



Подільське СЛОВО

№15 (19/5326) П'ятниця, 12 квітня 2019 року

16 сторінок

НАЙБІЛЬША ТЕРЕНОВА ГРА УКРАЇНИ

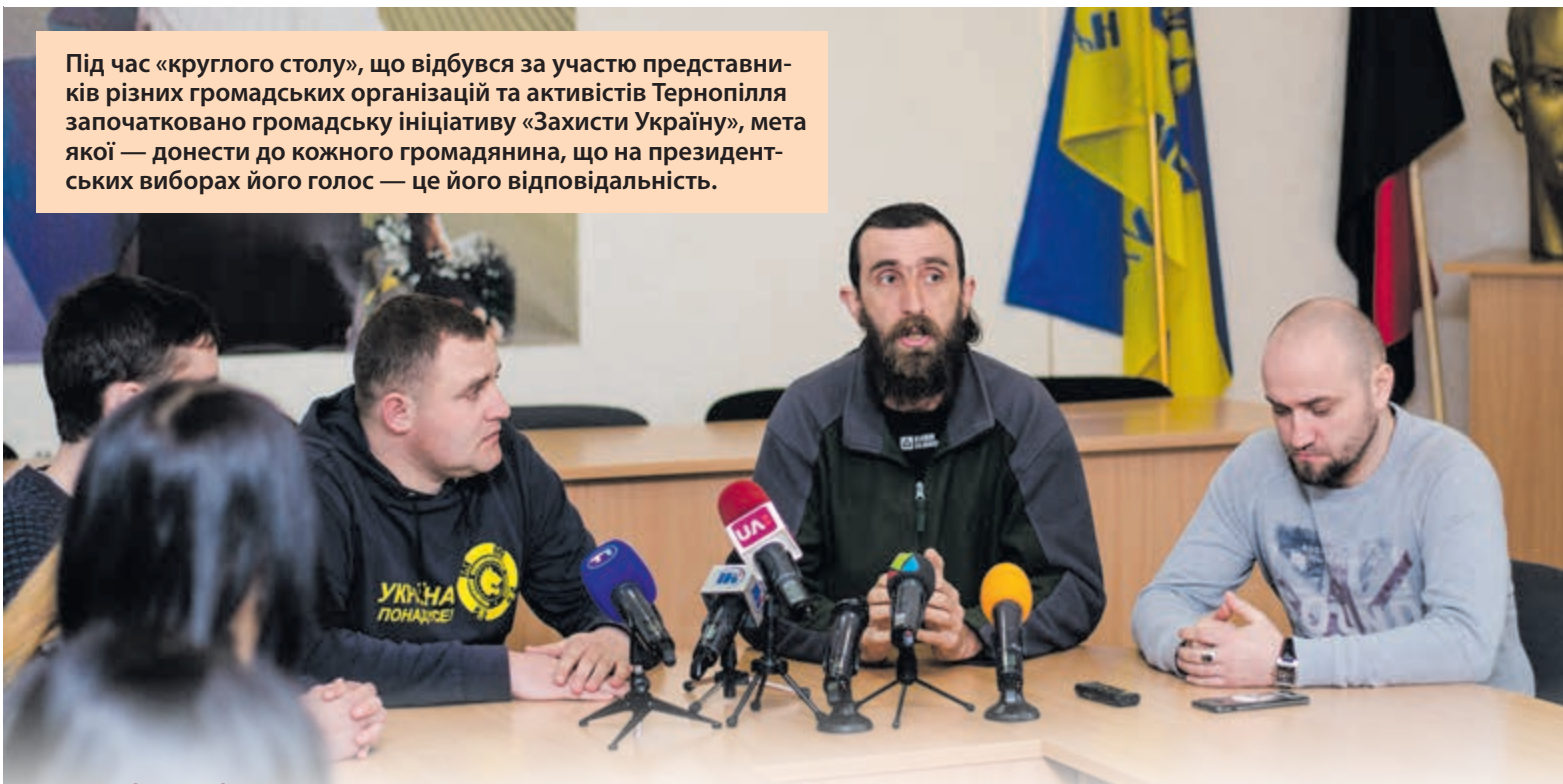
Гурби-Антонівці

2-5 травня
gurby.org.ua

Теренова
гра «Гурби-
Антонівці 2019»

4

Під час «круглого столу», що відбувся за участю представників різних громадських організацій та активістів Тернопілля започатковано громадську ініціативу «Захисти Україну», мета якої — донести до кожного громадянина, що на президентських виборах його голос — це його відповідальність.



Актуальне
інтерв'ю.
Сергій Чапрак

5

Ініціатива «Захисти Україну» — це не просто об'єднання небайдужих, це можливість відвернути Українську державу від російської імперії

«Мені вистачає здорового глузду та усвідомлення власної відповідальності зрозуміти, що відбувається в країні сьогодні і що може бути завтра, — зазначив Валерій Чоботар, голова ГО «Спілка воїнів та волонтерів АТО». — Засмучає ейфорія, що охопила суспільство, й очікування на шоу».

Він пояснив, що саме настрої, які сьогодні панують у соціумі, спонукали воїнів, добровольців, волонтерів і громадських активістів терміново реалізувати ініціативу «Захисти Україну». **Потрібно відповідально поставитися до обрання Президента, бо саме він визначає вектор розвитку країни не лише на наступні п'ять років, а й на десятиліття.**

«Ми можемо емігрувати з країни під тиском ворогів, але не можемо перенести могили наших батьків, рідних, побратимів і друзів, які загинули на Майдані та на фронті. І тому зробимо все, щоби після виборів нам не довелось відстояти нашу землю і ці могили шляхом фізичного протистояння. Закликаємо кожного українця, для кого важливо розмовляти рідною мовою, важливо, щоби була сильна армія, яка зможе захистити країну, важлива віра предків, захищати свої цінності та тримати напрямок руху до цивілізованих європейських країн», — звернувся Валерій Чоботар до жителів Тернопільщини.

Тернопільська інтелігенція, офіцери та ветерани ОУН-УПА теж приєдналися до ініціативи «Захисти Україну».

«Нам потрібно чітко усвідомити, що ми опинилися перед доленосним для України вибором — між досвідченим мудрим політиком і молодим експериментатором. Нам уже достатньо експериментів над Україною! Сьогодні наше основне завдання — припинити гібридну війну, яку веде проти нас Росія», — наголосив голова Тернопільської обласної організації Спілки офіцерів України Олександр Варакута.

Погоджується із його думкою й керівник Тернопільського обласного товариства політичних в'язнів і репресованих Дем'ян Чернець. За його словами, результати першого туру президентських виборів показали ставлення людей не до Порошенка, а до України. «Тому ініціатива «Захисти

Україну» — це не лише об'єднання небайдужих, це можливість захистити Українську державу від російської імперії», — сказав він.

Те, що відбувається сьогодні в країні, викликає занепокоєння і в членів ГО «Єдина родина Тернопільщини». Зазначимо, ця громадська організація заснована у 2016 році й об'єднує 61 сім'ю загиблих в АТО героїв із нашої області. Мета діяльності — через спілкування, зустрічі, молитву, спільні справи та звернення допомагати родинам, які втратили на війні рідних. **За словами голови ГО Наталі Горайської,** люди, напевно, уже забули, що на сході триває війна і на цій війні загинуло багато українців. Лише Тернопільщина втратила понад 90 героїв.

«Претензії до влади є завжди. Але сьогодні ми маємо обирати Україну, нашу мову, віру, напрямок до Євросоюзу й НАТО. І тому ми, родини загиблих воїнів, звертаємося до всіх, аби голосувати на виборах не на зло владі, а на підтримку України», — заклікала пані Наталя.

Вона засуджує рішення багатьох громадян не йти на вибори, бо це — вияв слабкості і байдужості, а тому просить більше цікавитися програмами та політичними векторами кандидатів.

