

## Биківське пожежне депо – на порозі цілковитої готовності

Віктор Радчук

Знову тиждень на навчанні в Італії. Делегація добровольців-пожежних на чолі із в. о. Романівського селищного голови Юрієм Чумаченком упродовж тижня перебувала на навчальному тренінгу в Італії.

Тут, на базі одного із заводів компанії Iveco (Iveco Magirus), який спеціалізується на випуску автомобілів протипожежного призначення, добровольці-пожежні із Биківки навчалися, тренувалися, здавали екзамени і отримали відповідні сертифікати. Чотири дні були наповнені змістовними, багатопрофільними вправами, тренуваннями, вивченням теоретичного матеріалу з питань та особливостей експлуатації пожежної цистерни на базі автомобіля Iveco. Биківські пожежні вивчали будову, основні характеристики та особливості дії механізмів такого спецавтомобіля, який вже невдовзі (точно – до кінця березня 2026-го року) прибуде в Україну і стане ще однією одиницею техніки у парку машин та механізмів пожежного депо у Биківці. Загалом вже до кінця березня 2026-го року пожежне депо в селищі Биківка буде оснащено усім тим начинням, яке мають кращі пожежні частини у містах чи селищах Європи.

Вже сьогодні усі кімнати, зали та інші службові приміщення пожежного депо облаштовані меблями, технічними приладами, а ще за два-три тижні депо матиме в активі три автомобілі для використання в умовах надзвичайних ситуацій. Вже у квітні 2026-го року пожежні Биківки зможуть експлуатувати пожежну цистерну Iveco, пожежний автомобіль ЗІЛ-130 (вже випробуваний у ході багаторічної служби) та аварійно-рятувальний Volkswagen малої тонажності. Окрім автомобільної



техніки, биківські пожежні вже зараз мають у своєму активі великий арсенал допоміжного та спеціального обладнання.

**Загалом пожежне депо, збудоване силами та коштами Німецького бюро міжнародної співпраці (GIZ), має стати центром громадського життя у Биківському старостинському окрузі.**

Поряд із дорослими членами добровільного пожежного формування

у депо створені всі умови для роботи із дітьми. Водночас для гуртка юних пожежних, що вже декілька років успішно працює у Биківському ліцеї, представники GIZ подарували форму, навчальний матеріал і певне начиння для проведення навчальних занять. Ба більше, відтепер, після офіційного відкриття пожежного депо у селищі Биківка, можливості та потенціал добровільного пожежного формування відповідатимуть найкращим професійним зразкам підрозділів із надзвичайних ситуацій.



Отже, процес створення і забезпечення добровільного громадського формування протипожежного спрямування тривав у Биківці доволі довго – майже п'ять років. Безумовно, широкомасштабне вторгнення російського агресора суттєво вплинуло на першочергові дії новоствореного громадського формування. Була історія із пожежним автомобілем із Польщі, який прямував до Биківки весною 2022-го року. Потім, також довгий час, тривала історія із процедурою передавання пожежного ЗІЛа у розпорядження биківських пожежних. І ще пізніше, вже у 2025-му році, ситуацією зі створення та діяльністю биківської дружини добровольців-пожежних зацікавились фахівці бюро GIZ. Якраз німецька сторона і змогла завершити процес утворення і становлення справді громадського пожежного депо, оснащеного за сучасними зразками європейського рівня. У подальшому вже сама громада Романівської селищної ради, яка, безумовно, буде використовувати можливості та потенціал биківських пожежних, матиме можливість і так само потребу у вдосконаленні, розвитку та підтримці добровільного громадського формування у селищі Биківці.

Ще раз зауважимо, що добровільне громадське формування пожежних – в Україні поки явище



Пам'яті забагато не буває. А шани – тим паче!

с. 4



Знайомтесь: наші «манівські» зірочки!

с. 2



Старт туристичного сезону: «Оптимісти» не підводять!

с. 5

нове. У Європі (передовсім у Німеччині, Чехії, у деяких провінціях Франції) добровільні пожежні дружини вже давно мають славу осередків громадянського суспільства на теренах певної місцевості. Якраз у Європі навколо пожежного депо, яке виникло і діє завдяки всенародній підтримці, діють клуби відпочинку, спортивні секції та клуби різнопланового напрямку, саме тут вирує громадське життя, і люди найбільше спілкуються один із одним. І що цікаво, пожеж і надзвичайних ситуацій у тих громадах, де існують, діють і працюють добровільні пожежні команди, набагато менше, аніж, наприклад... на території Романівської селищної ради або на теренах будь-якої іншої територіальної громади Житомирщини. Адже там, у Європі, у жодного приватного господаря навіть думки не

виникне запалити сміття (бадилля) на власній грядці чи ще гірше – пробувати спалювати минулорічну траву, стерню і т. п. Бо сила громадської думки і правило «ЦЕ НЕ МОЖНА» діють без винятків, всюди і завжди. Ми також про це говоримо і начебто до такого прагнемо. Але поки що не все виконуємо так, як треба і як має бути.

Ну і на завершення скажемо, що **вже за місяць, у квітні 2026-го року, у Биківці відбудеться урочиста церемонія відкриття пожежного депо**, осередку громадської свідомості, ініціативи і місця пропаганди належного у громаді порядку. Зазвичай у квітні в Україні відзначають День рятувальника, і саме цей день може стати приводом для такої приємної і, безумовно, знакової для Романівської селищної ради події. Отож попереду – урочистості!

# Знайомтесь: наші «манівські» зірочки!

Віктор Першко

Сьогодні ми розпочинаємо процес ознайомлення наших читачів і загалом громади Романівської селищної ради із учасниками і переможцями конкурсів Малої академії наук (МАН) України.

Йдеться про учасників обласного етапу «манівських» досліджень, які презентували Романівську громаду на обласному рівні. Наукові дослідження були зосереджені у чотирьох наукових відділеннях, і представником від Романівщини у науковому відділення «Історія» став Ярослав Паламарчук. Ярослав – учасник обласного етапу «манівського» конкурсу, який не потрапив до числа його переможців чи лауреатів, однак його дослідницька робота заслужила доволі багато залікових балів і отримала особливу оцінку та одностайне схвалення членів журі.

Отже, **Ярослав Паламарчук, учень 10-Б класу Романівського ліцею № 1**, виконав дослідження «Гібридна війна як інструмент зовнішньої політики: історичні прецеденти та сучасні прояви» (на прикладі подій ХХ і ХХІ століть). Зайве говорити чи доводити важливість чи актуальність вищезазначеної теми для розуміння тих процесів, які передували початку російсько-української війни включно із подіями, що розпочалися в Україні і світі після початку масованого вторгнення російських військ в Україну 24 лютого 2022 року.

Актуальність роботи Ярослава, який працював під керівництвом вчительки історії Романівського ліцею № 1 **Лесі Верніцької**, зумовлена тим, що гібридна війна стала визначальною рисою міжнародної політики ХХІ століття. Її прояви можна спостерігати у глобальному масштабі – від втручання у виборчі процеси й кібератак до поширення дезінформації та маніпуляцій у медіа. Особливого значення проблема набуває для України, яка з 2014 року є жертвою російської гібридної агресії. Дослідження феномена гібридної війни є необхідним для розуміння нових викликів світової безпеці, розроблення ефективних механізмів протидії та зміцнення національної стійкості.



На фото: Ярослав Паламарчук

Мета роботи полягає у дослідженні феномену гібридної війни як інструменту реалізації зовнішньої політики держав; визначення її історичних витоків, основних рис та сучасних форм прояву, зокрема в контексті російсько-української війни. Об'єктом дослідження є гібридна війна як форма міжнародного конфлікту та засіб досягнення зовнішньополітичних цілей держав. Предметом дослідження є методи, інструменти та механізми здійснення гібридної війни в системі зовнішньої політики, а також їхній вплив на міжнародну безпеку у ХХ–ХХІ століттях.

