

Звіт – не лише обов'язок, а й пропозиція для роздумів і висновків

Віктор Першко

На розгляд 66-ї сесії Романівської селищної ради, яка проходила 28 березня 2025 року, було запропоновано трохи більше тридцяти питань.

Безумовно, найбільшої уваги у переліку сесійних питань заслуговав звіт виконуючого обов'язки селищного голови Юрія Чумаченка про роботу Романівської селищної ради та виконавчого комітету за 2024-й рік. Юрій Миколайович звітував у залі, де перебувало 19 депутатів і майже три десятки працівників (включно із головами старостинських округів) виконавчого апарату Романівської селищної ради.



довж 2024 року не працювала. Власне, вона перестала працювати із вересня 2023 року, коли її голова Д. Лесько самоусунувся від керівництва, а по суті – перестав відвідувати сесії Романівської селищної ради.

інтернет-сайті Романівської селищної ради (<https://romanivska-gromada.gov.ua/news/1742289688/>).

Стосовно обговорення звіту в. о. Романівського селищного голови, то як такого обговорення у сесійному залі не було. Депутати абсолютною більшістю голосів затвердили зміст виголошеної Ю. М. Чумаченком інформації і перейшли до розгляду інших питань, запропонованих для розгляду на сесії. Важливо зауважити, що якраз громадськість Романівської селищної ради виявила найменшу увагу до самого факту звіту в. о. Романівського селищного голови. У сесійному залі не було представників жодної громадської організації, які періодично нагадують (і точно будуть це робити у недалекій виборчій перспективі) про свою діяльність, однак прийти і послухати, а можливо, й отримати відповіді на виниклі запитання цього разу не вийшло. Тим паче, що романівчанам, жителям селищ і сіл Романівської громади варто було б дізнатися, що за показниками своєї життєдіяльності Романівська селищна рада займає місце посередині загальнообласного рейтингу, куди входять показники 66-ти громад. Так, на утримання Романівської селищної ради у 2024 році виділено 27,1 млн грн (показник у четвертому десятку громад Житомирщини), а за показ-

ником індексу платоспроможності бюджетів громад Житомирщини Романівська селищна рада станом на початок 2025 року займає 31-е місце із 66-ти громад Житомирської області.

Загалом звіт в. о. Романівського селищного голови про роботу Романівської селищної ради та виконавчого комітету за 2024-й рік став доконаним (таким, що відбувся) фактом, хоча його обговорення у середовищі Романівської громади можна і, мабуть, потрібно й надалі продовжити. Шонайперше задля того, аби із показниками бюджету, а ще більше – із проблемами, що постають у житті Романівської селищної ради була ознайомлена і розуміла їхню суть якомога більша частина населення Романівської громади. Зауважимо, що звіт в. о. Романівського селищного голови Юрія Чумаченка проходив у хрестоматійно



Не забуваємо, що навчання – це насамперед розвиток! **с. 4**



Домедична допомога в умовах бою надавалася у Романівці **с. 4**



У серпні Романів матиме власних поліцейських офіцерів громади **с. 2**



Сама структура доповіді виконуючого обов'язки Романівського селищного голови була гармонійно збалансована, насичена достатньою кількістю цифрових показників, порівнянь і характеристик окремих фактів та подій життя Романівської громади у 2024-му році.

Юрій Чумаченко розповів про роботу депутатського корпусу, зосередивши головну увагу на діяльності постійно діючих депутатських комісій. Вкотре у сесійному залі Романівської селищної ради пролунала інформація про те, що одна із депутатських комісій (комісія із законності, регламенту та депутатської етики) упро-

У звіті Романівського селищного голови пролунала детальна інформація про роботу депутатів у сесійному залі (упродовж 2024 року депутати провели 11 сесій Романівської селищної ради), а також про роботу виконавчого комітету Романівської селищної ради, до складу якого входить 27 осіб. Юрій Чумаченко детально проаналізував бюджетні показники Романівської громади у 2024 році, а деталізовану і повну інформацію про виконання бюджету 2024 року можна знайти у тексті звіту Романівського селищного голови, який із 18 березня 2025 року розміщений на офіційному

звичній процедурі сесійного засідання, яка цілком відповідає законодавчим вимогам та регламенту роботи селищної ради. Втім, варто зауважити і про те, що у деяких громадах Житомирської області звіт голови проходить у формі публічних заходів за широкою участі представників громадськості. До всього вищезазначеного слід зауважити, що діяльність Романівської селищної ради,

в тому числі робота усіх без винятку сесій Романівської селищної ради, перебуває в епіцентрі уваги місцевих ЗМІ, які регулярно розміщують різнобічну інформацію про роботу та діяльність місцевої влади. Станом на сьогодні – це важливий і однозначно позитивний показник у роботі Романівської селищної ради, який також варто взяти до уваги.
Джерело фото: Твій Романів

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС 76001

Підтримай свободу слова!

ПЕРЕДПЛАТИТИ

на 1 місяць - 30,00 грн,
на 3 місяці - 90,00 грн,
на 6 місяців - 180,00 грн

У найближчому поштовому відділенні!

СПОДОБАЛАСЬ
ГАЗЕТА?

У серпні Романів матиме власних поліцейських офіцерів громади

Віктор Першко

Чергова сесія Романівської селищної ради, яка відбулася 28 березня 2025 року, розпочалася із виступу представника управління превентивної діяльності Житомирського обласного управління МВС України полковника Ігоря Пастовенського.

Ігор Юрійович розповів присутнім у залі депутатам Романівської селищної ради про заключний етап підготовчої діяльності із впровадження в Романівській громаді посади поліцейського офіцера громади.

Зауважимо, що у багатьох громадах Житомирщини поліцейські офіцери громади вже давно стали реальністю дня і до їхньої постійної присутності люди звикли настільки міцно і органічно, що колишня, ще з радянських часів практика діяльності дільничних міліціонерів забулася, як далеке, оповите радянською спадщиною минуле. У Романові із впровадженням цих посад відверто засиділись, але час бере своє, і реформуватися у сфері охорони громадського порядку треба й нам. Якраз про конкрети дій зі створення поліцейської станції, із відбору кандидатів та проходження ними трирівневого конкурсу, про подальше професійне навчання майбутніх офіцерів громади детально розповідав І. Ю. Пастовенський. Він зауважив, що двоє претендентів на посаду



Полковник Ігор Пастовенський

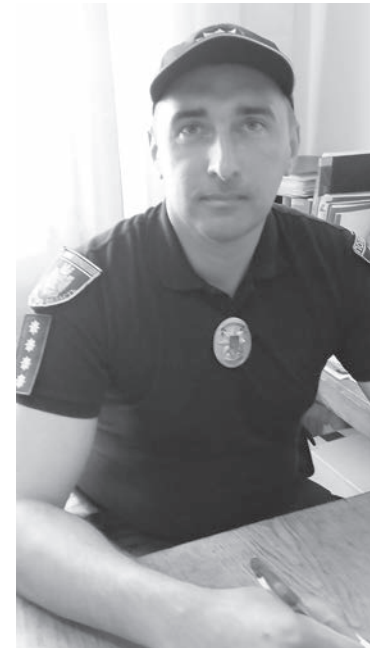
поліцейського офіцера громади у Романівській селищній раді вже відомі. Це Юрій Камінський і Олександр Марциновський.

