



Завершилася спека,  
і депутатам – пора на сесію!

с. 3



Кубок наш і їде до Романова

# Романів знову на вустах всієї області! І знову – як переможець!

Віктор Єрофеев

Те, що у фіналі кубку Пам'яті Героїв Небесної Сотні 2024 року зустрінуться найсильніші команди Житомирської області, особливою несподіванкою не було.

Після того як емільчинська «Уборть» не змогла брати участі у розіграші кубку

Житомирщини з футболу Пам'яті Героїв Небесної Сотні і не з'явилася на матчі із романівським FC «VIVAD», стало очевидним, що до фіналу дійдуть все ж таки лідери нинішнього чемпіонату Житомирської області. Йдеться про той же таки романівський FC «VIVAD» та коростенський «Мал». Нині саме ці колективи займають перше та друге місце у турнірній таблиці першості області.

Місцем фіналу кубка зразка 2024 року було обрано стадіон у місті Радомишлі. Логіка такого вибору була зрозумілою, оскільки Асоціація футбо-

лу Житомирщини прагне популяризувати футбол у всіх містах і селах області. Якраз фінальні матчі розіграшу найпопулярнішого в області кубкового турніру і стають реальними кроками такої популяризації. Варто зауважити, що радомишляни відмінно підготувалися до проведення фіналу, зосередивши увагу на підготовці футбольного газону свого найголовнішого стадіону.

Цікаво, що трибуни із глядачами на стадіоні у Радомишлі були заповнені вщент, тим паче, що і Коростень, і Романів надіслали до Радомишля свої делегації вболівальників.

На матч прибули почесні гості в особі заступника голови Житомирської об'єднаної громади Володимира Ширми, Радомишльського міського голови Володимира Тетерського та голови Асоціації футболу Житомирщини Руслана Павлюка. Право першого удару, який символізував би початок матчу, надали воїну-ветерану 10-ї окремої гірсько-штурмової бригади «Едельвейс», жителю Радомишльської міської громади Валентину Степаненку.

Фінал розпочався о 17-й годині 17 липня в умовах 32-градусної спеки. Щоправда, у повітрі



Робота, проблеми, клопоти...  
Але ж буває і свято!

с. 4



Рецепт поєднання  
молодості й досвіду  
знайти непросто

с. 4

вже о пів на шосту запахло вологою, і грати командам стало відчутно легше. Гра, як і передбачалося, розпочалася із того, що суперники придивлялися один до одного. Йшла наполеглива, вперта боротьба, яка здебільшого зосереджувалася у центрі поля стадіону. Як «VIVAD», так і «Мал» робили наголос на масштабних

позиційних атаках, однак оборонні редути обох клубів гасили наміри атакуювальників. Щоправда, відчувалося, що гравці романівської команди отримують перевагу над суперником у ті моменти, коли пришвидшують свої атаки. Таких періодів у першому таймі було два чи три, однак скористатися із швидких атак «VIVAD» не зміг. Стосовно коростенців, то у першій половині матчу вони взагалі не створили реально гострих моментів біля воріт своїх суперників.

Другий тайм розпочався знову ж таки із обмінів атаками. Однак якщо гравці «Мала» безуспішно намагалися пробитися на точку вирішального удару через центр атаки, то романівські футболісти надавали перевагу фланговим атакам, звідкіля йшла нависна передача на когось із атакуювальників.

Продовження на стор. 2.



Денис Яворський забиває і емоцій не стримує



Наш кіпер Олексій Дворнін - найкращий в області



# Романів знову на вустах всієї області! І знову – як переможець!

Початок на стор. 1.

Вже на п'ятій хвилині другого тайму півзахисник FC «VIVAD» Денис Яворський зумів відгукнутися на передачу з правого флангу і ударом головою послав м'яч у ворота коростенської команди. Ще за шість хвилин нападник романівчанин Микола Березин також «замкнув» передачу із лівого флангу і ударом головою забив другий м'яч у ворота «Мала». 2:0 за пів години до завершення основного часу гри, і це була серйозна заявка чемпіона Житомирщини на перемогу у фінальному кубковому матчі. Втім, гравці «Мала» намагалися врятувати долю поєдинку і зуміли налаштуватися на такий собі штурм воріт FC «VIVAD». Один із ударів нападника коростенської команди мало не досяг мети, однак виняткову майстерність продемонстрував воротар романівської команди Олексій Дворнін.

Атаки «Мала» продовжувалися майже до кінця поєдинку, однак жодного голювого моменту коростенські футболісти так і не створили. У підсумку матч так і завершився перемогою романівського колективу із рахунком 2:0.

**FC «VIVAD» вперше в своїй історії здобуває головний кубок Житомирщини.**

Відтепер гравці FC «VIVAD» мають реальну можливість здобути втретє поспіль звання чемпіона Житомирської області, а перемога в одному футбольному сезоні у розіграші кубку Пам'яті Героїв Небесної Сотні у чемпіонаті області, яку називають «золотим дублем», є свідченням особливо успішного футбольного року для FC «VIVAD». Однак про першу частину «золотого дубля» як про виконане завдання романівський клуб може



Уболівальницьке лобі Романова

вже прозвітувати перед своїми вболівальниками, перед керівництвом клубу і його спонсорами. А попереду – друге

коло чемпіонату Житомирщини і декілька достатньо відповідальних матчів.



## Мати десантника отримала орден «За мужність» сина

**Початок сесії Романівської селищної ради нерідко ознаменований процедурою вшанування подвигу когось із восьми десятків загиблих на рубежах російсько-української війни воїнів-романівчан.**

19 липня 2024 року сесія Романівської селищної ради розпочалася із церемонії вручення ордена «За мужність» III ступеня романівчанину-десантнику Артему Копчуку. На жаль, Артем Дмитрович отримав орден не зміг, бо загинув ще 22 грудня 2022 року

у бою під містечком Кремінна. Посмертно воїн був удостоєний високої державної нагороди, яку вручили 19 липня 2024 року у сесійному залі Романівської селищної ради його матері – **Людмилі Юрївні Грицаєнко**. Представник Романівського районного ТЦК і СП подякував матері загиблого воїна за доблесного сина і попросив завжди зберігати орден вдома як сімейну реліквію і як символ вірності Артема Копчука рідному краю, своїй державі і українському народу.

## Замахнувся на місце у десятці, але фінішував шістнадцятим!

Віктор Єрофєєв

**Любителі та фахівці із легкої атлетики із нетерпінням чекали літнього недільного вечора 21 липня 2024 року.**

Саме цього дня, рівно о 18-й годині на центральному стадіоні міста Банська Бистриця (Словаччина) стартували скороходи юніорського чемпіонату Європи. Серед чотирьох десятків спортсменів-скороходів був і романівчанин Роман Цьомик. Дистанція 5 000 метрів традиційно вважається однією із найскладніших, тож наш земляк, по суті, кинув виклик авторитетним суперникам, розпочавши дистанцію у середовищі десятки спортсменів, які демонстрували найкращі показники. Вже ближче до фінішу Роман Цьомик відчутно втомився і займав лише 14-у позицію за кілометр до фінішу. Зрештою на фініші Романа обійшов ско-



роход-юніор із Норвегії, а наш спортсмен посів 16-е підсумкове місце.