Зауважимо, що Ярослав Паламарчук є учнем 10-го класу, а тому у наступному році він має наміри продовжити свою дослідницьку діяльність під егідою МАН. Каже про ще одне завдання, яке має намір втілити у життя, взявши своєрідний реванш за той (на його думку) програш, якого він зазнав у лютому 2026-го року. Загалом таке рішення і такий стимул заслуговують лише на похвалу і на визнання.

Спеціальною відзнакою журі конкурсу МАН України у Житомирі удостоєна робота «Сакральні мотиви української вишивки: від язичницьких уявлень до сучасної української ідентичності», яку виконала учениця 10-Б класу Романівського ліцею № 1 **Олена Башинська**. Безумовно, конкуренція у середовищі учасників наукового відділення з літературознавства, фольклористики, мистецтвознавства (секція «Теорія, історія мистецтва та



На фото: Оксана Петрівна Савченко і Олена Башинська

арткритика») була особливою, і робіт, які викликали не просто інтерес, а суцільне захоплення, було чимало. І все ж таки дослідження романівчанки Олени Башинської вирізнялося цілою низкою позитивів, які були відзначені більшістю фахівців, що цікавилися «манівським» конкурсом, а тим паче – були у складі журі.

Зрозуміло, робота, яку Олена Башинська виконала під керівництвом своєї вчительки **Оксани Савченко**, стала синтетичним результатом вивчення, аналізу та безпосередньої причетності конкурсантки до мистецтва вишиванки. Оксана Петрівна Савченко, яка має у своєму послужному списку не одного вихованця з числа конкурсантів МАН України, зауважує, що робота Оленки Башинської заслуговує на високу оцінку з багатьох причин. «Цього разу сталося так, що науковий інтерес моєї учениці ґрунтувався не просто на бажанні дослідити справжній подих народної творчості, яка давно стала частинкою нашої ментальної культури, але й був підкріплений традицією сімейного, рідного і звичного застосунку, який для Оленки був цікавим і водночас із кожним нашим кроком ставав зрозумілішим», – каже Оксана

Петрівна. Вона погоджується із тим, що конкурсантки, які створили у науковому відділенні з літератури, фольклористики та мистецтвознавства рівень надпотужної конкуренції, мали гарні, оригінальні і досконало виконані наукові дослідження. Проте якраз у цьому численному колі юних талантів наша Оленка Башинська мала органічно потужний, досконалий вигляд, тому була відзначена спеціальною відзнакою журі.

**Ми радо вітаємо наших юних науковців-«манівців» із їхніми першими, але вже поважними успіхами та відзнаками. Ми відзначаємо особливу роль їхніх наставників-педагогів, які заслуговують не просто подяки, а доземної шани за увагу, терпіння і насагу у царині пошуку, виховання та становлення справжніх наукових талантів.**

*Р. С. У наступних виходах нашої газети ми познайомимо наших читачів із учасниками конкурсу МАН України, які цьогогоріч достойно представляли Романівщину на обласному рівні.*

## Замість амбулаторії – фельдшерський пункт

Із 1 березня 2026 року сільська лікарська амбулаторія у селі Романівка перепрофільована у фельдшерський пункт.

З огляду на те, що медичний заклад первинної ланки медичної допомоги у Романівці зберігся, змін чи, якщо конкретніше, погіршень у якості обслуговування населення Романівського старостинського округу наче й не сталося. Насправді керівництву КНП «ЦПМСД Романівської селищної ради» довелося реагувати на вимоги Міністерства охорони здоров'я України стосовно порядку формування спроможних мереж з надання первинної медичної допомоги.

Виявилося, що сільська лікарська амбулаторія у селі Романівка опинилася у ситуації, коли жителі старостинського округу звертаються за первинною медичною допомогою чи то до Чуднова, чи то у Романів, оскільки логістично особливих проблем подібна орієнтація для жителів Романівського старостинського округу не створює. З певних причин люди обирають собі сімейного лікаря чи то у Романові,

чи навіть у Чуднові, а відтак сільська лікарська амбулаторія у Романівці втрачає свій статус, і на її місці залишається фельдшерський пункт. У тому, що сталося, нічого страшного не відбулося, бо згідно з нормативами при формуванні мережі надання первинної медичної допомоги, статус амбулаторії може бути втрачений або ж знову повернутий залежно від того, скільки людей і в якому місці обрали сімейного лікаря через укладену декларацію. Стосовно рішення Романівської селищної ради від 19.02.2026 року, то у ньому є пункт щодо того, аби керівництво КНП «ЦПМСД» Романівської селищної ради вже після реорганізації сільської лікарської амбулаторії у селі Романівці має вжити заходів щодо якісного медичного обслуговування населення. Насправді йдеться лише про те, аби забезпечити жителям Романівського старостинського округу доступ до послуг фельдшерського медичного пункту, який залишається на місці вже колишньої амбулаторії і працюватиме у тому ж часовому режимі, як і сільська лікарська амбулаторія.



# Ціни на продукти у 2026 році: що прогнозують для України

Україна увійшла до переліку європейських країн з найвищим прогнозованим зростанням цін на продукти у 2026 році.

Що вже подорожчало та які товари найближчим часом очікують зміни цінників – розповідає Центр громадського моніторингу та контролю.

## НЕВТІШНЕ ЛІДЕРСТВО

За даними ресурсу Visual Capitalist, який посилається на оцінки Продовольчої та сільськогосподарської організації ООН (FAO), саме Україна може продемонструвати найвище в Європі зростання продовольчих цін у 2026 році. Прогнозований показник – 9,2%.

Також на 8,9% зростуть ціни на харчі у Білорусі, на 7,4% – у Румунії. Найбільший стрибок прогнозують в Ірані – 55,9%, Аргентині – 33,2% та Туреччині – 25,1%. При цьому середньорічний показник продовольчої інфляції експерти передбачають на рівні 3,2%, а в Європі та Центральній Азії він становитиме 4,2%.

## ДОРОЖЧАЄ КАРТОПЛЯ

За минулий тиждень в Україні подорожчала картопля – в середньому на 14%. Кілограм можна придбати за 8–15 грн. Про це повідомляє аналітична платформа EastFruit. «Насамперед зростанню вартості сприяє підвищений попит на цю продукцію: картоплю активно закуповують як оптові компанії, так і роздрібні мережі. Водночас пропозиція якісної продукції на ринку дещо обмежена, оскільки частина господарств утримується від продажів,



очікуючи подальшого зростання цін», – йдеться у їхньому дописі.

Частина виробників, які нині стримують продажі картоплі, сподівається на повторення минулорічного сценарію, коли ціна на цю продукцію досягла 30 грн/кг. Водночас ключові гравці ринку вважають, що цього сезону така ситуація навряд чи повториться, оскільки чергове подорожчання може стимулювати збільшення поставок імпортової картоплі. Нині картопля в Україні продається в середньому на 55% дешевше, ніж в аналогічний період минулого року. Водночас більшість фермерів планують і надалі підвищувати ціни, посилаючись на стрімке скорочення запасів у сховищах.

## ЗРОСТАТИМУТЬ ЦІНИ НА МАКАРОННІ ВИРОБИ

На 10-12% у 2026 році зростуть ціники на макаронні вироби. А вже вартість вироб-

ництва цієї продукції минулоріч збільшувалася швидше за відпускні ціни. Як розповів аналітик компанії ProConsulting Олексій Надводнюк на з'їзді ради директорів спілки «Борошномели України», підвищення цін від вітчизняних виробників може викликати ще більше зростання частки імпортованих товарів. Нині продукція українських виробників становить 43,7%, решта – завезені з-за кордону товари.

Також в структурі ринку зростає частка макаронів швидкого приготування. Саме їх Україна здебільшого відправляє на експорт.

До слова, з березня цього року за деякі макаронні вироби буде нараховуватися 15% «національного кешбеку» замість попередніх 10%. В спілці сподіваються, що це стимулюватиме споживачів купувати саме українські макарони.

## ОВОЧІ ТА ФРУКТИ

За даними EastFruit, в Україні трохи знизилася ціна на тепличні огірки. Це пов'язують з незначним збільшенням пропозиції продукції з місцевих господарств. Ще одним вирішальним фактором стало погіршення попиту. Оптові компанії та роздрібні мережі зменшили обсяги закупівель місцевих огірків, посилаючись на низькі темпи збуту. В результаті ціна цих овочів нині становить 125–170 грн/кг.