Згідно з вимогами до кандидатів вони мають водійські посвідчення, вищу освіту і відповідну професійну підготовку. Після проходження тестування, після участі у співбесіді, обоє кандидатів мають пройти ще один рубіж конкурсного відбору (орієнтовно 8-10 квітня), коли претенденти на посади поліцейських офіцерів громади пройдуть випробування на поліграфі. Далі на них чекає тримісячне навчання, після чого Романівська громада матиме зовсім інший (аніж це було до того) формат забезпечення громадського порядку. Якщо **вдатися до прогнозу та припущення** стосовно дати початку діяльності поліцейських офіцерів громади у Романові, **то це початок серпня 2025 року.**

До того часу у Романові має бути готовою для виконання специфічних завдань поліцейськими офіцерами громади поліцейська станція, обладнана згідно з вимогами законодавства. У розпо-

рядженні поліцейських офіцерів громади мають з'явитися два поліцейських автомобілі, один з яких виділяє Національна поліція України, а інший – закуповує громада. До речі, замість наперед, зауважимо, що якраз під час сесії 28 березня 2025 року й було ухвалене рішення, в якому передбачене виділення коштів для закупівлі автівок для поліцейських офіцерів громади. Таким чином, поки триватимуть заключні процедури із відбору кандидатів, а потім ще й тримісячний період їхнього навчання та перепідготовки, у Романові все необхідне для початку безпосередньої діяльності новоспечених поліцейських офіцерів громади буде готовим.

Стосовно того, як працюють поліцейські офіцери громади в інших кутках Житомирщини і наскільки їхня поява може вплинути на ситуацію із безпекою громадян та громадським порядком на території Романівської селищної ради. У переважній більшості громад, де поліцейські офіцери громади працюють вже не перший рік, ситуація із дотриманням порядку та



Юрій Камінський, майбутній поліцейський офіцер Романівської громади

законності суттєво покращилась. До того ж поліцейський офіцер громади за статусом та згідно з посадовими обов'язками має тісно співпрацювати із органами місцевого самоврядування. Власне кажучи, поліцейський офіцер громади і сам виконує функції особи місцевого самоврядування. Тому він має бути присутнім і на сесіях селищної ради, і на засіданнях виконкому селищної ради. Так само його діяльність має бути тісно пов'язана із роботою органів ювенальної юстиції (опіка дітьми), із підрозділами ДСНС, працівниками інспекції з благоустрою. А взаємозв'язок із керівниками старостинських округів також має бути передумовою успішної

роботи поліцейських офіцерів громади.

У своєму виступі під час сесії Романівської селищної ради 28 березня 2025 року полковник І. Ю. Пастовенський зауважив, що поліцейський офіцер громади має так званий ненормований робочий день. Тобто працює у режимі 24 на 7 (цілодобово і повний тиждень), але така діяльність вимагає тісної, зрозумілої, чітко скоординованої взаємодії із органами місцевої влади. Селищний голова як найвища посадова особа у громаді має знати, чим конкретно займаються поліцейські офіцери громади щодня і щотижня, однак він і тільки він має забезпечити усі умови та можливості для успішної і ефективної діяльності поліцейських офіцерів громади. Досі якраз тісна співпраця, заснована на довірі та взаємоповазі між поліцейським офіцером громади та її керівництвом, ставала основою авторитету та успішної роботи так званих українських шерифів.

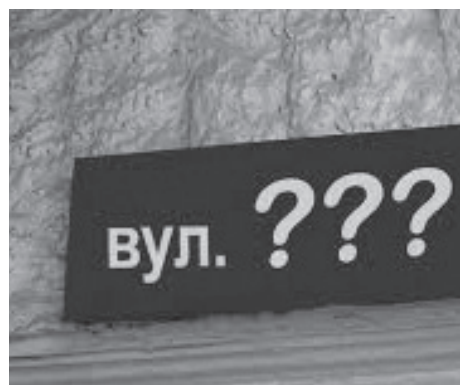
У Романові, найімовірніше, жодних винаходів у цьому не буде, а успіх у роботі поліцейських офіцерів громади визначатиметься ступенем їхньої взаємодії із органами місцевої влади. Тоді й громадський порядок, і протидія так званих побутовій злочинності і навіть питання державної безпеки на території Романівської селищної ради будуть на рівні належної ефективності. А будь-які проблеми, викликані надзвичайними ситуаціями, будь-які несподіванки навіть неприємного забарвлення для жителів Романівської громади особливих складнощів не спричинять. Такий вигляд сьогодні мають наміри, сподівання та очікування появи у Романівській селищній раді поліцейських офіцерів громади.

Зникло два провулки, а клопотів – на цілу вулицю!

У селищі Романові вирішили вилучити з переліку назв площ, вулиць та провулків два провулки: Козацький та Затишний.

Таке рішення ухвалили депутати селищної ради у зв'язку із фактичною відсутністю таких провулків, які стали частиною вже існуючих вулиць. У зв'язку із цим рішенням виникає ціла низка документально-бюрократичних дій, які мають узгодити зміст кількох раніше ухвалених селищною радою документів-рішень. Так, наприклад, відтепер вноситься зміни до колишнього рішення Романівської селищної ради «Про перейменування вулиць у населених пунктах Романівської територіальної громади», звідкіля вилучається назва провулку Козацький.

Далі Романівська селищна рада має звернутися до Житомирської обласної державної адміністрації щодо вилучення в одному із розпоряджень голови Житомирської ОДА назви провулку Затишний у селищі Романів. Ще одне звернення-



лист від імені Романівської селищної ради має бути підготовлене і направлено до Житомирської філії ДП «Національні інформаційні системи», аби провулки Козацький та Затишний у селищі Романів були виключені зі словників Державного реєстру речових прав на нерухоме майно. Ось такі, суто бюрократичні, але безумовно обов'язкові процедури мають бути витримані у процесі, здавалося б, незначних топонімічних змін. Всього два провулки, а клопотів, як на проспекті!

У складі виконкому маємо поповнення

Важливою новиною у житті Романівської селищної ради є факт поповнення складу її виконавчого комітету.

Офіційно за входження до складу виконкому діловода Романівської селищної ради Лідії Мумрик проголосували під час недавньої сесії 28 березня 2025 року. Про внесення змін до персонального складу виконавчого комітету Романівської селищної ради під час сесії доповів виконуючий обов'язки начальника відділу юридичної та кадрової роботи С. Ф. Бондар, який зазначив, що відповідна заява від Л. М. Мумрик стосовно її введення до складу членів виконавчого комітету була подана і розглянута.

Депутати Романівської селищної ради більшістю голосів ухвалили рішення про входження Лідії Мумрик до складу виконкому Романівської селищної ради. Відтепер громади сіл Велика Козара та Омільне, де безпосередньо працює Лідія Миколаївна Мумрик, матимуть свого представника у складі виконавчого комітету Романівської селищної ради. Для жителів вищезгаданих сіл це, безумовно, важливий факт.



Податок на нерухомість: кому і скільки доведеться сплатити у 2025 році

Власники житла, площа якого перевищує норми, мають сплатити податок на нерухомість. У 2025 році податок сплачується за звітний 2024-й рік.

Кому та скільки треба платити – розповідають юристи системи надання безоплатної правничої допомоги.

ХТО МАЄ СПЛАТИТИ ПОДАТОК НА НЕРУХОМІСТЬ

Власники житла, якщо площа перевищує норми:

- для квартир – понад 60 кв. м
- для будинків – понад 120 кв. м
- інших типів житла та їхніх часток – понад 180 кв. м

СКІЛЬКИ ТРЕБА ПЛАТИТИ

Залежить від ставки податку та площі, що перевищує норму.

Як визначається ставка податку

Її визначає місцева влада у відсотках від мінімальної заробітної плати на 1 січня звітного року.

Ставка податку не може перевищувати 1,5 % за 1 кв. м.

На 1 січня 2024 року мінімальна заробітна плата становила 7100 грн. Тож максимальний розмір ставки – 106,5 грн за 1 кв. м.

