



**Виставка про поляків
Житомирщини тепер і в
Романові**

с. 3



У Мирополі шукають не лише порятунку, але й шляхів розвитку

Віктор Першко

Перший в історії
Миропільської
селищної ради
бізнес-форум прой-
шов 21 листопада
2024 року.

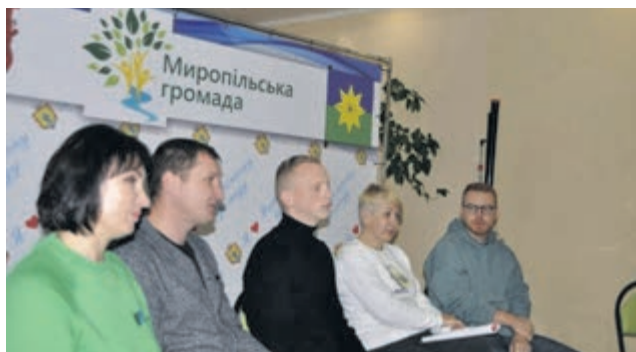
Подібний захід із про-
блематики активізації
бізнес-середовища на Жи-
томирщині того ж дня про-
ходив у обласному центрі,
але варто зауважити, що
захід у Житомирі виник
дещо занадто і трохи не-
сподівано, вже тоді, коли
у Мирополі на повну по-
тужність йшла підготовка
до свого бізнес-форуму.

Якщо говорити про
задум і головну мету біз-
нес-форуму у Мирополі,
то його ініціатори та орга-
нізатори намагаються при-



вернути увагу можливих
інвесторів, підприємців,
ініціативних людей, які
мають наміри започатку-
вати бізнес, виробничий

чи комерційний проєкт
тощо. Безумовно, у Мирополі
головним резервом і
найімовірнішим джерелом
збільшення надходжень до
місцевого бюджету є по-
тенціал малого і середнього
бізнесу, бо сподіватися на
швидкий прихід потужно-
го іноземного інвестора у
наші краї все ж таки поки
що зарано. Втім, у Мирополі
чітко засвоїли давно
відоме правило: якщо
хочеш чогось досягти чи
домогтися поліпшення
ситуації – тоді треба хоча
б щось робити.



**Подорожі Романа Лотиша –
сигнал і заклик до цікавої і
потрібної роботи**

с. 5



**Очільниця Врублівської
громади Тетяна Якимчук
про родину, посаду та кохання як
силу енергії**

с. 4

Стосовно підготовчої
роботи, то працівники
Миропільської селищ-
ної ради напрочуд ре-
тельно і прискіпливо
продумали проведення
бізнес-форуму. Те, що
суто організаційні пита-
ння щодо зустрічі гостей,
забезпечення усіх умов
для зручної роботи були
передбачені до найменших
деталей – проглядалось оче-
видно, чітко і, як-то кажуть,
на кожному кроці.

До того ж у селищній
раді підготували розло-
гу інформацію стосовно
інвестиційного клімату у
Миропільській громаді.
Ба більше, тут же і одразу
загальна характеристика
інвестиційного клімату
була доповнена презента-
цією інвестиційних пропо-
зицій, що конкретизувало
реальні можливості для
потенційних інвесторів та
підприємців.

Продовження на стор. 2.

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!

У Мирополі шукають не лише порятунку, але й шляхів розвитку

Початок на стор. 1.

Як і годиться, чи не найголовнішу увагу під час бізнес-форуму його організатори приділили тим гостям, яких запрошували для виступів, для настановчих консультацій та оприлюднення можливих і додаткових варіантів поживлення економічної діяльності на території Миропільської громади.

Приємно вразили представники Житомирської обласної військової адміністрації (працівники департаменту агропромислового розвитку та економічної політики та Агенції регіонального розвитку), які прибули до Мирополя для участі у бізнес-форумі. Вони активно, уважно і дуже компетентно відповіли на усі запитання, які надходили на їхню адресу, однак найкращим проявом їхньої фахової досконалості стало те, що вони найчастіше спонукали учасників форуму до дискусій, до постановки нестандартних завдань. Виступ перед учасниками бізнес-форуму декана факультету права, публічного управління та національної безпеки Поліського національного університету Віталія Данкевича додав миропільчанам і гостям бізнес-форуму оптимізму та переконаності у тому, що якраз зараз в Україні (у Мирополі – також) відкрилося і відкриватиметься надалі так зване вікно можливостей для поживлення економічної актив-



ності усіх без винятку суб'єктів господарювання. Однак для цього, на думку науковця, знадобиться постійне навчання, вивчення іноземних мов, отримання нових спеціальностей чи підвищення кваліфікації. Дуже актуальним, змістовно завершеним і незаперечно корисним був виступ начальника відділу мікрокредитування Житомирського обласного управління Ощадбанку Світлани Зубрійчук, яка висловила чимало рекомендацій, наголосила на тих моментах, яких потребує у стосунках із банківськими структурами підприємець-початківець.

А керівник Романівської філії Житомирського обласного центру зайнятості Людмила Бондар висловила конкретні пропозиції для жителів Миропільської селищної ради, які потребують працевлаштування. Слід наголосити, що Людмила Бондар часто відвідує Миропільську громаду і її інформаційні пропозиції вже давно мають системно впорядкований характер.

Найбільш змістовна і прямота дивовижно цікава розмова точилася між учасниками панельної дискусії «Успішні бізнескейси», де брали участь директор



ТОВ «Полонне-Агро» Олександр Гриненко, регіональний менеджер із соціальної роботи ТОВ «Агросперіс» Людмила Коваль та приватні підприємці з Мирополя та села Колодяжне Олександр Орлик, Назар Михайлюк та Олександра Коротуха. Керівники підприємств розповіли про можливість налагодження співпраці із Миропільською громадою та про наміри таку співпрацю лише поліпшувати. Підприємці розповіли про ті умови, в яких доводиться розпочинати бізнес-проекти або ж відкривати приватні виробництва

за нинішніх умов. Насправді вся діяльність підприємця-початківця має вигляд мережі подолання перепон. Але дивовижно оптимістичний вигляд має той факт, що попри справді складну, іноді незрозуміло алогічну систему отримання дозволів та узгоджень, охочих розпочинати власну справу у Мирополі чимало. І це вселяє надію та оптимізм у тому, що економічна ситуація у Миропільській громаді із часом неодмінно поліпшиться. Єдине побажання для миропільчан – аби така перспектива була якнайшвидшею.

Без примирення з агресором: Верховна Рада посилила протидію домашньому насильству

Парламент вніс суттєві зміни до українського законодавства, щоб удосконалити механізми протидії домашньому насильству.

Зокрема, новий закон дозволить розлучатися подружжям, які мають дітей віком до одного року. Які ще зміни передбачає ухвалений депутатами документ і як влада планує протидіяти насильству – розповість Центр громадського моніторингу та контролю.

Що змінили депутати

Раніше українське законодавство не дозволяло розлучатися парам під час вагітності дружини і в перший рік життя малюка. Натомість Сімейний кодекс пропонував суду працювати передусім над тим, щоби примирити подружжя. З цього правила був один-єдиний виняток – коли чоловік чи дружина вчиняли щодо одне одного або дитини кримінальне правопорушення.

Верховна Рада реформувала українське законодавство – привела його у відповідність до ратифікованої раніше Стамбульської конвенції з протидії домашньому насильству. Зміни, які внесли



депутати, розширюють підстави для розлучення пар у перший рік життя дитини. Це стає можливим, якщо один із членів подружжя вчинив домашнє насильство щодо іншого. Крім цього, суди тепер не примирятимуть кривдника із постраждалим. У пояснювальній записці автори ініціативи наголошують: це не дасть агресору можливості уникнути відповідальності, примирившись зі своєю жертвою.