Для дебютанта змагань подібного рівня це хороший результат. Особливо, зважаючи на умови тренування Романа Цьомика, якщо наголос на етапі підготовки до змагань, коли треба досягати піку форми, робитися на виснажливі тренування під сонцем чи дощем, коли у спортсмена немає можливості провести належну кількість (хоча б три – чотири на рік) тренувальних зборів, коли юний

спортсмен у ході підготовки до змагань позбавлений належної фармакологічної підтримки, що впливає на реабілітацію та швидкість відновлення організму після інтенсивної роботи перед важливими стартами чи змаганнями. Спортсмени-європейці із першої двадцятки за підсумками змагання на 5-кілометровій відстані мали і мають найсучасніше обладнання, а головне – відмінні умови для тренувань упродовж всього календарного року. Так що результат у другій десятці найкращих юних скороходів Європи – це підсумок дуже наполегливої роботи Романа Цьомика і його тренера-наставника **Анатолія Сушицького**. Вже за місяць Роман Цьомик стане студентом одного із вузів міста Житомира, а це означає, що хлопець розпочне тренуватися у дещо інших умовах і, можливо, й кращих. Втім, у Романа настає нова пора, причому дуже відповідальна, бо перспективи для росту майстерності і покращення результатів у нього очевидні.

## Пільги на житлово-комунальні послуги для військовослужбовців та членів їхніх сімей

**Українські військові та члени їхніх сімей мають право скористатись пільгами на житлово-комунальні послуги.**

Хто має таке право, які пільги передбачені та які документи для цього потрібні – у матеріалі юристів системи безоплатної правничої допомоги (БПД).

**Хто має право на отримання пільги:**

- учасники бойових дій – 75% знижки;
  - учасники війни (визначені статтями 8, 9 ЗУ «Про статус ветеранів війни, гарантії їхнього соціального захисту») – 50%;
  - особи з інвалідністю внаслідок війни – 100%;
  - члени сімей загиблих – 50%.
- Членами сім'ї пільговиків, які мають право на пільги, є:
- дружина або чоловік;
  - їхні неповнолітні діти (до 18 років);
  - неодружені повнолітні діти, визнані особами з інвалідністю з дитинства I та II групи або особами з інвалідністю I групи;

- особа, яка проживає разом з особою з інвалідністю внаслідок війни I групи та доглядає за нею, за умови, що особа з інвалідністю внаслідок війни не перебуває у шлюбі;

- непрацездатні батьки;

- особа, яка перебуває під опікою або піклуванням громадянина, який має право на пільги та проживає разом з ним.

**Які пільги передбачені**

- За користування житлом (якщо на кожну людину, яка постійно там проживає, припадає в межах 21 м<sup>2</sup> загальної площі житла та додатково 10,5 м<sup>2</sup> на сім'ю) – 75% знижки;
- за комунальні послуги у межах середніх норм споживання (світло, газ та інші послуги) – 75% знижки. Дізнатись середню норму споживання можна в Постанові Кабміну № 409.
- за придбання палива (скрапленний газ, дрова, вугілля, вугільні брикети, паливо пічне побутове, гас освітлювальний, торф паливний кусковий, торф'яні брике-

ти) для будинків, які не мають центрального опалення, – 75% знижки;

- за плату за газ для опалювання житла для сімей, що складаються лише з непрацездатних осіб, – 75% (подвійний розмір нормативної опалювальної площі – 42 м<sup>2</sup> на кожну людину та 21 м<sup>2</sup> додатково на сім'ю).

**Як оформити пільги**

Насамперед вам потрібно мати посвідчення пільговика: УБД, статусу особи з інвалідністю внаслідок війни чи члена сім'ї загиблого/загиблої. Якщо ви член сім'ї пільговика, вам потрібно додати документ, що підтверджує ваш родинний зв'язок або підтверджує законність представлення інтересів пільговика.

Подайте до Пенсійного фонду України (далі ПФУ) дві заяви – про внесення відомостей до Єдиного державного автоматизованого реєстру осіб, які мають право на пільги. Щоб подати таку заяву, при собі вам слід мати паспорт, документ, що підтверджує право

на таку пільгу, картку платника податків та заяву про надання пільги на оплату житлово-комунальних послуг: придбання твердого палива, скрапленого газу.

**Як можна подати заяви**

Очно:

- особисто у найближчому відділенні ПФУ;
- до сільської, селищної чи міської ради;
- до ЦНАПу.

**Дистанційно:**

- в електронній формі через веб-портал електронних послуг ПФУ або за через застосунок Дія (для верифікації потрібен Дія. Підпис);
- надіслати поштою.

**Що далі**

Заяву мають розглянути та прийняти рішення за 10 календарних днів. Коли рішення приймуть, вам повідомлять впродовж 3 календарних днів.

**Чи може подати документи для оформлення пільг хтось, окрім військовослужбовця**

Так. Для цього слід долучити

документ, який підтверджує ваш родинний зв'язок або підтверджує законність представлення інтересів пільговика. Це можуть бути свідоцтво про одруження, свідоцтво про народження, пенсійне посвідчення чи рішення суду про призначення опікуна.

**Як реалізувати пільги**

Спочатку потрібно сплатити комунальні повністю, а потім Пенсійний фонд поверне їхню частину (чи усю суму, якщо знижка 100%).

Якщо військовослужбовець, ветеран чи член його родини вже є пенсіонером, то гроші повертають на рахунок, на який він отримує пенсію. В іншому випадку Пенсійний фонд відкриває для пільговика рахунок в Ощадбанку і повідомляє його про це.

Якщо пільговик хоче отримувати кошти в іншому банку чи через відділення Укрпошти, він може звернутися з відповідною заявою до органу Пенсійного фонду. Це також можна зробити особисто, поштою або через вебпортал.



# Завершилася спека, і депутатам – пора на сесію!

Віктор Першко

Це була 56-а сесія від часу обрання восени 2020-го року Романівської селищної ради.

Цього разу, у п'ятницю 19 липня, депутати зібралися на сесію більш-менш дружно, і лише декількох обранців, які й раніше з'являлися у сесійному залі дуже зрідка, знову на сесії не було. До речі, вже у наступному виході нашої газети ми знову розповімо про найбільших прогульників сесійних засідань. Ну а цього разу депутатам довелося розглянути більше пів сотні питань, включених до порядку денного. Більшість питань, які були запропоновані для розгляду на сесії, кількома днями раніше було розглянуто, обговорено під час роботи постійних депутатських комісій, а тому розгляд переважної більшості пунктів порядку денного займав мінімальну кількість часу, всього одну – дві хвилини.

## «Нашого краю» на Романівщині більше немає

Певним сплеском депутатської уваги під час сесії 19 липня стало питання про розпуск депутатської фракції «Наш край». Це була найбільша фракція у складі Романівської селищної ради, і варто зауважити, що депутати від «Нашого краю» у складі Романівської селищної ради проявили себе із найкращого боку. Активно брали участь у роботі депутатських комісій, допустили найменшу кількість пропусків сесійних засідань, завжди і всюди депутати від «Нашого краю» були на видноті, ініціаторами і виконавцями багатьох справ, проектів, заходів тощо. Звісно ж, у Романові, а подекуди й у селах Романівської громади виникало питання про те, чому ж такі депутати найбільшої фракції селищної ради написали заяви про вихід із фракції. На сесії таке запитання також пролунало, хоча відповідь на нього вийшла неповною, навіть у певному сенсі – фрагментарною. Насправді депутатам від «Нашого краю» у Романівській селищній раді довелося виконати процедуру судового рішення, яке ухвалювалося ще у червні 2024 року. Ухвалювалося не у Романові, не у Житомирі, а у столиці України. За позовом Міністерства юстиції України суд ухвалив рішення про заборону партії «Наш край» з огляду на діяльність окремих її членів, а тим паче – представників партійного керівництва. Йшлося про партійців «Нашого краю», які запламували свою репутацію і знаньбили партію співпрацею із окупантами на тимчасово окупованих рашистами територіях України. Звісно ж, жоден із депутатів-житомирчан чи, тим паче, романівчан з діяльністю своїх, тепер вже колишніх, однопартійців не був пов'язаний. Але рішення суду є, і воно обов'язкове до виконан-