«Невже нам мало Небесної сотні, смертей на фронті?! Задумайтеся, що для нас важливіше?!

Нам здається: якщо в нас малі зарплати, то нам не потрібні свобода, мова, Українська церква та проєвропейська Україна, але якраз це і є виявом нашої ідентичності», — наголосила Наталя Горайська.

Про те, що президентські і парламентські вибори в Україні є не стільки боротьбою кандидатів, як боротьбою цінностей, які вони в собі несуть, наголошує й історик, співкоординатор всеукраїнської мережі «Вільні люди» Іван Ковалик. «Зараз в Україні відбувається боротьба за те, якою Україна буде. За те, на якій ціннісній основі вона буде стояти: чи це буде такий проєкт малоросійської України чи це буде незалежна держава, яка буде належати до європейської сім'ї національних держав. Я, як історик, можу сказати, що жоден національний лідер в Україні, який намагався домовлятися з Росією, нічого не виграв, починаючи з Богдана Хмельницького. Дуже багато сил ми приклали для розвитку у євроатлантичному напрямку. Це і кров, пролита на Майдані, і боротьба, яка триває на сході. Втрати, які ми понесли сьогодні, ставляться під велике питання. Адже Росія намагається зруйнувати цю нашу боротьбу і наші потуги нарешті відірватися від неї раз і назавжди», — переконаний Іван Ковалик.



Триває
Всеукраїнська
акція «За чисте
довкілля»

8



На прийом
до лікаря

10



Щоб загоїти
рани у дерев

14

СТАНЬ ВОЛОНТЕРОМ
ОПЕРАТИВНОГО ШТАБУ

ЗАХИСТИ УКРАЇНУ

м. Тернопіль, вул. Сагайдачного, 10
«НАРОДНИЙ РУХ УКРАЇНИ»
тел. 0964756074

**Громадський штаб «Захисти Україну»
запрошує долучатися до ініціативи усіх,
хто 21 квітня обиратиме не стільки Президента,
скільки майбутнє держави.**

«Ми вважаємо, що потрібно з повагою ставитися до вибору людей, але й приносити їм, що їх вибір — це їх відповідальність. Як колись Народний РУХ відправляв на схід групи розказувати, що таке Україна та її історія, бо там ніхто нічого не знав, так і тепер нам важливо донести, яке значення для нас має напрямок, який ми виборювали п'ять років. І хочемо, щоб до нас приєдналися люди, які готові відповідати за свій вибір»

Валерій Чоботар.

Актуально

Президент став на коліна перед сином військово-полоненого моряка

У листопаді 2018 року українських моряків захопили російські військові. Весь цивілізований світ визнав дії Росії в Азовському морі актом агресії.

Президент висловив, що мужність і героїзм військовополонених українців — приклад для країни та світу, назвав моряків справжніми лицарями і удостоїв їх високих нагород. Вони були отримані членами родин військових. Серед них — син капітана другого рангу Дениса Гриценка Артем, який вже понад сто тридцять днів не бачив свого батька. Вручаючи хлопчикові батькову відзнаку — орден Богдана Хмельницького III ступеня — Петро Порошенко став перед ним на коліна. Президент поспілкувався з близькими героїв і запевнив: заради їхнього звільнення уся його команда бореться щохвилини, а разом із українською владою — і весь світ.

«Вірте, знайте: ми — разом. Укотре хочу подякувати військовополоненим за мужність, яку кожен з них демонструє. І за ту велику гід-



ність, з якою вони поведуться, не даючи жодної підстави сумніватися в твердості позиції українців», — сказав Глава держави.

Це не є компетенція пана Медведчука — визначати, що і як робити Україні

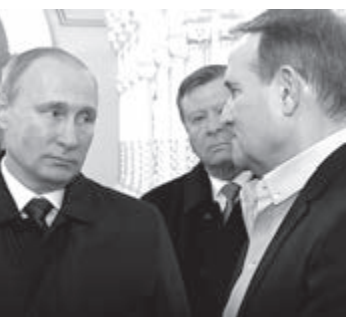
Президент Петро Порошенко доручив СБУ перевірити доцільність подальшої участі лідера проросійської організації «Український вибір» Віктора Медведчука у переговорах у Мінську щодо визволення українських заручників і політ'в'язнів.

За його словами, де-факто Медведчук представляє на мінських переговорах Російську Федерацію і президента РФ Володимира Путіна. Його участь у переговорах була зумовлена тим, що це був єдиний канал зв'язку з Путіним, і він у результаті виявився неефективним, польстаті Поросенку.

Медведчука — визначати, що і як робити Україні. В нього була одна функція — звільнення заручників, які перебувають як в підвалах на окупованій території, так і в російських в'язницях».

Він нагадав, що **востаннє визволення українських заручників відбулося ще у грудні 2017 року**. «Назвати це ефективним точно не можна. Путін тримає заручників, щоб тримати Україну й українське керівництво на гачку. Не вийде», — зазначив Президент.

Як повідомлялося, глава проросійської організації «Український вибір — право народу» і політради партії «Опозиційна платформа — за життя» Віктор Медведчук на партійному з'їзді 29 січня 2019 року в Києві заявив про необхідність рення так названого «автономного регіону Донбас» з утворенням власного парламенту та уряду, а також про закріплення такого статусу в Конституції України.



При цьому Глава держави наголосив, що останні заяви Медведчука стосовно окупованих територій України аж ніяк не є його компетенцією: «Це не є компетенція пана

Реформи

Чотири роки змін і досягнень за каденції Степана Барни

Тернопільська область у 2015 році утворила найбільшу кількість громад. Реформа децентралізації стала основою для впровадження інновацій і розвитку краю. Сьогодні налічується 49 ОТГ. Громадами охоплено понад 58% населення та більше 45% території.

«Ми працюємо над тим, щоб громади утворились навколо міст Кременець, Чортків, Збараж, Підгайці, Бучач і Заліщики. Ще ціла низка сільських рад висловила бажання приєднатися до уже сформованих ОТГ. Таким чином, процес формування об'єднаних територіальних громад в області входить у завершальну стадію», — зазначає голова ТОДА Степан Барна.

ОТГ області ефективно залучають і використовують кошти для місцевого розвитку. Держава підтримала новоутворені громади субвенцією місцевим бюджетам на розвиток інфраструктури — за 3 роки загалом скеровано понад 347 млн грн на реалізацію 577 інфраструктурних проектів.



Також ОТГ області отримали:

- 72,5 млн грн ДФРР на 26 проектів;
- майже 53 млн грн субвенції з державного бюджету місцевим бюджетам на здійснення заходів, спрямованих на соціальну-економічний розвиток окремих територій (201 проект);
- близько 14 млн грн для будівництва 17 футбольних полів зі штучним покриттям.

«Загалом, — підсумовує Степан Барна, — за 2016-2018 роки з державного бюджету ОТГ області отримали 486 мільйонів гривень на реалізацію 821 проекту. Надходження до загального фонду бюджетів ОТГ у 2019-му становитимуть 1,2 млрд грн. Доходи на одного жителя ОТГ у 2018-му, порівняно з 2016-м, зросли вдвічі — з 1,5 тис. грн до 2,9 тис. грн. А це означає, що ми сміливо можемо стверджувати: реформа децентралізації — це нова якість життя на місцях».



Соціальна допомога

Виплати на дітей, які виховуються в багатодітних сім'ях

Управління соціального захисту населення Тернопільської районної державної адміністрації повідомляє, що з метою створення належних умов для виховання дітей у багатодітних сім'ях уряд прийняв постанову «Деякі питання надання соціальної підтримки багатодітним сім'ям» від 13.03.2019 р. № 250. Зокрема, із 1.04.2019 року запроваджено додатковий вид соціальної виплати — допомога на дітей, які виховуються в багатодітних сім'ях.



