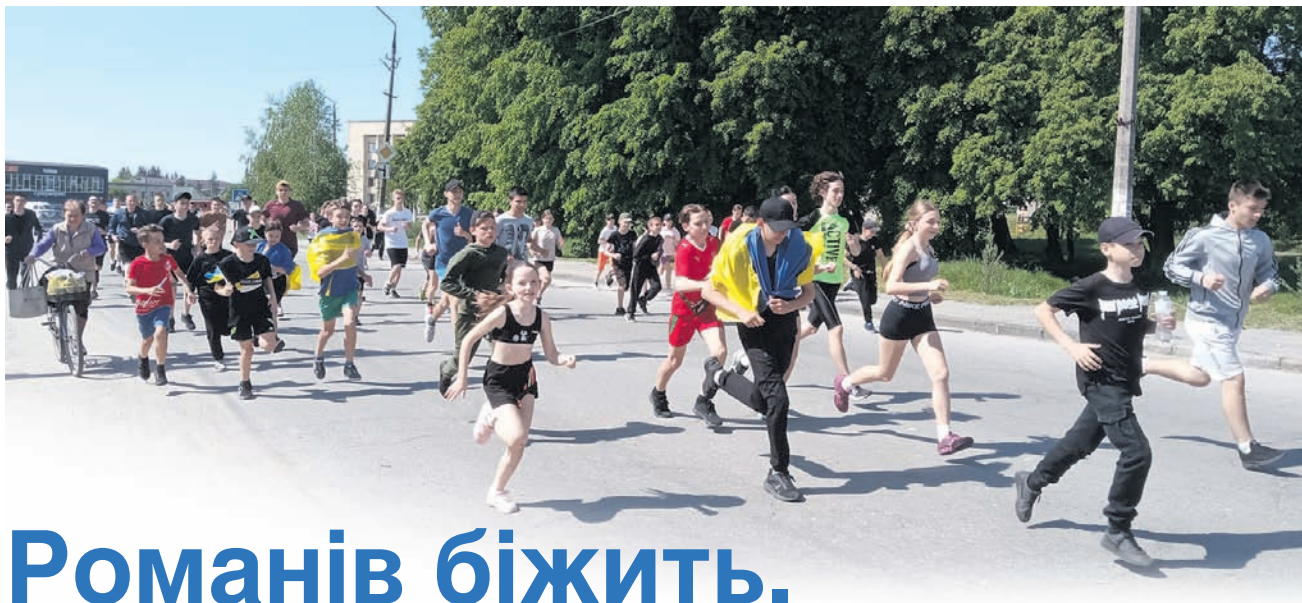




Він з 10 років мріяв  
служити в «Азові»

с. 4



## Романів біжить. Причому – попереду!

Наталка Рисіч

Подія, яка проходила у центрі Романова 3 травня 2024 року, мала трохи буденний і прозаїчний вигляд.

Наче й видатної дати чи свята, зафіксованих у календарі, на цей день не припадало, і ніхто у Романові навіть не здогадувався про відзначення 10-річчя від часу утворення цивільно-військового формування (так званого Управління І9) при Генеральному штабі ЗСУ і розпочатого відтоді цивільно-військового співробітництва у ЗСУ. Тож сьогодні важливо згадати про те, що основними завданнями Управління І9 є:

- планування, організація, координація заходів цивільно-військового співробітництва та контроль за їхнім виконанням;

- організація цивільно-військової взаємодії з об'єктами цивільного середовища;

- організація заходів щодо захисту цивільного населення та координація гуманітарної діяльності;

- організація та координація репатріаційних заходів і пошукової роботи.

Аби посилити увагу до такого явища, яке поки що в Україні широко і масово не усвідомлене (хоча давно існує і доволі потужно розвивається), Житомирський обласний центр фізичного здоров'я «Спорт для всіх» на виконання розпорядження голови обласної військово-цивільної адміністрації рекомендував громадам Житомирського району провести у період із 1 по 4 травня 2024 року легкоатлетичний пробіг.

Слід зауважити, що у Романові до такого заходу поставилися максимально уважно і якраз у п'ятницю, 3 травня, на центральному майдані

селища і стартував пробіг юних спортсменів, який надалі проходив частиною вулиці Шевченка, вулицею Кооперативною та частиною вулиці Героїв Небесної Сотні. Довжина відстані, яку мали здолати учасники легкоатлетичного пробігу, – трохи більше одного кілометра. Умови пробігу не передбачали визначення переможця та призерів спортивного заходу, оскільки пробіг мав виключно церемоніальну мету. У ЗМІ, аби не заглиблюватись у складності поняття «військово-цивільне співробітництво», назвали захід у Романові патріотичним забігом, що й було дуже правильно і влучно. Додамо, що учасників легкоатлетичного забігу було доволі багато: навіть той факт, що для його учасників, яких було майже 70 осіб, не вистачило пам'ятних дипломів, говорить, що юні спортсмени залюбки взяли участь у заході і багато хто із дітей,

учасників пробігу, брав із собою полотнище прапора України, який піднімався на фініші спортивної траси. Це мало дуже зворушливий, щирий і переконливий вигляд.

Ще одна деталь, яка засвідчує, що у Романові неабиякою популярністю користуються заняття із легкої атлетики. Успіхи Вікторії Бондарєвої та Романа Цюмика, які вже давно виступають у складі юніорської та юнацької збірної України, дуже промовисті і приклад своїх, тепер вже старших, земляків бажає наслідувати ціла плеяда молодших легкоатлетів. До речі, до учасників забігу у Романові якраз і доєднався нині вже уславлений чемпіон зі спортивної ходи та переможець багатьох змагань всеукраїнського і навіть міжнародного рівня Роман Цюмик. Разом із ним у забігу брали участь практично усі вихованці відомого романівського тренера-педагога Анато-



Будинок культури і його художній керівник можуть багато

с. 5



Із Мирополя на Великдень: до шпиталю – автівкою, на передову – «Новою поштою»

с. 5

лія Сушицького. До речі, романівчани, які стали свідками легкоатлетичного забігу 3 травня 2024 року, навіть не здогадувалися, що поряд, на вулицях їхнього селища, біжать і демонструють свою прихильність до спорту чимало нинішніх і майбутніх чемпіонів Житомирщини та України загалом. Так, у Романові люблять спорт і зокрема легку атлетику. Мабуть,

саме тому Романів став взірцем у проведенні акції на честь 10-ліття цивільно-військового співробітництва в Україні. Принаймні такої масовості, такого бажання бігти і демонструвати свою співучасть у житті країни, яка бореться за волю і незалежність, на Житомирщині не помічено у жодному селищі чи місті. Так що ми цього разу – попереду!





# Зовсім скоро романівчани побачать і почують, як працюють депутати?

Наприкінці квітня 2024 року у Житомирі відбувся круглий стіл на тему «Прозорість місцевого самоврядування як складова процесу децентралізації. Практика сьогодні. Шляхи розвитку».

Захід проходив за участі народних депутатів України, представників фактично усіх громад Житомирщини, керівництва кількох асоціацій місцевих рад України, чиновників Житомирської військової адміністрації на чолі із головою ОВА Віталієм Бунечком.

За словами в. о. Романівського селищного голови Ю. Чумаченка, який також брав участь у роботі круглого столу, під час майже двогодинної розмови у залі університету «Житомирська політехніка» йшлося про прозорість місцевого самоврядування як невід'ємної складової реформи децентралізації в Україні. Народні депутати, звісно ж, презентували положення Закону України «Про внесення змін до Закону України «Про місцеве самоврядування в Україні» щодо забезпечення



прозорості місцевого самоврядування», прийнятого поки що у другому читанні Верховною Радою України 22 лютого 2024 року.

Саме цей закон має стати одним з інструментів посилення рівня прозорості місцевого самоврядування, що сприятиме підвищенню довіри суспільства до прийнятих місцевою владою рішень. Бо не секрет, що питання довіри людей до влади на місцях сьогодні стоїть дуже гостро, а поліпшити цю довіру і загалом авторитет влади можна і треба завдяки прозорості, відкритості та гласності в діяльності органів місцевого самоврядування.

Юрій Чумаченко як учасник розмови за круглим столом зауважив, що певні зміни у роботі місцевої влади відбудуться вже найближчим часом. Йдеться про те, що відтепер не лише сесії, наприклад, Романівської селищної ради, але й засідання постійних депутатських комісій Романівської селищної ради мають проходити у режимі відеофіксації. Поки в Україні діють норми воєнного стану, відеоматеріали із записами засідань депутатських комісій та сесій Романівської селищної ради будуть оприлюднюватися на інтернет-ресурсах (на сайті Романівської селищної ради) од-

разу після завершення засідання комісії чи сесійного засідання. Після завершення дії воєнного часу в Україні відеозапис сесій буде трансляватися у прямому ефірі.