ЯКИЙ ВИГЛЯД ЦЕ МАТИМЕ НА ПРАКТИЦІ

Наприклад, ви – власник квартири площею 65 кв. м. Ставка податку – 1,5 % (7100 грн x 1,5 відсотка = 106,5 грн). Оподатковувана



площа – 5 кв. м (65 кв. м – 60 кв. м). Сума податку: 5 кв. метрів x 106,50 грн = 532,50 грн.

КОЛИ ПЛАТИТИ

Впродовж 60 днів з моменту отримання повідомлення. Повідомлення має прийти в особистий кабінет платника податків або рекомендованим листом на пошту до 1 липня.

ЩО БУДЕ ЗА НЕСВОЄЧАСНУ СПЛАТУ

Штраф у розмірі 5%, якщо затримка до 30 днів включно, 10% – понад 30 днів суми податкового боргу.

ХТО ЗВІЛЬНЕНИЙ ВІД СПЛАТИ ПОДАТКУ

- власники нерухомості, сумарна площа якої не перевищує встановлених норм;

- власники, чия нерухомість перебуває на окупованих територіях, пошкоджена, зруйнована чи в зоні активних бойових дій.

ОБ'ЄКТИ НЕРУХОМОСТІ, ЗА ЯКІ НЕ ДОВЕДЕТЬСЯ СПЛАЧУВАТИ:

- дитячі будинки сімейного типу
- житло, яке належить дітям-сиротам, позбавленим батьківського піклування та дітям з інвалідністю, які виховуються самотніми матерями чи батьками, але не більше одного такого об'єкта на дитину
- власність громадських об'єднань осіб з інвалідністю та їхніх підприємств
- житло, яке належить багатодітним або прийомним сім'ям, у яких виховується п'ять та більше дітей.



Навести чистоту й порядок відтепер допомагатиме «Таврія»

Віднедавня (після рішення сесії Романівської селищної ради від 28.03.2025 року «Про передачу автомобіля») «Таврія ЗАЗ» моделі «110206» передана на баланс Романівської селищної ради.

На практиці це означатиме, що інспектор із благоустрою Романівської селищної ради Ю. С. Мусячук відтепер матиме змогу користуватися службовим транспортом для проведення відповідної роботи у всіх населених пунктах Романівської селищної ради.

Рішення, ухвалене депутатами селищної ради стосовно автомобіля «Таврія ЗАЗ», давно назріле, оскільки специфіка щоденної роботи інспектора із благоустрою майже пів сотні населених пунктів Романівської громади вимагає постійної мобільності та швидкого реагування на факти порушення правил благоустрою або ж інших випадків (наприклад спалювання трави), які потребують реагування інспектора із благоустрою.

Якраз відсутність транспорту неабияк заважала Юрію Мусячку налагодити системну роботу у населених пунктах всієї громади Романівської селищної ради. Відтепер можна сподіватися, що чистоти суто побутового порядку додасться не лише у Романові, але й на вулицях сіл всієї Романівщини.

Надокучливий пиллок: в Україні стартує сезон весняних алергій

Чхання, закладеність носа, свербіж і сльозотеча навесні можуть бути симптомами сезонної алергії.

Адже з потеплінням починають цвісти рослини, пилок яких здатен викликати неприємні симптоми. Рекомендована МОЗ інтерактивна мапа показує: ризик алергій в Україні посилюється у кількох областях. Жителям яких регіонів варто вжити заходів профілактики – з'ясував Центр громадського моніторингу та контролю.

Небезпечне цвітіння

Сезонна алергія розвивається, коли імунна система людини надмірно реагує на подразники навколишнього середовища. Для багатьох таким подразником стає пилок рослин. Терміни цвітіння різних видів залежать від клімату та особливостей погоди. Щоб відслідковувати, коли у повітря можуть потрапити ті чи інші алергени, варто скористатися інтерактивною мапою.

За її даними, ризик алергій зростає на півдні України. Зокрема, підвищиться в Одеській, Миколаївській, Херсонській областях, а під кінець тижня до списку додадуться Запорізька, Кіровоградська, Дніпропетровська, Львівська, Закарпатська, Чернівецька та Івано-Франківська.

Зазвичай у березні та квітні до алергій призводить пилок вільхи, ліщини, граба, верби та тополі. У квітні-травні алергеном може бути пилок берези, дуба, ясени та клена. Також у травні починається цвітіння злакових трав.



Інші фактори ризику

Спринжити весняну алергію може не лише пилок рослин. У цей період відбувається загострення ще кількох видів алергічної реакції. Наприклад, на укуси комах, цвіль чи домашній пил.

«Загострення алергій на домашній пил та пилових кліщів виникає через те, що навесні збільшується кількість алергенів у житлових приміщеннях. Це відбувається внаслідок сезонних прибирань, змін температури та вологості», – розповіла в інтерв'ю «Українській

правді. Життя» кандидатка медичних наук, терапевтка Тетяна Антофійчук.

Підвищені шанси отримати алергію мають люди із генетичною схильністю, ослабленим імунітетом чи хронічними захворюваннями. У групі ризику також діти і підлітки, жителі міст (оскільки алергенні властивості пилку посилює забруднене повітря), люди певних професій. Наприклад агрономи, садівники, пасічники, бібліотекарі, працівники складів, будівельники та маляри.

Симптоми алергії

За даними Міністерства охорони здоров'я, серед поширених симптомів алергії можна виокремити такі:

- почервоніння очей, сльозотеча;
- нежить, свербіння та закладеність носа;
- притуплення нюху, чхання;
- утруднене або прискорене дихання;
- сухий кашель.

Фахівці також зазначають, що в окремих випадках алергічна реакція може призвести до небезпечних для життя станів: анафілактичного шоку, набряку Квінке чи загострення бронхіальної астми.

Медики радять не зволікати і вчасно звертатися до сімейного лікаря. Адже спеціаліст допоможе правильно встановити тип алергену і призначити лікування, яке приборкає неприємні симптоми.

Як вберегтися

Насамперед медики радять **уникати контакту з алергеном**. Задля цього можна відслідковувати календар цвітіння чи поточний рівень концентрації пилку у вашому населеному пункті – щоб уникати прогулянок у небезпечний час. На вулиці можна захистити органи дихання маскою, а очі – сонцезахисними окулярами.

Лікарі рекомендують **змінювати одяг після вулиці, мити обличчя і волосся**. Важливо також контролювати рівень вологості у приміщенні, а після провітрювання використовувати очисник повітря. А ще пити більше води, адже вона допомагає виводити алергени.

Не забуваємо, що навчання – це насамперед розвиток!

Віктор Радчук

Подія, про яку варто розповісти окремо і яка варта особливої уваги всієї Романівської громади.

Йдеться про завершення освітньої програми «ІМРАСТ. Zhytomyr», яка стала завершальним етапом навчання для представників територіальних громад Житомирської області. У межах заходу, який відбувся 28 березня 2025 року у Житомирі, було вручено сертифікати учасникам, що успішно завершили курс проектного менеджменту. Серед них і представники Романівської селищної ради. Це начальник гуманітарного відділу Романівської селищної ради Оксана Гаврилова, її колега, начальник фінансового відділу Романівської селищної ради **Наталія Горобець** та головний спеціаліст сектору доходів, економічного розвитку та інвестицій фінансового відділу Романівської селищної ради **Ліна Ремша**.

Звісно, захід за участі випускників програми «ІМРАСТ. Zhytomyr» відвідали почесні гості, серед яких – заступники начальника Житомирської обласної військової адміністрації



Костянтин Лопушанський та Наталія Арендарчук, а також представники Естонського центру міжнародного розвитку (ESTDEV): виконавчий директор Клен Яратс, керівник відділу співпраці та розвитку в Україні Маргус Герінг та керівниця операційного відділу Андреа Ківі. До події долучилися також експерти Civitta Україна та Університету Тарту.