Її надають одному із батьків, які постійно проживають разом з дитиною. Призначається на третю і кожен наступну дитину з місяця звернення до органу соціального захисту населення та виплачується щомісяця по досягненні дитиною 6-річного віку.

У разі, коли в сім'ї одночасно народилося двоє і більше дітей, в результаті чого сім'я набула статусу багатодітної, виплата здійснюється на кожну таку дитину.

Розмір допомоги на дітей, які виховуються у багатодітних сім'ях, становить 1700 гривень щомісячно.

Одночасно повідомляємо, що рішенням уряду збережено право на отримання з 01.04.2019 року допомоги на дітей, які виховуються у багатодітних сім'ях, особам, які звернулися за її призначенням протягом квітня — червня 2019 року.

Для призначення допомоги до органу соціального захисту, крім паспорта

громадянина України або іншого документа, що посвідчує особу, необхідно подати:

- заяву одного з батьків, складену за формою, затверджену Мінсоцполітики;
- копію посвідчення Мінсоцполітики; (з пред'явленням оригіналу) та посвідчення дітей з багатодітної сім'ї (з пред'явленням оригіналу);
- копії свідоцтв про народження всіх дітей (з пред'явленням оригіналу);
- розвідку про склад сім'ї у випадках реєстрації батьків за різними адресами (щоб підтвердити факт постійного проживання дитини з одним із батьків).

Звертаємо увагу, що одним із документів, який необхідно подати для призначення допомоги, є копія посвідчення дитини з багатодітної сім'ї (з пред'явленням оригіналу). Дітям з багатодітної сім'ї таке посвідчення видають після вивчення шестирічного віку.

Офіційне

Розпорядження від 08.04.2019 р. № 10-од**Про скликання двадцять сьомої сесії Тернопільської районної ради сьомого скликання**

1. Скликати двадцять сьому сесію Тернопільської районної ради сьомого скликання 18 квітня 2019 року в приміщенні районної ради.

Сесія засідання розпочати о 10 годині ранку.

2. На розгляд двадцять сьомої сесії районної ради внести питання:

- міжбюджетні трансферти між сільськими, селищними бюджетами та Тернопільським ра-

йонним бюджетом;

- звіт про виконання районного бюджету за I квартал 2019 року;

- про внесення змін до районного бюджету на 2019 рік;

- про внесення змін до програми розвитку фізичної культури і спорту в Тернопільському районі на 2017-2019 роки;

- інші питання поточної роботи.

3. На сесію районної ради запросити депутатів обласної

ради від Тернопільського району, сільських та селищних голів, керівників відділів та управлінь райдержадміністрації, керівників районних організацій, установ, промислових і сільськогосподарських підприємств, представників політичних партій, громадських організацій, редакторів газети «Подільське слово» та радіокомпанії «Джерело».

Голова Тернопільської районної ради А.В. ГАЛАЙКО.

Пенсійний фонд**Про право на одноразову доплату до пенсій з 1 березня 2019 року**

Постановою Кабінету Міністрів України від 02.02.2019 №124 «Про проведення індексації пенсій у 2019 році» (далі — постанова №124) з 01.03.2019 передбачено встановлення одноразової доплати до пенсії в сумі 2410,17 грн (прожитковий мінімум для осіб, які втратили працездатність, визначений на 01.01.2019, збільшений на коефіцієнт 1,61) для осіб, які мають страховий стаж, передбачений абзацом 1 частини 1 статті 28 Закону 1058, залежно від дати виходу на пенсію (до 01.10.2011 або після цієї дати), розмір пенсії яких (з урахуванням надбавок, допомоги, додаткової та інших доплат, крім пенсій за особливі заслуги перед Україною, доплати до 100 грн, передбаченою постановою №124) станом на 01.03.2019 не перевищує 40% від мінімальної заробітної плати станом на 01.01.2019 (1669,20 грн).

Тобто, для визначення права на одноразову доплату до пенсії мають бути виконані такі умови:

1 особа одержує пенсію відповідно до Закону України «Про загальнообов'язкове державне пенсійне страхування»;

2 наявність у чоловіків 25-35 років страхового стажу (якщо пенсія призначена до жовтня 2011 року – 25 років; якщо після жовтня 2011 року

– 35 років); у жінок – 20-30 років страхового стажу (якщо пенсія призначена до жовтня 2011 року – 20 років; якщо після жовтня 2011 року – 30 років);

3 розмір пенсії після проведення індексації менший за 40% середньої заробітної плати по Україні, а саме 1669,20 грн.



Слід зазначити, що одноразова доплата до пенсії виплачується рівними частинами в березні та квітні 2019 року (в березні — 1205,09 грн, у квітні — 1205,08 грн.) та не враховується під час обчислення сукупного доходу при розрахунку житлової субсидії та при визначенні права на пільги.

Галина ГУМНИЦЬКА, заступник начальника ТО УПФУ Тернопільської області.

Оголошення**Місячник добровільної здачі зброї**

З 5 по 30 квітня 2019 року на території Тернопільського району проводитиметься місячник добровільної здачі будь-якої зброї та боєприпасів. Громадяни, які в цей період добровільно здаватимуть зброю чи боєприпаси в органи внутрішніх справ, звільняються від кримінальної та адміністративної відповідальності за незаконне зберігання, з правом наступної реєстрації зброї в особисте користування, згідно із чинним законодавством.

Зброю можна здати в Тернопільське РВП ТВП ГУНП в Т/о за адресою: м. Тернопіль, вул. Степова, 45. Довідки за тел.: 43-61-09, 43-61-00.

Увага! Згідно зі ст. 263 Кримінального кодексу України, незаконне поводження зі зброєю, бойовими припасами або вибуховими речовинами карається позбавленням волі на строк до 3 років.

Термінали для сплати боргу

Інформуємо, що для зручності оплати заборгованості за виконавчими документами, які перебувають на примусовому виконанні у всіх органах державної виконавчої служби Головного територіального управління юстиції у Тернопільській області, встановлено POS-термінал «ПриватБанку».

Відтепер громадянам не потрібно більше витрачати час на пошуки банківської установи для здійснення платежу. Єдина вимога — мати при собі банківську картку, емітовану будь-яким банком України.

Триває реєстрація учасників на Міжнародний інвестиційний форум «Тернопільщина INVEST – 2019»

Цьогоріч форум традиційно відбудеться 23-24 травня. Очікують на заході представників близько 30-ти країн світу та іноземних бізнес-партнерів.

Деталі, а також реєстрація на форум – за посиланням: <https://te-invest.com>.



Перший день форуму відбудеться у Збаразькому замку. Учасники та гості будуть працювати на таких пленарних засіданнях: «Інструменти залучення інвестицій. Інвестиційний портал Тернопільської області» та «Концепція розвитку міжнародного аеропорту «Тернопіль»».

24 травня, в рамках другого дня форуму, гостям заходу пропонується ознайомитись із туристично-рекреаційним потенціалом Тернопільщини та відвідати провідні підприємства області.

Нагадаємо, протягом останніх двох років Міжнародний інвестиційний форум «Тернопільщина INVEST» відвідали 70 делегацій з 52-х країн світу.

Новини | Коротко про актуальне

Якісне і ефективне управління державним боргом, зниження його частки відносно ВВП — це ключ до стабільності економіки та її постійного розвитку. Про це сказав Прем'єр-міністр України Володимир Гройсман під час засідання Стратегічного комітету уряду. Він наголосив, що за кілька років — з 2008 року по 2013 рік — державний борг був неадекватно наросений. «І сьогодні — це величезний тягар, який відволікає ресурс від швидких змін», — сказав Володимир Гройсман. Він нагадав, що цього року третина бюджету буде спрямована на оплату боргів. «Головне завдання — утримати стабільність, яку ми забезпечуємо три роки поспіль. Це дається важко. Зрозуміло, забезпечити бюджету та мати вищі виплати, і кращі умови інфраструктури. Але ми затиснуті боргом. Нам віддавати його. Тож професійне і якісне управління держборгом — це питання стабільності. ВВП має зростати, а борг зменшуватися», — додав Прем'єр-міністр.