Джерело фото: Твій Романів

ня. Відтепер партія «Наш край» в Україні – під заборорою. Як і 14 інших політичних партій, котрі ухвалою судових рішень були заборонені в Україні ще восени 2022 року. До речі, під час сесії у Романові 19 липня 2024 року у залі пролунало запитання, чому депутати від партії «Опозиційна платформа – За життя» (ОПЗЖ) у Романівській селищній раді не заявили про свій вихід із партії тоді, коли партію було заборонено в Україні ще у вересні 2022 року. Насправді депутатка Зоя Весельська, яка була обрана у жовтні 2020 року за списками ОПЗЖ, про свої наміри вийти із партії говорила і написала із цього приводу відповідну заяву. Керівництво Романівської селищної ради взяло інформацію від депутатки до відома, і надалі вона працювала у складі Романівської селищної ради як позафракційний депутат. До речі, якщо реально, скрупульозно і змістовно простежити діяльність депутатів Романівської селищної ради, то вони вже давно фактично працюють у статусі позафракційних. Адже під час сесій Романівської селищної ради вже давно не було чути заяв, закликів, коментарів чи виголошених ініціатив якраз від імені партій, яким пощастило на виборах восени 2020 року провести своїх кандидатів у депутати Романівської селищної ради. Це проблема, над якою нині лише задумуються, але до вирішення якої поки що ніхто конкретно не взявся. І розпуск фракції партії «Наш край» у складі Романівської селищної ради об'єктивно полегшив становище депутатів, які до неї належали. Тим паче, що жодних претензій, які висловлювалися у судах до керівництва партії «Наш край», на адресу депутатів Романівської селищної ради спрямувати неможливо. Кожен із тих семи депутатів, хто написав заяву про вихід із партії та фракції, може спокійно і з чистою совістю дивитися у вічі своїм виборцям. Ось і вся історія із «Нашим краєм», якого більше немає в Україні, на Житомирщині, а відтепер – і в Романові. Представникам усіх інших партій, які мають і зберігають прописку у складі Романівської селищної



Джерело фото: Твій Романів



Джерело фото: Твій Романів

ради, можна лише порадити і побажати поживлення у своїй партійній роботі і бути готовими до звіту перед виборцями у недалекому майбутньому.

## Ліцей запрацює із 2027 року, але рішення потрібне вже завтра

Ще одне питання, яке лише промайнуло на сесії Романівської селищної ради 19 липня 2024 року, стосувалося реорганізації закладів освіти Романівської селищної ради. На початку сесії, коли депутати ухвалювали остаточний перелік питань порядку денного сесії, надійшла пропозиція зняти з розгляду питання під № 10, яке стосувалося реорганізації освітянських закладів. Особливих коментарів, змістовної аргументації стосовно причин

відтермінування питання про реорганізацію освітянських закладів у залі не прозвучало. Пропозиція «відправити на довивчення» питання під № 10 всіма депутатами була підтримана, і на тому історія із реорганізацією завершилась. Хоча, якщо конкретизувати суть питання, яке значилося у проекті повістки денної сесії під № 10, то йшлося про створення ліцею із профільними класами із 2027-го навчального року. Такі ліцеї мають бути створені до 2027-го року згідно з реформою школи та освіти в Україні. Причому концепція і задум створення ліцеїв із профільно-спеціалізованим навчанням з'явилися в Україні ще у 2013/2014 роках, коли реформа із децентралізації влади ще не розпочиналася. Але сьогодні реформа позаду, громади діють як самостійні владні

суб'єкти, а державне освітянсько-реформаторське завдання щодо створення ліцеїв із профільним навчанням було конкретизоване Кабміном України у 2021 році і, таким чином, нікуди не поділося. Завдання не просто складне, а надскладне, оскільки вимагає врахування наявності кількох важливих чинників під час створення вищеозначених ліцеїв. Окрім вимог стосовно навчально-матеріальної бази майбутнього ліцею, ще однією обов'язковою умовою створення ліцеїв стало наявність укриття для ліцеїстів на випадок оголошення повітряної тривоги. Винятково важливим чинником утворення майбутнього ліцею є логістична зручність його розташування для більшості ліцеїстів та педагогічного персоналу, який буде залучений до його навчальної діяльності. Усі ці чинники мали б вже давно опинитися у полі зору особливої уваги депутатів Романівської селищної ради. Проте досі цього не відчувалося. Гуманітарний відділ Романівської селищної ради, як структурний підрозділ, який забезпечує реалізацію та виконання усіх освітянських проектів, має певні і доволі конкретні напрацювання у питанні створення на території Романівської селищної ради ліцею із профільним навчанням. Очікувалося, що під час сесії 19 липня 2024 року питання про створення ліцею із профільним навчанням із 2027-го року буде детально обговорене з метою ухвалення певного рішення. Однак обговорення не вийшло, а натомість прозвучала пропозиція відтермінувати ухвалу питання про утворення ліцею до наступної сесії. Зауважимо, що «ліцейне» питання не терпить зволікання, адже Житомирська обласна рада мала розглянути рішення місцевих рад про створення ліцеїв ще у квітні 2024 року. Сьогодні це питання намічене для розгляду на сесії Житомирської обласної ради на серпень чи вересень 2024 року, а тому у депутатів Романівської селищної ради часу не так уже й багато. У минулу п'ятницю пролунала пропозиція детально вивчити чи довивчити питання про утворення ліцею із профільним навчанням на території Романівської громади, аби вже на наступній сесії його все ж таки ухвалити. Це означає, що простою формалізацією чи декларацією про «довивчення» питання щодо створення ліцею депутати обмежитися не можуть і не зможуть. Тож попереду шлях, який дуже відповідальної роботи, яка передбачає вивчення пропозицій і напрацювань фахівців гуманітарного відділу, обговорення питання у середовищі освітян-педагогів та напрацювання прийнятного, можливо, компромісного, але реалістичного проекту щодо створення до 2027-го року ліцею із профільним навчанням. Уникнути важливої, клопіткої і конкретної роботи не вдасться ні депутатам від певних політичних структур, ні тим, хто перебуває у статусі позафракційного депутата. А раз так – тоді до роботи!



# Робота, проблеми, клопоти... Але ж буває і свято!

У суботу, 27 липня 2024 року, в Україні відзначають День медичного працівника.

Годі й говорити про те, що це професійне свято привертає увагу всього суспільства, оскільки лікар, фельдшер, медсестра чи санітарка лікарні, амбулаторії чи поліклініки у нас давно стали символами допомоги, а тому люди у білих халатах мають у народі заслужену повагу та любов. Звісно ж, у день свого професійного свята вони отримують слова визнання, подяки і пошани. **Напередодні Дня медичного працівника ми розмовляли із директоркою КНП «Романівська лікарня» Іриною Серт, і наша розмова стосувалася професійного свята, хоча розпочалася вона із питань щоденного і вже звичного звучання – як справи у лікарні, наскільки вона осучаснюється і чи торкаються Романівської лікарні медичні інновації, які відбуваються у руслі реформування медичної галузі, і т. п.**

– Безумовно, питання про інновації, про суттєве оновлення роботи закладу хвилюють усіх, бо сьогодні без вдосконалення і без модернізації жоден медичний заклад чи установа банально не виживуть, – розповідає І. В. Серт. – Тож це питання у нас на провідному місці. Коли ми у 2021 році відкрили у закладі відділення реабілітації – це була інновація. Це було щось нове, якого не було, про це хтось щось чув, але до кінця не розумів, про що це або про кого і яка роль відведена кожному: лікарю, медсестрі, пацієнту. Сьогодні відкриття такого відділення – вже необхідність, і ті, хто їх відкриває, мають чіткий алгоритм і працюють згідно з ним. Загалом інновація сьогодні – це як віднайти блакитний океан, що дарує неоможливі можливості в оточенні червоних океанів реальності. Щоб розуміти нашого клієнта-пацієнта, ми маємо ви-

вчати його потреби, його бажання та настрої, необхідність того чи іншого виду обстеження або лікування. Далі ці дані необхідно згрупувати, проаналізувати і запустити у реальне життя ту інновацію, яка необхідна тут і сьогодні.