Нагадаємо нашим читачам, що програма ІМРАСТ. Zhytomyr стартувала у листопаді 2024 року та об'єднала понад 280 учасників із 65 громад Житомирської області. До фінішу дійшли не всі її учасники, бо із 280-ти представників громад, які п'ять місяців тому виявили бажання навчатися

проектному менеджменту, сертифікати із академічними кредитами від Університету міста Тарту отримали 129 учасників. Протягом кількох місяців представники місцевого самоврядування вивчали основи проектного менеджменту (від аналізу можливостей до звітування за підсумками реалізованих проєктів), механізми залучення фінансування, партнерства з ЄС, а також опанували інструменти стратегічного планування.

Керівник відділу з відновлення та співпраці з Україною ESTDEV Маргус Герінг наголосив, що співпраця з Житомирщиною на цьому не завершиться: «Ми вже почали роботу над другою

фазою – ІМРАСТ. Zhytomyr 2.0. Це продовження нашої спільної ініціативи, яке відкриє ще більше можливостей для громад області».

Що можна сказати, аби зрозуміти важливість процесу майже піврічного навчання основам проектного менеджменту під егідою наших друзів та партнерів із Естонії? Щонайперше кожен учасник освітньої програми мав можливість познайомитися із навчальною методикою естонських тренерів. Не секрет, що серед учасників навчальної програми були люди, які мають цілком професійні навички роботи над проєктами із залучення інвестицій та їхнього супроводу у процесі реалізації. І якраз учасниця із Романова – яскравий тому приклад. Однак тут діє дуже важливе правило, що будь-які нові знання ЗАЙВИМИ НЕ БУВАЮТЬ. Адже сам факт і сама кількість учасників навчальної програми (а це 129 осіб) є важливим показником проєкту ІМРАСТ-Zhytomyr. По суті, це середовище однодумців, колег і партнерів, з якими варто спілкуватися і взаємодіяти. Хоча б задля обміну і, звісно ж, запозичення чогось нового і чогось корисного для громади. Чи навіть особисто для себе, для свого професійного досвіду та потенціалу.

На цьому нашу розповідь про естонський проєкт можемо завершити, однак маємо зробити кілька зауважень щодо впровадження здобутих знань, навичок, досвіду

у практику життя Романівської селищної ради. Безумовно, начальник гуманітарного відділу О. Л. Гаврилова вже за кілька днів після завершення свого чергового навчання поширюватиме певні висновки, зауваження чи й навіть пропозиції у середовищі своїх підлеглих: працівників закладів культури, освіти, спорту. Проектний менеджмент може і повинен стати помітним ресурсом для працівників низки установ та організацій, що працюють у Романівській громаді. Причому не тільки ліцеї, бібліотеки чи музеї мають працювати над проєктами свого подальшого розвитку. Такого розвитку у Романові потребують і комунальні підприємства, а тим паче – представники середовища підприємців, малого та середнього бізнесу. Це нагальне завдання для керівництва громади, для депутатського загалу і, зрештою, – для усіх небайдужих романівчан.

На чому ще хотілося б заголосити увагу нашого читача і загальному усієї громади Романівської селищної ради? Щонайперше на тому, що курс на пошук можливостей для покращення і РОЗВИТКУ певних напрямів у житті громади мають бути головним змістом у роботі органів місцевої влади. Зрештою, точно так само – і для органів центральної влади всієї України. Але центральна влада там, «нагорі», а нам – своє робить. І пора таки розпочинати!

Домедична допомога в умовах бою надавалася у Романівці

Наталка Рісич

Те, що за викладання навчального предмета «Захист України» у нашій державі взялися, як-то кажуть, на повносерйозі, радує.

Принаймні так хочеться думати, бо на це вказують певні ознаки. Щонайперше держава у найскладніші для України часи виділила немаленькі кошти на оснащення спеціалізованих навчальних кабінетів з викладання предмета «Захист України» у кожній громаді. По-друге, вже у поточному навчальному році паралельно із оснащенням навчальних кабінетів велася потужна навчально-методична робота з підвищення кваліфікації педагогів, які викладають навчальний предмет «Захист України». Певний час заняття із викладачами предмету «Захист України» проводили в онлайн-режимі. А вже у другому півріччі 2024/2025 навчального року, наприклад, у Житомирській області було визначено сім осередків у закладах освіти територіальних громад, де мають бути проведені триденні семінари-тренінги на тему «Домедична допомога в умовах бою»



Одним із семи таких осередків став навчальний кабінет із предмету «Захист України», обладнаний у Романівському ліцеї № 2. Сюди із 25 по 28 березня 2025 року приїздили викладачі-педагогі з Романівської, Миропільської, Хорошівської, Чуднівської, Новоборівської, Пулинської, Вільшанської, Тетерівської, Любарської та Оліївської громад.

Теоретичний матеріал та практичні заняття проводили

фахівці Житомирського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (ЖОІППО) на чолі із методистом лабораторії методичного забезпечення Валерієм Воробйовим. Слід зауважити, що колишній офіцер-десантник, потім – інструктор з тактичної медицини та першої домедичної допомоги, а нині – методист лабораторії ЖОІППО В. М. Воробйов має незаперечний авторитет викладача-практика, першокласного тренера-модератора навчальних заходів з підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів освіти і насамперед викладачів навчальної дисципліни «Захист України». Усі три дні інтенсивних занять, які проводились



на базі Романівського ліцею № 2 запам'яталися цікавою, напрощуд корисною для педагогів інформацією щодо тонкощів у викладанні предмета «Захист України». Ще один (чи не найголовніший) аспект триденного навчального тренінгу полягає у тому, що кожен із учасників навчання засвоїв цілий цикл практичних навичок у процесі підготовки учнів з домедичної допомоги. Варто зауважити, що навчальний модуль тривалістю у три дні дав педагогам-викладачам предмету «Захист України» не лише можливість отримати найактуальнішу інформацію і освоїти найперші і найосновніші прийоми та методи з домедичної



допомоги. Ще один аспект такого навчання полягає у тому, що педагоги із різних навчальних закладів із десяти громад Житомирського району мали можливість поспілкуватися між собою з метою обміну досвідом чи то навіть обміну думками з приводу змісту, методики та проблематики викладання навчального предмету «Захист України». Ну і, нарешті, відтепер майже пів сотні викладачів, які отримали чимало нової інформації, які оволоділи низкою найпотрібніших у навчальній роботі навчальних вправ, матимуть можливість постійного контакту із фахівцями Житомирського ОІППО. В принципі – результат тренінгу більше ніж вагомий.

До футбольних традицій додаємо нові: тепер – баскетбольні!

Віктор Єрофеев

Мозаїка спортивних новин минулої декади вражає не лише кількістю матчів, турнірів, змагань, у яких взяли участь спортсмени із Романова, але й знаковими успіхами і гучними перемогами наших земляків.

Гучна перемога FC «VIVAD» над «Світанком» із Андрушівки у турнірі пам'яті Миколи Сосюри була очікуваною і однозначно закономірною, а ті вболівальники, які слідкують за підготовкою чемпіона Житомирської області зразка 2024 року до нового сезону, нітрохи не здивувалися. Хіба що рахунок 8:1 на користь романівських футболістів може генерувати запитання стосовно перебігу поєдинку. Але й тут все просто і також закономірно: клас гравців, взаєморозуміння між гравцями FC «VIVAD» далися взнаки, а приємною несподіванкою гри, що проходила на затишному майданчику спортивного ліцею у мікрорайоні Затишшя, стали два хек-трики гравців команди «VIVAD». Старожили колективу Мосійчук та Мазуренко виявили неабияку індивідуальну майстерність і забили у ворота «Світанку» шість м'ячів на двох.