Варто зазначити, що попри зниження цін, українські тепличні комбінати пропонують огірки у середньому на 50% дорожче, ніж наприкінці лютого 2025 року. Водночас більшість ключових гравців ринку не виключають подальшого зниження цін у цьому сегменті. «Вони аргументують це тим, що пропозиція місцевої продукції з кожним днем продовжує збільшуватися, тоді як темпи збуту залишають бажати кращого», – йдеться в дописі EastFruit.

А от за інформацією директора департаменту управління проектами рейтингового агентства IBI-Rating Віктора Шулика, поки що подешевшання свіжих овочів та фруктів чекати не варто. Як пояснив експерт в коментарі виданню «Фокус», значна частина попиту не компенсується дешевим імпортом через складну логістику під час війни. Крім того, навесні пропозиція свіжих овочів і фруктів скорочується.

«Якщо зростання цін на електроенергію та графіки відключення світла не змусили аграріїв «вимкнути» овочесховища на початку зими, то зараз робити це вже немає сенсу. Особливо враховуючи той факт, що з березня починає працювати альтернативна енергетика, якою аграрії намагаються обладнати свої об'єкти», – розповів експерт.

# Індексація пенсій, заміна купюр, нові умови «національного кешбеку»: що зміниться для українців з 1 березня

Перший місяць весни принесе зміни мільйонам українців: у березні влада проведе індексацію пенсій, будуть оновлені умови нарахування «національного кешбеку», а деякі комунальники та залізничники отримають по 20 тисяч гривень доплати.

Що відомо про зміни – з'ясував Центр громадського моніторингу та контролю.

## Пенсії та соціальні виплати

Уже з початку місяця на 10 мільйонів українців очікує індексація пенсій. Мінімальна сума, на яку можуть зрости виплати, 100 гривень. Максимальна – 2 595 гривень.

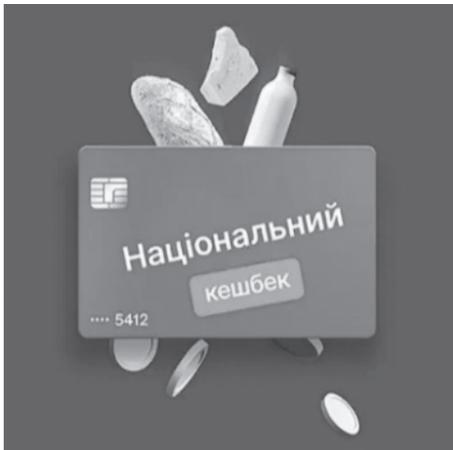
Підвищення отримають такі категорії пенсіонерів: учасники загальної системи (державне пенсійне страхування); військові пенсіонери; особи з інвалідністю після Чорнобильської катастрофи; громадяни, які отримують пенсії за особливі заслуги, та інші.

Не індексуватимуть пенсії прокурорам та суддям у відставці; тим, хто вже отримує максимальну пенсію 25 950 гривень; пенсіонерам, чий виплати вже підвищені державою до мінімального гарантованого рівня.

Обіцяє у березні держава і підвищення соціальних виплат родинам загиблих військових. Так, замість 7 800 гривень на

кожного непрацездатного члена сім'ї чи дитину виплачуватимуть 12 810 гривень. Для родин із двома і більше членами мінімальна допомога зросте з 6 100 до 10 020 гривень на людину.

Збережуть у березні і доплати для працівників енергетичних компаній, комунальників та залізничників, заданих до аварійно-відновлювальних робіт. Вони отримуватимуть додаткові 20 тисяч гривень на місяць.



## «Національний кешбек»

Певних змін зазнають також умови державної програми «Національний кешбек». Отримати за нею українці можуть до 3000 гривень на місяць. А витратити їх можна на комунальні послуги, підтримку ЗСУ, благодійність, книги, певні категорії продуктів та медичних засобів.

Якщо раніше за покупки товарів українського виробництва держава нараховувала фіксовані 10% кешбеку, з 1 березня це зміниться. І кешбек становитиме 5% чи 15%, залежно від категорії товару. Як зазначив у коментарі «Суспільному» радник міністра економіки, довкілля та сільського господарства Андрій Телюпа, зміни запровадили для підтримки українських виробників. «Ці впроваджені дворівневі кешбеки, за нашою оцінкою, мають зменшити бюджетні витрати і більш ефективно використовувати кошти. Загалом зараз сума кешбеку, яка виплачується на місяць, складає до 600 мільйонів гривень. Відповідно, такий розрахунок йде на весь рік», – наголосив він. За словами Андрія Телюпи, активно користується «національним кешбеком» приблизно третина українців.

Згідно з планами чиновників, мінімальні 5% кешбеку нараховуватимуть за покупки у категоріях товарів, де частка імпорту є меншою за 35%. Наприклад, це хліб, молочні продукти (крім сирів), овочі та фрукти, кондитерські чи аптечні вироби. Натомість максимальні 15% кешбеку можна буде отримати за придбання товарів, де частка імпорту становить понад 35%. Йдеться про одяг, взуття, косметику, побутову хімію, товари для дому і тварин, канцелярію.

## Заміна купюр

З початку березня з обігу вилучатимуть купюри номіналом 1, 2, 5 та 10 гривень зразків 2003-2007 років. Ними не можна буде розраховуватися: магазини, підприємства сфери послуг, банки та фінансові установи не прийматимуть ці банкноти для оплати.

Водночас ці купюри можна буде безкоштовно обміняти на монети. Зробити це в усіх банках України можна буде до 26 лютого наступного року. А певні фінансові установи («Ощадбанк», «ПриватБанк», «Райффайзен Банк» та «ПУМБ») мінятимуть купюри на монети до 2029 року.

Замінювати купюри номіналом 1, 2, 5 та 10 гривень на монети держава почала ще кілька років тому. Роблять це, аби підвищити якість готівки в обігу та зменшити державні витрати на обробку, зберігання та транспортування грошей. Термін життя монет, на які замінюють купюри, може сягати 25 років. Водночас середній термін придатності паперових купюр – чи не вдвісттеро менший.

## Прогнози інфляції

У перший місяць весни, за прогнозами експертів, в країні прискориться інфляція. Причин на те називають декілька: зростання сезонних цін на продукти; підняття тарифів мобільними операторами, яке призведе до додаткових витрат на логістику; наближення Великодня.

У коментарі сайту «TSN.ua» член Економічного дискусійного клубу Олег Пендзин назвав приблизні суми, на які дорожчає харчування українців. «Для середньостатистичної родини з трьох осіб харчування у березні подорожчає приблизно на 400 гривень без урахування делікатесів і алкоголю. Зокрема, витрати на м'ясо збільшаться на 180 гривень, городина зросте в ціні загалом на 70 гривень, молокопродукти також на 70, яйця – на 30, хліб – на 20, бакалія – на 30 гривень», – зауважив він.

# Пам'яті забагато не буває. А шани – тим паче!

Віктор Радчук

У Романові вже з місяць ходить інформація про створення у стінах приміщення Романівського ліцею № 1 дошки пам'яті на честь героїв російсько-української війни, полеглих, загиблих і померлих у боротьбі за волю, свободу та незалежність нашої країни.