– Ірино Валеріївно, зазвичай на свято згадують про приємне, а ще – про те, як назрівало чи формувалося рішення стати лікарем. Пропоную розпочати із вас..

– Мій шлях в медицину був усвідомлений. З дитинства мама щовечора розповідала про медичних сестер, лікарів. І це був своєрідний урок про що таке добре і що таке погано. Кожна історія закінчувалась або розпочиналась так: він дуже хороший лікар, уважний, чуйний, з кожним поговорить, підбадьорить. Ось таким ти маєш стати, як вивчишся. Були й інші історії: якщо ти маєш бути така неосвічена і зла, як... то краще вже мінняй мрії про професію. Медицина – це про любов, розуміння, щирість, постійне навчання і розвиток. І найголовніше – це про пацієнта і його потреби, відчуття, підтримку, якої він потребує...

– Нинішнє свято працівники галузі зустрічають у непростий час. Країна у війні, люди живуть і працюють в умовах граничних випробувань, потрясінь, стресів. До того ж започаткована кілька років тому реформа медицини суттєво змінила правила, алгоритми життя медичних закладів та установ.

– Коли пацієнт нашої громади потребує допомоги, він далеко не завжди думає і достеменно знає, що це два різних підрозділи: первинна медична допомога і вторинна медична допомога. А ще є екстрена медична допомога, яку у народі називають «швидка допомога». Можливо, пересічний житель, якому доводиться стати пацієнтом лікаря, і не повинен про це думати. Це наше завдання донести йому

алгоритм його дій, коли щось сталося. Коли, наприклад, піднявся тиск, хтось поряд втратив свідомість, з'явилась блювота і пронос, заболіла голова чи зуб. Нам це здається дуже простим, а людині, яка з цим зустрічається вперше, це ще той квест: що робити, кому дзвонити, а може бігом в машину і їхати самому? Лівова частина роз'яснювальної роботи покладається на сімейних лікарів (увяляю, як летять тапки у мій бік певної частини згаданих спеціалістів). Хоча тут ділити поки що немає чого. Так само не має бути зіркових воєн між даними рівнями, між «первинкою» і «вторинкою». Лише в єднанні і розумінні того, що ми робимо одну справу, ми разом досягнемо успіху в громаді і зможемо бути корисними нашим жителям. Однак поки що просвітницьке і роз'яснювальне завдання для нас залишається найважливішим: кожен житель має чітко знати свої права і гарантії про те, що йому гарантовано державою в межах програми медичних гарантій, він має усвідомлено вибирати лікаря, лабораторію, заклад, де йому медична допомога буде забезпечена безоплатно на сучасному обладнанні мотивованим персоналом, який володіє новітніми протоколами і вміє їх втілювати в практику.

– Ірино Валеріївно, напередодні професійного свята запитують про приємне. Буває ж таке, що хочеться радіти чи гордитися зробленим, здобутим, звершенням?

– Можливо, не так часто, як того хотілося б, але скажу чесно – таке буває! Я, наприклад, щаслива, бо роблю те, що люблю, і те, що вмію. Я щаслива тим, що маю гарний колектив, який прагне вдосконалюватись, навчатись, вносить нові ідеї і не боїться труднощів. Я радію успіхам молодих колег і ніколи нікому не відмовляю в допомозі. Всі знання, досвід, який маю, щедро віддаю тим, хто його потребує. Ніхто з нас не знає, що чекає нас завтра, які



нові компетентності ми будемо розвивати, який вектор розвитку оберемо. Але я впевнена в тому, що жителі громади, України заслуговують на найкращих лікарів, медичних сестер, медичних працівників. Щоб наша доступність (а це підтвердять всі, хто зустрівся з медициною за кордоном) рівнялась європейській якості і базувалась на доказовості. Ми до цього прагнемо, і точно знаю, що нам це по силах, ми неодмінно досягнемо поставлених орієнтирів та завдань.

Ну і, звісно, напередодні свята вітаю усіх своїх колег і, безумовно, працівників нашого колективу КНП «Романівська лікарня» із професійним святом. Зичу сил, терпіння, наснаги і віри у перемогу, у те, що нам вдасться здолати труднощі, вирішити низку нагальних проблем і жити у злагоді і щасті.

## Рецепт поєднання молодості й досвіду знайти непросто

Віктор Радчук

Той, хто не раз і не два бував, відвідував, знайомився зі щоденним життям КНП «Романівська лікарня», не міг не помітити декількох особливостей.

І ледь не найперша із них – велика кількість лікарів молодого, ледь не юного віку. Директорка закладу Ірина Серт каже, що молодість – це, як правило, завзяття, неабияке бажання утвердження свого професійного реноме. Якщо все вищезазначене ґрунтується ще й на нестримному бажанні

вчитися, опанувати ази лікарської професії і водночас доповнюється пошуком найсучасніших, найпередовіших методів і методик лікування пацієнтів, тоді таких працівників у Романівській лікарні охоче беруть на роботу, про них турбуються і на перших порах ще й по-батьківськи опікуються, бо молодість треба вчасно підтримати, зацікавити чи, як сьогодні прийнято говорити, мотивувати їхнє професійне і фахове зростання.

«Уявіть собі, наскільки приємно помічати очевидний прогрес у роботі того чи іншого молодого лікаря», – каже І. В. Серт. Якщо взяти до прикладу хірургічне відділення Романівської лікарні, то можна із впевненістю стверджувати, що воно упродовж двох років помітно змінилося. Про знаного хірурга із Маріуполя Захара Івановського у Романові, доволі знайомі

селища і містах, навіть у Житомирі вже багато хто почув. Так-от, поряд із Захаром Олександровичем у Романові, якраз таки у хірургічному відділенні, з'явилися його учні. Так-так, колишня студентка Донецького медуніверситету Вікторія Майтамал, яка пізніше проходила інтернатуру у Маріупольській лікарні, після рашистської окупації рідного міста змушена була мігрувати на захід. Її наставник Захар Івановський запропонував роботу у хірургічному відділенні Романівської лікарні. До речі, сьогодні щомісяця тут проводиться більше пів сотні операцій, хоча два – три роки тому кількість оперативних втручань тут була вп'ятеро меншою. Вікторія Майтамал зауважує, що більшість операцій проводиться за найсучаснішими методиками, за допомогою високотехнологічного обладнання. «Тому у Романові мені подобається, я

не відчуваю особливих відмінностей від лікарень обласного рівня», – каже Вікторія Віталіївна.

Про прекрасне оснащення відділення інтенсивної терапії говорить ще одна лікарка, яка також не так давно працює у Романівській лікарні. Юлія Кібець, випускниця Тернопільського національного університету, після проходження інтернатури в Національному університеті охорони здоров'я України ім. П. Л. Шупика певний час працювала у лікарні свого рідного селища Пулини. Але Романів і Романівська лікарня привабили молодого лікаря-анастезіолога куди сильніше, аніж місце свого дитинства. Знову ж таки Юлія Сергіївна відзначає ледь не як найбільший позитив у своїй роботі присутність справді маститого фахівця Олега Пашинського, який для молоді колежанки не лише авторитет-





Вікторія Майтамал



Дарія Верницька



Тетяна Поліщук



Юлія Кібець

ний завідувач відділення, але й мудрий наставник. За словами директорки КНП «Романівська лікарня» Ірини Серт, Юлія Кібець виявилася не лише талановитою ученицею свого старшого колеги, але й наполегливою у питаннях самовдосконалення, прагнення і потягу до підвищення кваліфікації, в опануванні все нових і нових орбіт медичної галузі. Вміло поєднує роботу у відділенні інтенсивної терапії із навчанням за магістерською програмою «Менеджмент закладів охорони здоров'я» у стінах столичного Національного медуніверситету ім. Богомольця.