Звісно, жителям Романова чи сіл Романівської громади буде цікаво побачити суто у домашній обстановці, на моніторі власного комп'ютера, як депутати обговорюють те чи інше питання і як голосують за кожне конкретне рішення під час сесії. Втім, говорити, що саме по собі запровадження відеозапису сесій чи відеотрансляції із сесійного залу вирішать проблеми місцевого самоврядування, не можна. Якщо громада, якщо жителі вулиці, села чи селища залишатимуться байдужими до того, як і наскільки вдало (чи невдало) працює обрана ними влада, жодні відеотрансляції із сесійного залу не допоможуть зрушити ситуацію на краще. Так, можливість побачити з будь-якого місця у селі чи селищі Романівської селищної ради, що робиться на сесії або ж під час засідання депутатської комісії – це добре, але питання стоїть трохи по-іншому: чи зацікавить люде те, що депутати обговорюють, за що голосують і що вирішують? Досі такої цікавості громадськість

не виявляла, і поки що це найбільша проблема місцевого самоврядування.

Під час зустрічі за круглим столом декілька разів звучала фраза, що Житомирщина є лідером реформи місцевого самоврядування в масштабах всієї України. Однак ситуація із пасивністю громади щодо залучення до самоврядних процесів на Житомирщині так само плачевна, як і в інших областях України.

**Так, відкритість влади, чиновницького апарату щодо громадян і своїх виборців сама по собі похвальна, але й громада має зайняти трохи іншу позицію. Якщо людям не цікаві питання благоустрою, громадського порядку, надходжень до бюджету громади, то жодні депутати і чиновники не покращать життя у громаді.**

Проблема, як кажуть, не нова, але саме від її вирішення залежить майбутнє кожної із громад України. І так само – перспективи розвитку всієї держави у майбутньому.

## «Ми полягли, бо не могли бути сторонніми спостерігачами»

(до 2 червня у Житомирі можна побачити «Янголів Маріуполя»)

Віктор Першко

По друге червня 2024 року у Житомирському обласному краєзнавчому музеї встановлена виставка «Полк "Азов" – янголи Маріуполя».



Експонатами виставки стали більше двохсот фотопортретів бійців окремого загону спеціального призначення Національної гвардії України «Азов», які покрили свої імена невмирущою славою під час оборони Маріуполя у березні – травні 2022 року. На кожному фото розміщені дві дати, і це означає, що герої оборони Маріуполя загинули у ході запеклих боїв у самому місті, а більшість з них – під час оборони заводу «Азовсталь». Сьогодні, коли від часу завершення оборони міста-героя минуло майже два роки, набагато очевиднішою стає роль бійців «Азову» та інших захисників Маріуполя у тому, щоб відтягнути на себе значну частину військ агресора, який намагався оволодіти столицею України максимум за тиждень. Адже й досі багато військових фахівців вважають, що героїчна оборона і розгром рашистів під Києвом у березні 2022-го року стали можливими саме завдяки стійкості бійців «Азову».

Слід зауважити, що кожен фотопортрет героя-азовця супроводжується змістовною розповіддю про його місце народження, основні життєві віхи та про обставини, за яких військовослужбовець загинув. Загалом виставка, яка вже побувала у 14-ти містах України, сьогодні ще й приурочена 10-й річниці створення батальйону «Азов» у 2014-му році. З того часу підрозділи «Азову» неодноразово підтверджували свій авторитет справді елітного підрозділу Національної гвардії України. А вороги-рашисти досі вважають бійців-«азовців» символами диявольського спротиву, які ніколи не відступають, а ще рідше здаються в полон.

Директор Житомирського обласного краєзнавчого музею Роман Насонов зауважує, що нинішня виставка, приурочена десятій річниці від часу утворення елітного підрозділу Національної гвардії України «Азов», має особливий пафос: ще ніколи у залі музею не було розміщено більше двохсот портретів героїв, що полягли у боротьбі за волю України. Їхні очі, їхні обличчя, їхні усмішки говорять дуже промовисто і звучно. «Ми залишилися вірними клятві, ми полягли, бо не могли бути сторонніми спостерігачами», – наче промовляє кожне фото, розташоване у залі краєзнавчого музею. Втім, жодна розповідь про виставку не зможе передати справжнього пафосу зібраних воедино її експонатів. Тому варто йти до музею, аби поглянути в очі героїв, які дивляться на нас із фото. Бо це – ще один момент істини, коли до людей, що живуть у відносно мирних умовах, приїздить ось такий зал із портретами героїв. Вони назавжди будуть янголами Маріуполя не лише для нас, українців, але й для більшості цивілізованого світу, який починає розуміти, що право на щастя, можливість будувати гарні міста і достойне життя здобувається у боротьбі із ворогом.

Виставка, якій у Житомирі залишилося очікувати відвідувачів ще три тижні, справді достойна і варта, аби її відвідало щонайбільше поліс'ян. У нас, у кожній із громад Житомирської області, чимало і своїх героїв-янголів, які дочасно поринули у небо, залишивши нам вічну і невмирущу пам'ять про себе. Але усі наші герої, яких ми називаємо янголами, достойні пам'яті, почесі і згадки. Тим самим «не-злим тихим словом».

## Лушпиння та бісер також допомагають ВІЙСЬКОВИМ

Лушпиння з фісташок, льон, квіти, вербова лоза, натуральні нитки, бісер та намистинки.

Ці матеріали використали учні 9-го класу Миропільського ліцею для створення сувенірів, іграшок та інших предметів, які були виготовлені на уроках ручної праці. Навчала миропільських дітей цьому ремеслу їхня вчителька Антоніна Олександрівна Патлах. Залишилася вона з дітьми разом із вчителькою виходили на базар, аби запропонувати людям свої вироби.

Скажемо так: традиція виготовляти предмети побуту, які приваблюють своєю красою і досконалістю, у вчительки Миропільського ліцею сформувалася давно, а діти охоче і постійно її підтримують. Тож сувенірні скриньки, підсвічники, іграшки, магніти та інші прикраси, які виготовляють ліцеїсти під керівництвом Антоніни Патлах, добре продаються під час ярмарків та у так звані базарні дні. Ну а щодо акції, яку провели дев'ятикласники тиждень тому, то продаж предметів ручної праці приніс черговий трохи більше 10 тисяч гривень. Звісно ж, у Мирополі вже стало традицією надсилати певну суму коштів на потреби тих підрозділів, де служать наші воїни-земляки. Тому і чергові 10 тисяч гривень розподілили таким же чином.







## Жива пам'ять – це живі квіти, а не пластик

Наша газета неодноразово зверталася до теми благоустрою, чистоти та безпеки довкілля.

Але тема екологічної безпеки, питання чистоти довкілля і елементарні правила цивілізованого суспільства знову і знову нагадують про важливість такого нагадування і попередження для кожного жителя громади.

Отже, незабаром поминальні дні. Власне кажучи, на кладовище помянути рідню, друга, сусіда чи просто знайому людину ми приходимо не лише у традиційні для поминок дні. Знову і знову, незважаючи на зауваження та перестороги, доводиться казати, що традиція прибирати та прикрашати могили штучними вінками та квітами поки що не зникає. Люди, приносячи на кладовище «пластикові сміття», навіть не задумуються, що матеріал, з якого зроблені такі квіти, під впливом сонячного світла, внаслідок зміни температурного режиму починає розкладатись, виділяючи канцерогени, які дуже небезпечні для здоров'я людей та довкілля.

Крім того, захоронення або спалювання штучних квітів завдає непоправної шкоди. При спалюванні в атмосферне повітря виділяється велика кількість діоксинів, тобто хлорованих вуглеводів, що є надзвичайно канцерогенними. Як наслідок – зниження імунітету, погіршення здоров'я у людей і виникнення онкологічних захворювань. **На жаль, на сьогодні немає жодного безпечного методу їхньої утилізації.**

У багатьох громадах України питання про використання штучних квітів, вінків та іншої продукції обрядово-поминального призначення на місцевих кладовищах розглядалось на засіданнях виконкомів місцевих рад. Бувало, що депутати ініціювали подібні питання для розгляду і на сесіях. У більшості випадків рішеннями виконкомів та сесій сільських, селищних та міських рад вводиться заборона на продаж продукції з синтетичних полімерів (штучних квітів, вінків, кошиків та інших ритуальних товарів, виготовлених із пластику). Згідно з ухваленими рішеннями забороняється також приносити і залишати штучні квіти, вінки, кошики на кладовищах, розташованих на території певної громади.

Отже, й сьогодні звернення до наших жителів має бути доречним і вчасним: **давайте відмовимось від використання штучних квітів на кладовищах!** Будьмо відповідальними до себе, своїх близьких та довкілля! Зберігаймо світлу пам'ять про померлих, піклуючись про майбутні покоління, віддаваймо перевагу висаджуванню живих квітів та рослин.

## З'їздили у гості до Полонного. І – не дарма!

Віктор Єрофєєв

У минулому номері нашої газети ми розповідали про те, як чемпіон Житомирщини 2023 року (романівський FC «VIVAD») проводить матчі попереднього етапу чемпіонату України з футболу серед аматорів.

Романівська команда перед поєдинком 4-го травня посідала 4-у позицію у турнірній таблиці, і загалом такий результат на фініші попереднього етапу наших хлопців цілком влаштував би.