Успіх футболістів старшого покоління впевнено підхоплюють і юні романівчани, які навчаються у футбольному класі Романівської ДЮСШ. Нещодавно ми розповідали про турніри, в яких юні футболісти із Романова жодного разу не залишалися



Наші перемогли у Порцеляновому



Команда Романівського ліцею №1 та їхній тренер після перемоги у районному етапі змагань «Пліч-о-пліч» з баскетболу!

без турнірних нагород. Щоправда, підопічні досвідченого тренера Віталія Василевського упродовж січня – лютого 2025 року найчастіше опинялися на третьому місці тих турнірів чи кубкових змагань, де вони брали участь. Особливо завзяте суперництво у юних романівчан із своїми однолітками із Баранівки. Зазвичай матчі між ними проходять у місті Баранівка, де для потреб юних футболістів існує просторий спорткомплекс, який дозволяє юним футболістам тренуватися навіть у найбільші морози чи будь-яку іншу негодю. Однак недавній турнір юних футболістів у селищі Порцелянове (колишній Першотравенський) порівняв шанси давніх суперників. І якраз юні романівчани здобули турнірну перемогу, випередивши своїх суперників із Баранівки, Високої Печі та, звісно ж, господарів стадіону місцевого ліцею. Якраз із господарями змагань, учнями ліцею, романівські хлопці виявили свої кращі властивості. І заслужено перемогли – 5:0.

Ще одну гучну перемогу у ході триваючої першості «Пліч-о-пліч» здобули баскетболістки із Романівського ліцею №1. 21 березня команда романівських дівчаток, що навчаються у 9-10 класах, виграла фінальний матч першості «Пліч-о-пліч» Житомирського району. Суперниками нашої команди стали баскетболістки Коростишівського ліцею №5. Важливість перемоги романівчанок підсилюється тим фактором, що вони грали у Коростишеві. І фактор чужого майданчика романівських баскетболісток ніяк не спантеличив. Відтепер романівська баскетбольна дружина змагатиметься вже у фіналі обласного турніру «Пліч-о-пліч», де також не збирається пасти задніх.

Попри війну: 58% українців вважають себе щасливими

Незважаючи на всі труднощі воєнного часу, в Україні щасливих людей втричі більше, ніж нещасних.

Про це свідчать результати опитування Київського міжнародного інституту соціології (КМІС). При цьому чоловіки трохи щасливіші за жінок, а молодь – за людей старшого віку. Центр громадського моніторингу та контролю зібрав подробиці.

Оптимісти щасливіші за песимістів

Відповідно до даних дослідження КМІС, 58% українців вважають себе щасливими і лише кожен шостий є нещасним. Так, 24% респондентів заявили, що вони однозначно щасливі, а 34% обрали варіант «скоріше так, ніж ні». Ще 25% респондентів відповіли «і так, і ні». 16% опитаних зазначили, що вони однозначно нещасливі або «скоріше ні, ніж так».

Головними факторами, які впливають на рівень щастя, є вік, здоров'я, добробут та рівень оптимізму щодо майбутнього України. Так, молоді люди почуваються



щасливішими за людей старшого віку: серед українців до 40 років щасливими вважають себе 64%, тоді як серед людей 70+ – лише 54%.

Рівень щастя трохи нижчий у опитаних жінок, ніж у чоловіків. Оскільки українські жінки в середньому живуть довше за чоловіків, на них починає впливати зниження рівня щастя із віком. Крім того, через довше життя серед жінок стає більше самотніх, що теж негативно впливає на рівень щастя.

65% опитаних українців, які не мали проблем зі здоров'ям, назвали себе щасливими. Водночас серед тих, хто зіткнувся з фізичними чи психологічними труднощами, таких виявилось 55%. Лише 38% українців із низькими доходами вважають себе щасливими, тоді як серед забезпечених – 77%.

Також великий розрив у рівні щастя між оптимістами і песимістами: серед тих, хто вірить у майбутнє України, сягає – 72%, тоді, як серед тих, хто сумнівається, – лише 38%.

Найщасливішим для України був 2021 рік

За всю історію незалежності України найщасливішими ми були у 2021 році. Тоді 71% громадян вважав себе щасливими, і лише 15% почувалися нещасними. Після початку вторгнення у лютому 2022 року рівень щастя майже не знизився. Це може бути пов'язано з мобілізацією суспільства, почуттям єдності та підтримкою близьких. Лише на третій рік війни рівень щастя пішов донизу – з 69% у 2023 році до 58% у 2024-му. Однак кількість нещасливих людей не зросла – натомість збільшилося тих, хто не може чітко визначитися зі своїм станом.

За словами генерального директора Київського міжнародного інституту соціології Володимира Паніотто, це пов'язано із тим, що механізм формування щастя не є простим і лінійним. А на його рівень впливають дуже багато складових.

«І хоча матеріальні умови життя значно погіршилися і багато людей потерпають від розлуки зі своїми сім'ями, але є фактори, що підвищують рівень щастя. Значно зросло згуртованість нашого суспільства, зменшилися

регіональні розбіжності, зросла цінність держави для населення України, зросла взаємопідтримка, покращився соціально-психологічний клімат. Все це компенсує погіршення ситуації і робить зниження рівня щастя більш повільним», – пояснює Паніотто.

111-е місце у світі за рівнем щастя

А от у всесвітньому рейтингу щастя (World Happiness Report) наша країна зайняла 111-е місце. Всього рейтинг оцінював 147 країн. Україна отримала 4,68 бала з 10 можливих. Цікаво, що минулоріч ми були на 105 місці за рівнем щастя. У 2012 році Україні вдалося піднятися на 87 місце, а у 2017 наша держава опускалася на 138 сходинку.

Восьмий рік поспіль Фінляндія стає найщасливішою країною світу. Також до першої десятки увійшли: Данія, Ісландія, Швеція, Нідерланди, Коста-Рика, Норвегія, Ізраїль, Люксембург та Мексика. США вже другий рік поспіль не потрапляють навіть до 20 найщасливіших країн – посіли 24-е місце. Найнижче у рейтингу опинилися Сьєрра-Леоне, Ліван, Малаві та Зімбабве. А останнє місце посів Афганістан.

Починається сезон кліщів

Незабаром починається пік активності кліщів.

Прихід весняних сонячних днів і тепла сприяють пробудженню кліщів. Вони є переносниками таких загрозливих для людини захворювань, як хвороба Лайма (бореліоз), лихоманка Західного Нілу, вірусний енцефаліт, туляремія та інші. Кліщі активні з ранньої весни і до пізньої осені, найвища їхня активність припадає на квітень–травень та серпень–вересень.

У наш час інфікування населення через укуси кліщів відбувається не лише там, де є природні осередки проживання цих шкідників, але і на території дачних ділянок, міських скверів і парків.

Кліщ нападає на свою жертву, сидючи у траві або на гілках кущів, рідше – з землі. Побуває думка, що кліщі можуть стрибати на свою жертву з дерева. Однак вона не відповідає дійсності – кліщі не здатні стрибати, бо вони належать до членистоногих тварин, а не до комах.

Кліщ ретельно і довго шукає місце укусу, обираючи ділянки з ніжною шкірою, тому можна встигнути зняти кліща з тіла чи одягу до того, як він вкусить. Укус кліща є практично безболісним: кліщ присмоктується протягом 15-20 хвилин, при цьому виділяючи анестезуючу рідину.



Через кілька днів в місці укусу з'являються набряк, почервоніння, свербіж, а сам кліщ збільшується в розмірах. Укус можуть спричинити і зовсім маленькі, майже прозорі і малопомітні німфи кліщів – статевонезрілі форми, які часто залишаються не поміченими на шкірі і одязі.