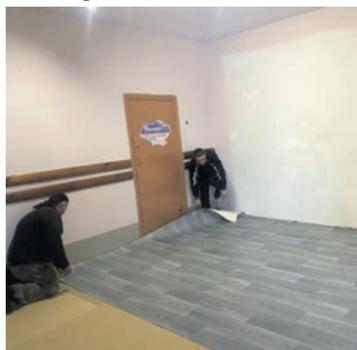
38 випускників ліцею віддали своє життя, із честю виконавши патріотичний і синівський обов'язок перед матір'ю-Україною, а тому заслуговують щонайменше на щире, всебічне, добру і довгу пам'ять. За словами ініціаторки встановлення дошки пам'яті Раїси Маскевич, учні ліцею повинні знати своїх попередників, які навчалися тут, у цих же класах, аудиторіях, і які з честю виконали свій громадянський обов'язок перед країною, перед народом, перед земляками-романівчанами. Не секрет, що можуть з'явитися думки про те, що, мовляв, зовсім неподалік від приміщення ліцею, на центральному майдані Романова, розташовані портрети із іменами та найстишшою інформацією про полеглих героїв, які народилися на Романівщині. Для чого ж тоді створювати ще одну дошку пам'яті у приміщенні ліцею? Варіантів відповіді на це запитання може бути декілька, однак найкоротша і найправиль-



ніша має звучати так – пам'яті про героїв багато не буває. Тому тут і безпосередньо у рекреації навчального закладу знайшлося місце для встановлення дошки пам'яті і облаштування місця вшанування загиблих випускників Романівського ліцею № 1.

Отже, ініціатива виявилася слушною, доречною і своєчасно важливою. Але дошка пам'яті має бути місцем із належним облаштуванням, гранично затишним і навіть естетично довершеним. У цьому – символ поваги до загиблих, до тих, хто поліг заради живих і прийдешніх поколінь романівської дітвори, яка щороку розпочинатиме свій пізнавальний шлях саме у стінах, які бережуть пам'ять. Тому ініціатори та організатори облаштування куточку пам'яті героїв запропонували провести комплекс ремонтно-косметичних робіт, аби символічне місце вшанування пам'яті героїв мало привабливий і опатний вигляд. Не секрет, що стан стін у

ліцеї, який збудований пів століття тому, естетичною вишуканістю відзначитися просто не міг. Тому варто було налаштуватися на чималий обсяг робіт, які треба було виконати без значимих затрат на будівельні та оздоблювальні матеріали.



Слід зауважити, що ентузіазм і справжнє благородство виявили учні нинішнього випускного класу, які першими започаткували цикл робіт із прибирання, оновлення, модернізації і т. п. Їхню



естафету підхопили випускники минулих років. А далі, як кажуть, пішло-поїхало. Допомога надходила наче раптом і несподівано, але напрочуд вчасно. Паралельно із розпочатим прибиранням і ремонтом був оголошений збір коштів, які, так чи інакше, вияляться у певний момент конче необхідними. Доволі швидко скринька благодійних пожертв наповнилася 60-тма тисячами гривень, і це вже мало вигляд солідної підтримки розпочатої справи. Далі ініціатива розпочала зміцнюватися все новими й новими пропозиціями, зусиллями і конкретними виявами допомоги. Були відремонтовані не лише стіни, але й стеля, а потім і підлога, які одразу нагадують кожному, хто опиниться саме у цьому куточку ліцейного простору про те, що тут вкладено не лише кошти, працю і силу, але й душу. Від часу початку усіх впорядкувальних та ремонтних робіт минуло лише два тижні, а зроблено дуже ба-

гато. Поки що дошка пам'яті із іменами та прізвищами полеглих героїв Романівського ліцею № 1 – на підході, тут завершуються впорядкувальні роботи, а для створення атмосфери затишку і навіть певної сакральності вже придбана квіткова галерея. Як символ вдячності, краси і святості пам'яті 38-ми героїв.

Немає сумніву, що за кілька тижнів дошка пам'яті у коридорі Романівського ліцею № 1 буде відкрита, і це місце дуже швидко набере меморіальної ваги, стане виявом не лише звитяги полеглих, але й вдячної пам'яті і доземної шани тих, хто зростає і хоче жити щасливо, радісно і по-людськи гарно.

Ну а тих, хто доклав сил, на снаги і праці, хто допоміг коштами і будівельними матеріалами, хто якнайшвидше відгукнувся на заклик щодо вшанування героїв-романівчан, ми детально і уважно згадаємо, відзначимо і подякуємо. Поіменно кожного.

## Романівському кобзарю Борису Дюжеву – 90 років!

Віктор Першко

За кілька днів свій славний 90-річний ювілей зустрічатиме Борис Миколайович Дюжев, активний учасник художньої самодіяльності у Романові, який має народне звання «кобзар» і без участі якого у Романові вже давно не проходять найбільші концерти.

Борис Миколайович має врожденний дар декламатора, і його могутньо чистий голос мимоволі примушує кожного, хто слухає декламований ним твір, завмирати, заглиблюватись у зміст сказаного майстром художнього слова. Борис Дюжев належить до сонму місцевих романівських легенд, який здобув авторитет і славу у кожного, хто хоча б раз чи два чув і бачив виступи романівських самодіяльних артистів. Глозна чи рахував колись сам Борис Миколайович кількість своїх виходів на

сцену, бо його артистично-концертний дебют відбувся більше семидесяти років тому.

Народився і виріс Б. М. Дюжев у селі Великі Деревичі, яке розташоване за півтора десятка кілометрів від старовинного Любара. З дитинства ріс дужим, загартованим у праці і повсякденних клопотах хлопцем і мав тоді популярне серед однолітків захоплення – гирвовий спорт. І у рідному селі, де він завершив семирічну школу, а потім і в Любарі, де вчився і здобув середню освіту, його знали як затягуючого спортсмена, який виступав на всіх змаганнях від Любара і до Житомира. Але у Любарі хлопця із Великих Деревичів запримітив місцевий керівник художньої самодіяльності. От звідтіля, із виступів на любарській сцені, і розпочалася артистично-співоча біографія Б. М. Дюжева. Хоча спів, декламаторське мистецтво для нього були таким собі життєвим хобі, бо все своє життя Борис Дюжев присвятив педагогічній ниві, оскільки після завершення десятирічки вступив на навчання до Івано-Франківського технікуму фізичної культури. І вже після його закінчення розпочав свою трудову діяльність як вчитель фізичного виховання.

Хоча життя ще не раз і не два пробувало схилити педагога-спортсмена якраз таки до сценічно-мистецької діяльності як основного професійного ремесла. Навіть у складі ансамблю «Льонок», який у 1959-му році робив у Житомирі свої перші кроки під керівництвом Анатолія Авдієвського, Борис Миколайович встиг побувати, але довго затримуватися у «Льонку» він не став. Далися ознаки досить прості речі: побутова необлаштованість, дуже розпливчата перспектива майбутнього професійного і життєвого становлення співака у щойно створеному ансамблі. Борис Дюжев повернувся до того, чого навчився, що у нього добре виходило, і з того часу він майже пів століття віддав педагогічній праці. Працював у освітянських закладах трьох районів Житомирщини. Але зрештою прийшов і осів у Романові, де проживає вже 49 років. Де його всі знають і поважають за його увагу до дітей, за багаторічну звитяжну працю на освітянській ниві. А ще – за акторський талант, за артистичну вдачу і бажання жити і стверджувати одвічні людські цінності.

З нагоди 90-річчя Бориса Миколайовича Дюжева вітатимуть сотні, а то й більше людей. А вже



Джерело фото: Твій Романів

що б там не казали, а жити, працювати, творити і приємно дивувати чималу аудиторію глядачів – це не лише велич, але й диво, яке важко збагнути. З нагоди свята, з приводу ювілею зич-

чимо Борису Миколайовичу гарного самопочуття, благополуччя і гараздів, а також подальшого сценічного успіху. І то – не на рік і навіть не на два. А – надовго!

## Старт туристичного сезону: «Оптимісти» не підводять!

Віктор Єрофєєв

Черговий, вже 24-й, чемпіонат Житомирської області зі спортивного (пішохідного) туризму у закритих приміщеннях серед учнів та молоді нагадав про те, що сезон туристичної активності на трасах і маршрутах нарешті стартував.

Звісно ж, на перших порах туристи адаптуються до виходу на природу у стінах спортивного залу. Цього разу господарями чемпіонату стала Тетерівська сільська громада, а безпосередню участь в організації змагань і величезну відповідальність за належний рівень їхнього проведення взяли на себе працівники Денишівського ліцею. Упродовж 27 і 28 лютого, а також ще й 1 березня 2026-го року у спортивному залі Денишівського ліцею змагалися представники туристичних команд восьми громад Житомирської області. Зазвичай старту обласної першості мають куди більше представництво, але із поправкою на старт сезону і закритість приміщення для змагань навіть 86 спортсменів-учасників було достатньо, аби конкуренція була більш ніж потужною.