Уряд Володимира Гройсмана став першим за 28 років, який поставив перед собою завдання ліквідувати проблему відсутності житла у дітей-сиріт. «Протягом минулих двох років було придбано 1297 квартир для дітей-сиріт», — заявив міністр соціальної політики Андрій Рева. Він зазначив про те, що першочергово житлом забезпечувались діти, які на той момент стали випускниками вищих навчальних закладів, оскільки молодші виховуються в патронатних сім'ях, навчаються в закладах освіти і забезпечені житлом у гуртожитках. «Минулого року ми повністю закрили потребу забезпечення житлом цієї категорії дітей», — пояснив урядовець.

8 квітня перший віце-прем'єр-міністр під час спільної прес-конференції з першим заступником міністра економічного розвитку і торгівлі України Максимом Нефьодовим прозвітував про результати приватизації як елемента реформи державної власності в Україні у 2016-2018 роках.

«Мала приватизація вже сьогодні створює нові можливості для бізнесу. У 2015 році Фонд держмайна продав 109 об'єктів більше ніж так званих груп А, Д і Ж приватизації на суму трохи більше 45 млн грн. Водночас з серпня 2018 року, коли ми запустили «Прозор», Фонд держмайна спромігся продати 366 таких же не дуже привабливих об'єктів, на загальну суму 376 млн грн», — зазначив перший віце-прем'єр-міністр Степан Кубів.

Прем'єр-міністр України Володимир Гройсман вимагає проаналізувати ефективність забудови українських міст та районних центрів на предмет наявності достатньої кількості дитячих садочків, шкіл та інших об'єктів соціальної інфраструктури. «По всій країні будуються великі житлові масиви. А чому поряд з будинками немає дитячого садочка, школи, поліклініки... Це найвищий ступінь корупції та хабарництва. В будівництво квадратного метра житла кошти на соціальні об'єкти закладаються. Якщо цих об'єктів немає, я питаю: де кошти?» — наголосив Володимир Гройсман.

«Я даю доручення — за два тижні проаналізувати всі обласні і районні центри, вивчити і показати статистику. Досить дурити людей. Квартири і магазини приносять прибутки забудовникам. І я не проти цих прибутків. Але де інфраструктура? Кошти на це! Хай ніхто не ображається, але я змушу виправити ситуацію!» — додав Володимир Гройсман.

Тридцять чотири вищих навчальних закладів України розпочинають одразу великий проект із підготовки фондоаудиторів. Це ще один важливий крок в рамках роботи енергоаудиторів. Про це наголосив віце-прем'єр-міністр — міністр регіонального розвитку, будівництва та ЖКГ України Геннадій Зубко під час презентації запуску Програми з підготовки енергоаудиторів в НТУУ КПІ ім. І. Сікорського.

«Ринок енергоефективності України потребує 5-7 тисяч енергоаудиторів. Саме від їх лідерської позиції, компетентної і фахової роботи залежить успішність впровадження реформи. А горизонт для їх діяльності — максимум три роки, починаючи від соціальної інфраструктури і залучаючи транспорт, підприємства енергетики і промисловість. Також це хороша нагода для ВНЗ залучити до співпраці бізнес, який сьогодні потребує сучасних технічних рішень з енергоефективності», — зазначив Геннадій Зубко.

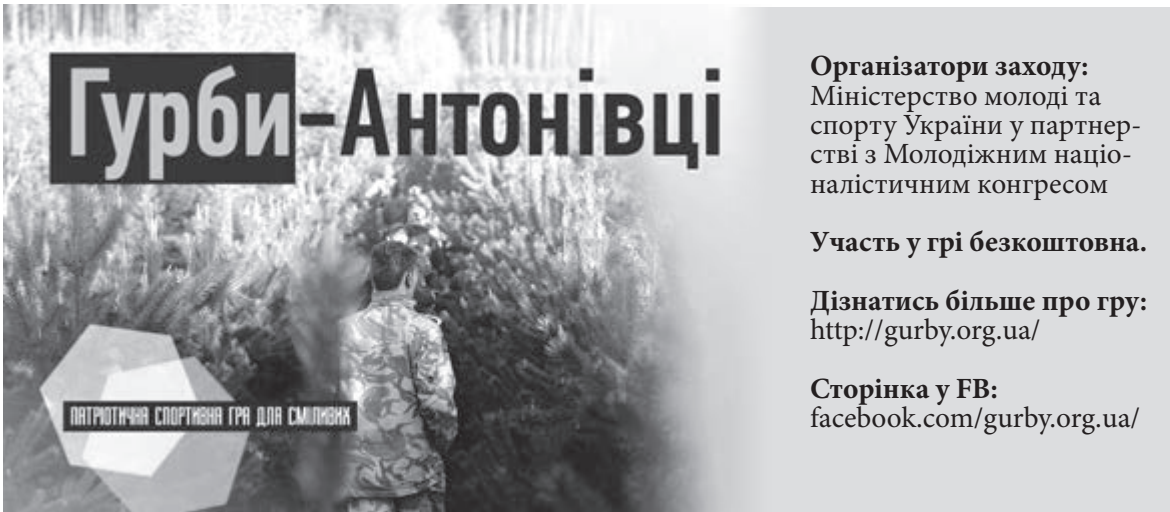
10 квітня 2019 року уряд прийняв постанову Кабінету Міністрів України «Про внесення змін до деяких постанов Кабінету Міністрів України, якою врегульовано механізм фінансування заходів здійснення зайнятості осіб з інвалідністю за рахунок коштів Фонду соціальної захисту людей з інвалідністю. Зокрема, визначено, що суми адміністративно-господарських санкцій та пені за невиконання нормативу робочих місць для працевлаштування осіб з інвалідністю можуть використовуватись для фінансування компенсацій роботодавцям витрат:

- єдиного внеску на загальнообов'язкове державне соціальне страхування за працевлаштування безробітних громадян з інвалідністю, у тому числі тих, які є недостатньо конкурентоспроможними на ринку праці;
- на оплату праці за працевлаштування безробітних внутрішньо переміщених осіб з інвалідністю (але не вище від середнього рівня заробітної плати, що склався у відповідному регіоні за минулий місяць);
- на перепідготовку та підвищення кваліфікації працевлаштованих безробітних внутрішньо переміщених осіб з інвалідністю.

Позиція

Теренова гра «Гурби-Антонівці»

2-5 травня 2019 на межі Тернопільської і Рівненської областей, поблизу урочища Гурби, відбудеться щорічна теренова гра «Гурби-Антонівці»



Організатори заходу:
Міністерство молоді та спорту України у партнерстві з Молодіжним націоналістичним конгресом

Участь у грі безкоштовна.

Дізнатись більше про гру:
<http://gurby.org.ua/>

Сторінка у FB:
facebook.com/gurby.org.ua/

Коротка інформація

Теренова гра «Гурби-Антонівці» — спортивна патріотична гра для молоді з усієї України. Щороку тут збирається понад 350 молодих та активних людей, які не хочуть поринати у буденність, а прагнуть випробувати себе, прагнуть виграти та загартовувати тіло і дух. Вік учасників — 18-29 років.

Гра поєднує в собі елементи спортивного та морального вишколу.

Правила гри

Гра відбувається у лісі на території 20 км², обмеженій маркувальною стрічкою. Триває 3 доби без перерви, частіше найцікавіші події розгортаються вночі. Учасники заходу ночують без наметів, організованого харчування немає.

За перемогу змагаються два курені — «Вовки» та «Леві». Курені діляться на менші частини: чоти і рої за аналогією розподілу груп в УПА.

