



# Романів очікувано перемагає! І – цілком заслужено!

Віктор Єрофєєв

**На фоні подій воєнного часу, у щоденному розмаїтті тривоги, печальних і сумних звісток і повідомлень ця подія має очевидно позитивний відтінок.**

Йдеться про перемогу футбольного клубу «VIVAD» у чемпіонаті Житомирської області 2024 року. Безперечно, сам факт проведення такого чемпіонату є позитивом нашого щоденного життя, оскільки спорт певним чином компенсує численні напруження і мінімізує тривоги та стреси, що трапляються у нашому повсякденні все частіше. Тим паче, що драматур-

гія турнірної боротьби, яка виникає у середовищі учасників чемпіонату, приваблює багатьох людей і також служить для них потужним засобом психологічного позитиву.

Зауважимо, що із самого початку футбольного чемпіонату Житомирщини романівський клуб «VIVAD» прогнозовано і переконливо вважався фаворитом змагань. Адже перед цим романівські футболісти двічі поспіль вже ставали чемпіонами Житомирської області. Проте на старті першої, у травні 2024 року, виявилось, що, як мінімум, ще два футбольних клуби також прагнуть здобути чемпіонський звання у 2024-му році. Це одвічний суперник «VIVADa» – коростенський «Мал» і команда, яка два роки готувалась до того, аби дати бій старожилам футбольної Житомирщини. Йдеться про ємільчинську «Уборть», яка на старті нинішнього сезону несподівано

для багатьох вийшла на лідерські позиції у турнірній таблиці чемпіонату. Ба більше, і минулорічний чемпіон «VIVAD», і срібний призер коростенський «Мал» в очному протистоянні із «Убортю» потерпіли поразки. Але у спортивно-футбольне життя Житомирщини наприкінці червня 2024 року втрутилася прикра несподіванка: раптово і неочікувано помер президент ФК «Уборть» В. Банковський, і вже за два тижні після його смерті виявилось, що підтримувати створену ним команду у Ємільчині більше нікому. Так завершився шлях «Уборті» у нинішньому чемпіонаті, а основна боротьба за перше місце і чемпіонське звання відтоді точилася між FC «VIVAD» і ФК «Коростень». Підсилювалося таке суперництво тим, що і на старті сезону, у матчі за суперкубок області, а потім на екваторі чемпіонату, коли відбувся



**Звук сирени і сигнал тривоги вибору не залишає**

с. 2



**У Івано-Франківську романівчани знову і вкотре – серед кращих!**

с. 5



**Концерт – це не просто спів, а засіб нашої солідарності**

с. 4

фінальний поєдинок розіграшу кубка Житомирщини пам'яті Героїв Небесної Сотні, суперники були незмінними: «VIVAD» і «Мал».

Продовження на стор. 2.



# Романів очікувано перемагає! І – цілком заслужено!

Початок на стор. 1.

Для повноти інформації додамо, що обидва знакові матчі за суперкубок і фінальний, за кубок Житомирщини, виграли романівські футболісти. А тому на старті другого кола чемпіонату, коли «Уборть» вилучила із числа реальних претендентів на чемпіонський титул, «VIVAD» по-справжньому зважав лише на коростенську футбольну дружину. І хоча поступово перевага FC «VIVAD» ставала все більш очевидною, «Мал» вперто переслідував лідера. За тур до фінішу чемпіонату коростенцям випало грати у Романові, на полі свого головного суперника. Проте фактор свого поля не допоміг гравцям «VIVADу», і романівські футболісти вдома так і не змогли здолати суперника із Коростеня. Все мало вирішуватися в останньому турі чемпіонату. Романівський клуб приймав у себе вдома ФК «Бердичів», а «Мал» на своєму стадіоні збирався перемогти народицьку «Агро-Ниву». Інтрига у ситуації із визначенням чемпіона області зразка 2024 року могла зберігатися і після 28 вересня, якби ФК «Бердичів» переіграв «VIVAD», а коростенський «Мал» переміг «Агро-Ниву». У перемозі коростенців над командою «Агро-Нива» ніхто не сумнівався, але перемогу бердичівлян у гостях у Романові міг прогнозувати лише затятий фантаст чи абсолютний невіглас у питаннях футбольного життя.

Втім, **28 вересня 2024 року** перші двадцять хвилин матчу у Романові футболісти із Бердичева трималися дуже чемно і виступали на рівні із господарями стадіону. Однак як тільки гравці романівської команди перебороли майже традиційне стартове хвилювання, все стало на свої місця. Атаки господарів стадіону ставали потужнішими, а головне – їхнє завершення відбувалося у блискавичному темпі. Голи-красені почали залітати у ворота бердичівлян вже у другій половині першого тайму. Спочатку ветеран FC «VIVAD» Денис Яворський більярдом за точністю ударом відкрив рахунок у матчі. Ще двадцять хвилин знадобилося рома-



нівським футболістам, аби забити другий гол. На 40-й хвилині відзначився Роман Мазуренко. На перерву у матчі господарі поля забезпечили собі відчутну перевагу, і навіть нічия у матчі (якби бердичівляни змогли б зрівняти рахунок) забезпечувала «VIVADу» чемпіонський титул. Але у другому таймі «VIVAD» суттєво активізував свої наступальні дії, а бердичівляни вже після пропущеного третього гола фактично опустили руки. Третій гол із ворота ФК «Бердичів» провів дебютант романівської команди Валентин Ластовка. Він, до речі, забив ще один м'яч у ворота гостей. А загалом бердичівлянам довелося виймати м'яча із власної сітки воріт аж шість разів. Таким чином, матч завершився впевненою перемогою FC «VIVAD» (6:0), і тепер романівський колектив стає трикратним чемпіоном Житомирщини. Причому у нинішньому сезоні FC «VIVAD» досяг **подвійного успіху, вигравши чемпіонат і здобувши кубок Житомирщини**

**пам'яті Героїв Небесної Сотні.** Такий собі спортивно-футбольний дубль, який засвідчує успішний виступ колективу із Романова на рівні всієї футбольної Житомирщини.

**Загалом успіх FC «VIVAD» – це не лише чемпіонський титул, який прописався у Романові втретє поспіль. Романівська громада – єдина в області, яка презентує місцевий футбол на рівні як вищої ліги (FC «VIVAD»), так і першої ліги, де грає врублівська «Зоря».**

Ще одна футбольна прикмета, яка відрізняє Романівську селищну раду від інших територіальних громад Житомирщини, полягає у тому, що Романівщина має вже не один, а **декілька чудових футбольних майданчиків**, де можуть тренуватися і проводити футбольні по-



єдинки не лише старші спортсмени, які виступають у чемпіонаті та першості Житомирщини, але й юні футболісти. І це найголовніше. На думку голови Житомирської обласної асоціації футболу Руслана Павлюка, розквіт футболу у Романові завдячений системній турботі та увазі до його розвитку президента FC «VIVAD» Ігоря Ходака. Завдяки І. Є. Ходаку його улюблена команда сьогодні по праву вважається флагманом футболу Житомирщини, а ставлення до футболу у Романові може стати взірцем для інших регіонів області, де поки що і увага, і результати спортивного життя куди скромніші. Звісно ж, для нових перемог і гарних результатів у спортивному житті нам потрібна перемога над ворогом, який поки що не полишає намірів щодо знищення України. Але ми боремося, ми змагаємося, ми демонструємо не лише силу, але й дух опору і прагнення свободи. Тому ми приречені перемогти!