Звісно ж, на змаганнях зі спортивного туризму здавна існують свої традиції, свої фаворити, авторитети, які вже самою своєю присутністю створюють особливу атмосферу конкуренції



і навіть певного драматизму. Наприклад, організатори змагань визнають, що присутність на подібних стартах юних спортсменів із Романова, Радомишля чи Бердичева зайвий раз засвідчує гарну і оптимістичну звітку, що авторитети і фаворити тримають порох сухим і все нові й наступні покоління туристів продовжують славі традиції своїх попередників.

Ці слова якраз і повною мірою стосуються команди «Оптиміст», яка на чемпіонаті з пішохідного туризму захищала честь (і раніше здобула славу) Романівської селищної ради. Звісно, сама поява вихованців одного зі старійшин туристичного спорту Житомирщини Віктора Бовсунівського засвідчувала оче-

видний висновок: конкуренція буде, і боротьба вже на старті спортивно-туристичного сезону буде запеклою. Водночас учасники із романівської команди відчували неабияку увагу із боку своїх суперників, особливе ставлення із середовища суддівської бригади, яка очікувала на «оптимістів» як на ймовірних фаворитів і традиційних претендентів на статус переможців.

Скажемо відверто – «оптимісти» не підкачали, і саме присутність юних романівчан додала в атмосферу змагань завжди потрібної напруги, протистояння і хвилювання. Відзначимо дебют команди «Оптиміст», яка мала у своєму складі наймолодшу учасницю змагань – Олю Глазуну, ученицю 4-го (!) класу

Романівського ліцею № 1. А загалом команда «Оптиміст» на чолі зі своїм капітаном Олександром Драган зуміла здобути у ході неймовірно запеклої конкуренції третє загальнокомандне місце у категорії команд молодшої вікової групи, де змагалися 9 колективів. Окрім загальнокомандної перемоги, «Оптимісти» отримали відзнаки і дипломи за успішні виступи в особистому заліку (2-е місце серед юнаків Михайла Кравця на дистанції «Смуга перешкод»). Ще однією учасницею команди «Оптиміст» стала Іларія Крижанівська, яка також здобула не лише нагороду чемпіонату, але й куди цінніший для подальших стартів досвід і гарт. А загалом романівчани підтвердили своє високе реноме

спортсменів-туристів, які ставлять перед собою найвищу мету – бути попереду.

**Зайве говорити, але мусимо зауважити, що грамоти, дипломи, перемоги і навіть призові місця на подібних змаганнях досягаються несамовитою працею під час тренувань, а потім дружною і командною згуртованістю, яка у спортивних туристів важить напролюд багато.**

Тому – наші вітання «оптимістам», наша окрема подяка їхньому авторитетному наставнику Віктору Володимировичу Бовсунівському. І що тут скажеш? Тільки – так тримати!



## Тепер увага романівчан прикута до турецького Ізміра

Віктор Єрофєєв

Ще одна новина зі світу спортивного життя, яка безпосереднім чином стосується Романова.

У суботу, 14 березня 2026 року, у місті Ізмір (Турецька Республіка) відбудеться Чемпіонат Асоціації балканських легкоатлетичних федерацій, для участі у якому готується і збірна команда України із легкої атлетики. У середовищі фахівців чемпіонат здебільшого називають Балканськими іграми, або ж малим чемпіонатом Європи. Що й казати, змагання дуже високого статусу, і до виступу на Балканських іграх спортсмени зазвичай дуже ретельно готуються. Нам, романівчанам, подія, що розпочнеться за декаду, цікава й тим, що у змаганнях зі спортивної ходи у категорії юніорів візьмуть участь одразу два спортсмени із Романова. Романівчани їх добре знають: це Ілля Тишкевич та Роман Цьомик. Обидва вихованці нашого тренера Анатолія Сушицького сьогодні вважаються найсильнішими скороходами юніорської вікової категорії, і старт на Балканських іграх у Туреччині для них дуже важливий. Адже йдеться про входження у світ дорослого спорту, або, як іноді висловлюються фахівці – спорту найвищих досягнень. Тому змагання в Ізмірі матимуть неабияке значення як для Іллі, так і для Романа, і входження котрого із наших спортсменів навіть до чільної десятки скоро-



ходів, які вийдуть на старт в Ізмірі, – це вже успіх. Зауважимо, що Роман Цьомик вже має досвід участі у Балканських іграх, хоча Ілля Тишкевич якраз сьогодні демонструє кращі результати, аніж трішечки старший за нього земляк.

Втім, як би не склалася доля наших спортсменів-скороходів на стартах в Ізмірі, сам факт участі одразу двох спортсменів із одного селища говорить сам за себе. Тим паче, що у Федерації легкої атлетики України вже звернули увагу (як на потенційного «збірника» України) ще на одного спортсмена із Романова, який вже на початку 2026-го року змусив про себе заговорити увесь тренерський склад, який залучений до підготовки майстрів спортивної ходи.

Йдеться, звісно ж, про зовсім ще юного Максима Беника, який три тижні тому став чемпіоном України зі спортивної ходи серед своїх ровесників. Водночас Федерація легкої атлетики України визнає системну, науково обґрунтовану і винятково ефективну роботу тренера із Романова Анатолія Сушицького. Саме нинішні досягнення вихованців Анатолія Цезаровича змушують говорити про появу в Україні ще одного центру із підготовки спортсменів високої кваліфікації. І місцезнаходження такого центру – селище Романів Житомирської області.

Безумовно, у тренерській кваліфікації А. Ц. Сушицького немає жодного сумніву, про що кажуть не лише показники усіх

його вихованців упродовж 2-3 минутих сезонів. Про уміння віднайти, розгледіти і розкрити задатки талановитого спортсмена-скорохода тут навіть і не йдеться. Тим паче кількості бажаючих всерйоз займатися легкою атлетикою у Романові не так вже й багато. Але той, хто став на стежку скорохода, хто вирішив спробувати себе у протистоянні із відстанню і часом, знає ціну кожній секунді, кожному старту, а тим паче – кожній перемозі. Тут важливими є не лише сумління поки що юного спортсмена, але й гігантське терпіння і несамовита віра у своїх вихованців з боку тренера.

Про Анатолія Сушицького і його вихованців вже давно ходить слава як про самовідданих спортсменів, як про дітей, яким на самому старті їхньої спортивної кар'єри прищепили найголовніше – любов до праці. У цьому, мабуть, і особливість так званої школи Сушицького, яку знають і виокремлюють як унікальне явище у масштабах всієї нашої держави. Ці рядки написані якраз для того, аби у Романові знали, розуміли і цінували талант і педагогічну самовідданість А. Ц. Сушицького, який разом зі своїми вихованцями вже давно став повпредом Романівщини на теренах всієї України. А це, погодьтеся, дуже почесна місія, хоча вкотре зауважимо, що й така ж нелегка. Тому і талант, і завзяття та наснагу нашого земляка Анатолія Сушицького Романівська територіальна громада має адекватно оцінювати, підтримувати і поважати. Тоді матимемо не лише здобутки, але й традиції, які важать ще більше.

# Місячник боротьби з туберкульозом – захист починається з вакцинації

Щороку в березні в Україні проводиться місячник боротьби з туберкульозом – період підвищеної уваги до одного з найнебезпечніших інфекційних захворювань, яке досі залишається актуальним для нашої країни.

Наша мета – підвищити обізнаність населення, зруйнувати міфи та нагадати: туберкульоз можна виявити вчасно, ефективно лікувати та запобігти його важким наслідкам.

Туберкульоз – це інфекційне захворювання, спричинене мікобактерією туберкульозу, яке передається повітряно-крапельним шляхом: під час кашлю, чхання чи навіть розмови і може тривалий час перебігати без виражених симптомів, тому раннє виявлення є ключовим для успішного лікування та запобігання поширенню інфекції.