Як протидіятимуть домашньому насильству

Ухвалений Верховною Радою закон вносить зміни не лише до Сімейного кодексу, а й до низ-

ки інших документів. Держава планує створити нові механізми запобігання насильству. Задля цього проводитиме освітні заходи і профілактичні програми. Також влада планує надавати постраждалим соціальні і психологічні послуги: йдеться про спеціалізовані служби підтримки і колцентри.

Повноваження влади щодо протидії домашньому насильству хочуть розмежувати. Зокрема, сільські та селищні ради отримують право створювати прийомні сім'ї та дитячі будинки сімейного типу. Також документ врегулює повноваження органів місцевого самоврядування з питань усиновлення.

Необхідність цих змін пояснює голова підкомітету ВР у справах сім'ї та дітей Тетяна Скрипка. «Це – не лише чіткий план дій і визначення відповідальних органів місцевого самоврядування і виконавчої влади, а й можливість отримати негайну консультацію через кол-центри, можливість швидкого звернення до суду, задля негайного розірвання стосунків із кривдником», кол-центри каже Скрипка.

Ситуація з домашнім насильством в Україні

В Офісі Генерального прокурора України відзначають, що кількість випадків домашнього насильства зростає. Проти минулого року їх побільшало на 80%.

Кількість звернень чимала: лише у першій половині цього року, за даними Уповноваженого Верховної Ради з прав людини, їх було 97 тисяч. Втім, кримінальних проваджень за фактами домашнього насильства значно менше: з початку року відкрили 8 185. У Генпрокуратурі взагалі кажуть, що постраждалими вважають лише 5 тисяч українців – переважно жінок і дітей.

Де шукати підтримки

Домашнє насильство може бути не лише фізичним чи сексуальним, а й психологічним та економічним. І потерпати від нього можуть не лише подружжя, а й діти та літні люди. Звернутися по професійну допомогу можуть не тільки жертви, а й їхні близькі та свідки насильства. Для цього можна або зателефонувати до поліції, або ж скористатися однією з наявних гарячих ліній. Їхній перелік наводить національна кампанія «Розірви коло».

Також підтримку та консультацію можна отримати на урядовій гарячій лінії 1547 або ж на Національній гарячій лінії з попередження домашнього насильства 116 123 чи 0 800 500 335. Всі дзвінки безкоштовні, можна звертатися анонімно, а фахівці готові допомагати цілодобово.

Спеціалізовані психологічні консультації та підтримку для чоловіків нададуть за номером 2345. Анонімно та цілодобово.

Безоплатну правову допомогу, консультацію та супровід професійних юристів та адвокатів можна отримати за номером 0 800 213 103.

Виставка про поляків Житомирщини тепер і в Романові

У неділю, 24 листопада, у Романові відбулася справді цікава і пізнавальна подія.

Цього дня у краєзнавчому музеї Романівщини відкрилася виставка «Поляки Житомирщини: вчора й сьогодні». Відкриття виставки приурочене до річниці відновлення державності Республіки Польщі у листопаді 1918 року. Власне кажучи, нинішня виставка, яка відтепер упродовж двох місяців буде розміщена у Романові, була приурочена до 100-річчя від часу створення Республіки Польща (так званої Другої Речі Посполитої) та до 100-річчя створення Української Народної Республіки (УНР) (незалежність УНР була проголошена ІVУніверсалом Центральної Ради 22 січня 1918 року).

Вперше виставка була продемонстрована для споглядання у Житомирському Gnatyuk Art Center із 20 по 31 жовтня 2018 року. Затим пандемія COVID-19 пригальмувала виставковий ходи збірки фотографій «Поляки Житомирщини: вчора й сьогодні». Ще пізніше початок широкомасштабної військової агресії рашистського агресора в Україну також відклав виставковий діяльність у наших краях більш як на два роки. Сьогодні ми маємо розуміти, що війна і агресія не можуть бути на заваді справи пропаганди нашої історії, а тим паче – історичних сторінок минулого не лише українців, але й поляків, які мають чимало аналогічних із Україною власних історичних сторінок.

Фотографії та фотокомпозиції, що увійшли до складу виставки, поділені на тематичні секції із врахуванням хронологічних періодів. Відвідувачі виставки, оглянувши фотороботи, зможуть ознайомитися з розділом «Звідки поляки з'явилися на Житомирщині», потім побачити фото композиції «Поляки під час II світової війни», «Відродження польськості на Житомирщині в 90-х роках ХХ ст.», «Полонія у ХХІ ст.», «Польські ЗМІ», «Вивчення польської мови».



Ініціатором та організатором фотовиставки є ГО «Студентський польський клуб» у межах опіки Сенату РП над Полонією і поляками за кордоном, за посередництвом Фонду «Допомога полякам на сході». Співорганізатори: Польський дім у Житомирі, Польське культурно-освітнє товариство ім. Ю. Люблінського зі Звягеля. Модерацію урочистостей з нагоди відкриття виставки у краєзнавчому музеї Романівщини майстерно здійснила директорка

Польського культурно-освітнього товариства у Романові Ольга Мичківська, а привітальне слово для учасників церемонії відкриття виставки висловила директор Польського дому у Житомирі Ірина Першко.

Відтепер романівчани, жителі багатьох сіл Романівської селищної ради мають можливість упродовж двох місяців відвідати краєзнавчий музей Романівщини, і виставка із понад пів сотнею фотографій, яка

присвячена історичним сторінкам польської громади на Житомирщині, стане предметом найпершої уваги екскурсантів.

Зауважимо, що ледь не кожне фото чи фотокомпозиція, представлені на виставці, заслуговують не лише коментарів чи зауважень, але й дуже розлогих і напружених цікавих історій.

Чеслав Мілош вирушає Україною. Перший крок – у Житомирі

Наталка Рисіч

У суботу, 23 листопада 2024 року, у Житомирі, у ході проведення Днів культури Республіки Польща в Україні, відбулося декілька знакових подій, які цікаві не лише для етнічних поляків, що живуть в Україні, але й для ширшої аудиторії.

Найперша із них – презентація щойно надрукованої книги «Чеслав Мілош: «Більше за одне життя». Автором книги, яка вийшла у серії «Політичні портрети», став відомий український науковець, доктор наук і професор Інституту держави і права України Володимир Горбатенко. Презентація щойно надрукованої книжки за участі самого автора відбувалася у приміщенні готелю «Optima» (колишній «Рейкарц»), що на Замковій горі.

Дещо про книжку, яку має прочитати кожен, хто прагне бути освіченою і в міру ерудованою людиною. Чеслав Мілош – уні-

кальна людина, поляк за походженням, що народився у 1911 році на території нинішньої Литви. Зрештою вже за сім років, восени 1918-го року, відродилася рідна для нього держава – Республіка Польща, і тривалий період свого життя як поет та громадський діяч Мілош провів у Польщі. Тут він став свідком нацистської окупації та низки злочинів, які вчиняли гітлерівці-нацисти у його країні. Після завершення Другої світової війни Чеслав Мілош працює дипломатом у США та Франції, але зрештою, відчувши реакційну задуху комуністичного режиму і тиск на інтелігенцію Польської Народної Республіки з боку правлячої партії (ПОРП), Чеслав Мілош у 1951 році попросив політичного притулку у Франції. Спочатку він співпрацює у Літературному інституті та журналі «Культура», який редагував знайомий польський журналіст, літератор і громадський діяч Єжи Гедройць.