## Звук сирени і сигнал тривоги вибору не залишає

Віктор Радчук

**Минулого тижня нагадали про себе депутати Житомирської обласної ради, які провели свою 21-у сесію.**

Сесія відбулася у четвер, 26 вересня, і запам'яталася вона хоча б тим, що перші півтори години робота депутатів розпочиналася і супроводжувалася сигналом повітряної тривоги. Звісно ж, головуючий на сесії перший заступник голови Житомирської обласної ради Олег Дзюбенко негайно оголошував перерву, і депутати залишали сесійний зал. Лише третя спроба розпочати роботу у сесійному залі обласної ради виявилася успішною. Слід одразу ж зауважити, що депутати працювали надивовиж швидко і злагоджено: їм знадобилося лише пів години для того, щоб ухвалити рішення з усіх питань, які виносились на розгляд сесії.

Як завжди, сесія розпочалася із суто церемоніальних моментів. Депутати вшанували традиційною хвилиною мовчання пам'яті загиблих у боях із рашистськими



загарбниками воїнів ЗСУ, а також пам'ять свого колеги Володимира Васильовича Ширми, який зовсім нещодавно, раптово і несподівано пішов із життя. Після цього відбулося урочисте вручення нагород. Зокрема директорку Звягельського музею родини Косачів-Драгоманових Людмилу Гамму з нагоди присвоєння їй почесного звання «Заслужений працівник культури України» привітали керівники Житомирської області. Почесною відзнакою начальника Житомирської обласної військової адміністрації «**За заслуги**» **нагороджено уродженця Романівщини Юрія Панасю-**

**ка**, начальника Житомирського регіонального центру з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт» Житомирської обласної ради.

Щодо питань, які депутати розглядали на сесії, то вони стосувалися повсякденного життя багатьох установ та підприємств, що перебувають у підпорядкуванні Житомирської обласної ради. Одним із важливих питань порядку денного було **рішення сесії про наглядів ради закладів охорони здоров'я**, що перебувають у спільній власності територіальних громад сіл, селищ, міст Житомирської області.



Кілька питань, з яких сесія приймала рішення, стосувалися змін до статутів низки комунальних підприємств, а деякі установи та організації підлягали докорінному реформуванню. Так, наприклад, депутати ухвалили рішення про припинення комунальної установи «Житомирський обласний туристичний інформаційний центр» Житомирської обласної ради через його приєднання до комунальної установи «Житомирський обласний центр народної творчості» Житомирської обласної ради. Разом із тим сесія ухвалила внести певні зміни до раніше ухвалених рішень Житомирської обласної

ради. Наприклад, зміни у рішенні Житомирської обласної ради від 22.03.12 № 493 стосувалися Житомирської обласної краєзнавчої премії імені Миколи Костиці.

Загалом кожне із питань, внесених до порядку денного 21-ї сесії Житомирської обласної ради, було всебічно і досконало обговорене упродовж засідань постійно діючих депутатських комісій, а також пройшло обговорення під час погоджувальної ради, яка проводиться напередодні сесії. Отже, **сесія відзначилася конструктивною, злагодженою роботою**, що за нинішніх умов також має важливе значення.

# Палимо бадилля чи спалюємо наміри стати європейцями?

Віктор Першко

**Тема спалювання залишків городини вже давно не випускається з поля зору громадськості.**

Цієї осені спалювати бур'яни чи сухе бадилля не просто шкідливо, а сам факт таких дій містить смертельну небезпеку. Всі це прекрасно розуміють. Усі, без винятку. Але щось таки штовхає господарів присадибних ділянок чинити очевидні порушення. Хтось пояснює це бідністю людей, які не мають коштів на оплату утилізації відходів. Хтось пояснює бажання спалити залишки городини темнотою і тотальною неосвіченістю населення у питаннях екології. Адже елементарні знання і такі ж само елементарні навички **компостування бур'янів та бадилля** зможуть докорінно поліпшити ситуацію зі спалюванням сміття і всього іншого, що сьогодні палиться і що призводить до плачевних наслідків.

У Мирополі кілька тижнів тому було зафіксовано спалах мікропожеж, коли на присадибних ділянках доволі дружно падали багаття, а ще дуже диміло, смерділо і творилося справжнє неподобство. Довелося втручатися працівникам ДСНС, довелося пояснювати, довелося послухати вже відомі причини та відмазки стосовно того, що так було завжди. Щоправда, обговорення виниклої ситуації, яке проходило у формі



вуличних балачок-референдумів, таки мало свій вплив. І вже сьогодні (аби не наврочити) у Мирополі не чути, не видно, аби хтось пускав дим чи пробував палити купи домашнього сміття. Але попереду ще жовтень і листопад. Опале листя – найкращий матеріал для компостування, проте оте колишнє «раніше палили, і що?» знову призведе до того, що знову димітиме, смердітиме і псуватиме настрої багатьом, а декому дим із канцерогенами ще й здоров'ю дуже шкодить. Тож завдання для влади, дільничних офіцерів громади, голів старостинських округів полягає у тому, аби люди НАЗАВЖДИ відвикли палити сміття і відходи, загаджуючи при цьому все довкола.

У Романові із палінням сміття, бадилля та побутових відходів труїть довкілля, ведеться справжня боротьба. Якщо поліція, дільничні інспектори, екологи, працівники ДСНС реагують на паління відходів доволі епізодично, хоча й суворо, то інспектор із благоустрою Романівської селищної ради, який налагодив системну роботу стосовно протидії підпалам, задимленню і отруєнню довкілля, має неабиякий вплив на дії паліїв. Але про перемогу над невігласами, які не розуміють шкоди від паління та отруйного диму, поки що не йдеться. Під час **засідання адміністративної комісії, яка проходила 27 вересня 2024 року**, мали бути розглянути-

ми два випадки із порушення благоустрою та паління сміття і залишків городини. Один із порушників не з'явився на засідання комісії, відмовившись отримувати надіслане поштою сповіщення. Смішно, але саме таким чином дехто із жителів Романова намагається уникнути відповідальності за вже зафіксоване адмінпорушення. Щодо другого порушника, то він на засідання адмінкомісії з'явився вчасно, визнав свою провину і пообіцяв подібних порушень не чинити. Враховуючи таку поведінку порушника, члени адмінкомісії вирішили обмежити розмір штрафу 510-а гривнями (мінімальна сума штрафу – 340 грн, а максимальна 1360 грн).

Сказати, що у ситуації із випадками спалювання відходів та сміття є відчутні зрушення, поки що важко. Так, інспектор із благоустрою у Романові працює справно і обов'язки свої виконує належним чином. Але сила звички, яку дехто називає традицією, поки що дуже вкорінена, і відмовлятися від неї подібства люди часто не хочуть. Багато хто вважає, що краще утилізувати відходи та смітєвий непотріб якраз за допомогою вогню. І протидіяти такій сумній традиції потрібно разом. Тут важлива не лише позиція інспектора із благоустрою, але й думка, публічні висловлювання та оцінки й особистий приклад чиновників Романівської селищної ради. Однозначно рішучіше з приводу заборони та відмови від спалювання трави, смітєвих відходів мають висловитися депутати Романівської селищної ради. Куди активнішу позицію у питаннях дотримання екологічної безпеки у Романові мають займати і **педагогічні колективи шкіл**, гімназій та ліцеїв, які працюють на території Романівської селищної ради. Лише об'єднаною позицією і спільним наступом проти заскорузлої і дуже мерзеної традиції спалювання відходів та сміття можна досягти успіху у цій важливій справі. До речі, якраз у цьому питанні, коли йдеться про справжній успіх у протистоянні із печерними традиціями, коли мова заходить про дотримання досить простих і зрозумілих правил, ми перевіряємо свій рівень готовності увійти у сім'ю цивілізованих народів Європи. Поки що у нас із цим проблеми.