Є ще 3-тя команда — курінь «Диверсанти», який не претендує на перемогу, але чинить перепони для «Вовків» і «Левів».

Перемогу — означає здобути найбільше кількості суперників, знайти ворожий штаб із прапором та втримати свій. Штабом куреня

вважається три намети та прапор, що зховані в лісі.

«Вбити» — означає зірвати на рукавну пов'язку гравця у бою, застосовуючи лише прийоми боротьби, без прямих ударів.

«Три доби життя воїна УПА. Відчути, що означає боротьба до гартування тіла і дух, робити все заради досягнення мети. Спати, чекаючи на «аларм», охороняти побратимів на «стійці», з ризиком ходити у розвідку чи шукати прапор серед боліт, рватися до бою... Все це чекає на учасників цієї весни», — зазначають організатори заходу.



Суть гри

«Гурби-Антонівці» — це не змагання заради змагання. Організатори вкладають значно більше сенсу в цей проект:

- **Патріотичний.** «Теренова гра» означає, що вона проходить на певній території — терені. У

нашому випадку — це легендарне історичне місце найбільш бою УПА проти військ НКВС. Учасники поринають в атмосферу національно-визвольних змагань, вивчають історію не з книжок.

- **Виховний.** «Гурби-Антонівці» — екстремальний захід, який гартує характер учасників, ставить на шлях самовдосконалення, дає зрозуміти, що кожен здатен на більше. Також це зона здорового способу життя (на шкідливі звички тут просто немає часу).

- **Екологічний.** Обов'язковою складовою є прибирання лісового масиву на місці гри.

- **Консолідуєчий.** Це — школа братерства, боротьби і командної роботи.



Історичний контекст

Українці боролися за незалежність не з такою забезпеченістю, як Радянський Союз, а діяли методом «партизанки»: застосовували тактику малих груп, нападали зненацька та намагалися обхитрити ворога.

Дух історичної боротьби пронизує кожний квадрат терену. Тільки під час гри ти відчуваєш себе гідним сином України, що здатен подолати страх та нерішучість заради однієї мети — спільної перемоги.

Бій під Гурбами — будь готовий!

«Все готові» — це не гасло радянських піонерів. Це — стан дії. Ні свідою не траємниці, особливо після Революції Гідності, що молодь — це рушійна сила змін, це ті, хто готовий боротися за свої переконання, боротися до кінця.

На початку ХХ ст. серед української молоді популярними стають руханкові спортивні патріотичні товариства, такі, як «Січ», «Сокіл», «Луг». В рамках діяльності таких товариств молодь гартувала свій дух та тіло. Далі артувала здорова молодь долірює «Пласт», через діяльність якого вишколює цілу генерацію патріотично свідомих активістів. Популярні в колах юнаків були стрілецькі товариства, серед яких

— військово товариство «Січові стрільці». Така діяльність активно розгорталася в час, коли про те, що вже за кілька років почнеться Перша світова війна, молоді доведеться взяти в руки зброю, ще ніхто не знав. Тож для чого це було потрібно? Бо слід бути «все готовими». І молодь прагнула до здобуття своєї держави в горнилі світової війни і визвольних змагань 20-х років.

Так починалося століття боротьби. За два десятиліття така ж молодь почала гартуватися для продовження боротьби за Українську державу. Системою військових та фізичних вишколів, ідеологічної підготовки виховалося нове горнило свободи в образі Української повстанської армії. Протягом двох років українці вдалося сформувати потужну структуру, що гідно протистояла нацистській та радянській окупації. У 1944 р. УПА досягла вершини своєї міці і саме в цей час українських повстанців проти військ НКВС. Вишколені, загартовані, упівці дали гідну відсіч ворогу в бою під Гурбами.

Сьогодні гурбівські ліси — це місце національної пам'яті.

«Гурби-Антонівці» відбуваються з 2003 року. Протягом десяти років молодь вишколювалася, гартувалася, щоб бути готовою до того, що чекало у 2013-2014 роках. І молодь не побоялася висловити свою громадянську позицію, не розгубилася під тиском беркутівців, стала «серцем до серця, лава до лави», змогла координувати дії, не прогнулася під шумовим гранат і криків розлючених силовиків.

Сьогодні «Гурби» — це не просто можливість загартовувати себе фізично, це — нагода віддати шану тим, хто гартував і борювся до нас, тим, хто бореться зараз.

Врятувати країну!

Спецоперація Української Галицької партії

...У родині пані Марії біда — зять загинув на фронті. Минув час, але біль не притупився. Час не загоює рани так швидко. Всі були впевнені, що пані Марія не голосуватиме за Порошенка. Бо ж це він не зміг захитати війну. Але вона зробила по-іншому.

...Оксана живе у маленькому селі на Тернопільщині, її чоловік — на заробітках. Діти майже не бачать тата, він приїжджає 2-3 рази на рік. Почали будувати хату, і всі гроші йдуть на будову. Оксана не голосувала за Порошенка. Бо набрид. Вирішила голосувати за Зеленського. Може, життя буде краще або принаймні цікавіше. Може, грошей буде більше...

Галичина — єдиний регіон країни, який підтримав Петра Порошенка (27%) у першому турі виборів. Саме тут він отримав найбільше голосів. Але немало прихильників (близько 15%) є і в лідера виборчих перегонів Володимира Зеленського. Люди вкрай стурбовані, всі хвилюються, що буде далі, адже на кону — майбутнє країни.

Українська Галицька партія не стоїть осторонь. Розуміючи всі недоліки чинного Президента, політсила вважає, що 21 квітня Україна робитиме вибір не між двома кандидатами, а між напрямками розвитку. А, можливо, й між ними — бути Українці чи ні.

«Ми прагнемо зрозуміти всіх галичан, їхній вибір, їхні думки, їхні страхи. Але коли на кону майбутнє країни, ми не будемо мовчати. Ми пам'ятаємо, що таке втрачати державу. І що таке її відбудувати. У всі найскладніші часи галичани не тікали від труднощів, а захищали Україну. Революція на Граніті 1991-го, Помаранчева революція 2004-го, Революція Гідності 2014-го...



І тепер, у 2019 році, ми повинні боротися до кінця. Ми вибираємо не Порошенка. Ми вибираємо Україну, — каже голова Тернопільської обласної організації Української Галицької партії Олег Вітвіцький.

У Галицькій партії вирішили організувати спеціальну акцію — спецоперацію «Вря-

тувати країну». Активісти йдуть у містечка і села, аби переконати людей виборувати за Україну. За європейський вибір країни, за здобутки останніх п'яти років. Українська Галицька партія планує охопити 500 сіл і містечок у Львівській, Івано-Франківській і Тернопільській областях.

«Ми не ідеалізуємо Порошенка. Ми знаємо всі його недоліки. Знаємо і про недолугу кадрову політику, і про корупцію, і про виїзд людей з країни. Але ми добре пам'ятаємо і про історичні для нашої країни перемоги: це і безвізний режим з ЄС, і рух до НАТО, це й об'єднання України, церкви, поліції. Не всі задоволені, є зауваження, але це саме та дорога, якою варто йти далі», — переконує голова Української Галицької партії Роман Лозинський.

Але діяти лише в Галичині — цього мало. УГП об'єднала свої зусилля з іншими молодими партіями і починає активно діяти на національному рівні.

Партіїці запрошують усіх небайдужих приєднуватися до спецоперації «Врятувати країну». Якщо ви готові діяти у своєму селі, у районі або на національному рівні — долучайтеся до команди Української Галицької партії. Шукайте сторінку партії у мережі Фейсбук або телефонуйте 0800218956.

Ольга ФІРМАН.

Актуальне інтерв'ю

Щоб завтра в країні жилося краще

На сторінках «Подільського слова» ми чимало писали про реформу децентралізації, про приклади Байковецької та Великогаївської громад, які сьогодні успішно розвиваються і є флагманами реформи чи не по всій Україні.