Однак минулої суботи романівчани мали грати гостьовий поєдинок у сусідів по турнірній таблиці. «VIVAD» мав їхати на побачення із футболістами «Колоса» із містечка Полонне Хмельницької області. «Колос» для наших футболістів є добре знайомою командою, оскільки, окрім календарних матчів першості України серед аматорських колективів, «VIVAD» неодноразово зустрічався із футболістами «Колоса» у товариських і тренувальних поєдинках. Але то тренування, а тепер – турнірний результат!

4 травня у Полонному гостям варто було налаштуватися на відсіч супернику, який за будь-яку ціну прагнув перемоги. По-перше, «Колос» хотів перемоги «VIVAD» і переміститися на 4-е місце, яким хмельничани поступилися нашим землякам два тижні тому. По-друге, «Колос» прагнув з усіх сил продемонструвати сво-



ім глядачам-вболівальникам, що нищівна поразка, якої футболісти із Полонного нещодавно зазнали у Івано-Франківську, була прикрою випадковістю.

Щодо настроїв у стані FC «VIVAD», то наші футболісти, безумовно, розуміли, який прийом готують їм у Полонному футболісти «Колоса». Звісно, романівська команда налаштувалася на суперскладний матч. Втім, так воно й сталося: хмельницькі чемпіони наступали, а представники Житомирщини оборонялися доволі організовано та впевнено. У таких ситуаціях часто важливою стає будь-яка деталь. І такою деталлю стала помилка нашого голкіпера Олексія Дворніна, який не зміг дотягнутися до несильно перекинутого через нього м'яча. У підсумку – прикрий голі наприкінці першого тайму, і господарі повели у рахунку – 1:0. У другому таймі «Колос», відчуваючи перевагу в рахунку, грав на утримання нехай і мінімальної, але все ж таки переваги у рахунку. Проте «VIVAD» відповідав гострими контратаками, і одна із них увінчалася забитим голом. Звісно ж, господарі стадіону

кинулись в атаку, але найчастіше футболісти «Колоса» надто поспішали, а тому до гострих моментів біля воріт Дворніна справа не доходила. Щоправда, до кінця гри господарі стадіону мали два реальні моменти, щоб забити другий м'яч. Проте Дворнін більше не помилявся, і обидва рази наш воротар опинявся на шляху ударів суперників. **Як не прагнули забити гол і отримати перемогу господарі стадіону, матч все ж таки завершився внічию – 1:1.** У підсумку романівська команда із 26-ма турнірними очками посідає 4-е місце, а «Колос» із відставанням у два турнірних бали займає п'яту сходинку. Якщо врахувати, що футболісти із Полонного провели на гру менше, ніж «VIVAD», то романівська команда має наступні поєдинки принаймні не програвати. Адже йдеться про те, аби не опуститися нижче п'ятої сходинки, щоб потрапити до другого етапу чемпіонату, коли кращі команди із обох груп аматорського чемпіонату зійдуться між собою у стикових іграх і надалі визначатимуть переможця та призерів чемпіонату.

## Бджоли витримають! І пасічники – також! Але треба щось робити!

Віктор Першко

Напрочуд рання весна, а потім місяць дуже відчутних температурних перепадів (гойдалок) завдали клопотів не лише фермерам та навіть домашнім господарям, які розгубилися із графіком посіву та посадки городини.

Ще більше клопотів у бджолярів Житомирщини. Бджілки найбільш адекватно реагують на прихід тепла, і так зване роїння цьогоріч побило усі досі відомі графіки. У підсумку навіть бувалим і досвідченим бджолярам доведеться відновлювати ослаблені пасіки аж до літа. Це в кращому

разі. Як не дивно, але низка факторів, які впливають на врожайність та продуктивність бджолярського господарства, цієї весни матимуть суто негативний вплив. Окрім температурних гойдалок слід назвати відсутність достатньої кількості культур-медоносів. А вже казати про колись популярні поля із конюшиною, буркуном. А гречка, яка потрапляє у немілість до аграріїв-виробників через низку суто ринкових причин і факторів. Все це, на жаль, нині впливає на процеси медоносіння і на графіки збору меду. Бджолярі належать до тих людей, які ніколи (або майже ніколи) не жаліють і не ображаються на природу, а за всіх умов намагаються врятувати, стабілізувати та зберегти своє господарство.

Звісно ж, тема державної підтримки українського бджолярства вже давно мала б стати предме-

том урядової уваги. А вже на кону стоїть величезна підгалузь, яка приносить чималий дохід у казну держави і неабияк допомагає виживати багатьом працюючим господарям-бджолярам.

**І все ж таки якщо конкретно про 2024-й рік, то вже сьогодні до-свідчені пасічники кажуть, що за підсумками бджолярського сезону нас очікує значне скорочення обсягів виробництва меду.**

Відповідним чином зростуть усі ціни на його закупівлю, і показник 40 гривень за кілограм меду при оптових закупівлях солодкої продукції навряд чи збережеться. Якщо точніше, оптова ціна кілограма меду сягне щонайменше 55-60-гривневої позначки. Важко спрогнозувати показники вартості меду на базарах та в ме-



Джерело фото: Суспільне

режі роздрібною торгівлі, оскільки досі розпродається минулорічний врожай. А вже восени (принаймні у вересні) можна буде зробити остаточні підсумки бджолярського сезону. Те, що українці без меду не сидітимуть, можна навіть не сумніватися, але розвиток галузі (чи підгалузі) все ж таки пригальмується достатньо відчутно. Зрештою, українські бджолярі мають отримати суттєву державну підтримку. І тут йдеться не лише і не тільки про

гроші на закупівлі та розведення нових бджолосімей, а якраз про цілісне бачення державою можливостей цієї галузі (або ж підгалузі) сільського господарства. Звісно ж, сьогодні держава може посилатися на форс-мажорні обставини із економікою України через військові витрати, збитки від руйнувань та обстрілів. Втім, навіть за найтяжчих обставин бджоли і пасічники вистоять і переживуть військове лихоліття. Але ж як бути далі?



# Він з 10 років мріяв служити

Альона Лободзінська

Це не просто стаття про Воїна, це не просто розповідь про людину, це не просто спогади про минуле, це – сповідь, якої прагнула його душа.

Він – Дмитро Чупілко – звичайний хлопець з Романова, як він сам про себе сказав, а для мене, як і для решти свідомих українців, – Герой нашого часу, старший солдат 12-ї бригади спеціального призначення Національної гвардії України «Азов».

Йому лише 20, але, спілкуючись з Дмитром, я бачила перед собою дорослого чоловіка, який вже пожив... Я в житті не відчувала такого піднесення і щастя від спілкування з людиною. Такий він є – позитивний і натхненний на життя, з великою вірою в безумовну перемогу України і з ще більшою надією на щасливе майбутнє.



– Діма Чупілко до повномасштабного вторгнення – хто він?

– Та звичайний хлопець, навчався в школі, займався співами, танцями і боксом, мріючи при цьому стати військовим і служити в «Азові». Взагалі-то я романтик, в мене і позитивний «Романтик». Я легкий по життю і все сприймаю з позитивом. Брат Денис – більш серйозний, був відмінником у школі, а я – зривоголою бойового застосування який доводив вчителів до сказу...

– Ви з братом – близнюки, хоч і дуже різні, з ваших слів. Як між вами стосунки?

– Мій брат – мій найкращий друг. Він для мене все! Ми з ним одне ціле. Денис зараз навчається у військово-телекомунікаційному інституті інформатизації на факультеті бойового застосування управління та зв'язку.

– А ви лише зовні схожі чи по характеру теж?

– О, ні! Ми зовсім різні. Денис – завжди правильний, я – пустун. Часто сам напивався до старших хлопців, за що сам і отримував по шапці, на яку постійно шукав пригод (сміється). Що у нас спільного? Творчість і бокс. Танці, співи і спорт – там ми завжди були разом. Ну і зовнішність, звичайно. Зараз нас розрізняють тільки по моїх татуваннях.

– І що, ніколи нічого з братом не ділили: ні маму, ні тата, ні подарунки?

– Ні. Нас виростила і виховала лише мама, бо батько помер, коли ми були ще зовсім малими. Я погано його пам'ятаю. У нас ще є старший брат – Вячеслав, от він точно пам'ятає тата краще за нас. Вячеслав, до речі, теж військовий.

– А що Ви пам'ятаєте про батька? Який він у Ваших спогадах?

– Я пам'ятаю його у вічно розстібнутій тенісці. В нього були широкі плечі та кучеряве волосся. Я пам'ятаю його дуже красивим. А ще – спокійним і врівноваженим. Недарма мама його обрала.

– Ким для вас є мама?

– Ого! Та вона і мама, і батько, і вчитель... вона для нас – усе! Вона наша подруга і порадиця.

– А чи отримували на горіхи від мам?

– Навіть не пам'ятаю, але якщо і так, то точно по ділу. Я вже й тоді усвідомлював свою поведінку, а зараз тим паче.