Потім, вже відзначивши свою творчу спадщину двома знаковими художньо-публіцистичними творами «Поневоленний розум» та «Родина Європа», які принесли Чеславу Мілошу всесвітню славу геніального мислителя-публіциста, довершеного поета і перекладача, він переїздить до США. Тут він упродовж двадцяти років займається викладацькою діяльністю у

найвідоміших університетах, поєднуючи викладацьку роботу із творчою. У 1980-му році Чеслав Мілош удостоєний найвищої у світі відзнаки для літератора – йому присуджують Нобелівську премію. На весь світ (звісно, окрім радянського союзу та простору країн соціалістичного табору) прозвучала знаменита промова Чеслава Мілоша від 10 грудня 1980 року при врученні йому Нобелівської премії. Її лейтмотив – нагадування всьому світові про замовчування або спотворення політичних проблем, які гостро потребують відновлення історичної правди і справедливості. Саме завдяки діяльності Чеслава Мілоша увесь світ ще раз дізнався про печально відомий пакт Молотова-Рібентропа (угода між Сталіном та Гітлером), укладений у Москві 23 серпня 1939 року. Саме цей день Мілош назвав днем жалоби, який відкрив шляхи для початку Другої світової війни. Загалом Чеслав Мілош встиг за своє життя дуже багато, а його творчий доробок не обмежується лише літературною спадщиною, адже Великий Поляк був завжди там, де мало бути сказане слово правди, якою би гіркою для когось вона не була. Життєвий шлях і роль Чеслава Мілоша у житті світового товариства часто порівнюють із долею ще одного поляка – Папи Римського Іоанна



Павла II, а також із подвижництвом того ж таки Єжи Гедройця, якого називають духовним конструктором нової Польщі, яка постала після падіння залізної завіси у 1989 році.

Отже, книжка В. П. Горбатенка «Чеслав Мілош: «Більше за одне життя» вже у читачькому середовищі, і жителі Житомирщини мають знати про її появу, а за можливості – взятися за її прочитання.

Очільниця Врублівської громади Тетяна Якимчук про родину, посаду та кохання як силу енергії

Альона Лободзінська

Продовжуючи рубрику «Інтерв'ю з очільниками громади» на тему особистої відвертості та відповідальності, я запросила до себе на розмову старосту Врублівської громади Тетяну Володимирівну Якимчук, людину не нову в місцевому самоврядуванні, проте не занадто досвідчену для такого рівня відповідальності.

Прошли роки, і результат не забарився, нині Тетяна Володимирівна впевнено керує громадою, а двері її кабінету завжди відкриті для людей та їхніх проблем. Але сьогодні я хочу поговорити з цією жінкою про особисте.

– Тетяно Володимирівно, яким було Ваше дитинство?

– Звичайне дитинство 90-х. В сім'ї нас двоє дітей, я і молодший брат, через якого я завжди отримувала від батьків на горіхи (сміється). Пам'ятаю, моїм обов'язком було забирати його із садочка. Я вже тоді була школяркою, але то був десь п'ятий клас, і мені це цікаво було гратись. Часом так загравалась, що забувала забирати брата із садка. Вже коли бачила маму на горизонті, стрімголов бігла по брата. Але мама ніколи мене за це не сварила. Та й взагалі нас батьки не сварили, вони з нами розмовляли, пояснювали, як потрібно жити. А дитинство моє проходило у Врублівці, принаймні я так це сприймаю, я ж народилась там, тож на вихідні і канікули батьки відправляли мене з Романова, де ми жили, до бабусі. Нас, дітей, на нашому кутку було дуже багато, тож гратись було з ким. Але ми не тільки граючись проводили час, ми допомагали бабусі по господарству, пасли худобу, рвали траву на полі, сапали буряки – намагались бути корисними.

– А Ви були слухняною дівчинкою?

– Я була дуже слухняною і разом з тим жвавою дівчинкою. Мене, здається, нічого не зупиняло: як щось собі надумаю, то завжди досягну. Але якщо мені сказали: не можна, значить – не можна. Всі завдання, які мені давали, я не обговорюючи виконувала.

– Тетяна-школярка, яка вона?

– Відповідальна. Гарно вчилася, але бути першою не намагалася. Мене не приваблювала роль лідера, але й керувати собою не дозволяла, мені було зручно як просто учасником. Я взагалі до років 15 хотіла гратись в ляльки і не поспішала дорослішати.



– Хто для вас Ваші батьки?

– Моя мама – донька голови сільської ради, яку виховували у суворості. Відповідно і до нас вона ставилась суворо. Батько натомість був більш лагідний, лояльніший до нас, від того я, мабуть, і сформувалась як татова донька, я завжди відчувала його захист і силу. Тато й на сьогодні знає більше моїх секретів та душевних хвилювань, ніж мама. Він завжди каже: «Що б ти, доню, не зробила, знай: я тебе підтримаю у всьому». Я – та дитина, яку ніколи не били, не принижували, не порівнювали з іншими. Нас, можливо, і наказували, але при цьому завжди пояснювали, що ми зробили неправильно і як потрібно було вчинити.

– Тетяно, Ви любите людей?

– Люблю. І мені щастить, бо мені зустрічаються добрі люди. Хоча бувають ситуації, коли з людьми виникають непорозуміння, образи, і це мене дуже засмучує. Я переживаю, але намагаюсь відпустити.

– А як Ви відпускаєте?

– Закриваюсь у собі, переживаю, думаю... а часом з цим іду до церкви і звертаюсь до Бога за порадкою. Буває, прошу пробащення в людини, якщо знаю, що я була не права.

– А Ви вмієте просити пробащення? Як Вам це вдається: легко чи ні?

– Нелегко, доводиться переступати через свою гординку. Але коли це зроблю, то відразу відчуваю полегшення. Зазвичай я намагаюсь не доводити ситуацію до того стану, щоб потім довелось

перед кимось вибачатись. Я людина мирна.

– Таню, що для Вас кохання?

– Це сила моєї енергії. Я кохаю і кохана, і це почуття я повинна відчувати постійно. Моя голова для мого чоловіка ніколи не болить (сміється).

– Розкажете про свою сім'ю?

– Із задоволенням. Знаєте, як-то кажуть, в нас звичайна статистична сім'я. Я маю коханого чоловіка і двох чарівних доньок. Обов'язки в нас поділені на всіх. Чоловік – фінансовий начальник, а я – начальник в усьому іншому (сміється). В нас є незмінне правило – чоловік несе мені каву в ліжку, і він це робить за власним бажанням, а не через мої примхи, йому це подобається.

– А Ви у стосунках більше віддаєте чи більше отримуєте?

– Намагаюсь балансувати.

– Як Ви ставитесь до зради?

– Пробачила б. Це як в результаті. Я не тримаю образи довго.

– Що для Вас відповідальність?

– Коли я пообіцяла, я виконую! Але це у тому разі, коли обіцянка стосується інших. А от якщо моя обіцянка стосується мене особисто, то тут я можу і забути про неї. Себе я завжди ставлю на другий план, хоч і розумію, що це неправильно.

– Тетяно Володимирівно, Ви пам'ятаєте свої відчуття, коли Вам запропонували обійняти посаду старости?