## Парламент погодив підвищення податків та взявся за Держбюджет-2025: як це вдарить по гаманцях українців

**17 вересня Верховна Рада ухвалила в першому читанні урядовий законопроект № 10416-д, який передбачає суттєве підвищення податків.**

Очікується, що завдяки цій ініціативі надходження до державного бюджету зростуть на 58 млрд грн цього року, а також на 137 млрд грн – наступного, і усі ці кошти будуть спрямовані на дофінансування Збройних сил України. Проте це суттєво вдарить по гаманцях як громадян, так і бізнесу. Що саме змінюється в оподаткуванні та чи вистачить цих грошей на покриття потреб армії, розбирався Центр громадського моніторингу та контролю.

**Які податки зростуть восени**

Податковий законопроект, який Верховна Рада ухвалила за основу, значно відрізняється від того, який був запропонований Кабінетом Міністрів кілька місяців тому. Приміром, з нього прибрали такі норми, як підвищення до 15% військового збору при купівлі нових автівок та до



5% при купівлі цінних металів. Утім, основні норми залишилися: **підвищення військового збору із заробітної плати працівників з 1,5% до 5%, встановлення військового збору для ФОП 1-2 групи у розмірі 800 грн на місяць, встановлення військового збору в 1% від обороту для ФОП 3 групи.** Також закон вдарить по роздрібних продавцях пального (АЗС), які тепер зобов'язані робити авансові внески з податку на прибуток, по банках, які будуть зобов'язані сплатити 50% податку на прибуток за 2024 рік, та по інших фінустановах, які платитимуть 25% на прибуток.

Оскільки будь-яке підвищення податків для приватних підприємств – це додаткові витрати, бізнес відреагував на ухвалення цього податкового законопроекту вкрай критично. Так, Європейська бізнес-асоціація розкритикувала цю ініціативу, заявивши, що поточна версія законопроекту не допоможе належним чином збільшити надходження до держбюджету. В ЄБА вважають, що ці норми не сприяють детінізації економіки, тож уряд та парламент мали б зосередитись на реформуванні митниці, збільшенні ефективності роботи правоохоронних органів та на

справжньому перезапуску Бюро економічної безпеки.

«Потрібні рішення, які сприяли б урегулюванню проблеми тіньової зайнятості – питання зарплат у конвертах тощо», – пояснили в асоціації.

**Лише початок: чому без подальшого підвищення податків не обійтись**

Попри критичне ставлення бізнесу до податкового законопроекту № 10416-д, підвищення податків було необхідне, оскільки уряду бракує коштів для покриття зарплат військових, закупівлі снарядів та озброєння. Як пояснив прем'єр-міністр України Денис Шмигаль, оскільки Держбюджет-2024 планувався з розрахунку, що бойові дії триватимуть до літа цього року, в бюджеті були заплановані військові витрати на недостатньому рівні. Саме тому 18 вересня Верховна Рада ухвалила закон про підвищення витратків бюджету на 500 млрд грн, частина яких буде покрита завдяки підвищенню податків.

Разом з тим на минулому тижні Кабінет Міністрів представив проект Державного бюджету України на 2025 рік. Відповідно до прогнозів Міністерства фінансів, зростання ВВП

наступного року очікується на рівні 2,7% (проти 3,5% у 2024 році), що дорівнює 8,466 трлн грн. Очікується, що доходи бюджету наступного року складуть 2,007 трлн грн. Зокрема, уряд планує зібрати 911,8 млрд грн податку на додану вартість (на 17,2% більше, ніж цього року), 354,1 млрд грн податку на доходи фізичних осіб та військового збору – 354,1 млрд грн (на 73,6% більше) та 247,2 млрд грн акцизного податку (зростання на 27,9%).

Водночас видатки держбюджету наступного року складуть 3,644 трлн грн, з яких 2,223 трлн грн будуть спрямовані на сектор безпеки і оборони (26,3% від ВВП). Зокрема, 1,158 трлн грн передбачено на оплату праці військових, 737,2 млрд грн – на озброєння та військову техніку. Очікується, що дефіцит державного бюджету у 2025 році становитиме 19,4% від ВВП, для покриття якого уряд планує залучити 2,237 трлн грн на внутрішньому ринку та від міжнародних партнерів. Проте якщо державі не вдасться закрити цей дефіцит навіть частково, парламентарям доведеться знову підвищувати податки. І наступне підвищення може стати більш суттєвими, аніж пропонується в законопроекті № 10416-д.

# Кіно та інтернет у популярності не суперники, але ж і книжка своє слово ще скаже

Віктор Першко

У понеділок, 30 вересня 2024 року, в Україні відзначається День бібліотек.

Той, хто знає, що таке тиша читального залу, наскільки захоплюючим та цікавим може стати для читача вже лише бібліографічний пошук книг чи журналів за каталогами та покажчиками; зрештою, навіть той, хто під час візиту до бібліотеки має насолоду хоча б кількахвилинного спілкування із бібліотекарями, знає справжню цінність і значимість праці бібліотекаря та роль книгозбірень у житті суспільства. Сьогодні у декого складається враження, що бібліотеки вже віджили своє, що все, що тебе цікавить, можна знайти в інтернеті. Якщо по правді, то це так і не так. Звісно, величезні обсяги інформації справді доступні для мільйонів людей через інтернет, однак книжку і книжне читання як соціальне явище інтернет як гігантський інформаційний стільник поки що не в силах замінити. І, найімовірніше, не замінить.

З іншого боку, бібліотека на своєму шляху до вдосконалення та модернізації активно і динамічно використовує усі переваги та зручності інтернету. Але якраз у цій ситуації слід зауважити, що одне іншому не заважає. Проте



саме в епоху поширення та зростання популярності інтернету у житті сучасної людини ми відчуваємо зростаюче падіння кількості читачів книг, журналів і газет. Саме сьогодні ми відчуваємо суттєве зменшення кількості відвідувачів бібліотеки.

**У Романівській бібліотеці для дорослих, яка нині проходить процес перетворення у Романівську центральну публічну бібліотеку, головною категорією читачів є пенсіонери.**

Це відомі у Романові та селах Романівської громади люди, які щонайменше двічі на місяць відвідують улюблене для себе місце



духовного натхнення, душевного здоров'я і бажання жити. Завідувачка бібліотеки **Валентина Баша-Корсун** розповідає про більшість своїх читачів як про унікальних людей. До декого з них, кому важко самотійно рухатися чи пересуватися, вона приходить додому, аби запропонувати нову книжку і водночас вселити людині чергову порцію життєвого оптимізму, згадати усе найкраще, що було у житті.

У Романові вже тривалий час проходить акція «Подаруй бібліотеці книгу», яку поки що ніхто не завершує, бо сьогодні бібліотеки, як і всі заклади культури, переживають дуже скрутні часи і потребують підмоги від громади. Подарунок для бібліотеки – це не лише вияв

гуманізму та душевної щедрості, але й вияв солідарної мудрості, якою завжди відзначалися наші предки. Те, що бібліотека надалі буде лише збільшувати кількість своїх відвідувачів, можна не сумніватися хоча б тому, що сьогодні книжка здобуває популярність саме у дитячому середовищі. Ну і нарешті важливо пам'ятати про найперше педагогічне правило нашого народу – йти до мудрості через читання.