– Дмитре, як для Вас почалась війна?

– 17-го лютого нам з братом виповнилося 18 років, а 24-го о 5-й ранку мама нас розбудила і сказала, що почалась війна. Для мене то був треш. Вже о 7-й мама пішла на роботу, наказавши нам не висовуватись з хати, інакше вона нас прибіє (сміється). Тож о 10-й ранку ми з братом, зібравши, що змогли, вже стояли біля військкомату. Нас взяли в тероборону, де ми прослужили рік. За цей рік я дуже багато разів не розумів, чому досі тут. Чому не там, де може бути максимально корисним, – на полі бою.

– І що ж було далі?

– Я мусив втілити в життя мрію дитинства – служити в «Азові». Я заповнив всі необхідні анкети та писав клопотання у відповідні військові структури. Писав, проте сумнівався, чи візьмуть. Тримав це в секреті навіть від діючого командування. Дуже скоро мені подзвонили з «Азову», поставили кілька запитань,

а невдовзі після цього прийшов підписаний Залужним наказ про переведення мене до Кременчука Полтавської області. Це був найщасливіший день мого життя, і вже наступного дня я був там – у складі 12-ї бригади спеціального призначення НГУ «Азов».

– З чого все почалося?

– Ну перші 7 тижнів я проходив КМБ (курс молодого бійця). Підготовка була доволі серйозною. Я пам'ятаю, що мені тоді дуже хотілося солодкого, яке було під заборону. Тож у вихідні ми з хлопцями буквально запихалися шоколадними батончиками і були максимально щасливі (сміється).

– Ви згодні з тим, що до лав ЗСУ варто брати лише вмотивованих? Чи потрібно брати всіх?

– Мотивація, звичайно, вирішує. Але вона часто швидко зникає. Або ж навпаки – з'являється після першого бою чи першого поранення. Найважливіше, на мою думку, – це вчасно надавати військовим повноцінну відпустку. Вони повинні мати можливість набратись тієї мотивації поруч з рідними і друзями, щоб було бажання служити далі. Хлопці страшенно втомлюються.

– Ви теж втомилась?

– Я ще тримаюсь.

– Це молодість?

– Ні, це патріотизм та жага до перемоги – безумовної і беззаперечної, з повною капітуляцією росії. І ніякого замороження конфлікту я не визнаю, бо заради чого ми тоді воюємо, отримуємо поранення, заради чого гинуть військові, цивільні, діти? Заради того, аби хтось дес

про щось домовився? Ні! Скажу, як є: я там ляжу, але за Перемогу України.

– Хочу повернутись до брата – Дениса. Чи не засуджуєте Ви його за те, що не пішов служити, як Ви, обравши натомість навчання?

– В жодному разі, ми завжди розуміємо та підтримуємо одне одного. Він мене мотивує, вірить в мене, для мене це дуже важливо. Він першим дізнається про все, що зі мною відбувається.

– Тобто, коли Ви закохаетесь, він дізнається про це першим?

– Ну так! Вже дізнався (сміється).

– Тобто Ви закохані?

– Так, мою дівчину звали Даша. Вона каже, що ми познайомились випадково, а я не вірю у випадковості. Ця дівчина – моє життя і моє щастя! Коли відновлювався після першого та другого поранень, вона була поруч. Я це дуже ціную.

– Даша теж з Романова?

– Із Кременчука, працює вчителькою. Навчає таких же пустунів, як і я. Вона дуже красива та добра.

– Дмитре, у Вас на шії витатуйоване слово «ненависть», це ненависть до чого?

– До беззаконня, несправедливості та людської наглості.

– Воно не налаштує Вас ненавидіти всіх і все?

– Ні, я вмю фільтрувати своє сприйняття людей і життєвих ситуацій. Найбільше мене дратує, коли люди намагаються самотверджуватись, використовуючи інших. Я, до прикладу, в житті

покладаю виключно на себе. Тож ненавиджу слабкість і понти. Ненавиджу, коли співробітники різних силових структур перевищують свої повноваження. Ненавиджу, коли чиновники використовують службове становище для власної вигоди. Коли бомжі просять милостиню, маючи руки і ноги для праці. Ненавиджу тих чоловіків, які втекли за кордон замість того, щоб боронити нашу державу... Я багато чого ненавиджу, але я дуже люблю Україну і її порядних людей.

– А як кохана дівчина сприйняла це татування, як відреагували близькі?

– Безумовно підтримкою.

– Дмитре, як Ви вважаєте, коли настане перемога, яким Ви і Ваші побратими повернетесь з війни: жорстокими до світу чи все ж лояльними та з надією на краще майбутнє?

– Це питання складне для мене. Я б сказав, воно філософське. Мабуть, на нього немає однозначної відповіді. Мені важко говорити про інших, скажу лише про себе: я буду просто жити, сподіваючись на гідну увагу з боку держави до мене як до військового, який захищав її у найважчі часи, ризикуючи власним життям.

– А якщо країна не зможе Вас забезпечити і допомогти, адже доведеться відбудувати зруйновані міста і села?

– Повинна знайти можливість, бо врешті-решт ми не самі, нам допомагає світ. Головне – не красти, а дбати про тих, хто повернувся і ще повернеться без рук і ніг, про сім'ї загиблих героїв. А ми допоможемо відбудувати! Та і взагалі, я сподіваюсь на великі зміни, політичні в тому числі, дя-



# В «Азові»

куючи яким Україна розставить нарешті пріоритети у правильно-му порядку. Я вважаю, що саме військові, які пройшли пекло війни, мають керувати нашою державою, бо вони – патріотичні і порядні, в них зароджена жага до справедливості. Ними (нами) керує бажання перетворити Україну на найпотужнішу країну світу!

**– Ви пам'ятаєте той день, коли Ви вперше на війні опинилися в ситуації, яка могла коштувати життя?**

– Так, було... Це був Серебрянський ліс, мій перший вихід на позицію. На щастя, втрат в той день не було, всі хлопці залишилися живими і неушкодженими. Заступивши на позицію, ми нічого не знали, пішли, як-то кажуть, всліпу. Знали лише об'єкти місцевості, де проходять окопи і що ворог від нас в 100 метрах – все. Мене тоді поставили на найгарячішу позицію. Згодом я, звичайно, зрозумів, що це були квіточки, бо коли дистанція з ворогом складає 10-15 метрів – то є дупа, а там було цілих 100. Проте це був перший бойовий вихід, і мені було реально страшно.

**– Страшно було до виходу, після чи під час виконання бойового завдання?**

– Під час, коли біг на позицію, боявся, що не дійду, не добіжу. Пам'ятаю наступний свій вихід, в Тернах Донецької області, там була нова ЗБД. Там теж «пошастило»: знову найгарячіша позиція і завдання добігти і закріпитись, бо військова частина, яка її захищала, не справлялась. Тож нас, «азовців», у складі трьох чоловік зобов'язали підняти морально-психологічний дух бійців тієї частини і допомогти закріпити позицію. Пам'ятаю: ми бігли, і я мусив скинути з себе РПС (розвантажувальний пояс). Тоді мені вперше ледь «не прилетіло». Дороги ми не знали, бо наш провідник відмовився з нами йти (мабуть, страх взяв своє), тож ми пішли самі: я і двоє моїх побратимів – Молдова і Бал. Впевненість одне в одному – 100%. Я пам'ятаю, як ми перебігали на іншу позицію і побачили вириті криточки (ямки) по коліна. Спочатку ми забилися в одну із них, всі троє, а потім побігли далі. Під час пересування я впав у замерзлу від 155-ї самохідної артилерійської установки вирву (отримав тріщину в ребрах), але встав і побіг далі. Тоді ще поранило мого побратима уламком від гранатометного пострілу ВОГ. Далі в мене розрядився ліхтарик, і ми продовжили рухатись по полю в темну, дорогу нам освічували лише спалахи від ворожих снарядів. Ми всі тоді боялись, що не добіжимо, але добігли і захищали позицію.

**– Коли у Вас було перше поранення?**

– Восени 2023 року. Контузія обох півкуль головного мозку. Я ще досі маю проблеми зі слухом і постійно чую дзвін у вухах. Я тоді навіть заїкаться почав, перестав з людьми спілкуватись, бо відчував якийсь сором від того. Це був сьомий день захисту нашої бойової позиції. Засобами диверсійно-розвідувальних груп ворог постійно намагався штурмувати і провратись через нашу позицію. Ми відстрілювались і тримали бій. Я пам'ятаю, що дуже стомився, бо був там з першого дня (деякі побратими заходили на 3-й і 4-й день). Так-от ми тоді вирішили вліпити по них з РПГ (ручний протитанковий гранатомет) прямо там, в лісі. І вліпили, а хвилину від пострілу мене контузило. Це нікого не спинило, і ми продовжили стріляти у ворога. Контузію лікував у госпіталі, де біля мене була вона – моя кохана Даша.