– Я тоді лежала в лікарні, і до мене зателефонували врублівські люди і сказали, що хочуть бачити

лише мене на цій посаді. Я спочатку здивувалась цій пропозиції і вирішила подумати. Подумала і стала старостою громади. Я пам'ятаю свій перший день і величезне питання «З чого почати?» Снігу навалило, діткам до школи потрібно дорогу розчистити, хліб в магазин привезти, якісь плани скласти. Потрібно було кудись дзвонити і просити допомоги, а переступити через свою гординку було складно, я на той час не вміла в чужих людей просити помочі. Але якось наважилась і попросила. Допомогли тоді і по сьогодні, куди б і до кого я не зверталась, я ні разу не чула слово «ні». Я ж кажу, що мені щастить на добрих людей (сміється).

– Для Вас важливо, що про Вас як про старосту скажуть люди?

– Звичайно, важливо, я намагаюсь бути вправною керівницею і працювати для людей. А вони мені вдячні, я це знаю напевно.

– А Ви принципова староста?

– О, дуже. Якщо я щось запланувала зробити в громаді і результат залежить не лише від мене, то я не зупинюсь у своїх вимогах чи проханнях про допомогу у вищого керівництва громади. Буду ходити до тих пір, доки не доб'юся свого.

– Тетяно Володимирівно, Ви за посадою старости громади. Уявімо, що від завтра Ви вже не староста громади, ким Ви будете?

– Я відкрив власний бізнес, бо багато що вмію робити власними руками. Я роблю іграшки новорічні, печу смаколики, смачно готую, вишиваю... одним словом – не пропаду! До речі, я за освітою – перукар, тож можу і перукарем працювати. А ще Бог не обділив мене голосом. Я люблю співати українські пісні, а особливо – колядки. У нашій родині є традиція: ми на Різдво всі колядуємо, ми навіть репетиції напередодні з мамою і татом проводимо. Тато тональність задає, бо він музикант, в минулому був засновником музичного гурту в Романові і працював художнім керівником закладу культури.

– Ваші донечки теж такі талановиті, як Ви, як Ваш тато?

– Ні, не такі, хоча вони й люблять творити щось власними руками: то з бісеру плетуть, то щось ліплять, малюють, особливо перед святами. Творять. Не так часто, як я, бо я хочу цим постійно займатись, я від цього релаксую.

– Ви – релігійна людина?

– Я щодня звертаюсь до Бога і у своїх молитвах у щира, бо якщо їх читати як вірш, вони не мають цілющої сили. До речі, щодо релігії розкажу вам одну історію. Коли я народилась, мене похрестили в церкві, а батько на той час був партійною людиною. Той час партія дізналась про моє хрещення, батька вигнали з роботи. Він пішов, але віри не зрікся, і в нього після того життя склалось на краще.

– Таню, яка Ви подруга і що для Вас дружба?

– Я вірна подруга і ніколи не зраджу. І не дай Боже я почую щось про свою подругу погане, то, як кажуть в народі, очі повиймаю, а подругу відстою.

– Як для Вас почалася війна?

– Ми з чоловіком вранці прокинулись і збирались на роботу, як тут до нас зателефонував друг, який проживає в Польщі, і сказав, що почалася війна. Ми почали йому заперечувати: «Яка війна, про що ти говориш?» і увімкнули телевизор... І поділилось наше життя відтоді, як, власне, і життя всіх українців, на «до» і «після». Але я не запаникувала, а взяла на себе роль організатора і збирача всіх рідних докупи і до глазду. Я сказала: «Так, без паніки, всім слухати мене». Зібравши всю родину, ми поклали аптечки, тривожні валізки, обладнали погріб в одній із нас і слухали новини, прислухаючись до повітряних тривог. У Романів ми тоді не повернулись, залишились у Врублівці, бо ж я працювала 24/7.

– Як на Вашу думку, що буде далі з Україною, з нами?

– Потрібно жити у теперішніх умовах, наближаючи нашу перемогу, і я вірю, що Україна переможе. І не зважаючи ні на що, потрібно змінюватись в кращий бік. Я реалістка і розумію, що якщо нам не дадуть необхідної зброї, нам буде важко перемогти, і хто знає, чи прийдеться сідати за стіл перемовин з росією. Але тоді виникає головне питання: за що гинуть наші люди, за що вбивають дітей? Ми, українці, не повинні скласти руки і чекати на чийсь допomoгу. Було б добре, якби кожен створив власний бізнес і допомагав власними коштами купувати необхідну зброю, бо якщо не ми, то нас. Давайте об'єднуватись, бо в єдності наша сила!



Післямова

Проживаючи поруч, часто спілкуючись, як мало ми знаємо один одного. Вчоргове розумію, що такі інтерв'ю просто необхідні. Адже вони розкривають внутрішній світ людей, дають можливість більше пізнати тих, хто поруч.

Подорожі Романа Лотиша – сигнал і заклик до цікавої і потрібної роботи

Віктор Радчук

У часи ще не забутої так званої радянської перебудови, коли в Україні прокинувся і відроджувався інтерес до краєзнавства, в інформаційному просторі гуляла інформація, наскільки поширеною та популярною є краєзнавча робота у Чехії, Австрії, Швейцарії, Данії.

Там здавна і ледь не у кожному містечку, у кожній громаді є місцевий краєзнавчий музей (а то й декілька музеїв з мистецьких напрямів), діє товариство чи спілка краєзнавців, які стають ініціаторами традиційних фестивалів, проводять з'їзди, влаштовують ювілеї, пишуть місцеві літописи. Особливо популярним у країнах старої Європи є туризм, який має дуже строкату і розгалужену структуру і купу всляких спеціалізацій. Найпопулярнішим виявляється гастротуризм. Зелений туризм, екологічний туризм, агротуризм і навіть екстремальний туризм у європейських країнах також мають величезне поширення. В середині України поки що найбільш популярним може стати лише екстремальний туризм. Через найголовнішу причину – воєнний час, а ще – через дороги, якими доводиться діставатися до цікавих та визначних туристичних локацій. Вони насправді мають жахливий стан і стають потужним гальмом у розвитку туризму в Україні.

Однак що б там не казали, туризм як галузь, як особливо цікаве, навіть захоплююче заняття із кожним роком приваблює дедалі більше людей. Тих, хто цікавиться історією, тих, хто бажає подорожувати, пізнавати, отримувати нові враження, раніше невідому інформацію, стає все більше. Та-



Роман Лотиш під час подорожі Романівщиною



Фахова розмова біля Виспи із краєзнавцями-житомирянами

ким чином постає завдання популяризації певних знань, певних об'єктів, які давно викликають відчутний інтерес у туристів. Зазвичай цим займаються краєзнавці, які досліджують архіви, збирають усні свідчення і пишуть книжки. Однак важливо, аби у кожному місті, у кожній громаді з'являлося ціле краєзнавче середовище, яке не лише досліджувало б чи накопичувало артефакти та експонати, але й популяризувало їх.