Виявом такої мудрості і щедрості душі став подарунок **Миропільській центральній публічній бібліотеці**, який надійшов до Мирополя якраз напередодні професійного свята бібліотекарів. Ініціатором і натхненником такого щедрого дару у вигляді кількох десятків

напрочуд популярних у середовищі читачів книжних видань стала **миропільчанка Алла Зубрицька**, яка нині працює у столичному видавництві «Дух і літера». Мужня жінка, яка втратила сина під час жорстокої російсько-української війни, переконала директора видавництва Вадима Залевського та головного редактора Вадима Фінберга підтримати громаду своїх земляків чудовими книжками, які розповідають про історію України, відтворюють та зміцнюють засади української національної ідентичності.

Очільниця Миропільської центральної публічної бібліотеки **Світлана Меша** від імені читачів та відвідувачів бібліотеки висловлює щире вдячність справді видатній землячці за подвижництво і розуміння важливості та значимості книжної мудрості.

**Слід зауважити, що у середовищі Миропільської центральної публічної бібліотеки вже тривалий час плідно, цікаво працює молодіжний простір**, який додає бібліотеці привабливості і робить її справжнім осередком місцевого відпочинку та дозвілля. Найбільшою популярністю відвідувачів молодіжного простору користуються художні та документальні кінострічки, але таке сусідство кіномистецтва та книжкового арсеналу дуже імпонує культурному поступу громади і всеяке неабиякий оптимізм вже у найближчому майбутті.

# Концерт – це не просто спів, а засіб нашої солідарності

Наталка Рисіч

Ми звернули особливу увагу на суботній концерт, який пройшов у Мирополі прямо посеред майдану у центрі селища.

Можливо, тому, що була гарна, тепла і фактично зовсім літня погода, концерт, який підготували місцеві аматори сцени та миропільські самодіяльні артисти, став дуже гарною, приємною подією для багатьох миропільчан, які якраз у цей суботній день були у центрі селища або ж їхали повз центральну площу. Люди, хотіли вони того чи ні, зупинилися, слухали, аплодували і висловлювали слова вдячності. Адаже спів, звуки мелодії, весела музика мимоволі відволікають людей від надмірних емоцій, переживань та інших суто психологічних негараздів, які сьогодні міцно поселилися ледь не у кожній хаті.

Зрозуміло, найпершою реакцією людей на виступи самодіяльних артистів були слова подяки, схвальні відгуки та пропозиції



виступати частіше. Як завжди і за вже звичною традицією, всі масові заходи, які організуються та проводяться у публічному просторі, супроводжуються збором коштів на потреби захисників України. Скринька із надписом «На потреби ЗСУ» також була учасником вищезгаданого концерту у Мирополі. Звісно, концерт, який із власної ініціативи провели сільські артисти, не міг зібрати кошти, співмірні із потужними

фестивалями, що проводяться у селищах та містах Житомирщини. Але й ті 7 тисяч 200 гривень, якими люди позначили свою присутність на концерті і якими погодилися підтримати наших захисників, стануть небачено дорогим внеском у потоці всенародної допомоги, яку збирає народ на потреби Збройних сил України.

Концерт, що відбувся у суботу, 28 вересня 2024 року у Мирополі, може і повинен стати прикладом

для більшості самодіяльних артистів, митців, бардів і т. п., які так само, як і миропільські аматори сцени, можуть виходити на площі, ринки, парки та інші громадські місця, де збираються з якихось нагод люди, місцеві жителі чи гості. Зрозуміло, що гроші або так звані пожертви – донати, якими люди підтримують виступи співаків-солістів, ансамблів чи навіть читців-декламаторів, не є самоціллю таких заходів, де

люди отримують приємні емоції, незабутні враження і т. п. Але й тисяча чи дві гривень, зібрані під час вуличного концерту і передані на потреби будь-якого підрозділу ЗСУ – то є не лише вагома підтримка нашим захисникам. Найголовніше те, що ми й досі розуміємо, відчуваємо і діємо так, як велить нам серце і душа. І наша солідарність у хвилини мистецьких заходів, концертів і виступів лише міцніє!



# У Івано-Франківську романівчани знову і вкотре – серед кращих!

Віктор Єрофеев

**Ми знову повертаємося до легкої атлетики. 28 і 29 вересня 2024 року у місті Івано-Франківську відбулася подія, яка безпосередньо пов'язана з Романовом.**

Вихованці місцевого тренера Анатолія Сушицького стали учасниками командного чемпіонату України з легкої атлетики серед юнаків і дівчат 2007 року народження та молодших за віком спортсменів. По суті, у місті, яке в Україні поступово перетворюється у столицю легкоатлетичних стартів, зібралася на оглядини вся найздібніша молодь України, яка присвятила своє життя легкій атлетиці. Серед 420-ти спортсменів з усіх усюд на стартах в Івано-Франківську дуже достойний вигляд мали спортсмени із Романова.

Звісно, від Романа Цюмика, який вже декілька років виступає на змаганнях найвищого рівня, ми чекали тільки найвищого результату. Вже у першій змагальній дзень Роман Цюмик вийшов на дистанцію 5 км, де змагалися

найкращі юні зірочки України. Боротьба скороходів на дистанції мала справді захоплюючий вигляд, але ближче до фінішу фаворити змагань показали свою справжню силу, і все вирішилося у боротьбі між трьома суперниками. Слід зауважити, що першість на дистанції 5000 метрів здобув зовсім юний і надзвичайно обдарований скороход із міста Староконстантинів Хмельницької області Віталій Тарасюк. Саме він зумів випередити нашого земляка Романа Цюмика, який, маючи куди більший досвід виступів, все ж таки поступився талановитому хмельничанину. Але (увага!) на третій позиції опинився ще один спортсмен із Романова Ілля Тишкевич. Так що у трійці призерів, яка піднімалася під час церемонії нагородження на п'єдестал, було одразу двоє романівчан. На чемпіонатах України такі випадки, коли призерами змагань стають двоє спортсменів із одного, зовсім невеличкого, селища трапляються вкрай рідко.

На змаганнях скороходів серед дівчат на дистанції 3000 метрів романівські спортсменки мали також дуже пристойний вигляд і весь час були у колі претендентів на перемогу на дистанції. Зрештою найкраща із романівських спортсменок Іванна Никодюк зайняла четверте місце, а її подруга по команді Анна Рудик посіла

наступну, п'яту, сходинку серед двох десятків учасників змагання на цій дистанції. Серед учасників стартів у Івано-Франківську був і наш Денис Ткачук, який виборов також високе 5-е місце серед металників молота вагою у 5 кілограмів.

