ ДРУЗІ.
НЕХАЙ КОЖЕН ДЕНЬ ДОЗВОЛЯЄ ДОСЯГАТИ УСПІХУ!
ЗІ СВЯТОМ!

ТОВ ТЕХНІЧНИЙ ЛІЦЕЙ

постійно проводить індивідуальне навчання
та підвищення кваліфікації

ТРАКТОРИСТІВ-МАШІНІСТІВ С/Г ВИРОБНИЦТВА.

067-410-12-15
097-675-58-35
067-799-04-27

**ПОЧАТОК ЗАНЯТЬ З МОМЕНТУ УКЛАДАННЯ ДОГОВОРУ
НА НАВЧАННЯ.**

12 КВІТНЯ

**ДЕНЬ ПОЯВИ НА СВІТ ВІДЗНАЧАЄ
ЖИТЕЛЬКА МАЛЬОВНИЧОГО СЕЛА МЕЖИРІЧКА,
РОМАНІВСЬКОЇ ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ГРОМАДИ,
ЛЕВЧУК СВІТЛАНА МИКОЛАЇВНА!**



ШАНОВНА ПАНІ СВІТЛАНО МИКОЛАЇВНО,
ПРИЙМІТЬ НАШІ ЩИРІ ВІТАННЯ З НАГОДИ ВАШОГО
60-РІЧНОГО ЮВІЛЕЮ! ТО Ж, ПРИЙМІТЬ НА ВАШУ АДРЕСУ ЦІ
ВІРШОВАНІ СВЯТКОВІ РЯДКИ:

НЕХАЙ ЛЕТАТЬ СОБІ ЛІТА,
НАМ ЗУПИНИТИ ЇХ НЕ ВДАСТЬСЯ.
ХАЙ БУДЕ ІСТИНА ПРОСТА:
ЧИМ БІЛЬШЕ ЛІТ, ТИМ БІЛЬШЕ ЩАСТЯ!
ЛЮДСЬКОЇ ШАНИ ЗИЧИМО Й ТЕПЛА,
ДОСТАТКУ, ЗЛАГОДИ В РОДИНІ,
ЖУРБА ЩОБ В БЕЗВІСТЬ ВІДІШЛА,
А РАДІСТЬ ЖИЛА В КОЖНІЙ ДНИНІ!

**ПРОДАЄТЬСЯ
ТОРФОБРИКЕТ**

для опалення

**Доставка
по домовленості
380673645617**

**КОПАЄМО, ЧИСТИМО ТА
ПОГЛИБЛЮЄМО КРИНИЦІ**

380678794357

380679759461

380663478257

Іван Васильович

**В наявності круги колодязні
та каналізаційні, дашки до них**

БУДМАТЕРІАЛИ

ДОШКА ПОЛА, БРУС
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА



**ВСЕ
НАЙКРАЩЕ
У НАС**

**Тел.: (097) 74-55-459
(096) 909-34-59**

12 КВІТНЯ

**ВІДЗНАЧАЄ СВІЙ 50-РІЧНИЙ ЮВІЛЕЙ
ЖИТЕЛЬКА СЕЛИЩА МИРОПІЛЬ,
НАЧАЛЬНИК ГУМАНІТАРНОГО ВІДДІЛУ РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ,
ГАВРИЛОВА ОКСАНА ЛЕОНІДІВНА!**



ШАНОВНА ОКСАНО ЛЕОНІДІВНО,
ВІТАЄМО ВАС ІЗ ЮВІЛЕЄМ! 50 РОКІВ — НЕЙМОВІРНА ДАТА!
ВОНА ОСОБЛИВА, АДЖЕ ЦЬОГО ДНЯ МАЮТЬ ЗБУТИСЯ ВСІ
НАЙВАЖЛИВІШІ МРІЇ! БУДЬТЕ ЗАВЖДИ НА ОПТИМІСТИЧНІЙ
ХВИЛІ, З ХОРОШИМИ ЛЮДЬМИ, ВПРАВНИМИ КОЛЕГАМИ,
КОХАНИМ ЧОЛОВІКОМ. НЕХАЙ ДІТИ ТА ОНУКИ ЗАВЖДИ
ТІШАТЬ СВОЇМИ УСПІХАМИ, ТЕПЛИМИ СЛОВАМИ ТА
ЩИРИМИ ЕМОЦІЯМИ! ПОБІЛЬШЕ ВІДПОЧИНКУ,
ГАРНИХ ДНІВ, ЦІКАВОЇ РОБОТИ, ПІДТРИМКИ ВІД РІДНИХ ТА
ХОРОШИХ МОМЕНТІВ, ЯКІ Й СТВОРЮЮТЬ ЦЕ ЖИТТЯ!
ІЗ ЮВІЛЕЄМ!