У Романові, наприклад, таку діяльність вже тривалий час проводить місцевий патріот-ентузіаст краєзнавства Роман Лотиш. Людина із нелегкою, але цікавою біографією і досить активною життєвою позицією. Його подорожі, які він супроводжує відеозйомками та коментарями, викликають інтерес чималої аудиторії, яка має змогу через інтернет, у соціальних мережах спостерігати за репортажами Романа Лотиша. Таким чином сучасні технології та допомога ютубу залучають до краєзнавства досить значну кількість людей, які раніше мало цікавилися історією,

особливостями та туристичними принадами рідного краю. Цією діяльністю Роман Лотиш займається виключно у позаробочий і позаурочний час, присвячуючи своїм рейдам у селах, місцевостях та урочищах Романівщини цілі дні під час вихідних, святкових дат чи перебуваючи у відпустці. Про його діяльність знають чимало людей, які активно спостерігають, стежать за його відеорозвідками і підтримують його відеоподорожі. Люди і насамперед вихідці із сіл та селищ тепер вже колишнього Романівського району мають змогу легко, не покидаючи свого міста, села чи навіть своєї оселі, побачити, почути і зрештою дізнатися про те, про що раніше не знали або ж лише чули із усних розповідей. Якщо уважно послухати романівського гіда, який мимоволі виконує роль такого собі візонера минувшини рідного краю, то у його розповідях немає вочевидь рафінованої точності чи педантично сформульованих посилай на наукові публікації. Наукова термінологія і лексика класично під-

товленого екскурсовода – це точно не про Романа, але це аж ніяк не применшує уваги та цікавості до його діяльності, до його зусиль і подорожей, які супроводжуються відеорепортажами.

На запитання про першочинні та першопричини свого хобі, яким він займається вже не один рік, Роман відповідає неоднозначно і певного рубажу чи чітко окресленої причини появи такого краєзнавчого інтересу не називає. Але точно, що цей інтерес – родом із дитинства. Легенди і розповіді земляків, до яких Роман Лотиш дослухався уважніше та прискіпливіше від своїх однолітків, були відправною точкою для майбутніх краєзнавчих рейдів, якими сьогодні займається цей чоловік вже поважного віку.

Роман із задоволенням і теплою розповідає також про шкільні уроки з історії, але наголошує та підкреслює, що найбільше краєзнавчої інформації, яка підсилює його інтерес, а часто стає ще й приводом для його ви-

деорепортажів під час подорожей Романівщиною, стали публікації та книжки місцевого, досі найвідомішого у Романові краєзнавця Олександра Кондратюка. Звісно ж, вже у ході репортажу, коли камера Романа Лотиша відстежує деталі конкретної локації, особливостей тієї чи іншої місцевості, коментарі та враження від автора напрошуються начебто і ледь не автоматично. Але у них – особистий погляд, який часто супроводжується припущеннями, здогадками, почутою раніше інформацією, яку автор репортажу намагається підтвердити, відтворити або ж верифікувати. Наскільки це вдається Романові – інше питання, але інтерес до історії рідного краю, до подорожей та екскурсій місцями і місцевостями Романівщини він посилює і підігрів вочевидь і неабияк. У цьому позитив його захоплення, яке однозначно підвищило громадський інтерес до минулого рідного краю.

Ще одне питання, яке варто було б порушити у ході нашої розповіді про Романа Лотиша. Йдеться про популяризацію його самодіяльної діяльності. Можливо, про організацію екскурсій під його егідою за певними туристичними маршрутами. Їх треба ретельно викремити, систематизувати всю цікаву краєзнавчу інформацію, логістично оптимізувати траєкторію подорожі чи екскурсії і пробувати розпочинати. Вийде чи не вийде, наскільки успішними та популярними стануть екскурсії на зразок тих маршрутів, якими нині ходить і подорожує Роман Лотиш – це вже інше питання. Однак стартувати вже пора. Приклад і спосіб пізнавати краєзнавчі родзинки Романівщини у виконанні Романа Лотиша – це ознака і сигнал для того, аби подібні ініціативи отримали розвиток і стали здобутком громади. Абсолютно зрозуміле і вкрай актуальне завдання, спроможне стати для Романівщини дороговказом для подальшої роботи. Її у напрямі краєзнавства і туризму – просто непочатий край.

Анатолій Сушицький повертається у Романівську ДЮСШ. Тож перемоги – будуть!

Віктор Єрофеев

У Романові кожна причетна до спорту людина знає Анатолія Сушицького.



Власне кажучи, Анатолія Цезаровича, який виріс у Романові і практично все своє доросле життя тут живе й працює, знають не лише фізкультурники та спортсмени. Його здобутки, досягнуті завдяки системній, завзятій і самовідданій праці, завдяки відданості своїй професії стали підвалинами його могутнього авторитету у середовищі романівчан. Однак так сталося, що разом із здобутками своїх вихованців, які стабільно і систематично досягли рівня обласного та республіканського масштабу, Анатолій Цезарович опинився у фокусі спортивного життя всієї Житомирщини. Якщо ще точніше – завдяки високим спортивним досягненням своїх романівських учнів А. Ц. Сушицький вже давно вважається одним із кращих тренерів-легкоатлетів України.

Всі вищезгадані успіхи та досягнення тренера-педагога досягнуті насамперед уважною, трепетною і клопіткою роботою із кожним спортсменом чи спортсменкою.

Безумовно, у колі своїх колег, які плекають справді класних спортсменів, Анатолій Сушицький відрізняється дивовижними здібностями розпізнати у своїх вихованців ті риси і задатки, які варто розвивати задля прогресу у спорті. Особливо – у спорті вищих досягнень. Тож нещодавнє рішення керівництва Романівської ДЮСШ залучити до штату її тренерів та педагогів знаного і авторитетного на всеукраїнському рівні фахівця-земляка має додати оптимізму та сподівання щодо подальшого зростання успіхів романівських легкоатлетів на обласних, республіканських та навіть міжнародних змаганнях. І сама легка атлетика як королева спорту із пропискою у штаті Романівської ДЮСШ Анатолія Сушицького повинна отримати усім відоме друге дихання, яке зазвичай допомагає спортсменам здобувати успіхи у найважчих ситуаціях.

Безумовно, Анатолій Цезарович ніколи Романів не покидав. Усі його вихо-

ванці, які мали переможні і доволі високі спортивні результати, були виходцями із Романівщини. І сьогодні, наприклад, троє скороходів-романівчан, якими опікується Анатолій Сушицький, входять до складу збірної України. Це надзвичайно високий результат насамперед роботи тренера-наставника. Відтепер він вже на офіційному рівні буде працювати не лише у Житомирі як тренер-викладач школи олімпійського резерву, але й у Романові, де він віднаходить юні таланти, які згодом стають справді визначними майстрами-легкоатлетами. Безумовно, з часом у Романові з'являться послідовники Анатолія Цезаровича, які підхоплять естафету у свого педагога та наставника. Але для цього треба бути тут, у Романові, і почуватися, як вдома. З чим, власне, ми й вітаємо Анатолія Сушицького. Звісно ж – із побажаннями нових успіхів. нових вихованців і нових перемог!

Шляхи введення антибіотиків: уколи тільки за крайньої необхідності

Антимікробні препарати є ключовим інструментом у боротьбі з інфекційними хворобами.

Їхне ефективне використання залежить не в останню чергу від правильно обраного способу введення, оскільки через страх уколів чи інших маніпуляцій деякі пацієнти можуть уникати своєчасного звернення до лікаря. А це знижує прихильність до лікування (комплаєнтність). Лікар має зважено обирати спосіб введення препарату, який найкраще підходить кожному конкретному пацієнту, водночас дотримуючись стандартів застосування препаратів і враховуючи переваги кожного з них.

Що таке шлях введення

Шлях введення – це спосіб, у який лікарський засіб потрапляє в організм з метою реалізації лікувального ефекту.

Для антибактеріальних препаратів перелік шляхів введення навмисно обмежений і чітко регламентується Стандартом «Рациональне застосування антибактеріальних і антифунгальних препаратів» (наказ МОЗ України № 1513 від 23 серпня 2023 року).