Такою ж уважною до інновацій та сучасних методик зарекомендувала себе і **Тетяна Поліщук** – акушер-гінеколог Романівської лікарні. Після закінчення Вінницького національного університету ім. Пирогова навчалася в інтернатурі одного зі столичних приватних перинатальних центрів, де пройшла належний лікарський вишкіл, обстежуючи та обслуговуючи під час кожного чергування до двох десятків породіль. Віднедавна Тетяна Олексіївна разом із чоловіком, який також працює тут же, у відділенні реабілітації, переїхала до Романова. Каже, що атмосфера у колективі винятково відповідала, а устаткування, матеріальне забезпечення відділень мало чим відрізняється навіть від приватних клінік, центрів і т. п. Дуже важливою обставиною, яка допомагає у роботі, є морально-психологічний клімат, який створений з метою підтримки

і всебічного вдосконалення роботи усіх підрозділів та відділень лікарні. На думку Тетяни Поліщук, подібні здобутки під силу далеко не всім медичним установам, а працівники Романівської лікарні це добре усвідомлюють і цим пишаються.

Цікавою і навіть задушевною видалася розмова із **Дарією Верницькою** – лікарем-терапевтом приймального відділення. Дарія Юрївна працює у Романівській лікарні майже рік, однак новачком у колективі себе вже не відчуває хоча б тому, що вона місцева, має сім'ю і живе у Романові. Тут працювали її батьки, і саме відповідальність перед земляками для неї важить дуже багато. Слід відзначити, що й відгуки про роботу лікарки Верницької у середовищі жителів Романівської громади виключно позитивні. Маючи за плечима навчання в Івано-Франківському національному медуніверситеті, продовжуючи його в інтернатурі Національного університету охорони здоров'я ім. П. Шупика, молода лікарка здобула неабиякий фаховий гарт. Однак дуже важливим і помічним для себе фактором, який вселяє впевненість і підтримку, Дарія Верницька називає можливість співпраці із досвідченою лікаркою-кардіологом **Оксаною Куреньовою**.

Ось такий вигляд має реальний сплав молодості й досвіду у роботі колективу Романівської лікарні. І головним підсумком такого поєднання є впевнений розвиток цієї медичної установи як важливого осередку гармонії життя всієї громади.

## Рада ухвалила закон про відмову від переходу на літній час: чи вплине це на здоров'я



РАДА УХВАЛИЛА ЗАКОН ПРО ВІДМОВУ ВІД ПЕРЕХОДУ НА ЛІТНІЙ ЧАС: ЧИ ВПЛИНЕ ЦЕ НА ЗДОРОВ'Я

Верховна Рада України ухвалила закон, за яким з 2025 року Україна більше не переходитиме з зимового часу на літній.

На початку 2019 року Європарламент теж підтримав пропозицію відмовитися від загальноєвропейської практики переведення стрілок годинника, але дійти згоди про прийняття спільного законодавства, коли ж припинити цю практику, досі так і не вдалося, тому весь Євросоюз і надалі переводить годинники.

**Тож на що впливає зміна часу двічі на рік?**

### Циркадні ритми

Вчені з'ясували, що зміна часу впливає насамперед на так звані циркадні ритми, циклічні коливання інтенсивності різних біологічних процесів, пов'язаних зі зміною дня й ночі. Незважаючи на зв'язок із зовнішніми стимулами, циркадні ритми мають ендогенне походження, представляючи таким чином внутрішній біологічний годинник організму.

Зміна часу двічі на рік порушує сталі циркадні ритми і має всебічний негативний вплив на наш стан.

### Погіршується сон

Дослідження показали, що перехід на літній час може знижувати ефективність сну і збільшувати час засинання. Порушення сну, викликані зміною часу, можуть тривати кілька днів, і це особливо важливо для людей, які вже мають розлади сну.

### Гірша самопочуття

Опитування Американської академії медицини сну (AASM) показали, що близько 63% американців воліли б відмовитися від літнього часу, а 55% відчувають втому після переходу. Дослідники кажуть, що ця зміна має довгострокові негативні наслідки для нашого тіла та розуму. Дослідження, опубліковане в «Journal of Clinical Sleep Medicine», показало, що стабільний режим дня сприяє кращому самопочуттю та зниженню рівня стресу.

### Росте навантаження на серцево-судинну систему

Дослідження, які проводилися в Фінляндії, засвідчили, що порушення циркадного ритму під час переходу пов'язані з підвищеним ризиком ішемічного інсульту (ІІ). Кількість госпіталізацій з приводу ІІ зростає впродовж перших двох днів після переведення годинника.

Також це підтверджено дослідженням, опублікованим у «The New England Journal of Medicine», за результатами якого

виявилася збільшення кількості серцевих нападів у перший тиждень після переходу на літній час.

За результатами метааналізу, саме перехід на літній час хоч і незначною мірою, але помітно збільшує ризик гострого інфаркту міокарду.

### Збільшується ризик депресії

ВООЗ наголошує, що недостатній сон і порушення циркадних ритмів можуть призводити до когнітивних порушень і підвищувати ризик розвитку депресії. Дані дослідження показують, що після переходу на літній/зимовий час багато людей відчувають підвищену тривожність і депресію. Це особливо актуально для людей, які вже мають схильність до психічних розладів.

### Знижується увага

Також є дані, що переведення стрілок уперед навесні різко збільшує ризик смертельних дорожньо-транспортних пригод – у США впродовж тижня після переходу цей ризик зростає на 6%. Це частково пояснюється нестачею сну та порушенням циркадних ритмів.

### Падає продуктивність і зростає виробничий травматизм

Дослідження, опубліковане в «Journal of Applied Psychology», вказує на те, що зміни в режимі дня, пов'язані з переходом на літній час, можуть знижувати продуктивність праці через втому та порушення ритму роботи.

Перехід на літній час сприяє сонливості на робочому місці та збільшує травматизм на виробництві. Зміни в режимі дня можуть негативно впливати також на якість навчання.

### 4 причини залишитися на зимовому часі

Усі ці дослідження свідчать про те, що відмова від переведення стрілок на годину вперед допомагає:

- запобігти додатковому навантаженню на серцево-судинну систему;
- уникнути недосипання, зокрема водіям;
- зберегти стабільний графік роботи та навчання, і кращу продуктивність;
- потурбуватися про внутрішній спокій без зайвої тривожності та посиленого ризику розвитку депресії.

**Тож перейти на зимовий час 27 жовтня та лишитися на ньому назавжди – це хороша ідея, яка матиме виключно позитивний вплив на здоров'я населення України.**

Джерело: Центр громадського здоров'я



# Білі янголи землі Романівської

Надія Бучко

Швидка, екстрена, невідкладна... Так називають спеціалізовану медико-санітарну службу, завданням якої є надання першої медичної допомоги при

станах, загрозливих для життя, потерпілим від нещасних випадків або при раптових захворюваннях, а також транспортування потерпілих до лікарень.

Продовження.  
Початок у № 26 від 10 липня  
та № 27 від 17 липня.

## Галина Менчицька

Красива жінка незаміжня... Так і просяться слова з української ліричної пісні.

Галина народилася в далекому від райцентру маленькому селі Мані, увінчаному вишневидами садами та обсипаному різнобарв'ям квітів, бо квітник – дзеркало душі господині.