Кліщі – переносники збудників вірусних і бактеріальних захворювань, зокрема рикетсіозів, що можуть вражати людей та тварин. Проте не завжди укус кліща означає, що ви інфікувалися. Однак

чим довше кліщ залишається присмоктаним до шкіри людини, тим вища імовірність зараження.

Фахівці ДУ «Житомирський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України» нагадують, як уникнути можливого укусу кліща:

- відпочиваючи на природі, слід носити одяг, що добре прикриває тіло, на голову слід одягати капюшон або шапку. Найкраще підійде світлий однотонний одяг з довгими рукавами,

який щільно прилягає до тіла, – так легше буде помітити і зняти кліщів;

- періодично оглядайте себе, дітей і домашніх улюбленців, якщо вони гуляють із вами, аби виявити і зняти кліщів;

- використовуйте репеленти, що відлякують кліщів, для обробки одягу та тіла. Препаратами варто користуватися згідно з інструкцією, купувати лише в аптеках чи спеціалізованих магазинах;

- після повернення додому необхідно одразу зняти і

ретельно оглянути свій одяг, себе, дітей і домашніх тварин щодо наявності кліщів, приділяючи особливу увагу підколінним, паховим і пахвовим ділянкам, волосистій частині голови. Не варто залишати одяг біля ліжка чи спати у ньому, натомість його слід випрати і випрасувати. Витрушування одягу не рятує від кліщів. Пам'ятайте також, що кліщі можуть потрапити до помешкання на шерсті домашніх тварин, наприклад собак, а згодом вкусити вас чи вашу дитину. Ретельно обробляйте своїх домашніх улюбленців засобами профілактики від укусів кліщів згідно з порадами вашого ветеринара і регулярно оглядайте їх з метою виявлення паразитів;

- перевірте речі, які принесли з прогулянки (підстилки, сумки тощо);

- якщо подорожуєте в ендемічні зони, за можливості варто вакцинуватися від вірусного енцефаліту.

Найкращий спосіб захистити себе – дотримуватися усіх доступних правил профілактики!

Якщо ж вберегтися все ж не вдалося і стався укус кліща – зверніться до лікаря, який допоможе мінімізувати можливі несприятливі наслідки!

Бережіть своє здоров'я!

Джерело: Житомирський ОЦКПХ МОЗ України

Безпечне відвідування пацієнтів у стаціонарі: що треба знати

Коли близька людина перебуває на стаціонарному лікуванні, нам природно хочеться бути поряд, підтримати її добрим словом, увагою та турботою.

Це допомагає пацієнтам зменшити відчуття тривоги та самотності. Однак щоб така підтримка була безпечною, важливо дотримуватися певних правил відвідування, що допоможуть захистити не лише вашу близьку людину, а й інших пацієнтів від поширення інфекцій.

Перед візитом обов'язково уточніть у лікаря або медичного персоналу, які саме умови діють у закладі щодо відвідувачів, адже вони можуть змінюватися залежно від епідеміологічної ситуації. Також дізнайтеся, чи дозволено відвідувати пацієнта разом із дитини, оскільки для них можуть діяти особливі обмеження задля їхньої безпеки та здоров'я пацієнтів. Пам'ятайте: дотримуючись цих правил, ви робите величезний внесок у створення безпечних умов для якнайшвидшого одужання ваших близьких.

Почуваєтесь хворим – відкладіть візит

Краще утриматися від візиту до пацієнта в лікарні, якщо у вас кашель, нежить, нудота чи інші симптоми інфекційного захворювання. Відкладіть провідини до моменту, коли ви одужаєте.

Візит починайте з гігієни

Зайшовши до лікарні, обробіть руки антисептиком або помийте водою з милом. Так ви зменшите ризик занесення хвороботворних мікроорганізмів до середовища лікарні. Виходячи з лікарні, ще раз продезінфікуйте руки, щоб уникнути поширення лікарняної флори за її межі. Усе це допомагає уникнути епідемії небезпечних захворювань і поширення антибіотикорезистентності.



Про користування вбиральною
Відвідувачам не рекомендується використовувати туалет у палаті пацієнта, щоб знизити ризик передачі внутрішньолікарняних інфекцій, адже вбиральні в палатах пацієнтів є зонами високого ризику поширення мікроорганізмів, особливо якщо пацієнт має інфекційні хвороби або ослаблений імунітет.

Правила безпечного контакту з пацієнтом

Щоб зменшити ризик інфекційних ускладнень у пацієнта, дотримуйтеся простих правил:
Зайшовши в палату пацієнта, ще раз обробіть руки антисептиком.
Ліжко пацієнта – зась. Не торкайтеся його й не кладіть на нього речі, щоб уникнути поширення мікробів. Сідайте на стілець.
Не чіпайте руками рани хворого і виробів медичного призначення, які контактують з пацієнтом (дренажів, катетерів, пов'язок тощо).

Чи можна приносити гостинці
Перед тим як передати пацієнту подарунок чи продукти, варто порадитися

з лікарем. Деякі продукти можуть бути заборонені через особливості лікування, а квіти – спричинити алергію.

Чи потрібні бахили та маски
Немає прямих доказів, що бахили допомагають у запобіганні поширенню інфекцій. Водночас вони впливають на загальну чистоту – зменшують забруднення підлоги, знижують навантаження на персонал лікарні, який проводить прибирання та дезінфекцію. Тому вимога щодо використання бахил є рішенням адміністрації кожної лікарні, якого відвідувачам треба дотримуватися.

Щодо захисних масок, то їх доцільно використовувати, коли ви відвідуєте пацієнта, який має ослаблений імунітет чи інші тяжкі стани здоров'я. Якщо у вас є симптоми застуди або інших респіраторних інфекцій (нежить, кашель, біль у горлі тощо), то, по-перше, носіть маску в усіх громадських місцях, а по-друге, як уже згадувалося, відкладіть провідини хворого, доки самі не одужаєте. Також маску необхідно надягати у період підвищеної епідемічної небезпеки (наприклад під час епідемії грипу та ГРВІ). Якщо у вас відсутні ознаки хвороби й у медичному закладі немає спеціальних рекомендацій щодо носіння масок, використовувати їх не обов'язково.

Разом з тим перед візитом варто завжди уточнювати у медперсоналу актуальні правила відділення та закладу охорони здоров'я, в якому перебуває пацієнт.

Джерело: Центр громадського здоров'я

Гороскоп на тиждень 2 квітня - 8 квітня

ОВЕН
Для Овнів цей тиждень стане часом, коли вся увага буде зосереджена на вас. Посилюється ваша активність у спілкуванні.

ТЕЛЕЦЬ
Тельці відчують приплив натхнення, особливо щодо своїх ідеалів та мети. Використовуйте цю енергетику для зміцнення своїх позицій.

БЛИЗНЮКИ
Тиждень обіцяє бути насиченим подіями у сфері творчості, особистих захоплень та спілкування. Заявіть про себе!

РАК
Потік трансформаційної енергії сприяє внутрішньому усвідомленню. Важливо зрозуміти, що вам справді потрібно.

ЛЕВ
Небесні енергії відкривають нові шляхи та прискорюють події. Ви – центр цього вихору! Енергії планет пробуджують пристрасть.

ДІВА
Цілком несподівано посилюється ваше бажання свободи, аж до авантюри. А це може вражати знайомих, колег, близьких людей.

ТЕРЕЗИ
Складаються сприятливі обставини у тому, щоб заявити себе. Пом'якшується ваша строга природа, а енергія спрямовується на духовний розвиток.

СКОРПІОН
Прискорюються розумові процеси, але важливо контролювати спонтанні висловлювання. Піднімаються на поверхню минулі почуття та стосунки.

СТРИЛЕЦЬ
Тиждень приносить енергію сміливості, ідеалізму та прагнення нових горизонтів. Сни та інтуїція будуть давати підказки.