У закладах охорони здоров'я, що надають спеціалізовану медичну допомогу, антибактеріальні препарати слід вводити відповідно до інструкції. Використовуються такі основні шляхи введення:

- пероральний (ентеральний) – через рот;
- внутрішньовенний – безпосередньо у кровотік;
- внутрішньокістковий – у рідкісних клінічних випадках;



ШЛЯХИ ВВЕДЕННЯ АНТИБІОТИКІВ

- інгаляційний – у спеціальних клінічних випадках.

Переваги перорального шляху введення

Незважаючи на те, що деяким лікарям може здатися, буцімто фармакотерапія без уколів – це не-solidно та недостатньо ефективно, численні дослідження доводять: немає різниці в ефективності між пероральним і внутрішньовенним шляхами введення антибіотиків. Різниця лише у часі початку фармакологічного ефекту, що має значення лише у таких дуже важких випадках, як сепсис. Інші випадки, коли не можна обійтись без парентерального застосування, наведено у Стандарті.

Водночас пероральні форми мають низку переваг:

- зниження ризику розвитку ускладнень, що пов'язані з інфузією пацієнта;
- зниження ризику розвитку катетер-асоційованих інфекцій кровотоку;
- зниження вартості лікування пацієнта;
- краще ставлення пацієнтів до лікування;
- зменшення тривалості госпіталізації пацієнтів.

ЗНИЖЕННЯ РИЗИКІВ ДЛЯ МЕДИКІВ

Особливо слід наголосити на тому, що надання переваги та використання перорального шляху введення антимікробних препаратів знижує ризик інфікування медичних працівників через випадкові уколи голками під час проведення ін'єкцій.

Заборонені шляхи введення

Такі шляхи введення, як інтраартеріальний, ендолімфатичний, внутрішньочеревний, внутрішньом'язовий (за винятком обґрунтованих випадків) та безпосередньо в рану, не мають доведених переваг і заборонені до використання.

КОЛИ ДОПУСКАЮТЬСЯ ВНУТРІШНЬОМ'ЯЗОВІ ІН'ЄКЦІЇ

Попри те, що внутрішньом'язовий шлях введення може сприйматися як звичайний метод лікування, який регулярно використовувався раніше, він допускається лише у виняткових випадках:

- якщо це єдино можливий шлях згідно з інструкцією;

- якщо внутрішньовенний або внутрішньокістковий доступ неможливий за невідкладних станів;
- внутрішньом'язове введення антибактеріального препарату передбачено чинними галузевими стандартами медичної допомоги.

Внутрішньом'язове введення може призвести до місцевого подразнення, гематом, абсцесів у місці введення. Окрім того, порівняно з внутрішньовенним цей шлях введення більш болісний, має нижчу комплаєнтність та має ризики пошкодження нервів.

ЩОДО ІН'ЄКЦІЙ У ЗАКЛАДАХ ПЕРВИННОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ

У закладах первинної медичної допомоги призначати ін'єкційні форми антибіотиків взагалі заборонено. У разі потреби такого призначення пацієнтів спрямовують до закладів спеціалізованого рівня надання медичної допомоги.

Що враховувати при виборі шляху введення

Вибираючи шлях введення антибіотиків, лікар має дотримуватися не лише Стандарту, а й враховувати всі переваги та недоліки, завжди, коли це можливо, обирати милосердніший метод лікування – пероральні антибіотики або ж прагнути якнайшвидше перевести пацієнта з парентерального шляху введення на ентеральний, якщо це дозволяє клінічна ситуація.

Розуміння цих нюансів допоможе пацієнту позбутися страху звернутися по допомогу і тим самим збільшить ефективність лікування антибіотиками.

Джерело:

Центр громадського здоров'я

Вплив куріння на здоров'я

Коли ви курите або вейпите, вже за 10 секунд після першої затяжки шкідливі хімічні речовини потрапляють з легенів у кровотік і розносяться по всьому тілу – до мозку, серця та інших органів.

Нікотин, який міститься у сигаретах, викликає звикання. Під час куріння ваш мозок стимулює виділення дофаміну – гормону задоволення, який дарує відчуття щастя, енергії та зосередженості. Однак цей ефект короткочасний: з часом мозок починає поклагатися на нікотин для отримання цих почуттів. Тому чим довше ви курите, тим більше дофаміну вам потрібно, щоб добре почуватися. Такий процес називається «нейроадаптацією». Через нестачу нікотину в організмі вам може бути важко зосередитися, ви можете відчувати нервозність, неспокій, дратівливість або тривогу.

Чому куріння небезпечне:

- зниження когнітивних функцій: є зв'язок між тривалим курінням і по-



гіршенням уваги та пам'яті. Курці часто стикаються з підвищеною тривожністю та дратівливістю, оскільки мозок втрачає здатність до регуляції настрою без нікотину;

- фізична втома: куріння знижує фізичну витривалість і спричиняє хронічну вто-

му, що ускладнює виконання повсякденних завдань і впливає на загальну якість життя;

- захворювання серцево-судинної системи: куріння значно підвищує ризик розвитку хвороб серця та судин, включаючи інфаркти, інсульти та артеріальну гіпертензію;

- респіраторні захворювання: шкідливі речовини з сигаретного диму пошкоджують легені та бронхи, спричиняючи такі захворювання, як хронічне обструктивне захворювання легень (ХОЗЛ), астму та рак легень. Тривале куріння також знижує здатність легень забезпечувати організм киснем. Аерозоль електронних сигарет не є безпечною альтернативою тютюнокурінню;

- онкологічні захворювання: куріння є основним фактором ризику розвитку не лише раку легень, а й раку ротової порожнини, раку горла, раку стравоходу, раку підшлункової залози, раку нирок, раку шлунка та навіть раку шийки матки у жінок;

- ослаблення імунної системи: куріння послаблює імунітет, підвищуючи ризик інфекційних захворювань та погіршуючи здатність організму боротися з хворобами.

Усвідомлення цих ризиків – перший крок до відмови від тютюнових і нікотинних виробів.

Джерело:

Центр громадського здоров'я

Гороскоп на тиждень 27 листопада - 3 грудня

ОВЕН
Аспекти тижня дають приплив енергії, роблять Овнів витривалішими та рішучими. Можливе прискорення чи успішне завершення складних проєктів.

ТЕЛЕЦЬ
Тиждень складний, але і сидіти склавши руки точно не варто. Це час для фінансових питань та зміцнення матеріальної бази.

БЛИЗНЮКИ
На початку тижня концентруйтеся на кар'єрних завданнях, а від п'ятниці переходьте на особисті справи. Відчиняються двері для комунікації.

РАК
Ви сповнені енергії на початку тижня, але не перестарайтеся. Використовуйте енергію тижня для звільнення від непотрібного.

ЛЕВ
Леви в центрі уваги, але комунікація з оточенням вдається важко. Ви менш схильні до компромісів, але бажання досягти справедливості зростає.

ДІВА
Не піддавайтеся на провокації, зберігайте спокій та шукайте конструктивні рішення. Зосередьтеся на перетвореннях та змінах.

ТЕРЕЗИ
Будьте активні та діяльні у починаннях – успіх не змусить на себе чекати. Відновиться інтерес до проєктів ідей, які з різних причин було відкладено.

СКОРПІОН
У колективі на вас чекають конфлікти на тлі зіткнення інтересів, прагнення створити для себе вигідні умови. Виявіть терпіння, перечекайте цей час.

СТРІЛЕЦЬ
Заробити допоможе ваше творче мислення. Якщо ви в глухому куті, знайдіть нестандартний підхід у роботі. У житті – сімейний спокій і гармонія.