Дівчина з дитинства мріяла бути медиком. У школі навчалася старанно, а тому без проблем вступила на навчання у Бердичівське медичне училище. Отримавши диплом медичної сестри, розпочала свою трудову діяльність у Житомирському обласному тубдиспансері. Але Галину кликав батьківський поріг, росіяна споришева стежина, рідне село. У 1995 році Галина

Володимирівна працювала в ЦРЛ Романова працівником станції швидкої допомоги. Медикіння має 35 років професійного стажу. Її, як кваліфіковану медичну сестру, запрошують на особливо важкі виклики, бо професіоналка досвідчена, відповідальна, пунктуальна, коректна, добросовісна, витримана й гарний психолог. Психосоматика особистості – це є запорука здоров'я кожного, – стверджує Галина Володимирівна.

Так уже стали зорі над її долею, що сама виховувала сина, який тепер є її гордістю і підтримкою.



На сьогодні в Манях залишилися кілька жилих господарств, і транспортне сполучення відсутнє, а тому добратися до роботи й повернутися додому – проблема неабияка. Але Галина Володимирівна любить свою роботу, цінує, шанує, як люди шанують і люблять її.

## Ольга Садовська

Ольга Анатоліївна Садовська – випускниця Житомирського інституту медсестринства. Із 13 років професійного стажу – 12 у невідкладній допомозі населенню.

Дівчинка зростала у чепурному будиночку на мальовничому березі Виспи в Романові. Зовсім поруч висвічувала великими вікнами розкішна сучасна будова центральної районної лікарні. Тому й дива немає, що Оля визначилася з вибором професії, а саме: вчасно надати допомогу, бути там, де на неї чекають. То була мрія її дитинства...

Виклик у село Колодязне. Дванадцять ночі. Чоловік років тридцяти, учасник військових дій і, як наслідок, – контузія і травми. Непритомну людину викручували тяжкі судоми. У хаті – дружина після пологів і п'ятеро маленьких дітей, тобто допомоги немає. Шофер Микола Євсеєнко кинувся на поміч, але втримати хворого було неможливо. Покликала водіїв швидкої, які вже

відпрацювали свою зміну, щоб допомогли доправити пацієнта до лікарні. Сергій Бабушко та Анатолій Орещук примчали на власних машинах. Чоловікам прийшлося серед зимової морозної ночі зняти свій верхній одяг, щоб утримати пацієнта, якого зводили судоми, щоб не завдав собі тілесних травм. Піт заливав очі, а вони, докладаючи неймовірних зусиль, рятували людину.

Консультативну допомогу терміново було запрошено з Житомира. Усе! Довезли. Врятували слава Богу!

Обідня пора. Виклик у Гордіївку. Стрімкі пологи. Водій Анатолій Орещук, здавалося, на крилах домчав до акушерського пункту. Це перша дівчинка, яка з'явилася на світ, дякуючи Ользі Анатоліївні.



І варто зауважити, що в Гордіївці все своє життя працює в медичному пункті чудова людина, прекрасний фахівець своєї справи Раїса Лаврук. Ні дощ, ні холод не стають на заваді, бо вона день і ніч на посту охорони здоров'я односельчан. Отакі вони – наші ЛЮДИ!

## Людмила Тищенко

Людмила Миколаївна Тищенко – жителька села Корчівка, випускниця Житомирського медичного училища. Із 25 років робочого стажу 17 – у невідкладній допомозі.

Здається, вона зіткана з ніжного сонячного позитиву: щасливо усміхаючись, дякує Богові, що на її долю не випадали складні ситуації, а недоречних – безліч! Якось і розказувати про них незручно. Часто люди зверталися (коли виклик ішов через Романів на 103) по усні консультації щодо допомоги тваринам. І ми надавали відповідні поради. Таке воно, життя...

Людина послана на цю землю для добра!



## Ольга Поліщук

Ольга Валентинівна Поліщук горда своїм походженням, бо її батьківщиною є романівська земля, прославлена у віках.

Вона закінчила Бердичівське медичне училище і має 30 років професійного стажу, 15 із них – робота у відділенні швидкої допомоги при ЦРЛ.

Перший робочий день досі тримає в напрузі її пам'ять.

Виклик на поле за Рязіно. Ніч, як кажуть у народі, що хоч око виколи. Жнива. Ні комбайнів, ні машин, ні людей. Лише під однією копицею... розчавлені залишки людського тіла.

Василь Рудь у Врублівці був механізатором широкого профілю та людиною щирої душі. Завжди всім допомагав, відмови не було ні вдень, ні вночі. Хто і навіть переїхав – невідомо й досі, бо нещасній матері, яка домагалася правди за єдиного сина, був телефон-

ний дзвінок із погрозою.

На похорон зійшлися люди з усієї околиці. Панахида на дев'ятий день у тамтешній церкві сколихнула всю громаду: священник усе придивлявся та придивлявся до ікони, а потім схвилювано мовив до прихожан: «Плаче разом із нами ікона Божої Матері». Люди впали на коліна...

Іще випадок: у цей же день помер чоловік внаслідок тяжкої хвороби.

– Ця робота зіткана з нервових потрясінь, болю, смутку, і команда фельдшерів, медсестер, шоферів пропускає те через своє серце. Добре, якщо закінчується виклик позитивно, в іншому ж випадку хвилювання не полишає надовго, – додає розважливо Ольга Валентинівна.



Уже 15 років відділення швидкої допомоги при ЦРЛ працює під її керівництвом і контролем, а тому вона поінформована й організаційно-відповідальна за всі дії працівників відділення.

## Алла Назарук

Алла Володимирівна Назарук. Романівчанка. Закінчила Бердичівське медичне училище. Із 20 років загального стажу – 16 у невідкладній допомозі. Бути медиком – мрія дитинства.

– Іде дощ. Періщить злива. Холод. Виклик у далеке спустіле село. Дорога тяжка.

У хаті залишки застілля. Господиня на ліжку корчиться від болю в животі. Присутнє алкогольне сп'яніння... Від різкого заперечення переходить до зізнання, що пила горілку. Вагітність спростовує, бо навіть не стоїть на обліку. Причину болю поясни-

ти не може. Але... обман явний: потрібно вести в гінекологічне відділення а чи в родильне відразу. Не довели. На дорозі Залужне – Романів (біля арки) приймаємо пологи. Народився хлопчик. Ми його назвали Богданом. У цьому імені можна знайти пояснення даній ситуації, – гірко додає Алла Володимирівна, а її великі красиві зелені очі наповнюються смутком.



## Микола і Надія Ткачуки

Микола Володимирович і Надія Андріївна Ткачуки – сімейна пара.

Минуло 43 роки, як звела їх доля у Романові. Роки щасливі, бо велике й чисте кохання приписалося в їхній сім'ї на довгі літа. Авторитетні, шановані, поважні й віддані своїй роботі.

Микола Володимирович родом із Любарського району, здійснив свою мрію бути медиком, закінчивши Київське училище № 2. Отримав направлення в РЦЛ, зайняв посаду фельдшера на швидкій допомозі.

Надія Андріївна із Баранівського району, ви-



пускниця Житомирського медичного училища. Вона теж за направленням влаштувалася на роботу в екстрену допомогу ЦРЛ.

Вони щасливими повертаються з чергування,

якщо всі виклики мають позитивний фінал, але якщо невдача (всяке буває), гірко переживають, і ті тривоги не полишають їх, хвилюють... Бо працюють за покликом серця!

Продовження у наступному номері.



## Гороскоп на тиждень 24 липня - 30 липня

**ОВЕН**  
Можливо, вперше за довгий час ви знайдете свободу і задоволення життям, а це принесе дорожочинні хвилини щастя. Тиждень перетворень у справах.

**ТЕЛЕЦЬ**  
Фінансові позиції цього тижня є стабільними, можлива підтримка партнерів, отримання державних субсидій, кредит на вигідних умовах.

**БЛИЗНЮКИ**  
Можливе перезавантаження в колективі, а також ревізія в організації, важливі наради та перегляд цілей бізнесу. Цінують свої стосунки.