Як відомо, ще в червні минулого року на сесії Тернопільської обласної ради депутати схвалили перспективний план, згідно з яким на базі Тернополя і Тернопільського району мало бути створено п'ять нових ОТГ – Тернопільська громада з центром у Тернополі, до якої мають увійти обласний центр та села Кобзарівка, Малашівці і Чернихів Зборівського району; Настасівська (Настасів, Мар'янів та Йосипівка); Острівська (Острів, Буцнів, Серединки, Велика Лука, Хатки, Мишковичі, Петриків); Підгороднянська (Підгородне, Довжанка, Домаморич, Драганівка, Почапінці, Забойки, Великий Ходячків); Білецька (Біла, Чистилів, Плотича, Великий Глибочок, Івачів Горішній, Івачів Долишній, Ігровиця).

23 грудня відбулися перші вибори у новостворених Білецькій і Настасівській ОТГ. Ще у двох громадах — Острівській і Підгороднянській — вибори не було проведено.

Про стан справ, плани і перспективи спілкуємося з сільським головою с. Підгородне Сергієм Чапраком, який був одним із ініціаторів створення громади.

— **Сергію Володимировичу, як відомо, створення громади на громадських обговореннях було пінтрім, що мешканці до її складу. Ви отримали позитивний висновок голови ОДА, громаду було включено в перспективний план. То чому ж гальмується процес її створення?**

— Після проведення громадських обговорень проєкту рішення щодо об'єднання. Відтак голова ОДА мав би звернутися до ЦВК про призначення виборів у громаді. Цей проєкт рішення було розіслано всім сільським головам для винесення його на розгляд сесії і прийняття рішення про його ухвалу за результатами громадських обговорень. Його потрібно було лише роздрукувати, ухвалити, підписати і повернути. Однак голова Почапінської сільської ради Марія Палига допустилася помилки в рішенні сесії. Відповідно, здати необхідний пакет документів в зазначені терміни робоча група не встигла. Чому так сталося? Очевидно, помилку було зроблено зумисне — інших пояснень я не знаходжу. **Щоб її виправити, потрібно було винести на розгляд наступної сесії питання про внесення змін до попереднього рішення. Однак від вересня 2018 року цього так і не було зроблено.** Чому зволікає Марія Степанівна? Можливо, вона не до кінця усвідомлює, що мешканці 7 сіл стали заручниками її бездіяльності. А може, переслідує власні меркантильні інтереси.

— **То що далі? Підгороднянської громади не буде?**

— Де-юре громада вже є. Але запрацює вона тільки після призначення в громаді перших виборів депутатів та голови. Сподіваюся, це станеться до кінця 2019 року. Бо якщо Марія Степанівна ще трохи позволікає і до кінця року вибори в громаді не відбудуться, маємо реальний шанс втратити державну дотацію ще й на 2020 рік. На загальнодержавному рівні діє низка механізмів підтримки ОТГ — це субсидії на розвиток соціально-економічної місцевості, на функціонування відділу освіти в громаді тощо. Самостійно ж, за власний бюджет, сформувати розвинену інфраструктуру за короткий період складно, а прирікати громаду на злиденне існування — безглуздо.

Підгородне у цій новоствореній громаді було б бюджетотворюючим селом, адже левова частка бюджету Підгороднянської громади — це кошти сьогоднішньої Підгороднянської сільської ради. Тож нині ми вкладаємо їх у розвиток свого села.

— **Коли їхала до вас, помітила, що скрізь кипить робота.**



— Щойно зійшов сніг, ми взялися за благоустрій. Рання весна і хороша погода дали нам можливість вже відремонтувати ділянки

доріг на вул. Пасічна, Подільська і Стуса. Перемурували опорну стіну під клубом, пофарбували дитячі майданчики.



Наразі місячник із благоустрою триває, а 13 квітня у нас відбудеться загальносільська толока. Тож принагідно запрошую всіх мешканців села долучитися до неї.



— **Попри сільську раду у вас зроблена дорозжна дорога: з тротуаром, дорожніми знаками, місцем паркування.**

— Цю дорогу ми зробили кілька років тому. Сьогодні в селі доріг такої якості є кілька. Минулого року завершили ремонт дороги по вул. Озерна, протяжністю близько 3 км. На її будівництво з місцевого бюджету



спрямували 8 млн гривень. Близько 1,5 млн гривень витратили на тротуар із бруківки, протяжністю 1200 метрів, на вул. Бжежан-ської. Вже близько 3 млн, гривень вкелано у цьогорічний ремонт доріг. Крім того, маємо готову проєктно-кошторисну документацію на заміну асфальтного покриття та освітлення вулиці Під'їзна, що пролягає через один із мікрорайонів села і з'єднує кілька вулиць та садову територію «Діброва». Її протяжність майже 4 км.

— **Працюєте на умовах співфінансування з дорожнім фондом?**

— Ні, всі кошти — з власного бюджету. Намагаємося ні на кого не розраховувати. Помагаємо лише на власні сили. У фонді регіонального розвитку вже третій рік лежить проєктно-кошторисна документація на будівництво НВК—ДНЗ на 80 місць — 40 для початкової школи і стільки ж — для дитячого садка. Село наше, як бачите, розростається, є багато молодих сімей, відтак — дітей дошкільного і молодшого шкільного віку, яких батьки змушені возити або в Тернопіль, або в Почапінці. Приміщення, в якому сьогодні розташована початкова школа, старе. Колись тут була колгоспна кузня. Свого часу ми перекрили його, поміняли вікна на металопластикові. За допомогою батьків зробили каналізацію, санвузол, провели воду. **Та все ж хочеться для нашої малечі збудувати новий, сучасний навчально-виховний комплекс із усіма зручностями. Оскільки вартість цього комплексу — понад 23 млн гривень, розраховували на співфінансування з ФРР за схемою 70 на 30.** Тобто 30% від цієї суми (7 млн 51 тис.) на будівництво школи-садка спрямовуємо ми з місцевого бюджету, а 70% надає фонд регіонального розвитку. Цьогоріч наш проєкт зареєстрований першим, але як воно складеться — побачимо.

— **У вас великі плани!**

— О, так. На жаль, не все можна зробити одразу. Із наявних — капітальний ремонт приміщення ФАПу і бібліотеки. Проєктно-кошторисну документацію на цей проєкт плануємо найближчим часом винести на обговорення сесії. Сподіваюся, депутати мене підтримають. До слова, хочу зазначити, що всі хороші зміни, які відбуваються в нашому селі, стали можливі завдяки плідній співпраці апарату Підгороднянської сільської ради з депутатським корпусом і виконавчим комітетом. Допомагають і місцеві підприємці, за що я їм щиро вдячний.



Працівники апарату сільської ради

Мрію облаштувати в селі сквер, який стане улюбленим місцем відпочинку мешканців села. Хочу зловити там доріжки, підсвітку, встановити лавочки та лавки, погуляти, поспілкуватися. Бо зараз молодь, батьки з дітьми здебільшого проводять дозвілля на дитячоспортивному майданчику, який ми відкрили восени 2017 року, а старшим і вийти нікуди.

— **Не боїтеся вандалів, чи у вас люди чемні?**

— Чемні. Але про всяк випадок встановили по селу кілька камер цілодобового відеоспостереження. (Сміється). Прикро, коли для людей старієш, що це вони нищать те, що зробили. Тішаєшся, що це — поодинокі випадки.

А загалом село у нас безпечне, якихось резонансних випадків, дякувати Богу, не траплялося. Може тому, що все на виду, бо всі вулиці села у нас освітлені.

— **За вуличне освітлення мешканці сплячуть?**

— Ні, платимо з бюджету сільської ради. З метою економії на всіх вуличних ліхтарях встановили ЛЕД лампи, що дало змогу втричі скоротити витрати на оплату електроенергії.