Захворіти може кожен. Найчастіше воно вражає легені – це легенева форма ТБ. Позалегеновий туберкульоз розвивається, коли інфекція вражає інші органи й системи: лімфатичні вузли, кістки, нирки, кишківник, статеву систему тощо.

Найчастіше така форма поєднується з легеним ТБ. Первинне ураження органів без залучення легень трапляється рідко і переважно у людей з ослабленим імунітетом – зокрема при ВІЛ-інфекції, вроджених імунodefіцитах та прийомі препаратів, що ослаблюють імунітет.



Інфікування туберкульозом відбувається повітряним шляхом лише від людини з нелікованим легеним ТБ. Ті, хто має тільки позалегенову форму, не становлять небезпеки для оточення.

Симптоми позалегенового туберкульозу можуть маскуватися під прояви інших захворювань.

Симптоми туберкульозу, які не можна ігнорувати:

- кашель понад 2 тижні;
- температура більше 7 днів;
- слабкість, нічна пітливість;
- втрата ваги, поганий апетит;
- біль у грудях, утруднене дихання;
- кровохаркання.

Існує ефективний захист – вакцина БЦЖ. В Україні вакцинація проти туберкульозу вакциною БЦЖ є безоплатною та проводиться коштом держави відповідно до Національного календаря щеплень.

Вакцина не гарантує повного захисту від інфікування, але надійно запобігає смертельним формам туберкульозу, зокрема туберкульозному менінгіту та міліарному туберкульозу у дітей.

## Коли проводять вакцинацію БЦЖ?

За оновленим календарем щеплень – вже через 24 години після народження.

Якщо дитина не була вакцинована в пологовому – щеплення потрібно

зробити якнайшвидше, вакцинація проводиться раніше невакцинованим до виповнення 18 років (за умови негативних результатів проби Манту чи квантиферонового тесту).

До 7 місяців життя дитині можна зробити БЦЖ без додаткових тестів, якщо вона не мала контакту з хворим на туберкульоз.

Вакцина БЦЖ захищає немовлят і дітей раннього віку від найважчих та смертельно небезпечних форм туберкульозу, якщо її зроблено до інфікування.

ВООЗ рекомендує одноразове щеплення БЦЖ у країнах, де туберкульоз залишається поширеним, і Україна серед них.

Якщо дитина не отримала БЦЖ вчасно – зверніться до сімейного лікаря або педіатра, щоб якнайшвидше надолужити щеплення. БЦЖ можна вводити одночасно з іншими вакцинами (за відсутності протипоказів).

**Пам'ятайте: туберкульоз будь-якої локалізації є виліковним за умови дотримання рекомендацій лікаря. В Україні профілактика, діагностика та лікування ТБ є безоплатними, а своєчасне звернення по медичну допомогу має вирішальне значення.**

Бережіть здоров'я своїх дітей – вакцинуються вчасно!

Джерело: ДУ «Житомирський ОЦКПХ МОЗ України»

# Глаукома: відповіді на найпоширеніші запитання

Глаукома – одна з головних причин невиліковної сліпоти у світі.



Це група захворювань, при яких поступово руйнується зоровий нерв, найчастіше через підвищений внутрішньоочний тиск (ВОТ).

## Що таке глаукома?

Хронічне прогресуюче захворювання, яке пошкоджує зоровий нерв і може призвести до незворотної втрати зору.

## Чому вражається зоровий нерв?

Причини різні: порушення кровопостачання, оксидативний стрес, індивідуальна чутливість тканин. Але найважливіший фактор – підвищений внутрішньоочний тиск через порушення відтоку внутрішньоочної рідини.

## Чи завжди підвищений внутрішньоочний тиск свідчить про наявність глаукоми?

Не обов'язково. Підвищений тиск свідчить про те, що ви перебуваєте в групі ризику. Якщо при цьому є ушкодження зорового нерву, характерні для глаукоми, то це свідчить про наявність за-

хворювання. Необхідно своєчасно контролювати рівень тиску, проходити огляд очного дна у лікаря та визначати поле зору.

## Чи буває глаукома при нормальному тиску?

Так. Існує нормотензивна глаукома, яка найчастіше пов'язана із судинними порушеннями.

## Які фактори ризику виникнення захворювання?

- спадковість та сімейний анамнез;

- вік (старше 40 років);
- наявність супутньої судинної патології (гіпертонічна хвороба, цукровий діабет, схильність до вазоспазмів, мігрені);

- тютюнопаління;
- хронічний стрес;
- особливості будови ока;
- рівень ВОТ;
- короткозорість.

## Які симптоми?

На ранніх стадіях симптомів немає: гострота зору може зали-

шатися високою. Надалі звужується поле зору, з'являються «випадіння» фрагментів картинки. Без лікування настає сліпота.

## Які обстеження потрібні?

- огляд офтальмолога;
- вимір внутрішньоочного тиску;
- дослідження поля зору;
- огляд очного дна (іноді з розширенням зіниць);
- ГКТ зорового нерва;
- вимір товщин рогівки.

## ГЛАУКОМА: СИМПТОМИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ



### НЕБЕЗПЕЧНІ СИМПТОМИ, ЯКІ СВИДЧАТЬ ПРО ПОГІРШЕННЯ СТАНУ

- Поява райдужного ореола навколо джерела світла
- Біль в оці та відповідній половині голови
- Почервоніння ока
- Раптове погіршення гостроти зору

### НЕ РЕКОМЕНДУЄТЬСЯ

- Вживати алкоголь
- Тривалий час перебувати в темному приміщенні. Телевізор варто дивитися в добре освітленій кімнаті
- Вживати протягом дня більше 1,5 л рідини
- Приймати ванну та процедури, які супроводжуються перепадами температури
- Фізичні навантаження
- Приймати лікарські засоби з компонентами, що розширюють зіницю

### ПІСЛЯ ВИЗНАЧЕННЯ ДІАГНОЗУ

- Точно виконувати всі рекомендації лікаря
- У визначені терміни проходити контрольні огляди офтальмолога, з обов'язковими реєстрацією гостроти зору, стану поля зору, рівня внутрішньоочного тиску та оглядом зорового нерву
- У період між візитами до лікаря самостійно контролювати стан зорових функцій обох очей (особливо ураженого ока) та рівень ВОТ. Якщо є будь-які додаткові відхилення від звичайного стану, необхідно якнайшвидше повідомити про це лікаря

## ЧИ ЛІКУЄТЬСЯ ГЛАУКОМА?

Глаукома не виліковується, але її можна контролювати. Лікування спрямоване на:
 

- зниження внутрішньоочного тиску;
- покращення кровопостачання;
- нейропротекцію.

 Методи лікування:
 

- медикаментозне (краплі, іноді – таблетки);
- лазерні процедури;
- хірургічні методи.

## Чи можна самостійно припинити застосування гіпотензивних крапель?

Ні. Глаукома потребує постійного контролю та безперервного лікування. Зміни можливі лише за призначенням лікаря.

## Чи можна повернути втрату зору?

Ні. Втрачений зір внаслідок глаукоми не відновлюється. Але зберегти його можна.

**Бережіть свій зір – проходите профілактичний огляд у офтальмолога щонайменше 1 раз на рік, особливо після 40 років або якщо маєте фактори ризику.**

Глаукома довгий час може не мати симптомів, але своєчасне виявлення допомагає зберегти зір на все життя.

Пам'ятайте: рання діагностика – найкращий захист від сліпоти.

Джерело: ДУ «Житомирський ОЦКПХ МОЗ України»

## Гороскоп на тиждень 4 березня - 10 березня

**ОВЕН**  
Енергія тижня дає змогу побачити звичне під новим кутом і відчути, що оновлення може бути природним і радісним.

**ТЕЛЕЦЬ**  
Тиждень загалом сприятливий – це час тихого оптимізму. Ви входите в простір позитиву, відчуваєте підтримку з боку оточення.

**БЛИЗНЮКИ**  
Це час натхнення, коли почуття стають особливо тонкими, але важливо пам'ятати про кордони реальності – легко захопитися ілюзією.

**РАК**  
Це момент, коли важливо відпустити зайве, припинити тягнути на собі те, що давно втомилося, і дозволити собі жити простіше.