Наостанок хочеться зауважити, що успіхи та високі результати, яких досягають вихованці Анатолія Цезаровича Сушицького, для романівчан стали вже звичними. Насправді бути у когорті кращих спортсменів України і завжди змагатися за чемпіонські звання чи за призові місця на дистанціях легкоатлетичних стартів дуже нелегко. І водночас – дуже почесно. Адже за всіма цими і майбутніми стартами наших земляків стоїть дуже важка, невтомна і навіть виснажлива праця спортсменів і їхнього тренера-наставника і справжнього вихователя чемпіонських характерів. Так що ми повинні розуміти справжню ціну і складність спортивного життя, яке обрали для себе як важливу стежку наші земляки. Розуміти, цінувати їхню працю і шанувати їхні здобутки. Адже їхні успіхи, їхні рекорди та перемоги прославляють не лише імена та прізвища юних спортсменів, але й формують славу та авторитет нашого Романова у масштабах всієї України. А це вже – рівень!



## 327 нових імен: чому декомунізація стає ще важливішою в умовах війни

Червоноград на Львівщині став Шептицьким, а Красноград на Харківщині – Берестиним. 19 вересня Верховна Рада України перейменувала понад 300 населених пунктів.



Щоправда, змогла зробити це не з першої спроби. Як триває декомунізація та деколонізація України та чому важливо не зупинятися навіть під час повномасштабної війни, розповідає Центр громадського моніторингу та контролю.

### Шептицький, Самар та Златопіль

19 вересня парламент ухвалив перейменування 327 населених пунктів. За відповідне рішення проголосував 281 народний депутат. Йдеться про 10 міст, 56 селищ та 261 село, назви яких містили символіку російської імперської політики або не відповідали стандартам державної мови. Такого перейменування вимагав Закон «Про засудження та заборону пропаганди російської імперської політики в Україні і деколонізацію топонімів».

На Львівщині Червоноград перетворився на Шептицький. Новомосковськ на

Дніпропетровщині став Самаром, Первомайськ на Луганщині – Сокологірськом, а Первомайський на Харківщині – Златополем. Також на Харківщині з'явився Берестин замість Краснограда. А на Черкащині зникло Вагутине, натомість тепер місто носить назву Багачеве.

Перейменування Верховній Раді вдалося не з першої спроби. 18 серпня нардепи провалили голосування через 5 спірних назв населених пунктів. Тож наступного дня довелося винести нову постанову уже без цих міст. Зокрема, не зійшлися обранці на питанні перейменування Южного на Одещині, що мав стати містом Порт-Анненталь, Южноукраїнськ та Первомайськ Миколаївської області пропонувалося перейменування на Гард та Ольвіопіль, а Синельникове та Павлоград на Дніпропетровщині – на Ріднопілля та Матвіїв.

### Дорога в десятки років

Декомунізація почалася після здобуття Україною незалежності. Тоді з навчальних програм прибрали вивчення основ комуністичної ідеології та історії комуністичної партії. На підприємствах й у військових частинах ліквідували «ленінські кімнати». У Києві у вересні 1991 року з сьогоднішнього Майдану Незалежності прибрали монумент Великий Жовтневій соціалістичній революції, який сягав вражаючих 18 метрів та вважався найвищим в Україні. У столиці також перейменовували низку станцій метро. Проте тоді декомунізація носила несистемний характер та відбувалася неоднорідно. А пам'ятники Леніну та іншим партійним функціонерам прибирали здебільшого на Заході України.

Одним з перших кроків запровадження власне системної декомуні-

зації на законодавчому рівні став Указ Президента Віктора Ющенка 2007 року «Про заходи у зв'язку з 75-ми роковинами Голодомору 1932-1933 років в Україні». Документ офіційно започаткував демонтаж пам'ятників комуністам, причетним до організації голодоморів та політичних репресій. Однак цей процес завершився із обранням на пост Віктора Януковича.

Стихийний «ленінопад», що почався із повалення пам'ятника Леніну в Києві під час Революції гідності 8 грудня 2013 року, дав новий поштовх декомунізації в Україні. Вже за рік ця ініціатива охопила практично всю країну, а монументи Іллічу демонтували в усіх обласних центрах, окрім Запоріжжя. Процес декомунізації унормували лише 9 квітня 2015 року, коли Верховна Рада ухвалила низку відповідних законів.

Станом на минулий рік вдалося перейменувати близько тисячі населених пунктів та 26 районів, майже 52 тисячі інших топонімів, 75 закладів освіти, 33 залізничні об'єкти, 2 морські порти, демонтовано близько 2,5 тисячі пам'ятників і пам'ятних знаків, які містили пропаганду тоталітарного режиму.

А вже після початку повномасштабного вторгнення, 21 березня 2023 року, у парламенті проголосували за законопроект «Про засудження та заборону пропаганди російської імперської політики в Україні і деколонізацію топонімів». Через місяць його підписав Володимир Зеленський.

### Спротив на курйози

Процес декомунізації та деколонізації не всюди проходить гладко. А подекуди небажання людей миритися із новими (часто навіть історично виправданими) назвами чи прощання із звичними монументами

приводить до курйозних ситуацій. Одна із найбільш пам'ятних трапилася у Комсомольську Полтавської області. Тамтешня міськрада, щоб запобігти перейменуванню міста, запропонувала вважати його назву аббревіатурою, яку слід розшифровувати так: «Колектив Молодих Соціально Мотивованих Людей – Справжніх Козаків». Щоправда, це не спрацювало, та Комсомольськ таки перейменовували на Горішні Плавні.

А в селі Котлярка на Житомирщині Леніна вирішили не зносити, а переробити на пам'ятник Тарасу Шевченку. Скульптуру «переосмислив» місцевий художник Володимир Герасимчук, який замінив кепку «вождя» на «Кобзар», а піджак перетворив на палубу. І хоч формально умови закону були виконані, оновлений монумент сподобався не всім, адже залишався схожим на Леніна, який відростив довгі вуса.

### Спинятись не можна

Іноді лунають сумніви: чи варто займатися перейменуванням вулиць та міст, коли Росія фізично знищує нашу країну. І чи не розумніше відкласти цей процес на час після перемоги. Втім, очищення України від російських та радянських назв є також частиною боротьби. Адже ці назви потрапляють в офіційні документи, культурний простір і побутовий вжиток. Недаремно зміна топонімів – одна з найперших речей, яку роблять російські загарбники після окупації українських земель. Тож повернення власних назв та імен допоможуть українцям краще усвідомлювати себе, більше дізнаватися про українських діячів, чий імена носять вулиці чи населені пункти. Беретти пам'ять про тих, кого Росія століттями намагалася знищити.

# Як підготувати дитину до щеплення та перетворити вакцинацію на цікаву пригоду – поради від Центру громадського здоров'я

**Вакцинація – це єдиний ефективний та безпечний спосіб профілактики інфекційних хвороб.**

Після отримання щеплення імунна система реагує на введену вакцину, виробляючи імунітет проти інфекції, і формує захист проти хвороби. Більшість щеплень за календарем проводяться у ранньому дитячому віці.

Наприклад проти дифтерії, кашлюку та правця вакцину вводять дітям у кілька етапів: у віці 2, 4, 6 місяців. У 18 місяців проводиться ревакцинація. У 6 та 16 років дітей ревакцинують проти дифтерії та правця.

Аби процедура вакцинації минула для вашої дитини легко і навіть цікаво, ми підготували для вас перелік простих порад.

## Моральна підготовка батьків

Налаштуйтеся на позитив. Запитайте себе, чи довіряєте ви лікареві та клініці, до яких звертаєтеся. Оберіть сімейного лікаря, з яким ви будете на одній хвилі.

Продумайте, у кого на руках буде дитинка під час вакцинації – це дійсно важливо. Якщо мама годує дитину грудним молоком, ідеально буде зробити вакцинацію під час годування.