**– Дмитре, але ж Ви були двічі поранений, коли і як це сталося вдруге?**

– Друге поранення було теж в Тернах Донецької області. Нам з побратимом з позивним Кеша було поставлено завдання оборони на 360 градусів, і ми вийшли на позицію. Кеша стріляв в один бік, а я в інший. Раптом зліва, буквально в 10 метрах від нас, я побачив ворожого бійця. Він запитав: «Свої?» – «Не свої» – відповів я і вистрілюв. Але одним орком не обійшлося, раптово з-за дерев з'явилось ще шестеро під...в, чотирьох з яких ми з Кешою благополучно поклали, а двоє втекли. Ну а після повернення в бліндаж прилетіло і мені: три уламки – в обличчя, легені і стегно. З обличчя і стегна так і не дістали, але нехай собі там живуть, вони мені не заважають (сміється).

**– Що Ви відчували, стріляючи у ворога?**

– Адреналін і відчуття великого щастя. Бо ми стріляли не в людей, а в нечисть, яка йде гвалтувати наших дітей. Я готовий власноруч знищити цю націю щент! Я буду битися з ними до останнього орка або ж до останнього свого подиху.

**– Дмитре, я хочу Вам сказати, що незважаючи на весь біль і страх війни, Ви залишаєтесь позитивним і веселим хлопцем, недаремно Ваш позивний – Романтик. Як вам це вдається?**

– А що мені сумувати і нити? Я не такий, я не буду жалітись на Бога і на людей. Я, мабуть, військовий від природи. І я цим пишаюся.

*Ми ще довго спілкувалися з Дмитром без диктофону. Він показував мені фотографії з війни, з мамою, показував фото своєї коханої дівчини, яку він справді дуже любить. І я думаю, що кохання та віра в перемогу України надає цьому хлопцеві сили і мотивації захищати нашу державу, боронити її від ворога. Дмитро є прикладом не лише для нас, українців, він є взірцем для людства. Він і такі, як він, мають будувати майбутнє України. Я вірю, що так і буде.*



## Будинок культури і його художній керівник можуть багато

**Чудова акція для збору коштів на допомогу нашим військовим проведена дітьми у Печанівці.**

Ініціатором заходу стала художня керівниця Печанівського будинку культури Аліна Цугрій, а безпосередніми учасниками були вихованці цього закладу.

Діти та їхні батьки з ентузіазмом відгукнулись на гарну ідею. За два дні змогли зібрати чудовий асортимент для благодійного продажу.

Продавали діти зі своїм керівником багато чого: овочі, домашні яйця, домашню випічку, березовий сік, компот, розсаду квітів та інше. Для привернення уваги Аліна Цугрій разом з дітьми створила чудовий плакат із закличками на підтримку воїнів ЗСУ та дитячими долоньми.

Збір продукції, яка одразу ставала товаром для продажу під час благодійного ярмарку, виявився врожайним: у ході нетривалого торговельного марафону діти змогли зібрати 6627 грн! Звісно ж, за вже встановленою традицією ці кошти учасники вирішили розподілити на потреби воїнів-земляків.

**Приємно те, що багато автомобілістів зупинялись та з радістю відгукувались на таку акцію. Хтось щось купував, а хтось просто лишив кошти.**

Звісно ж, на адресу Аліни Цугрій сьогодні надсилаються десятки вдячних відгуків за організовану нею акцію. Усі, хто дізнався про неї, посильним чином взяли в ній участь, а також подякували діткам та їхнім батькам за те, що так дружно і згуртовано провели збір продуктів і змогли їх продати на користь хлопців із ЗСУ. Ну і хто ще може сумніватися у нашій перемозі?

## Із Мирополя на Великдень: до шпиталю – автівкою, на передову – «Новою поштою»

**Упродовж тижня, із 22 по 29 квітня 2024 року, жителі сіл Печанівка, Павлочка та Колодяжне збирали допомогу у вигляді продуктів харчування для військовослужбовців, які проходять реабілітацію у романівському шпиталі.**

29 квітня працівники селищної ради доставили всю зібрану допомогу нашим захисникам.

Дякуємо всім небайдужим, хто долучився до збору. Дякуємо, що не лишаєтесь осторонь. Бажаємо швидшого одужання нашим військовослужбовцям!

Приємно, що охочих виявилось багато і автомобіль був завантажений повністю. Було зібрано солодощі, молочні продукти, яйця, домашні напівфабрикати, випічку тощо. Водночас у селах Миропільської селищної ради напередодні Великодніх свят йшла



дуже активна робота зі збору продуктів для пасхальних кошків нашим воїнам, які зараз на передовій. Щоб передати військовим трішки домашнього святкового настрою, люди принесли домашню ковбаску,

шинку, паски, крашанки, солодощі.

Заклади освіти відправляли великодні подарунки своїм випускникам «Новою поштою» разом з привітаннями від учнів.



# Чому молодшають серцево-судинні захворювання

Серцево-судинні захворювання (ССЗ) залишаються основною причиною смерті населення. Останніми роками цей показник знижується несуттєво, незважаючи на зусилля наукової спільноти та закладів системи громадського здоров'я.

Все частіше експерти висловлюють стурбованість тим, що в останні десятиліття деякі ССЗ мають тенденцію до змолодшення і зустрічаються у молодих людей віком 20, 30 і 40 років. Ця ситуація відповідає зростанню поширеності традиційних серцево-судинних факторів ризику, таких як ожиріння та цукровий діабет 2-го типу, серед молодих людей. До них додаються вікові фактори ризику, такі як зловживання психоактивними речовинами, протизаплідні засоби та захворювання, пов'язані з вагітністю, що також корелюють із збільшенням частоти ССЗ.

## Фактори ризику ССЗ у молодому віці

В нещодавньому великому перехресному дослідженні, що проводилось під керівництвом CDC (Centers for Disease Control and Prevention, США), вчені з медичної школи Гарварда (Harvard Medical School, США) оцінили дані 12924 дорослих у віці 20-44 років і виявили, що:

- впродовж 10-ти років дослідження спостерігалось збільшення поширеності цукрового діабету (з 3% до 4%), ожиріння (з 33% до 41%) та гіпертонічної хвороби (з 9.3% до 11.5%) – важливих факторів ризику розвитку ССЗ;

- за цей час дослідження, що тривало з 2009 р. по 2020 р., не відмічалось значного покращення контролю артеріального тиску чи цукру в крові. Крім того, дослідники звернули увагу, що серед переважної більшості тих, хто отримував лікування з приводу цукрового діабету, рівень цукру в крові був значно вищим за норму.

Таким чином, незважаючи на нижчу захворюваність на патології – фактори ризику ССЗ, такі як гіпертонія, дисліпідемія та цукровий діабет, порівняно зі старшою популяцією, молоді люди демонструють зростаючу поширеність ожиріння та гіперглікемії, що може бути основними детермінантами множинних рецидивів ССЗ людей віком молодше 40 років.

## Поведінкові фактори ризику

Оцінюючи фактори ризику ССЗ, не можна забувати і про спосіб життя та згубні звички, поширені серед молоді, які можуть негативно впливати на стан серцево-судинної системи.

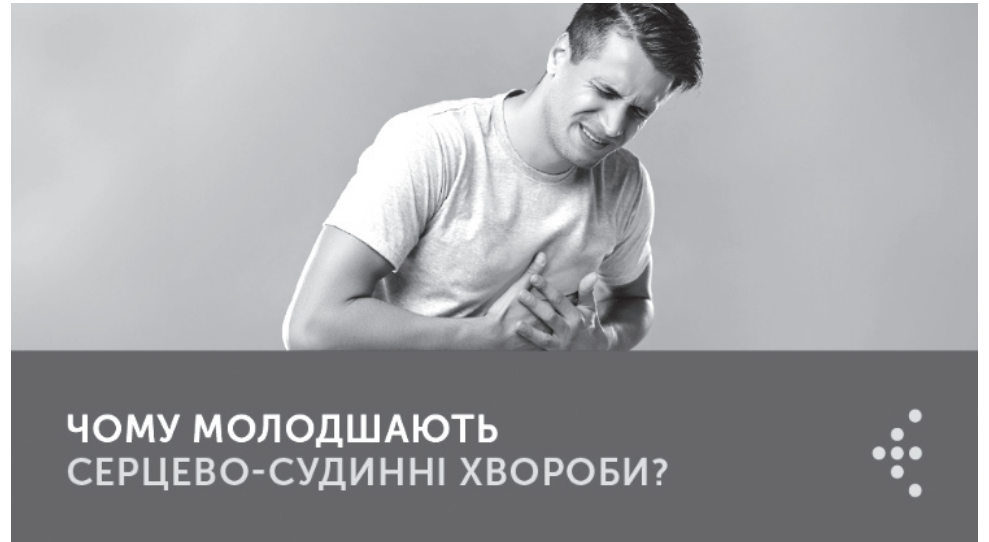
### КУРІННЯ

Відомо, що традиційні тютюнові вироби спричиняють судинну дисфункцію, що є одним із найперших показників розвитку ССЗ. Тривалі дослідження за участю молодих людей показали причинно-наслідковий зв'язок між курінням і ризиком розвитку ССЗ незалежно від рівня холестерину із підвищенням ризику гострого інфаркту міокарда серед молодих курців віком до 40 років.