**ЛЕВ**  
Період переосмислення цілей і оновлення життєвої стратегії. Це час, коли ви чітко побачите, що варте вашої уваги, а що – ні.

**ДІВА**  
Марс, переміщуючись опозиційним знаком, переводить фокус на глибинні процеси: ви менше дієте назовні і більше – зсередини.

**ТЕРЕЗИ**  
Головна порада тижня: ви проходите через точку переосмислення – не ухвалюйте рішення на емоціях.

**СКОРПІОН**  
Приходять неочікувані ідеї, приємні новини, підтримка від людей, з якими ви давно знайомі. Старі зв'язки можуть ожити та бути корисними.

**СТРИЛЕЦЬ**  
Для вас цей тиждень стає часом м'якого, але глибокого перегляду. Усе, що було ідеалізовано напередодні, проходить фільтр зрілості.

**КОЗОРИГ**  
Венера в Овні повертає пристрасть і бажання діяти, але зважайте на те, що є великий ризик ухвалити хибне рішення.

**ВОДОЛІЙ**  
Нова перспектива відкриває нові шляхи. Ви починаєте чути підтекст, помічати нюанси, розуміти людей тонше.

**РИБИ**  
Це момент чесного погляду на те, що працює, а що – ні. Для вас цей тиждень – один із ключових у році.

Джерело: ТСН

## Смачного!

## Овочева запіканка з сиром

**Інгредієнти:** 1 ст. л. олії, 400 г заморожених овочів, 10 яєць, 100 г сиру, сіль до смаку, чорний мелений перець до смаку, олія для змащення форми.

• Розігрійте пательню з 1 ст. л. олії. Викладіть 400 г заморожених овочів до вашого смаку. Смажте овочі протягом 5-7 хвилин.

• Поки смажаться овочі, збийте у мисці 10 яєць та 100 г твердого сиру, натертого на велику тертку. Посоліть та поперчіть до смаку.

• Змастіть керамічну форму (стороною 22-24 см) для запікання олією. Викладіть овочі з пательні та залейте яєчною сумішшю.

• Випікайте страву у заздалегідь розігрітій духовці до 180 градусів протягом 20 хвилин.

• Перед подачею трохи охолодіть, щоб запіканка була теплою. Нехай смакує!



## Вінегрет з червоною рибкою і пікантним соусом

**Інгредієнти:** 2 невеликі картоплини, 1 буряк, 2 невеликі солоні огірки, 80 г слабосоленої червоної риби, 1/2 червоної цибулини, 50 г зеленої сочевиці, 2 ст. л. оливкової або соняшникової олії, дрібка сухого меленого гострого перцю, 1/4 ч. л. соку лимона, сіль до смаку, зелень для прикрашання.

• 50 г зеленої сочевиці залейте 150 мл води (співвідношення 1:3), додайте дрібку солі і варіть на середньому вогні приблизно 20 хвилин до м'якості. Після варіння злийте зайву воду та охолодіть, щоб зернятка зберегли форму для салату.

• Буряк ретельно промийте, загорніть у фольгу (або запікайте без неї) та готуйте за 180 градусів приблизно 50-70 хвилин. Охолодіть, почистьте та наріжте великими кубиками.

• Картоплю помийте, запечіть у духовці за 180 градусів 35-45 хвилин до готовності, охолодіть і наріжте середніми кубиками.

• Солоні огірки наріжте кубиками того ж розміру, що й картоплю. Червону цибулю наріжте тонкими півкільцями.



• Для заправки змішайте олію з соком лимона, дрібкою меленого гострого перцю та сіллю до вашого смаку.

• Розкладіть підготовлені овочі на пласку тарілку. Полийте їх заправкою та акуратно перемішайте. Зверху розкладіть шматочки червоної риби. Прикрасьте зеленню та подавайте.

Джерело: klopotenko.com

## Куточок ГОРОДНИКА

## Винен не магазин, а покупець: 5 причин, чому кімнатні рослини після купівлі гинуть



«Не треба в магазинах купувати кімнатні рослини! Вони там щось із ними роблять, і вдома рослини гинуть – такі жити не можуть!» – досить часто читаю таке в коментарях до статей з оглядами квіткових магазинів.

Але насправді магазини здебільшого не винні. Ну або винні, але зовсім трохи. Розгляньмо 5 основних причин, чому щойно куплена рослина через кілька тижнів уже лежить у смітнику.

## Невідповідний ґрунт

Отже, пригадаймо, в якому ґрунті ростуть рослини, куплені в магазині. Зазвичай це не гарний пухкий і родючий ґрунт (хоча бувають сумнінні виробники рослин у горщиках, які додають добрива тривалої дії), а верховий торф, що потребує особливого підходу до поливання.

Відразу зауважу: сам собою субстрат із верхового торфу досить добрий в умовах європейських теплиць. Але має великий недолік, який може зіграти лихий жарт з домашніми квіткарями: якщо його пересушити, він береється грудкою і починає відштовхувати воду (вона просто стікає по стінках горщика). Тобто стандартним поливом повністю зволожити його неможливо, а якщо вже розмочили, то швидко висушити теж непросто. Багатьом рослинам це не подобається, саме тому щойно куплені екземпляри й гинуть.

Проте я не раджу пересаджувати рослини одразу після купівлі (за винятком випадків, коли корені вже відверто гниють).

**Рослині потрібно дати час адаптуватися до нових умов у вашому домі принаймні 2-4 тижні.**

Подвійного удару у вигляді зміни умов й пошкодження коренів під час очищення від старого ґрунту вона може просто не витримати. І лише коли рослина почне випускати нові листочки – безперечно ознака успішної адаптації – можна розпочинати пересаджування.

## Неправильний режим поливання

У зв'язку з попереднім пунктом варто одразу сказати і про те, що через такі властивості транспортного ґрунту багато рослин продають вже в поганому стані (навіть якщо на перший погляд здається, що з ними все гаразд). Чому?

Відповідь проста: на жаль, у багатьох магазинах, де продають кімнатні рослини, за ними належним чином не доглядають. Їх можуть не полити вчасно або, навпаки, поливати так часто, що відбувається банальне перезволоження.

На посуху більшість рослин реагує цілком передбачувано: опускає листя. Що зробить нетямуща людина з такою рослиною? Звісно ж, рясно полле. А чи знаєте, що вже сталося з кореневою системою після сильної пересушування ґрунту? Частина коріння, найтоншого, якого досить багато, також висохла й перестала забезпечувати рослину необхідною вологою. **Якщо коріння перестало передавати рослині вологу, то куди вона подінеться? Нікуди – так і залишиться в ґрунті, а це прекрасне середовище для розвитку всілякої гнилі, яка спричинятиме гниль решти кореневої системи.**

До речі, варто розповісти й про те, як рослини реагують на перезволоження. Найчастіше це – потемніння кінчиків листя. Тому якщо ви бачите трохи сухі кінчики листя й продавець каже вам: «Це у нас повітря сухе», – це зовсім не означає, що так і є: цілком можливо, це перша стадія утворення гнилі коренів.

Джерело: Ukt.Media  
Закінчення —  
у наступному номері.

4 березня середа	5 березня четвер	6 березня п'ятниця	7 березня субота	8 березня неділя	9 березня понеділок	10 березня вівторок
- 1°	0°	0°	- 2°	0°	0°	+ 1°
+ 13°	+ 9°	+ 5°	+ 9°	+ 10°	+ 12°	+ 14°
745 ТИСК, ММ	743 ТИСК, ММ	750 ТИСК, ММ	751 ТИСК, ММ	755 ТИСК, ММ	752 ТИСК, ММ	747 ТИСК, ММ

# Цікаві факти про релігію



• Одна з найекзотичніших релігій сповідується в Африці в племені догонів. Їхній спосіб для молитви – це зірка Сиріус. Але вони не вважають цю зірку святим духом, схожим з богом або чим-небудь подібним. Вони знають, що це подвійна зірка, причому знали це задовго до відкриття цього факту європейськими астрономами. Вони вірять, що з однією з планет системи Сиріуса прилетів на космічному кораблі їхній прабабушко напівлюдина-напівзмія Ном-мо.