### Підготовка немовляти

- Будьте спокійними та впевненими, щоб допомогти дитині відчувати себе в безпеці. Не виявляйте перед дитиною свого хвилювання, адже немовлята чутливі до настрою батьків і часто ретранслюють їхні емоції.

- Виберіть зручний час. Переконайтеся, що немовля нагодоване та не хоче спати.

- Підготуйте іграшки або улюблену дитячу пісню, щоб відволікти малюка під час щеплення.

- Після щеплення можна погодувати дитину, щоб її заспокоїти.



## Підготовка дітей від 18 місяців

Позитивний підхід. Пам'ятайте, що вакцинація є важливою частиною захисту здоров'я дитини. Своїм позитивним настроєм ви допоможете дитині почуватися спокійніше.

## Як психологічно підготувати дитину до щеплення

Психологічну підготовку починайте одразу, як приймете рішення про вакцинацію дитини. Завчасно обговоріть із нею процедуру проведення щеплень. Дайте відповіді на всі запитання, які можуть її цікавити, на доступному для її віку рівні розуміння.

Опишіть дитині кожен дію медпрацівника, поясніть, навіщо обробляти місце

уколу, як працює шприц тощо. Можна разом переглянути мультфільм чи спеціальні відео про вакцинацію дітей. А також можна дати змогу дитині «привакцинувати» її улюблені іграшки.

Поясніть через казку, що наш організм – окремий світ, населений фантастичними створіннями (розкажіть дитині про імунітет та його складники). Щеплення необхідні для підтримки балансу у цьому світі та боротьби з хворобами.

У жодному разі не кажіть, що укол безболісний – це буде неправдою. Краще поясніть, що лише так вакцина зможе потрапити в організм і допомогти йому протистояти захворюванню.

Говоріть у позитивному ключі, ставте у приклад себе, вакцинованих маму або тата.

Візьміть із собою до медзакладу улюблену іграшку чи річ дитини, яка може дати їй відчуття комфорту та відвернути увагу.

## Перетворіть вакцинацію на цікаву гру

### МАГІЯ

Уявіть, що кожен укол – це активація нових магічних здібностей для подолання щораз іншої хвороби. Дитина – чародій, який мусить пройти через серію магічних уколів, щоб отримати енергію для подолання темного закляття (назви хвороб, від яких роблять щеплення). Кожен укол підвищує його імунітет та дає змогу подолати хвороби.

### ВІДЕОГРА

Перетворіть вакцинацію на пригоду, як у відеогрі. Кожен укол – це нова зброя, що допомагає подолати монстрів. Перед вакцинацією можете разом розробити нескладну систему досягнень і за кожен укол винагороджувати дитину маленьким призом або розвагою після відвідування лікаря.

### СУПЕРСИЛА

Запропонуйте дитині уявити, що щеплення – це частина шляху супергероя до непереможності. Кожен укол дарує нову суперсилу для боротьби з новими хворобами.

## Після вакцинації

Після щеплення пригостіть дитину улюбленим смаколиком або зведіть у місце улюблених розваг, щоб підкріпити цей досвід приємною асоціацією.

Вам же важливо пам'ятати, що іноді імунна реакція на щеплення, яке захищає вашу дитину від інфекційних захворювань, може викликати тимчасовий дискомфорт, наприклад незначний біль у місці ін'єкції, підвищення температури. З цієї причини дитина може нервувати і плакати, відповідно, після щеплення вона потребує більшої уваги.

# Як допомогти людині побороти думки про самогубство

**За даними ВООЗ, щороку понад 720 000 людей помирають через самогубство.**

Це одна з основних причин смертності людей віком 15-29 років. А спроби, які не закінчуються смертю, часто призводять до каліцтва. Кожна така спроба – це трагедія для сім'ї та близьких людини, яка вирішує накласти на себе руки.

## Як розпізнати суїцидальні настрої

Ось можливі ознаки того, що людина думає про самогубство.

### Говорить, що:

- хоче померти;
- відчуває велику провинку або сором;
- вона тягар для інших.

### Відчуває:

- внутрішню пустоту, безнадію, безвихідь або не бачить причин жити;
- глибокий сум, підвищену тривогу, збудження або люті;
- нестерпний емоційний або фізичний біль.

### Зміни поведінки:

- планує або шукає способи померти;
- відсторонюється від друзів, прощається, роздає важливі речі або складає заповіт;
- робить небезпечні й ризиковані вчинки, наприклад, їде в машині на величезній швидкості;
- крайні перепади настрою;
- їсть/спить більше або менше, ніж зазвичай;



- частіше вживає наркотики або алкоголь.
- Якщо помічаєш ці тривожні ознаки у себе або близької людини, якомога швидше звертайся по допомогу – особливо, якщо така поведінка з'явилася недавно або стала проявлятися частіше.

## Що робити, коли здається, що людина обдумує самогубство

Ось 5 дієвих кроків, які ти можеш зробити, щоб допомогти людині, яка думає про самогубство.

**1. ЗАПИТАЙ:** «Ти думаєш про самогубство?». Непросто прямо ставити таке питання людині, але воно може допомогти зав'язати розмову та зменшити напругу. Дослідження показують, що питання, чи хоче людина померти, не посилюють суїцидальну поведінку та думки.

**2. БУДЬ ПОРЯД:** вкрай важливо вислухати людину, що вона думає і відчуває, без осуду чи оцінки. Дослідження показують, що відкритість інших до розмов про самогубство може послабити суїцидальні думки.

**3. ОБЕРІГАЙ:** обмеж доступ до потенційно смертоносних знаряддя людини, яка має схильність до суїциду. Самогубство часто відбувається під впливом гострої стресової реакції і характеризується двоїстим бажанням померти та водночас жити, тому важкодоступність засобів для здійснення самогубства дозволяє «виграти час» – недоступність одного знаряддя самогубства часто призводить до зміни намірів, а не до пошуку альтернативного знаряддя.

**4. ДОПОМОЖИ Поговорити:** дай людині контакти лінії запобігання самогубствам Lifeline Ukraine (дзвонити – 7333,

писати – [https://t.me/krisenchatUA\\_bot](https://t.me/krisenchatUA_bot)) або інших ресурсів, щоб їй було куди звернутися в скрутний момент. Також заохочуй її поговорити з тим, кому вона може довіритися. Це може бути член сім'ї, друг, духовний наставник або фахівець із психічного здоров'я.

**5. ПІДТРИМУЙ ЗВ'ЯЗОК:** будь на зв'язку з людиною після того, як вона пережила кризу або була виписана з закладу надання допомоги, – це може стати вирішальним фактором. Відповідно до досліджень, постійний контакт і підтримка відіграють важливу роль у запобіганні самогубству.

## Куди звертатися по допомогу

- **7333** – телефон лінії запобігання самогубствам Lifeline Ukraine, національної професійної служби з питань профілактики самогубств та підтримки психічного здоров'я.
- [https://t.me/krisenchatUA\\_bot](https://t.me/krisenchatUA_bot) – телеграм Lifeline Ukraine.
- **1677** – телефон контакт-центру НСЗУ, який допоможе знайти медичний заклад, де є потрібний вам спеціаліст. Допомога за програмою медичних гарантій безоплатна.
- **044 456 17 02** або **044 456 17 25** – «телефон довіри» Центру медико-психологічної допомоги та профілактики кризових станів.
- **0-800-100-102** – психологічна допомога від Національної психологічної асоціації в кризових ситуаціях.