В новій роботі вчені з Університету Вирджинії, США, довели, що електронні (е-) сигарети, які стають все більш популярними тютюновими виробами на ринку, є не менш небезпечними. Виявилось, що молоді, зовні здорові, регулярні користувачі е-сигарет мають передчасну судинну дисфункцію мікроциркуляції, а також васкулярну дисфункцію, що впливає як на мікро-, так і на макросудинну систему у молодих людей. У сукупності ці висновки пов'язують регулярне використання е-сигарет із несприятливими серцево-судинними наслідками.

### РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ

Несприятливо впливає на стан судин і малорухливий спосіб життя. За даними дослідження CARDIA, між 18 і 30 роками спостерігалось прогресуюче зниження фізичної активності, більш виражене у чоловіків, що якоюсь мірою пояснюється збільшенням часу користування цифровими приладами. При цьому відомо, що фізична



## ЧОМУ МОЛОДШАЮТЬ СЕРЦЕВО-СУДИННІ ХВОРОБИ?

активність у молодих людей позитивно впливає на зниження серцево-судинного ризику, впливаючи на артеріальний тиск, рівень ліпідів, індекс маси тіла і глікований гемоглобін.

За даними дослідників з Китаю, рівень фізичної активності у молодому віці у довгостроковій перспективі визначає ризик розвитку ССЗ у людей  $\geq 40$  років. Вчені відмітили, що оптимальним буде довготривале, протягом принаймні 75% часу в молодому віці, підтримання достатнього рівня фізичної активності – 150 хв/тиждень.

### ХАРЧУВАННЯ

Незважаючи на те, що протягом останніх десятиліть поширеність звичок здорового харчування серед населення в цілому зростає, дослідження серед молодого європейського населення виявили, що лише 7–11% дотримуються так званої середземноморської дієти, рекомендованої спеціалістами для профілактики ССЗ. Нещодавній аналіз молоді популяції в межах дослідження CARDIA показав, що загальна прихильність до рослинної дієти, якщо її починати дотримуватись в молодому віці (18–30 років), пов'язана з меншим ризиком ССЗ у середньому віці, тоді як наслідки нездорової дієти довгостроково підвищують вірогідність виникнення захворювань серця та судин.

## Профілактика ССЗ у людей 22 – 40 років

Спеціалісти відзначають, що більш ранній початок розвитку ССЗ у поєднанні з підвищеною поширеністю факторів ризику підкреслюють необхідність ранньої профілактики.

Останні дослідження показали, що навіть якщо у віці від 20 до 39 років ризик захворювань серця може бути невеликим, то впродовж наступних 30-ти років він стрімко збільшується і, наприклад, у курців, зростає втричі. Отже, вкрай важливо:

- своєчасно проходити комплексні медичні обстеження, які особливо актуальні для молоді з кількома факторами ризику ССЗ, для того, щоб активно знижувати ризик виникнення і прогресування цих станів;
- намагатися відмовитись від куріння, вживання алкоголю, дотримуватись принципів здорового харчування та вести фізично активне життя;
- звертати увагу на свій психологічний стан і своєчасно звертатися за медичною допомогою, оскільки такі захворювання, як депресія та тривога, що є поширеними серед молоді, можуть з часом погіршувати стан ССЗ.

Джерело: Центр громадського здоров'я

# Вплив алкоголю на серцево-судинну систему людини

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, щороку вживання алкоголю спричиняє близько 3 млн смертей у світі. При цьому алкоголь завдає шкоди як самій людині, так і членам її родини, друзям і колегам.

Алкоголь – це психоактивна речовина, яка спричиняє залежність і призводить до ураження життєво важливих органів та систем організму, зокрема серця і кровоносних судин. Ми знаємо, що серце виконує функцію помпи в тілі людини та рухає збагачену киснем кров по судинах. Судини регулюють артеріальний тиск і забезпечують доставку цієї крові до всіх органів і тканин.

Деякі дослідження показують, що вплив алкоголю на серцево-судинну систему залежить від кількості й тривалості вживання. Утім, безпечної дози алкоголю немає, і навіть нетривалі епізоди вживання є шкідливими та збільшують ризик розвитку таких серцево-судинних захворювань, як:



## ВПЛИВ АЛКОГОЛЮ НА СЕРЦЕВО-СУДИННУ СИСТЕМУ

- артеріальна гіпертензія;
- порушення серцевого ритму, зокрема фібриляція передсердь;
- кардіоміопатія (ураження серцевого м'яза) та інші.

Далі ми детальніше розглянемо кожен із перелічених станів, пов'язаних з уживанням алкоголю.

### Артеріальна гіпертензія і алкоголь

Регулярне споживання великих доз алкоголю призводить до підвищення артеріального тиску (артеріальної гіпертензії). Підступність артеріальної гіпер-

тензії у тому, що на початкових стадіях вона не має симптомів і люди не знають про високі показники кров'яного тиску. Із часом неконтрольований артеріальний тиск призводить до прогресуючого ураження серця, судин, нирок, сітківки ока, головного мозку, що підвищує ризик таких небезпечних станів, як інсульт (ішемічний, геморагічний), інфаркт міокарда і т. д.

### Фібриляція передсердь і алкоголь

Навіть одноразовий прийом значної кількості алкоголю призводить до ураження міокарда, тобто серцевого м'яза, і розвитку

порушення серцевого ритму, зокрема фібриляції передсердь. При цьому серце не працює належним чином і не перекачує достатню кількість крові до тіла. У такому стані людина відчуває виражену втому, запаморочення, задишку, біль у грудях, відчуття тріпотіння серця. Це трапляється переважно у людей молодого віку у вихідні чи святкові дні або ж після відпустки, коли вони вживають високі дози алкоголю. Для опису такого стану використовують термін «синдром святкового серця».

### Алкогольна кардіоміопатія

Алкогольна кардіоміопатія – це ураження серцевого м'яза з потовщенням серцевої стінки, розширенням його камер і в результаті низьким серцевим викидом. Алкогольна кардіоміопатія проявляється такими симптомами:

- задишка, зокрема раптові епізоди під час сну;
- утруднене дихання в положенні лежачи;
- почащене неритмічне серцебиття;
- епізоди непритомності.

У важких випадках алкогольної кардіоміопатії розвивається застійна серцева недостатність. Якщо людина і далі продовжує

вживати алкоголь, це підвищує ризик виникнення смертельних ускладнень.

### Як запобігти серцево-судинним захворюванням

Як і з більшістю інших захворювань, дотримання здорового способу життя, що означає не тільки відмову від алкоголю, а й здорове харчування, фізичну активність та відмову від тютюнових і нікотинових виробів, сприяє одужанню або істотно знижує ризику розвитку серцево-судинних захворювань та їхніх тяжких ускладнень.

Допомогти відмовитись від уживання алкоголю можуть медичні працівники первинної ланки, які пройшли навчання mhCAR. Зокрема, вони можуть володіти навичками мотиваційного консультування і надання допомоги пацієнтам, які хочуть покинути вживати чи зменшити вживання алкоголю, а також скеровують таких пацієнтів до відповідних спеціалістів.

**Будьте свідомими та уважними до свого здоров'я та за необхідності звертайтеся до лікаря! Час обирати здоров'я!**

Джерело:

Центр громадського здоров'я



## Гороскоп на тиждень 8 травня - 14 травня

**ОВЕН**  
Тиждень динамічний і водночас суперечливий. Це досить напружений час, коли вам потрібні дисципліна, терпіння і відповідальність.

**ТЕЛЕЦЬ**  
Від вашої доброзичливої поведінки залежатиме не лише кар'єра, а й фінансове становище. Бізнесменам варто тримати рота на замку.

**БЛИЗНЮКИ**  
Звертайте увагу на інформацію, що надходить, яка принесе користь у робочій сфері. У розподілі коштів варто покладатися на холодний розрахунок.

**РАК**  
Можливо, саме цього тижня ви зможете знайти здоровий баланс між роботою та сім'єю. Гармонію у парі можна закріпити спільною поїздкою.

**ЛЕВ**  
На вас чекає гарний час, коли можна відкласти роботу і забути про клопіт. Ви на це заслуговуєте! Але ретельно плануйте всі витрати.

**ДІВА**  
У професійному плані тиждень принесе безліч пропозицій, але не всі будуть перспективними у фінансовому плані. Можливе несподіване відрядження.

**ТЕРЕЗИ**  
Ви маєте ухвалити низку важливих рішень, які визначать ваше майбутнє. У професійній сфері на вас чекає безліч приємних змін.

**СКОРПІОН**  
З'явиться можливість поліпшити умови праці, перейшовши на інше місце роботи. У сім'ях можливі проблеми з дітьми.

**СТРИЛЕЦЬ**  
Фінансову ситуацію можна назвати неоднозначною. Загалом коштів на все вистачить, якщо ви будете прагматичнішими.