КОЗОРІГ
Можливо, доведеться зіткнутися зі старими проблемами, які вкотре нагадують про себе. Самотнім людям варто призначати побачення.

ВОДОЛІЙ
Аспекти тижня додають стабільності та впевненості. Слухайте інтуїцію. Робота вимагатиме уваги. Зосередьтеся на нових зв'язках та ідеях.

РИБИ
Для вас тиждень дуже продуктивний. Труднощі, звичайно, є, але завдяки вашим зусиллям вони будуть подолані. Як кажуть, дорогою здолає той, хто йде.

Джерело: TCH

Смачного!

Салат з броколі та запеченими овочами



Інгредієнти: 200-300 г броколі, 1 томат, 1 солодкий перець, 1 червона цибулина, 1 ч. л. лимонного соку, ½ ч. л. солі, перець до смаку, 2 ст. л. олії.

• Броколі наріжте на сучвіття, солодкий перець брусочками, цибулю почистьте та наріжте півкільцями, а на томаті зробіть хрестоподібний надріз на шкірці.

• Викладіть овочі у змащену олією керамічну форму та запікайте 20-25 хв у розігрітій до 180 градусів духовці. Потім охолодіть до кімнатної температури.

• Зніміть шкірку із запеченого томата та потовчіть його виделкою в окремій мисці.

• Викладіть запечені овочі в салатницю, додайте ½ ч. л. солі, 2 ст. л. олії, 1 ч. л. лимонного соку, перець до смаку та розчавлений томат. Перемішайте страву, присипте нашаткованою петрушкою та подавайте.

Суп з фрикадельками з курячого філе

Інгредієнти для фрикаделек: 110 г курячого філе, 15 г цибулі, дрібка чорного меленого перцю, дрібка меленого коріандру, дрібка сушеного часнику. Для супу: 60 г цибулі, 10 мл олії, 80 г моркви, 350 г картоплі, 800 мл води, 2 лаврових листи, 25 г свіжомороженого горошку, сіль до смаку, сушений фенхель до смаку, сушений кріп до смаку, мелений чорний перець до смаку, мелена цибуля та петрушка до смаку.

• Для приготування фрикаделек 110 г філе курки наріжте на шматки, подрібніть на м'ясорубці один-два рази. Далі додайте до фаршу 15 г січеної цибулі, дрібку чорного меленого перцю, мелено-



го коріандру та стільки ж сушеного часнику.

• Ретельно вимішайте та вибийте фарш. Сформуєте фрикадельки масою до 10 г. Припустіть фрикадельки у невеликій кількості води до готовності.

• Поріжте кубиком 60 г цибулі та обсмажте на 10 г олії до про-

зорості. Додайте 80 г натертої на велику тертку моркви та смажте ще 3-4 хвилини.

• Почистьте та поріжте кубиком 350 г картоплі. Закладіть овоч у 800 мл киплячої води та доведіть до кипіння. Далі додайте пасеровані овочі та фрикадельки. Знову доведіть до кипіння та варіть до готовності протягом 10-12 хвилин.

• За 4-5 хвилин до готовності додайте 25 г свіжомороженого горошку, сіль, сушений фенхель, сушений кріп, мелений чорний перець, мелену цибулю та петрушку до смаку та 2 лаврових листи. Дайте супу настоятися перед подачею.

Джерело: klopotenko.com

Куточок ГОРОДНИКА

Як забезпечити зволоження орхідей: чи варто їх обприскувати?

Більшість помиляється з відповіддю.



Багато господинь в курсі про небезпеку потрапляння крапельок води на квіти орхідей. Така ситуація може призвести до появи темних плям. У підсумку рослина втратить свою красу і швидко відцвіте.

Знаючи про такий ризик, деякі люди повністю відмовляються від обприскування орхідей. Однак цей крок є помилковим. Річ у тім, що обприскувати красивого представника флори треба, наголошують квітникарі. Головне, щоб вода потрапляла на листя, а не на квіти.

ЯК ПРАВИЛЬНО ОБПРИСКУВАТИ ОРХІДЕЇ

Варто одразу підкреслити, що процедура позитивно впливає на рослину. Представник флори добре реагує на підвищення вологості, тому обприскувати листя орхідей можна

і навіть потрібно. Але важливо виконувати цю дію правильно.

По-перше, **не треба робити це занадто часто**. Кількох процедур на тиждень цілком достатньо. Втім, у спеку обдавати листя орхідеї крапельками води можна кілька разів на день.

По-друге, **потрібно використовувати правильну рідину**. Йдеться про м'яку й очищену (або відстояну воду): вміст домішок має бути мінімальним. Крім того, рідина має бути кімнатної температури (або на пару градусів тепліше).

По-третє, **треба застосовувати пульверизатор**. Причому мова має йти про спеціальний пристрій, що створює туманний струмінь з дуже дрібними крапельками.

По-четверте, **процедуру треба проводити вчасно**. Ідеальні варіанти: ранкові години та перша половина дня. Бажано, щоб було сонячно і досить тепло. При цьому рослина має бути захищена від прямих сонячних променів: не виключені опіки.

По-п'яте, **крапельки води мають потрапляти тільки на листя**. Але не на квіти! Крім того, у воді не повинні опинитися і точки росту.

Як не можна доглядати за грошовим деревом у домашніх умовах: шість категоричних «ні»

Товстянка може загинути.

У принципі, грошове дерево – рослина невибаглива, доглядати за нею нескладно. Але все ж деякі маніпуляції, які для інших рослин здаються цілком нешкідливими, товстянку можуть погубити.

Щоб з вашою красунею цього не сталося, у жодному разі не допускайте наступних помилок.

ПЕРЕЗВОЛОЖЕННЯ ГРУНТУ

У жодному разі не заливайте товстянку. Ми любимо цю рослину через привабливе м'ясисте листя. У ньому накопичується волога. Навіть якщо рослину довгий час не поливати, нестачі у волозі вона не відчуватиме.

А от якщо ґрунт буде перезволожений, то це обов'язково призведе до загнивання коренів і навіть стебел. Рослина дуже боїться сірої гнилі. А перезволоження може її спровокувати.

Також воно може стати причиною опадання листя та появи на ньому коричневих плям. Потрібно обов'язково зливати зайву воду після поливу.

ЗАНАДТО ОБ'ЄМНИЙ ГОРЩИК

Звичайно, це не так критично для товстянки. Дереце у великому горщику не загине. Але краси у такої рослини буде мало. Вона ростиме нерівномірно, витягуватиметься, форма деревця вийде неправильною. Краще під час пересадки підібрати неглибокий горщик, але широкій.



ЩІЛЬНИЙ ТА ВАЖКИЙ ГРУНТ, ВІДСУТНІСТЬ ДРЕНАЖУ

Якості ґрунту теж приділіть увагу. Він має бути насиченим поживними речовинами та пухким. А щоб нейтралізувати кислотність ґрунту, додайте до нього трохи золи та глини.

ВЕЛИКА КІЛЬКІСТЬ ДОБРИВ, ЩО ВНОСЯТЬСЯ

Товстянка належить до тих рослин, які страждають від надлишку добрив. Особливо це стосується зимового періоду. Взимку краще взагалі не підживлювати грошове дерево.

ЧАСТІ ПЕРЕСАДКИ

Коли рослина молода, її потрібно пересаджувати 1 раз на рік. А після досягнення 3-річного віку рослину краще взагалі не турбувати частіше за один раз на 3 роки. Товстянка не дуже добре переносить пересадку.