ОГОЛОШЕННЯ

- Чистка, копка та докопування
криниць, з доставкою кругів,
- Копка каналізацій, Антисептичні
роботи. Працюємо в будь-яку
пору. Тел. 0685000761

РОЗМІЩЕННЯ РЕКЛАМИ В ГАЗЕТІ

Відділ реклами:

067 412-89-81

**Вона допомогла мені!
Допоможе і вам!**

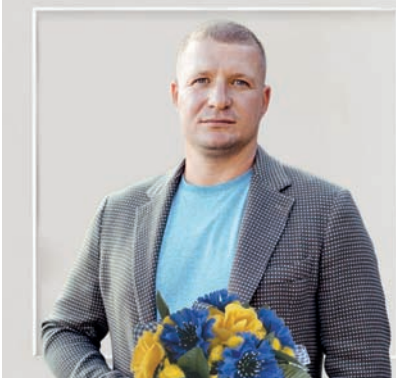
Є така людина, що допомагає
в особистому житті

Я хочу, щоб люди дізналися,
що вона допомагає, гроші не бере,
але ви можете віддячити від себе.

(097)445 81 17

14 КВІТНЯ

**СВЯТКУЄ СВІЙ, ЩЕ ЗОВІСМ МОЛОДИЙ,
40-РІЧНИЙ ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ,
ЖИТЕЛЬ СЕЛИЩА РОМАНІВ, ДЕПУТАТ РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ,
КІНДРУК ІВАН МИКОЛАЙОВИЧ!**



ДОРОГИЙ ІВАНЕ МИКОЛАЙОВИЧУ,
ЩИРОСЕРДЕЧНО ВІТАЄМО ВАС ЗІ СВЯТОМ, ІЗ ЮВІЛЕЄМ!
БАЖАЄМО ВАМ СИЛ, ЗДОРОВ'Я, ЕНЕРГІЇ, ВПЕВНЕНОСТІ,
СМИЛИВОСТІ НАПОЛЕГЛИВОСТІ!
НЕХАЙ ВАШЕ СЕРЦЕ ПИШАЄТЬСЯ ВСІМ, ЩО ВАМИ ДОСЯГНУТО,
НЕХАЙ ДУША ПРАГНЕ ДО ТОГО, ЧОГО ДУЖЕ ХОЧЕТЬСЯ.
БУДЬТЕ РІШУЧИМ ЧОЛОВІКОМ І ПРОСТО
ЩАСЛИВОЮ ЛЮДИНОЮ, АДЖЕ ВИ ТОГО ВАРТІ!
НЕХАЙ ЗБУВАЮТЬСЯ ВСІ ВАШІ МРІЇ І СЕРЕД НИХ
НАЙГОЛОВНІШЕ - ПЕРЕМОЖНИЙ МИР ДЛЯ НАШОЇ УКРАЇНИ!
ЗІ СВЯТОМ!



**ARMIA POTREBUJE
TEBE!**

Тисячі підписують контракт, тому що Збройні Сили України -
це середовище для найсміливіших та найпатріотичніших!

**Житомирський
районний ТЦК та СП
запрошує
на службу
за контрактом**

Для проходження військової
служби за контрактом в ЗСУ
звертайся до Житомирського
районного ТЦК та СП за адресою:
м. Житомир, вул. Тараса Бульби-
Боровця, 21, тел.: 093 868 52 30.