**КОЗОРІГ**  
Важливі події пов'язані з роботою та особистим життям, і, як завжди, ви будете відповідальні за все! Щира розмова допоможе зрозуміти одне одного.

**ВОДОЛІЙ**  
Протягом тижня продовжаться заплановані ранні заходи побутового плану, такі як облаштування житла, придбання предметів, що прикрашають побут.

**РИБИ**  
Фінансова сфера покращуватиметься, чекайте на несподівані надходження з різних джерел. Жінки можуть зустріти чоловіка мрії.  
Джерело: TCH

## Смачного!

## Заварне тісто на пиріжки



**Інгредієнти для заварної основи:** 1 ч. л. цукру, ½ ч. л. солі, 2 ст. л. олії, 4 ст. л. (100 г) борошна, 300 мл води. **Для дріжджового тіста:** 5 г сухих дріжджів або 20 г живих, 100 мл води, 200 г борошна, 1 ч. л. цукру.

- У велику миску всипте 4 ст. л. борошна, 1 ч. л. цукру, ½ ч. л. солі та 2 ст. л. олії. Залийте всі інгредієнти окропом (300 мл) та за допомогою ложки активно замісіть інгредієнти до однорідної консистенції. Дайте тісту охолонути до 40 градусів.

- Підігрійте 100 мл води до температури 36 градусів. Без термометра це можна визначити, крапнувши воду на тильну сторону долоні: вам повинно бути тепло, але не гаряче. Вилийте теплу воду в окрему миску та розчиніть в ній 5 г сухих дріжджів.

- Додайте до води з дріжджами 1 ч. л. цукру, 200 г борошна та замісіть тісто.

- Додайте замішане тісто з кроку до заварної основи та ретельно перемішайте. Якщо тісто виходить надто липким, додайте ще 1-2 ст. л. борошна.

- Дайте тісту постояти 30-40 хв, після цього починайте готувати пиріжки. Ліп'ть їх, змащуючи руки олією.

## Салат зі шпинату та овочів



**Інгредієнти:** 1 пучок (120 г) шпинату, 1 огірок, 1 томат, сіль до смаку. **Для соусу:** 2 ст. л. гірчиці, 5 ст. л. рослинної олії, 1 ч. л. лимонного соку.

- Помийте та висушіть ретельно всі овочі. Візьміть 120 г шпинату, видаліть з нього жорсткі хвостики та довільно нарежьте листя.

- Томат нарежьте довільними часточками, а огірок – півкільцями. Викладіть всі овочі до салатниці.

- Для соусу «вінегрет»: в окремій мисці за допомогою вінчика змішайте до однорідності 2 ст. л. гірчиці, 5 ст. л. рослинної олії, 1 ч. л. лимонного соку.

- Посолийте салат до смаку, заправте соусом, перемішайте та одразу подавайте до столу.

Джерело: klopotenko.com

## Куточок ГОРОДНИКА

## Троянда несподівано може перетворитися на шипшину: помилки квітників



**Як відомо, проблемі простіше запобігти.**

Іноді садівники стикаються з тим, що троянди перероджуються в шипшину. І відбуватися це може з кількох причин.

Агрономи пояснили, як розв'язати цю проблему і реабілітувати троянду.

**МОЖЛИВІ ПРИЧИНИ**

Троянда може перетворитися на шипшину через недостатній догляд.

Причиною тому може послужити загущення рослин, вплив хвороб і шкідників, перезволоження ґрунту та інші фактори.

## Чому квітів на помідорах багато, а врожаю немає: помилки городників



**Далеко не всі дачники про це знають.**

Коли рослина томатів не дає плодів, це може спричинити здивування, адже в такій ситуації незрозуміло, що треба робити. Насправді на утворення зав'язей впливають кілька факторів, більшу частину з яких ви можете виправити. І як це зробити, інформує Ukr.Media.

**ЧОМУ ТОМАТИ ДАЮТЬ КВІТИ, АЛЕ НЕ ЗАВ'ЯЗІ**

До недостатнього зав'язування плодів може призвести кілька факторів, таких як температура, нерегулярний полив та погані умови середовища. Фактори, що впливають на помідори, залежать також від того, що саме не так з вашими рослинами. Розберемо два окремі випадки.

**У ТОМАТІВ ПИШНЕ ЛИСТЯ, АЛЕ НЕМАЄ КВІТІВ**

Нестача освітлення є однією з основних причин відсутності плодів, оскільки рослинам потрібно від 6 до 8 годин повного сонячного світла для цвітіння, а потім плодоношення. Без цього томати будуть вирощувати листя і давати лише кілька квітів, але жодних помідорів. Вироб-

Також троянда може переродитися, якщо підщепу було підібрано неправильно, тому варто стежити за тим, щоб сумісність підщепи і прищепи була хорошою.

Якщо неправильно вибрати місце щеплення, то кущ троянд також ризикує перетворитися на шипшину.

Впливають на це і низькі температури. Вони можуть призводити до вимерзання щеплення.

**ЧИ МОЖНА ВРЯТУВАТИ ТРОЯНДУ**

Ці процеси протікають досить повільно. Але при появі шипшинової порослі варто її оперативнo видалити. Для початку оголюємо коріння, а потім обрізаємо непотрібні відростки, причому пагони шипшини треба видалити біля самої основи, прибираючи гілки з частиною деревини. Корінь, який розташований далеко від рослини і дав безліч порослі, краще обрізати в метрі від куща.

ництво плодів вимагає багато енергії, яку рослини одержують від сонця. Якщо ваші помідори не одержують достатньо світла, їх слід перемістити.

Друга причина – недостатній полив. Цей фактор призводить до поганого розвитку плодів. Якщо ви погано поливаєте рослину томатів, вони можуть дати лише кілька квіток, а потім просто скинути їх без утворення зав'язей.

**БАГАТО КВІТІВ, АЛЕ НЕМАЄ ТОМАТІВ**

Тут однією з основних причин є температура. Томатам для цвітіння потрібні температури від 18 до 21° С вдень і не менше 13° С вночі, щоб плоди почали зав'язуватися. Однак якщо температура підніметься надто сильно (вище 29° С), вони не зможуть цвісти, а отже, не плодоноситимуть. Якщо у вас багато великих квітів, але немає помідорів, можливо, томатам надто холодно та волого чи надто жарко та сухо. Це призводить до так званого опадання цвітіння і, звичайно ж, значно ускладнює плодоношення рослин.

Погода також може бути фактором, що впливає на запилення. Холодна, вітряна чи волога погода обмежить активність бджіл, що корисно для запилення та зав'язування плодів. Без цих запилювачів у вас буде лише кілька помідорів. Однак як тільки погода нормалізується, цей фактор може зникнути сам собою, або замість цього ви можете запилювати їх вручну.

Джерело: Ukr.Media

| 8 травня<br>середа | 9 травня<br>четвер | 10 травня<br>п'ятниця | 11 травня<br>субота | 12 травня<br>неділя | 13 травня<br>понеділок | 14 травня<br>вівторок |
|--------------------|--------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|------------------------|-----------------------|
|                    |                    |                       |                     |                     |                        |                       |
| + 5°               | + 6°               | + 6°                  | + 11°               | + 9°                | + 8°                   | + 8°                  |
| + 15               | + 14°              | + 17°                 | + 17°               | + 18°               | + 17°                  | + 15°                 |
| 746<br>ТИСК, ММ    | 748<br>ТИСК, ММ    | 746<br>ТИСК, ММ       | 741<br>ТИСК, ММ     | 742<br>ТИСК, ММ     | 740<br>ТИСК, ММ        | 740<br>ТИСК, ММ       |



**08 ТРАВНЯ 2024 РОКУ**  
СВІЙ СЛАВНИЙ ЮВІЛЕЙ СВЯТКУВАЛА  
ЖИТЕЛЬКА МАЛЬОВНИЧОГО СЕЛА ВРУБЛІВКА  
РОМАНІВСЬКОЇ ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ГРОМАДИ  
**ДЕМЧУК ЄВГЕНІЯ ІВАНІВНА!**



ШАНОВНА ПАНІ ЄВГЕНІЄ,  
З ДНЕМ НАРОДЖЕННЯ, ІЗ ЮВІЛЕЕМ!  
БАЖАЄМО ВАМ ЗДОРОВ'Я, ОПТИМІЗМУ  
І ВІРИ В МАЙБУТНЄ! НЕХАЙ КОЖЕН РАНОК ДЛЯ ВАС  
БУДЕ ЯСКРАВИМ І ТЕПЛИМ, ЯК СОНЦЕ,  
А КОЖЕН ВЕЧІР ТИХИМ – ЯК БЛАКИТНЕ І СПОКІЙНЕ МОРЕ.  
НЕХАЙ ВАШ ШЛЯХ БУДЕ ОСВІТЛЕНИЙ ЗІРКОЮ НАДІЙ,  
А ЖИТТЯ ПРИНОСИТЬ НАЙКРАЩІ ПОДАРУНКИ  
СЕРЕД ЯКИХ, МИР І ЩАСТЯ!