КОЗОРІГ
Можуть повернутися старий проект чи робота. Питання кар'єри та призначення виходять на перший план.

ВОДОЛІЙ
Використовуйте тиждень для того, щоб завершити незакінчені справи та підготуватися до нових починань. Весна несе нові можливості.

РИБИ
Припиняють тягнути минулі уподобання – легше відпустити те, що вже не приносить радості. Не забувайте про сімейні питання.

Джерело: ТСН

Смачного!

Пухкі оладки на сироватці

Інгредієнти: 200 мл сироватки, 2 яйця, 1 ст. л. цукру, 10 г ванільного цукру, дрібка солі, 250 г борошна, ½ ч. л. соди, 4-5 ст. л. олії для смаження, сметана або варення для подачі.

• Змішайте вінчиком 200 мл сироватки та 2 яйця. Додайте в миску також дрібку солі, 1 ст. л. цукру, 10 г ванільного цукру, ½ ч. л. соди та перемішайте.

• Поступово, невеликим порціями додайте 250 г просіяного борошна та замісіть однорідне тісто без грудочок. Залиште його відпочити на 15 хв за кімнатної температури.

• Розігрійте пательню з 2-3 ст. л. олії. У добре розігріту олію викладіть тісто ложкою та смажте оладки приблизно по 2 хв з обох боків. За потреби під час смаження додавайте ще олію.



• А перед подачею викладіть страву на паперовий рушник, щоб він увібрав зайву олію.

Мариновані яйця в соєвому соусі



Інгредієнти: 6-7 курячих яєць, 200 мл соєвого соусу, 2 ст. л. цукру, 5 зубчиків часнику, 1 ст. л. оцту, 100 мл води, ½ ч. л. пластівців перцю чилі (за бажанням), 1-2 ч. л. кунжутного насіння для подачі (для бажання).

• Яйця покладіть в невелику каструлю, залийте водою та доведіть до кипіння. Варіть яйця на маленькому вогні 6 хв (потрібно, щоб жовтки залишилися трішки рідкими).

• Через 6 хв зніміть яйця з вогню, перекиньте в холодну воду та охолодіть до кімнатної температури, почистьте.

• Приготуйте маринад: у сотейнику змішайте 200 мл соєвого соусу, 100 мл води, 2 ст. л. цукру, 5 зубчиків часнику, 1 ст. л. оцту. Доведіть суміш до кипіння та варіть на маленькому вогні 10 хв.

• Зніміть каструлю з маринадом з вогню та додайте в гарячий маринад очищені яйця. Залиште маринуватися на 40 хв. Для подачі розріжте яйця навпіл, присипте обсмаженим кунжутом та полийте маринадом.

• Зберігайте мариновані яйця нерозрізаними в герметичному контейнері в холодильнику не довше одного тижня.

Джерело: klopotenko.com

2 КВІТНЯ середа	3 КВІТНЯ четвер	4 КВІТНЯ п'ятниця	5 КВІТНЯ субота	6 КВІТНЯ неділя	7 КВІТНЯ понеділок	8 КВІТНЯ вівторок
+ 5° + 9°	+ 4° + 13°	+ 6° + 14°	+ 7° + 12°	0° + 5°	0° + 4°	0° + 5°
740 ТИСК, ММ	723 ТИСК, ММ	740 ТИСК, ММ	729 ТИСК, ММ	733 ТИСК, ММ	738 ТИСК, ММ	738 ТИСК, ММ

Куточок ГОРОДНИКА

Три прості «фішки», що зроблять стебла томатів міцними і здоровими



Розсада – це основа гарного врожаю.

Рік на рік не припадає. Колись вдається отримати просто ідеальну розсаду, яка відмінно переносить переїзд, веселими темпами росте на городі, активно родить і завалює врожаєм аж до самої осені. Але так, на жаль, буває не завжди. Але це не привід не старатися. Вибираємо правильні сорти, не поспішаємо з посадками, піклуємося про розсаду – початок покладено. А далі покаже час і погода.

Ідеальна розсада – це пишні насичено-зелені кушечки з товстими і міцними стеблечками і добре розвинутою кореневою системою. До цього ми й будемо прагнути. А що для цього зробити? Розповідаємо.

1 Найпопулярніша порада про те, що робити, щоб розсада не витягувалася і була міцною, – постійно її досвічувати. Але це лише частина успіху. Насправді витягування, ріст кволих і тоненьких стебел – результат не тільки нестачі світла, а й підвищеної температури повітря.

Отже, ми не просто ставимо сіянці на найсвітліше підвіконня і за потреби досвічуємо їх, а ще й намагаємося захистити їх від жару батарей. Особливо важливо зробити це на початкових етапах росту, коли насіння тільки-тільки проклюнулося. На перший тиждень розсаді намагаємося забезпечити температуру в +16...+18°C. Потім можна допустити вже і стандартні кімнатні температури в +20...+22°C.

Як забезпечити прохолоду? Ідеальний варіант – покласти на підвіконня листи пінопласту. Вони мають перекривати потоки гарячого повітря від батарей, водночас захищати коріння рослин від холодного повітря, що йде з (можливих) щілин.

Що спекотніше вдома, то інтенсивнішим має бути рівень освітлення. І навпаки: якщо у квартирі досить прохолодно, розсада стоїть на південному вікні, можна і зовсім без досвічування обійтися (за умови,

що томати висаджено не надто рано). Але на перші дні все ж рекомендується вмикати лампи: гарне освітлення і знижена температура в перші дні – запорука міцної розсади з товстими стеблечками.

2 Деякі садівники в гонитві за потужними сіянцями мало не з перших днів життя починають підгодовувати їх. І протягом усього періоду вирощування вдома напихають розсаду азотом. Логіка, звісно, є: рослинам дійсно потрібен азот для росту зелені.

Але потужна розсада – це не зарості. Це насамперед міцна коренева система, товсті стебла і м'ясисте листя. Тому не рекомендується налягати на азот. А до пікіровки взагалі не підживлювати розсаду.

Починаємо через тиждень після пікіровки. Що даємо? Фосфор. Саме він потрібен для міцного коріння. Невелика доза азоту корисна для підтримки зелені. Якщо ви використовуєте готові добрива для розсади, дивіться, щоб у них було більше калію і фосфору, а азоту не надто багато. Для підживлення можна використовувати амофос (0,5 чайної ложки на 1 л води) або золу.

3 У фазі 3-4 справжніх листків розсаду корисно обприскати регулятором росту – інгібітором гіберелінів. Він гальмуватиме вироблення фітогормонів росту і перешкоджатиме витягуванню розсади вгору. Нічого страшного з сіянцями не трапиться, основні фізіологічні процеси порушені не будуть, переживати не варто. Усе навпаки – вони сповільнять свій ріст догори і нарощуватимуть товсті стебла, зміцнюватимуть коріння. Словом, ростимуть радше вшир, ніж угору.

Правильний баланс освітлення і температури, переважно фосфорно-калійні підживлення, а не азотні, регулятори росту – ось вам рецепт міцної і кремезної розсади томатів!

Джерело: Ukr.Media

2 КВІТНЯ

**СВЯТУЄ СВІЙ ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ
ДІЛОВОД РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ,
СПРАВЖНИЙ ГЕРОЙ, ВЕТЕРАН ВІЙНИ, МУЖНЯ ТА СИЛЬНА ЛЮДИНА -
ХОМ'ЯК АНДРІЙ ВІКТОРОВИЧ!**

НЕЗВАЖАЮЧИ НА ВАЖКІ ВИПРОБУВАННЯ,
ВІН НЕ ВТРАТИВ ВІРИ В ЖИТТЯ І ПРОДОВЖУЄ
АКТИВНО ПРАЦЮВАТИ НА БЛАГО
НАШОЇ ГРОМАДИ.