Джерело: Центр громадського здоров'я

## Гороскоп на тиждень 2 жовтня - 8 жовтня

**ОВЕН**  
Тиждень розпочнеться з несподіванок зі знаком «мінус». Для вас це загрожує зривами планів, неприємними новинами та подіями.

**ТЕЛЕЦЬ**  
Напружений тиждень – поставить перешкоди, сколихне страхи. Але ви зрозумієте, над чим вам доведеться працювати найближчими місяцями.

**БЛИЗНЯТА**  
Тиждень складний – з внутрішньою напруженістю та скасуванням планів. На початку тижня порушуються старі проблеми.

**РАК**  
Тиждень несе у собі потужний потенціал для саморозвитку, зростає напруження боротьби за своє майбутнє та інтереси.

**ЛЕВ**  
Цілком несподіваний період для відвідування косметологів та стилістів з метою серйозних маніпуляцій та кардинальних змін у зовнішності.

**ДІВА**  
Ви можете наполегливо відстоювати помилкову точку зору. Будьте уважні, ваша авторитетна думка не завжди буває правильною.

**ТІРЕЗИ**  
Якщо протягом тижня планується захід, то треба бути добре підготовленим, інакше ризикуєте показати себе невідгидним.

**СКОРПІОН**  
Ви схильні швидко розуміти та швидко ухвалювати рішення. Однак не всі виявляться правильними, і не все вийде з першого разу.

**СТРИЛЕЦЬ**  
Тиждень розпочнеться з того, що когось доведеться переглянути свої плани та підлаштуватися під обставини. Цей період принесе позитивні енергії.

**КОЗОРІГ**  
Перша половина тижня готує перешкоди, розчарування та ошукані надії. Перевірка на міцність вас та ваших бажань продовжиться.

**ВОДОЛІЙ**  
Не плануйте важливих та відповідальних справ, оскільки велика ймовірність помилок та отримання недостовірної інформації.

**РИБИ**  
Тиждень кармічних подій. Може виникнути гостре бажання повністю змінити життя – не поспішайте ламати те, що маєте.

Джерело: ТСН

## Смачного!

## Оригінальні котлети зі свинячого фаршу

**Інгредієнти:** 3 скибочки білого хліба, 200 мл томатного соку, 500 г свинячого фаршу, 1/2 ч. л. солі, 1/3 ч. л. перцю, 1 ст. л. олії.

• Зріжте з 3 скибочок хліба скоринку, поламайте на невеликі шматочки та замочіть у 200 мл томатного соку на 8-10 хвилин.

• Змішайте 500 г фаршу зі замоченим хлібом. Додайте 1/2 ч. л. солі та 1/3 ч. л. перцю. Ретельно перемішайте.

• Увімкніть духовку розігріватися до 180 градусів. Сформуєте овальні котлети по 80-85 г кожна.

• Налийте на пательню 1 ст. л. олії, розігрійте її та викладіть котлети. Смажте їх на середньому вогні по 4 хвилини з кожного боку.

• Підсмажені котлети викладіть у форму для випікання та запечіть впродовж 10 хвилин.

• Подавайте котлети з улюбленим гарніром.



## Салат з куркою, сиром та перцем

**Інгредієнти:** 300 г сирого курячого філе, 150 г сиру, 2 невеликих червоних перці, 150 г густого білого йогурту, сіль до смаку.

• Зачистіть 300 г курячого філе від плівок та хрящів. Викладіть його у керамічну форму з пергаментом запечіть у духовці протягом 15-20 хвилин при 180 градусах. Орієнтуйтеся по параметрах своєї духовки та м'якості філе.

• Готове філе охолодіть. В цей час поріжте середнім кубиком 150 г сиру та 2 невеликих червоних перці.

• Поріжте кубиком куряче філе та змішайте його з сиром та перцем.

• Заправте салат 150 г густого білого йогурту та посоліть до смаку. Ретельно перемішайте та подавайте до столу. Нехай смакує!

Джерело: klopotenko.com



## Куточок ГОРОДНИКА



## 6 вагомих причин посадити на городі волоський горіх

Сьогодні розповімо вам, як і чим може стати в нагоді волоський горіх на городі, і наведемо 6 аргументів «за» посадку цієї культури на садовій ділянці.

Навіщо вам потрібен волоський горіх на ділянці?

## УРОЖАЙ... КУДИ Ж БЕЗ НЬОГО

Найперше, звичайно ж, волоський горіх потрібно посадити для того, щоб через кілька років збирати смачні та корисні плоди. Плодоносити дерево починає вже на 8-9-й рік, а при правильній посадці та догляді і того раніше. І найголовніше те, що даватиме горіхи воно буде доброю сотню років, так що дістанеться і вам, і вашим дітям, і вашим онукам.

## І ШКАРАЛУПА ЗНАДОБИТЬСЯ

Горіхи з'їли, а куди пристосувати шкаралупу на городі? По-перше, для мульчування посадок. А по-друге, для очищення димаря печі. При горінні шкаралупа дає дуже сильний жар, який спалить сажу в димарі. І не доведеться викликати фахівця чи чистити трубу механічним способом.

## А ЩО ГОВОРЯТЬ НАРОДНІ ПРИКМЕТИ: ЩО ПРИНЕСЕ ДЕРЕВО

Посадка волоського горіха – шляхетна справа згідно з народними прикметами. Вважається, що це дерево принесе фінансовий добробут у сім'ю. А ще зайнятися посадкою саджанця на ділянці рекомендується парам, які бажають обзавестися потомством. Бажаєте онуків? Нехай молодята посадять у вас на ділянці горіх.

## ЛИСТЯ ТА ПЛОДИ КОРИСНІ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я

У народній медицині використовується як шкаралупа волоських горіхів, так і листя. До речі, досить корисними є перегородочки в горіхах. Зелень збирають ще у червні та заготовляють для приготування ліків. Вона багата на аскорбінову

кислоту, каротин, флавоноїди, дубильні речовини, ефірні олії, вітамін С. А ще листя горіха виділяють фітонциди, які добре очищають повітря.

## НАСТІЙ ІЗ ЛИСТЯ – НАТУРАЛЬНИЙ ІНСЕКТИЦИД: ВІД КОГО ВРЯТУЄ

Листя волоського горіха найчастіше використовується для боротьби з колорадським жуком на картоплі. Беремо відро і наповнюємо його листям, заливаємо водою, настоюємо тиждень, проціджуємо, розбавляємо 1:5 і обприскуємо посадки картоплі.

Щоб обробки принесли максимальну користь, рекомендуємо проводити їх тоді, коли починається масовий вихід жуків із зимової сплячки (коли ґрунт прогріється до 15 градусів). У цьому випадку про сировину для приготування настою потрібно подбати заздалегідь: восени зібрати опале листя горіха і скласти його в мішки, навесні зайнятися приготуванням настою із сухого листя.

До речі, цей же рецепт можна використовувати і проти попелиці і комах-шкідників, що гризуть листя.

## А ЯКУ КОРИСТЬ ДЕРЕВО ПРИНЕСЕ ГОРОДУ ТА ҐРУНТУ!

Коріння волоського горіха виділяє у ґрунт токсичну речовину юглон, яка гальмує поширення грибків та бактерій у ґрунті. Тому волоський горіх ще й оздоровить ґрунт на прилеглій території. Ця ж речовина міститься і в листі дерева, тож опалим листям буде корисно присипати спорожнілі грядки в процесі перекопування. За зиму воно перегниє та знезаразить ґрунт.