НАДТО ЗАТІНЕНЕ МІСЦЕ

Нестача світла згубна для грошового дерева. Краще розмістити товстянку у світлій кімнаті, щоб на неї падало розсіяне світло.

Джерело: Ukr.Media

27 листопада середа	28 листопада четвер	29 листопада п'ятниця	30 листопада субота	1 грудня неділя	2 грудня понеділок	3 грудня вівторок
- 3° + 2°	0° + 2°	+ 1° + 2°	0° + 1°	- 2° + 1°	- 4° 0°	- 3° + 1°
746 ТИСК, ММ	746 ТИСК, ММ	744 ТИСК, ММ	752 ТИСК, ММ	754 ТИСК, ММ	752 ТИСК, ММ	750 ТИСК, ММ

26 ЛИСТОПАДА
СВІЙ ЮВІЛЕЙ НА ДВІ П'ЯТІРКИ СВЯТКУЄ
ЖИТЕЛЬКА СЕЛА ЯГОДИНКА,
ЯСНОГОРОДСЬКОГО СТАРОСТИНСЬКОГО ОКРУГУ,
ЗАЛУНІНА ТЕТЯНА ЛЕОНІДІВНА!



ШАНОВНА ПАМІ ТЕТЯНО,
ЩИРОСЕРДЕЧНО ВІТАЄМО ВАС ІЗ ЮВІЛЕЄМ!
ВІД ДУШІ БАЖАЄМО ЖИТИ В ПОВНІЙ ГАРМОНІЇ
З УЛЮБЛЕНИМИ ЛЮДЬМИ І СВОЇМИ ПОЧУТТЯМИ,
ВІРИТИ ТІЛЬКИ В ХОРОШЕ І НЕ ПРИПІНЯТИ МРІЯТИ
ПРО ЩОСЬ ПРЕКРАСНЕ. НЕХАЙ І В БУДИНКУ, І В РОДИНІ,
І В ДУШІ, І В СЕРЦІ БУДЕ МИР, НАСОЛОДА І РАДІСТЬ!
ХАЙ КРАСА НЕ ЗГАСНЕ З ЧАСОМ, ХАЙ ЛИШ СЯЮТЬ ОЧІ,
ХАЙ ЗБУВАЮТЬСЯ БАЖАННЯ ВСІ ВАШІ ЖІНОЧІ!

29 ЛИСТОПАДА
ЮВІЛЕЙНИЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ ВІДЗНАЧАЄ
КРАСИВА ЖІНКА, ДИРЕКТОР ВРУБЛІВСЬКОГО ЛІЦЕЮ,
ЖИТЕЛЬКА СЕЛИЩА РОМАНІВ,
КОЛОТЮК ІННА ЯКІВНА!



ШАНОВНА ІННО ЯКІВНО,
ПРИЙМІТЬ ЩИРІ ВІТАННЯ З НАГОДИ ВАШОГО,
ЩЕ ЗОВСІМ ЮНОГО, ЮВІЛЕЮ! ЮВІЛЕЙ - НЕ ПРОСТО ДЕНЬ
НАРОДЖЕННЯ, А ОСОБЛИВЕ ТОРЖЕСТВО!
НЕХАЙ ВСІ ДОБРІ ПОБАЖАННЯ СТОРИЦЕЮ МНОЖАТЬСЯ,
А ОБІЙМИ, ПОСМІШКИ І ПОЦІЛУНКИ НЕ ЗНАЮТЬ КОРДОНІВ.
БАЖАЄМО ЗАВЖДИ КУПАТИСЯ В ТЕПЛІ БЛИЗЬКИХ,
ОТРИМУВАТИ І ВИПРОМІНЮВАТИ РАДІСТЬ,
ЩАСТЯ І ЛЮБОВ.

ЗДОРОВ'Я, ЩАСТЯ ЗИЧИМ НЕ НА РІК,
НА ВСЕ ЖИТТЯ БАЖАЄМО ЙОГО ЩИРО.
ЩОБ РАДІСНИМ І ДОВГИМ БУВ ВАШ ВІК,
З ДОБРОМ, ЛЮБОВ'Ю, СПОКОЄМ І МИРОМ!

30 ЛИСТОПАДА
СВЯТКУЄ СВІЙ ЮВІЛЕЙ
ХАРКОВИНА АЛЛА ІВАНІВНА,
ЖИТЕЛЬКА СЕЛИЩА РОМАНІВ, АДМІНІСТРАТОР ЦЕНТРУ
НАДАННЯ АДМІНІСТРАТИВНИХ ПОСЛУГ РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ



ШАНОВНА АЛЛО ІВАНІВНО, БАЖАЄМО ВАМ
ПРОЦВІТАННЯ, НАЙСВІТЛІШИХ ПОЧУТТІВ І ЕМОЦІЙ,
БІЛЬШЕ ПОСМІШОК І НАЙЩИРІШОГО ЩАСТЯ В ЖИТТІ.
ЦЕ ЧАС ОБМІРКУВАТИ НОВІ ІДЕЇ ТА ПОСТАВИТИ НОВІ
ПЛАНІ, БО ЖИТТЯ ТІЛЬКИ ПОЧИНАЄТЬСЯ!
НЕХАЙ ВИСТАЧИТЬ СИЛ ТА ЕНЕРГІЇ, ЕНТУЗІАЗМУ ТА
ЗДОРОВ'Я НА НОВІ СПРАВИ.
БУДЬТЕ ЩАСЛИВІ В ОТОЧЕННІ НАЙДОРОЖЧИХ ЛЮДЕЙ!

ВІТАЄМО З ЮВІЛЕЄМ! ЩАСТЯ Й ДОЛІ!
ХАЙ БУДЕ У ЖИТТІ ВСЬОГО ДОВОЛІ,
ХАЙ НИВА ВАША РЯСНО КОЛОСИТЬСЯ
ТА ЩЕДРИСТО НАПОВНИТЬСЯ КРИНИЦЯ.
ВАМ ОПТИМІЗМУ, РОЗКВІТУ, ДОБРА,
НАЙКРАЩА У ЖИТТІ ПРИЙШЛА ПОРА.
ХАЙ ДОСВІД БУДЕ ГАРНИМ І БАГАТИМ, І ЩЕДРИМ,
НЕЗАБУТИМ ВАШЕ СВЯТО!

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
Хоросів	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

ВТРАЧЕНЕ ПОСВІДЧЕННЯ СЕРІЯ УБД
№284949, ВИДАНЕ НА ІМ'Я СВИРИ-
ДОВИЧА РОСТИСЛАВА ЮРІЙОВИЧА,
ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ.

РОЗМІЩЕННЯ РЕКЛАМИ В ГАЗЕТІ

Відділ реклами:
067 412-89-81

**НАС ЧИТАЮТЬ
10 000 РОМАНІВЧАН**

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 своєю 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 легень за площею порівняна 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 легень, селезінки, 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. Теоретично 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.
- Права легень людини за розміром перевершує ліву, оскільки в грудях також розміщується серце.

Джерело: faktypro.com.ua



**ПРАВОВА
ДОПОМОГА
ПОРУЧ**

(0 800 213 103

телефонуйте до контакт-центру
системи з надання безоплатної
правової допомоги



27 листопада 2024 р.
№ 44 (279)



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
повинен бути узгодже-
ний з редакцією.

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

Зам. наклад: 5000 прим.
Замовлення № 1276

Частина тиражу
розповсюджується
безкоштовно.