МИ РАДІ ПОВІДОМИТИ, ЩО НЕЩОДАВНО
АНДРІЙ ВІКТОРОВИЧ ПРИЄДНАВСЯ ДО КОМАНДИ
РОМАНІВСЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ
НА ПОСАДУ ДІЛОВОДА.

ПИШАЄМОСЯ ТИМ, ЩО В НАШІЙ ГРОМАДІ ЖИВУТЬ
ТАКІ НЕЗЛАМНІ І ПРАЦЬОВИТІ ЛЮДИ!

БАЖАЄМО НАШОМУ ГЕРОЮ МІЦНОГО ЗДОРОВ'Я,
ДОВГИХ РОКІВ ЖИТТЯ, ЩАСТЯ,
ЗЛАГОДИ ТА МИРНОГО НЕБА НАД ГОЛОВОЮ!
НЕХАЙ КОЖЕН ДЕНЬ ПРИНОСИТЬ
ЛИШЕ РАДІСТЬ І ПОЗИТИВНІ ЕМОЦІЇ!

З ПОВАГОЮ,
РОМАНІВСЬКА СЕЛИЩНА РАДА



Цікаві факти про сон

- Більшість жителів планети спить у період з 20:00 до 01:00 за всесвітнім скоординованим часом UTC. Пік сновидінь припадає на 01:00 за київським часом – у цей період понад 57% землян відпочивають і бачать сни у своїх ліжках.
- Чутливість сну у людей залежить від роботи ділянки головного мозку під назвою «таламус» – він здатний виробляти імпульси, що фільтрують зовнішні шуми, які можуть розбудити сплячу людину.
- Учасник гурту The Beatles Пол Маккартні стверджує, що вперше почув мелодію, яка згодом стала хітом «Yesterday», уві сні.
- Деякі тварини, наприклад корови, коні та слони, можуть спати стоячи завдяки фізіології своїх калінів. Фламінго пішли ще далі – вони сплять не просто стоячи, а стоячи на одній нозі. Зазначимо, що зазначені тварини можуть спати і лежачи, коли почуватися в цілковитій безпеці.
- Угорський солдат, який під час Першої світової війни отримав кулю в скроню, вижив, але більше жодного разу не зміг повноцінно заснути. Незважаючи на безсоння, чоловік почувався добре і прожив ще близько 40 років.
- Бегемоти можуть спати під водою – вони спливають на поверхню кожні 3-5 хвилин, щоб вдихнути повітря, але при цьому не прокидаються.
- Людам із мутацією гена hDEC2 для нормальної життєдіяльності достатньо спати по 4 години на добу.
- Глухонімі люди уві сні можуть «розмовляти» руками мовою жестів



- так само, як люди без проблем зі здоров'ям розмовляють уві сні. Люди, народжені сліпими, бачать сни без візуальної картини, а сні ослаплених у процесі життя нічим не відрізняються від сновидінь зрячих людей.
- Лелеки, чорні стрижи та темні кричачки, втомившись під час тривалого перельоту, можуть заснути на 10 хвилин просто в повітрі.
- У Лондоні 2011 року поставили виставу «Коліска», під час якої глядачі розташовувалися на ліжках і засинали. Метою акторів було розташувати їх до прийомного сну. Вранці театралів, які виспалися, годували сніданком, що входив у вартість квитка.
- Півкулі мозку дельфінів і китів сплять по черзі, щоб тварини могли спливати на поверхню й дихати під час відпочинку.
- Знаменитий художник Сальвадор Далі часто засинав, сидячи на стільці та стискаючи в руці важкий ключ. Коли він міцно стукотом падав на підлогу і будив живописця. За словами художника, після пробудження він легко знаходив розв'язання різних проблем і сповнювався нових ідей для творчості.
- Трохи більше 10% зрячих людей не бачать кольорові сни.

- Чоловіки найчастіше бачать уві сні інших представників сильної статі, а жінки – представників обох статей у рівних частках.
- Через 5 хвилин після пробудження людина в змозі пригадати свій сон тільки наполовину, а через 10 хвилин – лише на 10%.
- Люди проводять уві сні в середньому третину свого життя.
- Людина є єдиним ссавцем, здатним усвідомлено позбавити себе сну.
- У людей, які проводять уві сні менше 8 годин на добу, частіше спостерігається схильність до переїдання й ожиріння.
- Через 16 годин без сну у людей відчутно падає працездатність.
- Деякі вчені вірять в існування віщих снів, що містять справжні відомості про майбутнє.
- Люди не можуть побачити уві сні незнайомих – усіх персонажів своїх сновидінь вони хоча б раз зустрічали в реальності.
- Люди починають бачити сни приблизно через півтори години після засинання. Сновидіння займають 15-20% від загального часу, проведеного уві сні.
- Найдовше сновидіння із зафіксованих ученими тривало 3 години і 8 хвилин. Про те, що ж снилося в цей момент рекордсмену, нічого не відомо.

Джерело: 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.**

**КОПАЄМО, ЧИСТИМО ТА
ПОГЛИБЛЮЄМО КРИНИЦІ**

380678794357
380679759461
380663478257

Іван Васильович

В наявності круги колодязні
та каналізаційні, дашки до них

ТОРФОБРИКЕТ
5000 грн/тонна

+38(067) 364-56-17
МОЖЛИВА ДОСТАВКА

БУДМАТЕРІАЛИ
ДОШКА ПОЛА, БРУС
ВАГОНКА, РЕЙКА МОНТАЖНА

**ВСЕ
НАЙКРАЩЕ
У НАС**

Тел.: (097) 74-55-459
(096) 909-34-59

**АРМІЯ ПОТРЕБУЄ
ТЕБЕ!**

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

ВТРАЧЕНИЙ АТЕСТАТ ПРО ПОВНУ ЗАГАЛЬНУ ОСВІТУ, СЕРІЯ ТМ №24185591, ВИДАНИЙ ЛІЦЕЄМ №25 ІМ. М.О.ЩОРСА М.ЖИТОМИР, НА ІМ'Я БУРЯЧЕНКА ДМИТРА БОРИСОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНИЙ ВІЙСЬКОВИЙ КВИТОК СЕРІЯ АГ № 069633, ВИДАНИЙ САМАРСЬКИМ РТЦК ТА СП ВІД 05.02.2024, НА ІМ'Я ЛЯЛЬКИ ЯНИ СЕРГІЙВНИ, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНИЙ ВІЙСЬКОВИЙ КВИТОК СЕРІЯ НК № 6525111, ВИДАНИЙ ЧЕРВОНОГРАДСКИМ ВІЙСЬКОВИМ КОМІСІАТОМ ВІД 10.06.1996Р., НА ІМ'Я СМОЛИНЦЯ РУСЛАНА ІЛІЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНИЙ ВІЙСЬКОВИЙ КВИТОК СЕРІЯ АВ № 610958, ВИДАНИЙ ШЕВЧЕНКІВСЬКИМ РТЦК ТА СП М. ЛЬВОВА ВІД 09.03.2022Р., НА ІМ'Я РЕПЕХОВИЧА ВАСИЛЯ ІГОРОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНИЙ ВІЙСЬКОВИЙ КВИТОК СЕРІЯ АГ №200357, ВИДАНИЙ САМБІРСЬКИМ ВІЙСЬКОВИМ КОМІСІАТОМ ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ, НА ІМ'Я РУДИКА РУСЛАНА МИРОНОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНЕ ПОСВІДЧЕННЯ УБД № 709687, ВИДАНЕ НА ІМ'Я ДОВГАНЮКА ІВАНА ОЛЕКСІЙОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

РОЗМІЩЕННЯ РЕКЛАМИ В ГАЗЕТІ

Відділ реклами:
067 412-89-81

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

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