Єдиний момент: юглон може гальмувати зростання та розвиток інших культур, тому листям не рекомендується мульчувати посадки, які зараз перебувають у фазі активного зростання.

Джерело: Ukr.Media

2 ЖОВТНЯ середа	3 ЖОВТНЯ четвер	4 ЖОВТНЯ п'ятниця	5 ЖОВТНЯ субота	6 ЖОВТНЯ неділя	7 ЖОВТНЯ понеділок	8 ЖОВТНЯ вівторок
+ 5° + 13°	+ 9° + 18°	+ 13° + 15°	+ 12° + 13°	+ 12° + 14°	+ 13° + 17°	+ 12° + 18°
740 ТИСК, ММ	738 ТИСК, ММ	738 ТИСК, ММ	740 ТИСК, ММ	740 ТИСК, ММ	743 ТИСК, ММ	740 ТИСК, ММ



## Цікаві факти про органи людини

- Наймасштабніший орган людського тіла – тонка кишка, довжина якої становить 5–6 метрів.
- Тиск від пульсації людського серця настільки великий, що при його скороченні кров може бризнути на відстань до 9 метрів.
- Кислота в шлунку людини настільки їдка за своїм складом, що може розчинити не тільки їжу, а й випадково проковтнуті шматочки заліза. З цієї ж причини внутрішні оболонки стінок шлунка оновлюються раз на кілька днів. Збій цього процесу призводить до утворення виразки.
- Загальна протяжність усіх кровоносних судин людини становить близько 100 000 кілометрів. Для порівняння: окружність Землі по екватору дорівнює трохи більше ніж 40 тисяч кілометрів.
- Поверхня людських легенів за площею порівнянна з кортом для тенісу.
- Жіночі серця роблять щохвилини більше ударів, ніж у чоловіків.
- Людська печінка, згідно з дослідженнями вчених, виконує в організмі понад 500 різних функцій.
- Розмір серця дорослої людини в середньому можна порівняти з двома кулаками, а діаметр аорти, через яку до нього надходить багата киснем кров, – з шириною садового шланга.
- Людина здатна вижити без значної частини внутрішніх органів – організм продовжить функціонувати навіть за відсутності однієї легеневої селітки, шлунка, більшої частини печінки та кишківника, одного з органів у паху та однієї нирки.
- Наднирники поступово зменшуються в міру старіння людини – у новонароджених їхній розмір майже дорівнює розміру нирок, а в людей похилого віку ці органи майже неможливо розгледіти.
- Нервові імпульси в людському мозку передаються зі швидкістю близько 270 км/год.
- Близько 20% повітря, вдихуваного людиною, йде на забезпечення роботи мозку.
- Людський мозок на 80% складається з води.
- Щохвилини в тілі людини помирає близько 3 млн клітин.
- Мозок людини активніше функціонує вночі, ніж удень.
- Повний сечовий міхур сягає розміру м'яча. Тероретично він вміщує до 800 мл рідини, але зазвичай люди спорожняють

міхур задовго до досягнення цієї позначки.

- Шотландські вчені встановили, що серцеві напади найчастіше трапляються в понеділок.
  - Засмага завдає серйозної шкоди кровоносним судинам – після ультрафіолетових ванн їм потрібно від 4 до 15 місяців для повернення в нормальний стан.
  - Голова людини помирає тільки через 15-20 секунд після відділення від тіла.
  - Права легена людини за розміром перевершує ліву, оскільки в грудях також розміщується серце.
  - За добу кров здійснює 1,5-2 тисячі обертів по тілі. За рік людське серце перекачує близько 3 150 000 літрів крові.
  - Доросла людина щодня робить близько 23 000 вдихів.
  - Мозок щодня генерує більше електрики, ніж усі телефони у світі.
  - Мозок немовляти складається приблизно з 14 млрд клітин, але з віком їхня кількість зменшується. Наприклад за хвилину, витрачену на прочитання тексту, мозкових клітин стає на 70 менше.
  - У внутрішньому вусі людини є близько 25 тисяч клітин, що відповідають за реакцію на звуки.
- Джерело: [faktypro.com.ua](http://faktypro.com.ua)

РЕКЛАМА

**ТОВ ТЕХНІЧНИЙ ЛІЦЕЙ**  
постійно проводить індивідуальне навчання та підвищення кваліфікації  
**ТРАКТОРИСТІВ-МАШИНІСТІВ С/Г ВИРОБНИЦТВА.**

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

ПОЧАТОК ЗАНЯТЬ З МОМЕНТУ УКЛАДАННЯ ДОГОВОРУ НА НАВЧАННЯ.

## ПРОДАЄТЬСЯ ТОРФОБРИКЕТ

для опалення  
Доставка по домовленості  
**380673645617**

## КУПУЄМО ВРХ

За кращими цінами

- СВИНІ, КНУРИ
- КОРОВИ, ТЕЛЯТА
- КОНІ, ЛОШАТА
- БИЧКИ
- ЛЕЖАКИ, ДОРІЗИ
- ТІЛЬНІ ТЕЛИЦІ
- ДІЙНІ КОРОВИ
- ПЕРЕХІДНІ ТЕЛЯТА

**097-18-75-082**  
**098-52-52-935** Михайло

**0 800 213 103**

телефонуйте до контакт-центру системи з надання безоплатної правової допомоги



ПРАВОВА ДОПОМОГА ПОРУЧ

**БУДМАТЕРІАЛИ**  
ДОШКА ПОЛА, БРУС  
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА

**ВСЕ НАЙКРАЩЕ У НАС**

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

ВТРАЧЕНО СВИДОЦТВО ПРО ПРАВО ВЛАСНОСТІ НА КВАРТИРУ №90 В БУДИНКУ №100 ПО ВУЛИЦІ МАНУЇЛЬСЬКОГО В М. ЖИТОМИРІ №46387 ВІД 23 КВІТНЯ 2004Р., ВИДАНЕ НА ІМ'Я МЕЛЬНИЧУК ОЛЕКСАНДРА ВЯЧЕСЛАВОВИЧА, МЕЛЬНИЧУК СВІТЛАНИ МИКОЛАЇВНИ, МЕЛЬНИЧУК ОЛЕНИ ОЛЕКСАНДРІВНИ, ВВАЖАТИ НЕДІЙНИМ.

ВТРАЧЕНО ПОСВІДЧЕННЯ ДИТИНИ З БАГАТОДІТНОЇ СІМ'Ї, ВИДАНЕ НА ІМ'Я ГУМЕНЮК АННИ ІВАНІВНИ, ВВАЖАТИ НЕДІЙНИМ.

ВТРАЧЕНО ПОСВІДЧЕННЯ ДИТИНИ З БАГАТОДІТНОЇ СІМ'Ї, ВИДАНЕ НА ІМ'Я ГУМЕНЮКА АНДРІЯ ІВАНОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙНИМ.

РОЗМІЩЕННЯ РЕКЛАМИ В ГАЗЕТІ

**НАС ЧИТАЮТЬ 10 000 РОМАНІВЧАН**

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!



**20**  
ХВИЛИН  
zt.20minut.ua

2 жовтня 2024 р.  
№ 37 (272)

WAN  
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](mailto:alex.vasilykovskiy@gmail.com)

Головний редактор:  
Ольга Сидлецька,  
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  
повинен 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.