**РАК**  
Багато суперечливих ситуацій виникає під час вирішення ділових та виробничих питань, що супроводжується особистим протистоянням.

**ЛЕВ**  
Леви потрапляють у потрібний потік і спрямовують свою енергію у конструктивне русло. Нині легше досягти популярності.

**ДІВА**  
Планетарні аспекти дають додаткову життєву енергію, відкривають нові перспективи. Не звалюйте на себе всі справи.

**ТЕРЕЗИ**  
Обставини складаються якнайкраще, щоб виправити помилки минулого і створити своє майбутнє таким, як вам хочеться.

**СКОРПІОН**  
Це період підвищеної конфліктності в сім'ї та в особистих стосунках, що може призвести до незворотніх наслідків. Уважніше під час спілкування з дітьми.

**СТРІЛЕЦЬ**  
Навколишні можуть чинити фізичний опір, створити перешкоди, особливо це стосується тих, хто переміщається власним автомобілем.

**КОЗОРІГ**  
Особливої значущості набувають суспільні зв'язки та співробітництво. Можливий короточасний фінансовий успіх, одноразові надходження.

**ВОДОЛІЙ**  
Гарний час для розвитку фізичної сили та витривалості, початку занять спортом. На перший план виступають реальні дії та діяльність.

**РИБИ**  
Цей час сприятливий для роботи, пов'язаної з реконструкцією або переробкою, внесенням змін до будь-якого процесу. Успішними будуть заняття спортом.

Джерело: ТСН

## Смачного!

## Сирники з яблуками та корицею

**Інгредієнти:** 400 г кисломолочного сиру, 1 яйце, 2 ст. л. цукру, ½ ч. л. солі, 3 ст. л. пшеничного борошна + 1 ст. л. для формування, 4 ст. л. олії для смаження, 1 яблуко, 1 ст. л. цукру, ½ ч. л. кориці.

• У велику миску викладіть 400 г кисломолочного сиру, додайте до нього 1 яйце, 2 ст. л. цукру та ретельно перемішайте. Додайте також 3 ст. л. борошна і ще раз перемішайте до однорідності.

• Увімкніть духовку розігріватися до 180 градусів. Помийте та почистьте 1 яблуко, натріть на крупну тертку, додайте до нього 1 ст. л. цукру, ½ ч. л. кориці, перемішайте та додайте до сирної маси.

• Робочу поверхню, дощечку або силіконовий килимок присипте 1 ст. л. борошна. Змастіть руки рослинною олією. Беріть трохи сирної маси у руки, приблизно по 50-60 г та формуйте сирники діаметром 4 см та висотою 2 см. Сформовані кружальця сирників обвалюйте у борошні з усіх боків.

• Викладіть сирники на розігріту пательню з олією. Смажте на середньому вогні по 2 хв з кожного боку. Обсмажені сирники складіть у форму для



запікання та поставте у розігріту до 180 градусів духовку на 10 хв. Подавайте гарячими зі сметаною, посипкою з цукрової пудри або іншими улюбленими топінгами.

## Лаваш з тунцем

**Інгредієнти:** 2 лаваші, 2 ст. л. домашнього майонезу, 1 огірок, 1 томат, 5 гілочок петрушки, 1 банка консервованого тунця.

• Розкладіть 2 лаваші та змастіть їх по 1 ст. л. домашнього майонезу.

• Наріжте соломкою один огірок, томат – невеликими дольками. Нарвіть 5 гілочок петрушки.

• З одного краю лаваша викладіть по половині банки консервованого тунця, по половині огірків, помідорів та петрушки.

• Загорніть лаваш у рудет та подавайте, щоб лаваш не розм'як від вологих інгредієнтів.

Джерело: klopotenko.com



## Куточок ГОРОДНИКА

## Цибуля пішла в стрілку: чому і що робити



## Рятуємо врожай.

Багато городників цього року скаржаться, що цибуля пішла в стрілку. А це означає, що врожаю нормального не дочекається. З'являються суцвіття, формується насіння, і всі поживні речовини витрачаються на них. Тому сама цибулина не росте, а пізніше зовсім починає сохнути. Для зберігання вона стає непридатна, в їжу вжити її можна, але дуже швидко, адже такі цибулини незабаром загнивають. Чи можна щось зробити, щоб зберегти врожай, розповіли фахівці.

Якщо ця проблема наздогнала ваші посадки, **насамперед зріжте всі стрілки**, радять вони. Зріз робіть низько, біля самої шийки цибулини. Квітконоси будуть з'являтися знову, а ваше завдання – вчасно помітити їхню появу і зрізати знову. І так до самого збирання врожаю.

Якщо будете продовжувати вчасно прибирати стрілки, які тільки-но з'явилися, цибулина виросте досить великою або хоча б середньою, тобто втрати врожаю будуть меншими.

На майбутнє, щоб уникнути стрілкування цибулі, використовуйте для посадки сіянку дрібного і середнього розміру. Не саджайте дуже рано або занадто пізно. Для середньої смуги хороші строки посадки під час травневих свят – ґрунт уже досить теплий у цей час. Підберіть сорти цибулі, стійкі до стрілкування і районовані для вашого регіону. Якщо вирощуєте посадковий матеріал самі, то правильно його зберігайте.

До речі, викидати цибулеві стрілки не варто, їх можна додавати до різних страв або використовувати для заготовок і заморожок.

## Багатий урожай перцю гарантований: чарівне підживлення для овочу



## Дешевий та ефективний спосіб для великого врожаю перцю.

Досвідчені дачники рекомендують використовувати нашатирний спирт для підживлення перцю, щоб забезпечити його здорове зростання та рясний урожай. Нашатирний спирт, що є сумішшю аміаку та води, відіграє важливу роль в азотному циклі, необхідному для активного зростання рослин, нарощування зеленої маси та формування хлорофілу, що позитивно позначається на цвітінні та кількості врожаю.

Застосування нашатирю городниками-початківцями особливо цінне, оскільки цей засіб запобігає перенасиченню рослин азотом. При нестачі азоту розчин для підживлення готують, розчиняючи 15-20

мл нашатирного спирту 10 л води, і використовують його для поливу кожні 10-12 днів. Для приготування розчину для обприскування достатньо розчинити 10 мл нашатирного спирту в 10 літрах води й додати 2-3 столові ложки рідкого мила. Обприскування проводиться кожні 8-10 днів.

**Дуже важливо дотримуватись заходів безпеки під час роботи з нашатирним спиртом, оскільки аміак токсичний.** Необхідно використовувати рукавички, фартух, респіратор та захисні окуляри, а при появі ознак отруєння одразу ж звернутися до лікаря. Неправильне дозування може завдати шкоди рослинам, що позначиться на листі та плодах.

Джерело: Ukr.Media

24 липня середа	25 липня четвер	26 липня п'ятниця	27 липня субота	28 липня неділя	29 липня понеділок	30 липня вівторок
+ 17° + 27°	+ 18° + 20°	+ 18° + 21°	+ 18° + 26°	+ 18° + 28°	+ 19° + 25°	+ 16° + 23°
737 ТИСК, ММ	735 ТИСК, ММ	739 ТИСК, ММ	745 ТИСК, ММ	746 ТИСК, ММ	741 ТИСК, ММ	738 ТИСК, ММ



РЕКЛАМА

**КУРСИ ВОДІВ**  
ВІД ТОВ «ТЕХНІЧНИЙ ЛІЦЕЙ»



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

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

**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

**ПРОДАЄТЬСЯ  
ТОРФОБРИКЕТ**

для опалення

Доставка по домовленості  
**380673645617**

ВТРАЧЕНИЙ АТЕСТАТ ПРО СЕРЕДНЮ ОСВІТУ, СЕРІЯ А №302827, ВИДАНИЙ НА ІМ'Я БУХАНЕВИЧА РОМАНА АНАТОЛІЙОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙНИМ.