• Джайни – одне з найдавніших релігійних вчень в Індії. Сьогодні в нього понад 5 млн послідовників. Головний її принцип – не принести шкоди всьому живому. Тому члени релігійної громади не беруть зброї в руки і не їдять м'яса.

• Як правило, прихід кінця світу пов'язують з приходом месії – Ісуса Христа, Саошьянта (в зороастризмі), Майтрея (в буддистській міфології), Машиаха (в іудаїзмі). Месія приходить, щоб перемогти зло і зробити Страшний суд. Фоном Страшного суду є світова катастрофа – руйнування світу, потоп, світова пожежа і т.д. Після очищення світ знову відроджується.

• Сказання про кінець світу існують у більшості релігій. Так у багатьох віруваннях південно-американських індіанців йдеться про потоп і світову пожежу. Наприклад у гватемальських індіанців племені кіча в «Священній книзі» розповідається про палаючу смолу, що летить з неба, надіслану Хура-каном – богом страху.

• Найбільш древні тексти пророкувань про

кінець світу дає Авеста – священна книга стародавньої релігії зороастризму.

• Про три епохи говорять і релігійні тексти стародавніх індійців. Індійці вважають, що всесвіт тричі змінюється під час кожного світового періоду (кальпи): він переходить зі стану творення і становлення в стан тривалого існування і потім – руйнування. Але на відміну від зороастрийців індійці оперують набагато більш тривалими термінами.

• Коли Папа Римський запропонував Мікеланджело прикрити голі тіла у фресці «Страшний суд» на вівтарній стіні Сікстинської капели, той відповів: «Нехай тато виправить світ, а я виправлю картину за п'ять хвилин».

• У 1774 році в США якась Енн Лі створила общину шейкерів (трясунів). «Матінка Лі» стверджувала, що любов до Бога повинна виражатися в танцях до знемоги. Чутка стверджувала, що, натанцювавшись, шейкери в темряві віддаються загальному гріху, а народжених після цього дітей виховують спільно. Звичайно, така екстравагантність подобалася далеко не всім, тож сьогодні в общину шейкерів входять всього сім чоловік у штаті Мен.

• Одному з відгалужень християнства в Новій Гвінеї скоро виповниться 80 років. Згідно зі створеним культом білі видалили з євангелія ті місця, де говорилося, що Ісус був папуасом. При другому пришестві Христа всі папуаси стануть панами, а білі – їхніми рабами.

• У Америці в 70-х роках минулого століття лютувала релігійна громада «Небесні врата»,

більшість шанувальників якої були програмісти. Її суть полягала в тому, що Бог і Люцифер – це два команди ворогуючих екіпажів, що боролися на космічних кораблях за право володіти землею. У жителів Землі тільки один вихід з цієї боротьби: вони повинні переселитися в інший вимір через самогубство.

• Католіки у світі більше, ніж всіх інших християн разом узятих.

• Особа, яка при вирішенні питання про канонізацію нового святого зобов'язана була виставляти аргументи проти цього, носила посаду адвоката Диявола.

• Перша реклама була надрукована в Англії у 1477 році. Це була реклама молитовної книги.

• Основна відмінність церкви від каплиці – наявність вітваря.

• Частина Біблії перекладена на 2212 мов. Біблія цілком надрукована на 366 мовах, ще на 928 мовах надрукований тільки Новий Заповіт, а ще на 918 – хоча б по одній частині Біблії.

• У лідера мормонів Брайама Янга було 27 дружин і 57 дітей від 16 дружин.

• У племенах, що живуть первісним ладом, вважається, що під час поцілунку передається сила або частина душі.

• У церквах США продовжує зростати кількість людей, що практикують йогу. Однак багато християн бачать у цьому величезну шкоду як для духовного розвитку, так і для психіки.

• Стародавні ірландці називали рай місцем, де багато смаженої свинини.

Джерело: [dovidka.biz.ua](http://dovidka.biz.ua)

РЕКЛАМА

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

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

ПОЧАТОК ЗАНЯТЬ З МОМЕНТУ УКЛАДАННЯ ДОГОВОРУ НА НАВЧАННЯ.

**КОПАЄМО, ЧИСТИМО ТА ПОГЛИБЛЮЄМО КРИНИЦІ**

380678794357  
380679759461  
380663478257

Іван Васильович

В наявності круги колодязні та каналізаційні, дашки до них

**БУДМАТЕРІАЛИ**  
м. Чуднів

- ДОШКА ПОЛОВА
- ВАГОНКА
- РЕЙКА МОНТАЖНА
- БРУС

097 745 54 59  
098 410 70 17

ВТРАЧЕНО СВИДОЦТВО ПРО ПРАВО ВЛАСНОСТІ НА КВАРТИРУ № 6 В БУДИНКУ № 10А ПО ВУЛИЦІ ШЕВЧЕНКА В М. ЖИТОМИРІ № 21825 ВІД 3 ГРУДНЯ 1996 РОКУ, ВИДАНЕ НА ІМ'Я РОМАЩЕНКО ЛІДІЇ МИКОЛАЇВНИ, РОМАЩЕНКА СЕРГІЯ МИКОЛАЙОВИЧА, РОМАЩЕНКА ЮРІЯ МИКОЛАЙОВИЧА, ТАЛЬКА ГАЛИНИ МИКОЛАЇВНИ, ТАЛЬКА ОЛЕГА ОЛЕКСАНДРОВИЧА, ТАЛЬКА ОЛЕКСАНДРА МИКОЛАЙОВИЧА, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

ВТРАЧЕНО СВИДОЦТВО ПРО ПРАВО ВЛАСНОСТІ НА КВАРТИРУ № 62 В БУДИНКУ № 102 ПО ВУЛИЦІ КИЇВСЬКІЙ В М. ЖИТОМИРІ № 15770 ВІД 23 ГРУДНЯ 1994 РОКУ, ВИДАНЕ НА ІМ'Я ДЕМИДОВОЇ НІНИ ВАСИЛІВНИ, ВВАЖАТИ НЕДІЙСНИМ.

20.ua

ДОВІДКА, СТВОРЕНА ЗА ВАШИМИ ВІДГУКАМИ

0 800 213 103

телефонуйте до контакт-центру системи з надання безоплатної правової допомоги



БЕЗОПЛАТНА ПРАВОВА ДОПОМОГА  
МІНІСТЕРСТВО ЮСТИЦІЇ УКРАЇНИ  
ПРАВОВА ДОПОМОГА ПОРУЧ

**ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС 76001**

**Підтримай свободу слова!**

**ПЕРЕДПЛАТИТИ**

на 1 місяць - **68,00** грн,  
на 3 місяці - **164,00** грн,  
на 6 місяців - **308,00** грн

У найближчому поштовому відділенні!

СПОДОБАЛАСЬ  
**ГАЗЕТА?**

20  
ХВИЛИН  
zt.20minut.ua

4 березня 2026 р.  
№ 5 (328)

WAN  
Газета є членом  
Всесвітньої газетної  
Асоціації

Ідентифікатор медіа R30-02941.

Видавець – ПП "Медіа Ресурс";  
адреса: 10014, м. Житомир,  
вул. Рильського, 9, каб. 407

Адреса редакції: м. Житомир,  
вул. Рильського, 9, 4й пов., каб. 407

Тел.: (0412) 418-189

Директор:  
Олександр Васильковський,  
тел.: 0 (67) 510-50-75  
alex.vasilykovskiy@gmail.com

Головний редактор:  
Ольга Сидлецька,  
тел.: 0 (97) 470-60-17

Рекламний відділ:  
Людмила Павлюк  
тел.: 0 (67) 412-89-81

Редакція не несе  
відповідальності за зміст  
реklamних матеріалів.  
Редакція може не  
поділяти думку авторів  
матеріалів. Передрук  
матеріалів видання  
повинен бути узгоджений  
з редакцією.

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

Зам. наклад: 5000 прим.

Замовлення №  
Частина тиражу  
розповсюджується  
безкоштовно.