— **Сергію Володимировичу, ви любите своє село?**

— Хочеться відповісти словами з пісні: «Село моє, для мене ти — єдине». Я тут народився і виріс, тут і живу. Для мене Підгородне — найкраще, і підгороднянці — найкращі. Мені хочеться, щоб людям було комфортно тут жити, народжувати і рости дітей. Щоб вони не виїжджали за кордон у пошуках кращої долі, а розбудовували своє село, нашу Україну. Бо тільки нам під силу щось змінити в державі. Бо ми я і є держава і її доля в руках кожного, без винятку, її громадянина. Кожен із нас щодня має звітувати перед собою: «А що я сьогодні зробив, щоб завтра в країні жилося краще?» Тільки так ми зможемо досягти успіху, подолати негаразди, труднощі, вивести державу на новий рівень. Бо хто, якщо не ми?

Користуючись нагодою, напередодні великого свята — Христового Воскресіння хочу привітати всіх односельців. Нехай ваші домівки наповнюються затишком, теплом, достатком. Щастя, здоров'я і злагоди вам, вашим рідним і близьким. Миру і процвітання нашій Україні!

Спілкувалася Наталія ГАЛУЦАК.

РЕКЛАМА ОГОЛОШЕННЯ

НЕРУХОМІСТЬ

Продам

Продам новий будинок, гараж, літня кухня, 14 сотів ґрунту, гарне місце, с. Смиківці. Ціна договорна. ☎0976846267

Продам дім (2 кімнати і 2 кухні) газ, водогін, сад, пасіка, асфальт, близько залізниці, 11 км від м. Тернопіль, 0,15 га землі, побутову техніку ☎0971307623

СпецБудТранс
НАДАЄ ПОСЛУГИ:

- маніпулятором,
- екскаваторами-навантажувачами
- гідромолотом,
- автокраном,
- катками,
- грейдером

163-524
10-801
63-114
e-mail: spetsbudtrans@gmail.com
тел. 0681054393, 098-430-05-72, 097-890-98-55 (бухтранспек)

Послуги з ремонту вантажних автомобілів (ремонт ходової, послуги автоелектрика, аргонне зварювання) ☎0672114040

Запчастини до пилосмоктувачів, пральних машин та ін. техніки, ☎436043, 0970109717

Надаємо послуги по коланню колодязів (септиків) власною технікою ☎0672114040

Демонтаж та порізка конструкцій дім та різних виробів з металу ☎0672204157

Бетонні кільця для криниць, бруківка, фасадний облицювальний камінь, парпети, капелюхи ☎0977760627

МЕТАЛОЧЕРЕПИЦЯ!
Німецька, бельгійська, фінська якість, гарантія 10-30 років! Певна комплектація та професійний монтаж Вашого даху! Заміри, кошторис, доставка!
☎0977697658, 0669835527

ВСЕ ДЛЯ ДОМУ

Кондиціонери провідних фірм світу, ☎257478, 427237
Жалюзі, ролети (горизонтальні, вертикальні), римські штори ☎254897, 0986208224

Меблі

Шафи-купе, безкоштовний замір, ☎434714, 0674878484, 0958752424
Крісла. Виготовлення та ремонт ☎0977219177, 525521

Індивідуальні та фабричні меблі, безкоштовна доставка по Західній Україні, ☎0987939176

Матраци, дивани, ліжка, термінова перетяжка меблів ☎0673542064

Кoyo. TIMKEN NTN. SNR.
Where You Turn
ПІДШИПНИКИ
Для промислової та сільськогосподарської техніки
Для легкових та вантажних автомобілів

ПАСИ КЛИНОВІ
Для імпортованих комбайнів

САЛЬНИКИ

м. Тернопіль. Тел. (067) 354-70-97
www.bearings.te.ua

Шкіряні меблі для дому та офісу, ☎297188, 0508597119
Ліжка, двері, сходи з натурального дерева ☎0672742275

СІЛЬСЬКЕ ГОСПОДАРСТВО

Продам

Продаю гуртом на вроздріб саджанці чорної смородини ☎0973944257, 0505411913

Все для розсади: касети, ґрунти, торф'яні таблетки, горщики. Садовий інвентар ☎0673708605

Куплю

Куплю ВРХ, коней, телят, а також корів на утримання ☎0973732491

ПОСЛУГИ

Побутові

Професійне перетягування та ремонт м'яких меблів ☎0678386928

Обрізання та видалення дерев за допомогою автовишки, вивіз залишків. ☎0672114040

Дахові роботи. Дошка, лати, мурлати ☎0981010055, 0981010077
Ремонт пральних машин та іншої побутової техніки. ☎0970083248
Послуги по встановленню супутникової антени, ремонт, ремонт та налаштування тюнерів ☎0985888421

Оголошення

Великобerezівська сільська рада Тернопільського району Тернопільської області рішенням сесії селищної ради №593 від 28.03.2019 року затвердила технічну документацію з нормативною ґрушовою оцінкою села Кип'ячка.

Затверджена базова вартість 1 кв. м земель села Кип'ячка — 162,74 грн/кв.м.

Рішення набуває чинності з 01.07.2019 року.

З технічною документацією можна ознайомитися у селищній раді за адресою: смт Велика Березовиця, вул. Микулинецька, 42.

Великогаївська сільська рада проводить громадське обговорення містобудівної документації «Детальний план території формування земельної ділянки для розміщення виробничо-складської товарно-торгівельної бази в с. Великі Гаї Тернопільського району Тернопільської області».

Громадське слухання відбудеться 08.05.2019 року об 11 год. у приміщенні Великогаївської сільської ради за адресою: Тернопільська обл., Тернопільський р-н, с. Великі Гаї, вул. Галицька, 47.

Великогаївська сільська рада проводить громадське обговорення містобудівної документації «Детальний план території для будівництва індивідуального житлового будинку, господарських будівель і споруд в с. Великі Гаї Тернопільського району Тернопільської області» (земельна ділянка гр. Полов'юк В.С.).

Громадське слухання відбудеться 06.05.2019 року об 11 год. у приміщенні Великогаївської сільської ради за адресою: Тернопільська обл., Тернопільський р-н, с. Великі Гаї, вул. Галицька, 47.

Великогаївська сільська рада проводить громадське обговорення містобудівної документації «Детальний план території формування земельної ділянки для розміщення та експлуатації об'єктів дорожнього сервісу в с. Великі Гаї Тернопільського району Тернопільської області».

Громадське слухання відбудеться 08.05.2019 року об 11 год. у приміщенні Великогаївської сільської ради за адресою: Тернопільська обл., Тернопільський р-н, с. Великі Гаї, вул. Галицька, 47.

Великогаївська сільська рада проводить громадське обговорення містобудівної документації «Детальний план території формування земельної ділянки під господарський двір фермерського господарства «Скочелас» на вул. Польова, 10 у селі Грбовець Тернопільського району Тернопільської області».

Громадське слухання відбудеться 06.05.2019 року об 11 год. у приміщенні Великогаївської сільської ради за адресою: Тернопільська обл., Тернопільський р-н, с. Великі Гаї, вул. Галицька, 47.

В селі Байківці ФOP Олі́в Б. А. буде проводити земельпорядні роботи з встановлення межових знаків в натурі (на місцевості) земельної ділянки гр. Кіт Надії Теодорівни.

17.04.2019 р. просимо бути присутніми власників і користувачів суміжних земельних ділянок (Базан. Л. Я. та Мельник В. І.).

В селі Байківці ФOP Олі́в Б. А. буде проводити земельпорядні роботи з встановлення межових знаків в натурі (на місцевості) земельної ділянки гр. Марко Галини Богданівни.

17.04.2019 р. просимо бути присутніми власників і користувачів суміжних земельних ділянок (Хома В.В. та Волошин І.С.).