ВТРАЧЕНІ ПОСВІДЧЕННЯ ДІТЕЙ З БАГАТОДІТНОЇ РОДИНИ, СЕРІЯ ДБ №720330, ВИДАНЕ НА ІМ'Я РУДНИЦЬКОЇ АННИ-СОФІЇ МАКСИМІВНИ ТА ПОСВІДЧЕННЯ СЕРІЯ ДБ № 720329, НА ІМ'Я РУДНИЦЬКОЇ ІРАЇДИ МАКСИМІВНИ, ВВАЖАТИ НЕДІЙНИМИ.

**АРМІЯ ПОТРЕБУЄ  
ТЕБЕ!**



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.

**23 ЛИПНЯ 2024 РОКУ  
СВІЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ ВІДЗНАЧИВ  
СПРАВЖНІЙ ВОІН СВОЄЇ ДЕРЖАВИ,  
ЯКИЙ СТАВ НА ЇЇ ЗАХИСТ ВІД ПОЧАТКУ ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ,  
ЖИТЕЛЬ СЕЛА ВРУБЛІВКА, РОМАНІВСЬКОЇ ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ГРОМАДИ,  
ЦІМОХ АНАТОЛІЙ ВОЛОДИМИРОВИЧ!**



ШАНОВНИЙ АНАТОЛІЮ ВОЛОДИМИРОВИЧУ, ПРИЙМІТЬ НАШІ ЩИРІ ВІТАННЯ І ПОБАЖАННЯ БУТИ НЕВПИННИМ У СВОЇХ ЗУСИЛЛЯХ І ЗАВЖДИ ПРАГНУТИ ДО НОВИХ ВЕРШИН. НЕХАЙ КОЖЕН ДЕНЬ ПРИНОСИТЬ ВАМ ГОРДИСТЬ ЗА ВАШІ ПОДВИГИ ТА ВІРУ В СВІТЛЕ МАЙБУТНЄ НАШОЇ КРАЇНИ! НЕХАЙ ВАШІ ПЕРЕМОГИ БУДУТЬ ТАКИМИ Ж ЯСКРАВИМИ, ЯК НАЦІОНАЛЬНІ БАРВИ НАШОЇ КРАЇНИ! НЕХАЙ ЗДОРОВ'Я НІКОЛИ НЕ ПІДВОДИТЬ, БОЙОВИЙ НАСТРІЙ ПАНУЄ В ДУШІ, А В СЕРЦІ ЖИВЕ БЕЗМЕЖНЕ ЩАСТЯ! ХАЙ КОЖЕН ВАШ КРОК БУДЕ НАПОВНЕНИЙ ДУХОМ ВІРИ, МУЖНОСТІ ТА ЛЮБОВІ ДО РІДНОЇ ЗЕМЛІ. ВІТАЄМО З ДНЕМ НАРОДЖЕННЯ, СПРАВЖНІЙ СИН УКРАЇНИ!

**23 ЛИПНЯ 2024 РОКУ  
СВІЙ ЮВІЛЕЙНИЙ 70-РІЧНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ СВЯТКУВАВ  
ЖИТЕЛЬ СЕЛА САДКИ,  
ГУРІНЧУК СЕРГІЙ ВОЛОДИМИРОВИЧ!**



ШАНОВНИЙ СЕРГІЄ ВОЛОДИМИРОВИЧУ, ЩИРОСЕРДЕЧНО ВІТАЄМО ВАС ІЗ ЮВІЛЕЄМ! БАЖАЄМО ВАМ МИРНОГО НЕБА І НЕХАЙ НИЩО НЕ ЗАТМАРИТЬ ВАШЕ СВЯТО! НЕХАЙ ВІРА, НАДІЯ І ЛЮБОВ У ВАШОМУ СЕРЦІ ДОПОМАГАЮТЬ ТРИМАТИ РІВНОВАГУ У ЦІ БУРЕМНІ ЧАСИ. НАСАМПЕРЕД МІЦНОГО ЗДОРОВ'Я, ХАРАКТЕРУ-СТАЛІ ТА НАЛЕЖНОГО АВТОРИТЕТУ СЕРЕД ТОВАРИШІВ І ДРУЗІВ. НЕХАЙ НІ ПОГОДА, НІ ВОРОГИ, НІ СТОРОННІ ДУМКИ НІКОЛИ НЕ ЗАВАДЯТЬ ДОСЯГАТИ ВІРНОЇ МЕТИ, НЕХАЙ ЛЮБОВ РІДНИХ І СВІТЛА НАДІЯ ДОДАЄ СИЛ І НАТХНЕННЯ НА ЖИТТЯ! ЗІ СВЯТОМ!

**25 ЛИПНЯ 2024 РОКУ  
СВІЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ СВЯТКУЄ  
СТАРОСТА ВІЛЬШАНСЬКОГО СТАРОСТИНСЬКОГО ОКРУГУ, РОМАНІВСЬКОЇ ТГ,  
КОЛОТЮК ПЕТРО ЯКОВИЧ!**



ШАНОВНИЙ ПЕТРЕ ЯКОВИЧУ, З ДНЕМ НАРОДЖЕННЯ! БАЖАЄМО ЗАЛИШАТИСЯ ТАКИМ ЖЕ ЛЮДЯНИМ, ЩИРИМ, ДОБРИМ. НЕХАЙ НА ВАШОМУ ЖИТТЄВОМУ ШЛЯХУ ЗУСТРАЧАЮТЬСЯ ТІЛЬКИ ХОРОШІ ЛЮДИ, А ЗЛО ОБХОДИТЬ СТОРОНОЮ. ВІЙНА ПОКАЗАЛА НАМ, ХТО Є ХТО ТОЖ, ХАЙ У ВАШОМУ ОТОЧЕННІ ЗАЛИШАЮТЬСЯ ТІЛЬКИ НАЙКРАЩІ ЛЮДИ, ЩОБ РАЗОМ ВІДСВЯТКУВАТИ ПЕРЕМОГУ УКРАЇНИ! НЕ ПРИПІНЯЙТЕ РОБИТИ ТРИ РЕЧІ — ЛЮБИТИ, ПОСМІХАТИСЬ І МРІЯТИ. НЕХАЙ ВАШ ДІМ БУДЕ ТЕПЛИМ, СВІТЛИМ, ГОСТИННИМ. НЕХАЙ ПЕРЕМОГИ СУПРОВОДЖУЮТЬ ПО ЖИТТЮ, А НАША РІДНА УКРАЇНА БУДЕ МИРНОЮ, КВІТУЧОЮ, ЗАХИЩЕНОЮ І БАГАТОЮ, ЩОБ В НІЙ БУЛО КОМФОРТНО, РАДІСНО І ЗАТИШНО!

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!



БЕЗОПЛАТНА  
ПРАВОВА  
ДОПОМОГА

**ПРАВОВА  
ДОПОМОГА  
ПОРУЧ**

**(0 800 213 103**

телефонуйте до контакт-центру системи з надання безоплатної правової допомоги



**20**  
ХВИЛИН  
zt.20minut.ua

24 липня 2024 р.  
№ 28 (263)



Газета є членом  
Всесвітньої газетної  
Асоціації

Ідентифікатор медіа R30-02941.

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  
реklamних матеріалів.  
Редакція може не  
поділяти думку авторів  
матеріалів. Передрук  
матеріалів видання по-  
винен бути узгоджений з  
редакцією.

Віддруковано  
в друкарні «Від і До»,  
м. Чернівці, вул. Заводська, 37-В.  
Тел.: (050) 3763347.

Зам. наклад: 5000 прим.  
Замовлення №

Частина тиражу  
розповсюджується  
безкоштовно.



9 786177 234110