В ЦЕЙ ДОРОГИЙ ДЛЯ СЕРЦЯ ДЕНЬ  
БАЖАЄМО КВІТІВ І ПІСЕНЬ!  
ВІД ДРУЗІВ – ЩИРИХ ПРИВІТАНЬ,  
ВІД ЗІРОК – ЗДІЙСНЕННЯ БАЖАНЬ!  
ВІД СОНЦЯ – СВІТЛА І ТЕПЛА,  
ЩОБ ДОЛЯ ЩЕДРОЮ БУЛА!  
І НЕ СПИНИТИ ЧАСУ ЛІК,  
НЕХАЙ ЩАСТИТЬ ВЕСЬ ДОВГІЙ ВІК!

**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.**

**КОПАЄМО, ЧИСТИМО ТА  
ПОГЛИБЛЮЄМО КРИНИЦІ**

380678794357  
380679759461  
380663478257  
Іван Васильович

В наявності круги колодязні  
та каналізаційні, дашки до них

**ПРОДАЄТЬСЯ  
ТОРФОБРИКЕТ**  
для опалення

**Доставка  
по домовленості**  
**380673645617**

**БУДМАТЕРІАЛИ**

ДОШКА ПОЛА, БРУС  
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА

**ВСЕ  
НАЙКРАЩЕ  
У НАС**

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

## ОГОЛОШЕННЯ

ВТРАЧЕНЕ СВДОЦТВО ПРО ПРИСВОЄННЯ  
РОБІТНИЧОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ Р18 НОМЕР:  
014789 ВІД 22.05.2018Р., РЕЄСТРАЦІЙНИЙ  
НОМЕР 605. ДНЗ "ЖИТОМИРСЬКЕ  
ВИЩЕ ПРОФЕСІЙНЕ УЧИЛИЩЕ", НА ІМ'Я  
КРАСАВЧИКОВОЇ ОЛЕКСАНДРИ ЮРІЇВНИ,  
ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНИЙ ДИПЛОМ СПЕЦІАЛІСТА  
ДЕРЖАВНОГО АГРОЕКОЛОГІЧНОГО  
УНІВЕРСИТЕТУ ТМ №24546964 ВИДАНИЙ  
НА ІМ'Я УМІНСЬКОГО АНДРІЯ ВОЛОДИМИ-  
РОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНИЙ ДИПЛОМ СПЕЦІАЛІСТА  
ДЕРЖАВНОГО АГРОЕКОЛОГІЧНОГО  
УНІВЕРСИТЕТУ ДСК №083798 ВИДАНИЙ  
НА ІМ'Я УМІНСЬКОГО АНДРІЯ ВОЛОДИ-  
МИРОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНЕ СВДОЦТВО ПРО ПРА-  
ВО ВЛАСНОСТІ НА КВАРТИРУ  
№ 36 В БУДИНКУ № 7 ПО ПЛОЩІ  
ПОЛЬОВІЙ В М. ЖИТОМИРІ № 63789  
ВІД 02.09.2015 Р. ВИДАНЕ НА ІМ'Я:  
МИСЕЧКО СЕРГІЙ ЛЕОНІДОВИЧ, МИСЕЧКО  
ОЛЕНА ПЕТРІВНА, МИСЕЧКО АНАСТАСІЯ  
СЕРГІЇВНА, МИСЕЧКО АННА СЕРГІЇВНА  
ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

## 09 ТРАВНЯ 2024 РОКУ

ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ ВІДЗНАЧИВ  
ЖИТЕЛЬ НАШОЇ РОМАНІВСЬКОЇ ГРОМАДИ, ПОЧЕСНИЙ ГРОМАДЯНИН,  
ПОВАЖНИЙ І ШАНОВАНИЙ ЖИТЕЛЬ СЕЛА ВІЛЬХА,  
БУВШИЙ ГОЛОВА ВІЛЬШАНСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ ДЕКІЛЬКОХ СКЛИКАНЬ  
**ДЕЙСАН ОЛЕКСІЙ МИКОЛАЙОВИЧ!**



ШАНОВНИЙ ОЛЕКСІЄ МИКОЛАЙОВИЧУ,  
САМЕ ДЛЯ ВАС ХОЧЕТЬСЯ ПІДБРАТИ НАЙКРАЩІ СЛОВА ВІТАНЬ  
І ВДЯЧНОСТІ ЗА ОБРАНИЙ ВАМИ ЖИТТЄВИЙ, НЕПРОСТИЙ ШЛЯХ.  
САМЕ ВАМ МИ ХОЧЕМО ПОБАЖАТИ НАЙМІЦНІШОГО ЗДОРОВ'Я  
НА МНОГІ ЛІТА, НАЙЩЕДРИШОЇ ДОЛІ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ, ЯК  
НАЙШВИДШОГО ПЕРЕМОЖНОГО МИРУ ДЛЯ НАШОЇ УКРАЇНИ І ВІРИ  
В ТЕ, ЩО ВСЕ ЦЕ НЕОДМІННО ЗБУДЕТЬСЯ! МИ ЗНАЄМО І ЦІНІМО  
ВАШ ВЕЛИЧЕЗНИЙ ВКЛАД В РОЗВИТОК РОМАНІВСЬКОГО РАЙОНУ  
І БЕЗПОСЕРЕДНЬО СЕЛА ВІЛЬХА. ВИ, ЯК НІХТО ВІДПОВІДАЛЬНИЙ  
КЕРІВНИК І ЧУЙНА ЛЮДИНА. ВИ КОМУНІКАБЕЛЬНИЙ І  
КОНСТРУКТИВНИЙ, ВИ ЗАВЖДИ НАМАГАЛИСЯ ПОЧУТИ КОЖНОГО  
І ДОПОМОГТИ КОЖНОМУ ТО Ж, ЗАЛИШАЙТЕСЬ І НАДАЛІ ТАКИМ.  
А ЦЕ МИ ВАМ БАЖАЄМО:

ЩОБ СПОКІЙ І МИР ПАНУВАЛИ В РОДИНІ,  
ЩОБ ЩАСТЯ ВСМІХАЛОСЬ ПРИ КОЖНІЙ ХВИЛИНІ.  
ЩОБ ГОРЕ МИНАЛО І ЙШЛО В НЕБУТТЯ,  
ЩОБ РАДІСТЬ ЗАВЖДИ ДАРУВАЛО ЖИТТЯ!

## 10 ТРАВНЯ 2024 РОКУ

ЩЕ ОДНА ЧАРИВНА ПАНІ СВЯТКУЄ  
СВІЙ ЮВІЛЕЙНИЙ РІК ПОЯВИ НА СВІТ,  
**ОЛЕНА ПЕТРІВНА ГАРБАРУК,**  
ІЗ СЕЛА БУЛДИЧІВ!



ШАНОВНА ОЛЕНО ПЕТРІВНО,  
ПРИЙМІТЬ НАШІ ЩИРІ ВІТАННЯ ІЗ ЮВІЛЕЕМ!

БАЖАЄМО ЗДОРОВ'Я, ДОБРА, ДОВГОЛІТТЯ,  
ХАЙ ВИСТАЧИТЬ ЩАСТЯ НА ЦІЛЕ СТОЛІТТЯ,  
ХАЙ СКРІЗЬ БУДЕ ЛАД – НА РОБОТІ, В СІМ'І,  
І РАДІСТЬ НА СЕРЦІ, І ХЛІБ НА СТОЛІ!  
ХАЙ СВІТЛОЮ БУДЕ ЖИТТЄВА ДОРОГА,  
ЛЮБОВ – ВІД РОДИНИ, І ЛАСКА – ВІД БОГА!

**РОЗМІЩЕННЯ РЕКЛАМИ В ГАЗЕТІ**

**НАС ЧИТАЮТЬ  
10 000 РОМАНІВЧАН**

**ВАРТІСТЬ РОЗМІЩЕННЯ  
ОГОЛОШЕНЬ:**

- звичайне - 10 грн/тиж.
- жирним шрифтом - 15 грн/тиждень
- рекламний блок - 3 грн/см.кв

Відділ реклами: 067-412-89-81

**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!



**ПРАВОВА  
ДОПОМОГА  
ПОРУЧ**

**(0 800 213 103**

телефонуйте до контакт-центру  
системи з надання безоплатної  
правової допомоги



8 травня 2024 р.  
№ 18 (253)



Газета є членом  
Всесвітньої газетної Асоціації

Свідчення 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

**Директор:**  
Олександр Васильковський,  
тел.: 0 (67) 510-50-75  
alex.vasilykovskiy@gmail.com  
**Головний редактор:**  
Ольга Сідлецька,  
тел.: 0 (97) 470-60-17  
**Рекламний відділ:**  
Людмила Павлюк  
тел.: 0 (67) 412-89-81

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

Матеріали позначені цим знаком  
друкуються на правах реклами  
**Віддруковано в друкарні «Від і До»,**  
м. Чернівці, вул. Заводська, 37-В.  
Тел.: (050) 3763347  
**Зам. наклад: 5000 прим.**  
**Замовлення №491**  
Заставлення тиражу розповсюджується  
безкоштовно.