ПРАЦЮ МО В Європі

НАЦІОНАЛЬНА МЕРЕЖА

Офіційно працевлаштуємо в усіх країнах Європи, Ізраїлі, Австралії, Катарі, ОАЕ та багатьох інших країнах.

- Без посередників
 - Візова допомога
 - Великий вибір вакансій
- ☎(068)997-56-76
Сайт: <https://ukraine-eu.com.ua/work>

Медичні

Лікування на бджолиних вуликах. Продам пилко, мед ☎0685392533, 0972076523

Надія - 2002. Курси масажу, домашньої медсестри ☎0674225474

Послуги по утепленню квартир та будинків ☎0971448151

Якісне прибирання будинків. ☎0683447459

Продам

Стінку у вітальню «Київ», довжина 4,5 м, м'яку частину (мідний та великий диван, кутове з'єднання, 2 крісла), 6 офісних тумб. Недорого. ☎0987293522

Нову велику мікрохвильову піч «Самсунг», новий сепаратор для перегонки молока, металосос, 1,5 м, б/к, сунгні, сервант кутовий — виробник фабрика «Нова», пральну машинку-автомат італійського виробництва «Ардо», б/к, скло завтовшки 6 мм. Також недорого шапки-вушанки фабрики «Тисмениця», натуральні дублянки італійського й турецького виробництва. Телефонуйте у будь-який час ☎0981190464.

Продам сервізи фарфорові чайні, кавові. ☎0974404160

Куплю

Куплю стару червону грубу черепицю ☎0673011109

Куплю макулатуру, склобій, пивні пляшки, пластмасу, металеві банки, стару побутову техніку. Візід до клієнта. Високі ціни. ☎0965954389
Лампи, світильники, прожектори. ☎0676225257



- Італійська хімія
- Чистка текстилю
 - Прасування
 - Чистка та фарбування шкіри
 - Чистка весільних платів
 - Замша
 - Чистка ковдр
 - Чистка хутра
 - Аквачистка пуховиків
 - Чистка пір'я
 - Біочистка
 - Реставрація подушок, ковдр із заміною напінника
 - Перешиття перин та подушок

43-62-05

Італійська хімія "Фрателлі"
Тернопіль, Об'їзна, 12/5
(ринок "Західний", 2 ярд)

ТОВ «Забудовник» запрошує на роботу будівельників віком до 45 років (фасадчиків та різноробочі) в м. Київ, м. Житомир. Житлом забезпечуємо. Заробітна плата від 14 000 грн. ☎(097) 111 91 60.

Охоронці. Вахта. Робота постійна. Житло надаємо безкоштовно. ☎0972558885, 0504100119

РОБОТА

На роботу потрібен журналіст. Офіційне працевлаштування. Повний робочий день. ☎0503776715, 0977218259, 0977947546.

ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ

Втрачено студентський квиток ВК №12251211 на ім'я Олійник Людмили Вікторівни, студентки ІІ курсу факультету медіакомунікацій і підприємництва, виданого Української академії друкарства, вважати недійсним.

Співчуття

Колектив НВК «Довжанківська ЗОШ І-ІІІ ст. - ДНЗ» висловлює щирі співчуття голові профспілкового комітету школи, вчителю української мови та літератури БОНДАР Катерині Йосипівні з приводу смерті її батька.

Дев'ята річниця світлої пам'яті

Павла Дмитровича Бойка
13.06.1971 — 10.04.2010



Як швидко, неблаганно летить час. Минає дев'ятий рік, як пішов у вічність наш найдорожчий тато, чоловік, син — Павло Дмитрович Бойко. А біль невимовної втрати не вщуає. Не хочуть змиритися розум і серце, що Тебе більше нема. Ти пішов у засвіти зовсім молодим, 39-річним. Ми не змогли Тебе врятувати від важкої мовилодним, рідним. У пам'яті всіх, хто врятував, Ти залишився назавжди доброзичливою, щирою, порядною людиною, справжнім лікарем з небайдужим серцем, турботливим чоловіком, люблячим батьком, найдорожчим сином і зятем.

Вічна Тобі любов і вдячність за чудові роки, впродовж яких Ти був з нами. Лебединим пухом хай буде Тобі земля, а душі — вічний спокій і Царство Небесне.

Не заросте ніколи та стежина,
Що провела Тебе в останню путь,
Похилиться зажурена калина,
І добрим словом люди пом'януть.

Сумуючі дружина, син, батьки.

Вітаємо!



Коллектив Острівської ЗОШ І-ІІІ ступенів щиро вітає з днем народження **Тараса Михайловича СЕМЧИШИНА**.

*З днем народження вітаєм,
Від всього серця ми бажаєм
Щастя, радості, добра,
Здоров'я, успіхів, тепла,
Благополуччя та достатку,
Щоб справи всі були в порядку,
Хай посміхається життя
Та буде кращим майбуття!*

Коллектив Тернопільського центру соціальних послуг (Тернопільського району щиро вітає з днем народження соціального робітника села Малний Ходачків **Галину Омелянівну ІЛІК**.

*Прійміть найкращі наші побажання,
Яскравих квітів незабутніх цвітів,
Нехай це добре, щире привітання
Звучить для Вас ще сотню літ.
Хай над Вами небо буде завжди чистим,
Радісно на серці, повно на столі.
Хай були завжди Ви дужі та згодні,
А душею й серцем вічно молоді!*

9 квітня відсвяткувала свій день народження **Наталія Володимирівна БАЛАГУРА** із с. Гаї-Шевченківські. Родина, колеги та друзі щиро вітають іменинницю і дарують їй такі слова:

*Скільки квітів навесні,
Скільки листя в гаї,
Стільки здоров'я, щастя, радості
Ми тобі бажаєм.
Щоб спокій і мир панували в родині,
Щоб щастя всім мігалося на кожній хвилині.
Щоб горе дорого до хати не знало,
Щоб життя радість дарувало.*

Коллектив НВК «Довжанківська ЗОШ І-ІІІ ст. - ДНЗ» щиро вітає з днем народження вихователя **Марію Іванівну ФУКУ**.

*В цей дорогий для серця день
Бажаєм квітів і пісень!
Від друзів – щирих привітань,
Від зірок – здійснення бажань!
Від сонця – світла і тепла,
Щоб доля щедрою була!
І не спинити часу лік,
Нехай щастить весь довгий вік!*

Коллектив НВК «Довжанківська ЗОШ І-ІІІ ст. - ДНЗ» щиро вітає з 50-річчям заступника директора з навчально-виховної роботи **Олену Данилівну ТВЕРДОХЛІБ**.

*Бажаємо Вам квітів та мирного неба,
Грошей та здоров'я ще більше, ніж треба.
Хай доля Вам щастя багаті дає,
Зозуля сто років життя накує.
Хай справдяться мрії, здійсняться дива,
Хай кругом від сміху іде голова,
Достатку – у будні, в свята – подарунків,
Гарних подій, доброти, поцілунків!*

Коллектив Тернопільської РДА щиро вітає з днем народження адміністратора центру надання адміністративних послуг Тернопільської РДА **Ірину Степанівну РЕДЬКВУ**.

*Нехай здійсниться тисячі бажань,
Нехай здійсняться всі бажання,
Щоб доля дарувала тільки щастя,
Ні краплі бід, ні жалю, ні страждань.
Життя хай квітне, мов вишневий сад,
І кожен день усміхнено радіє,
А доля подарує зорепад
Здоров'я, миру, успіхів й надії.*

Коллектив працівників відділу освіти та районного методичного кабінету щиро вітає з днем народження бухгалтеря **Ірину Володимирівну БУХАЛУ**.

*Хай буде життя позитивним,
Веселим, чудовим, активним,
Багатим, щасливим і плідним,
Цікавим, блискучим і гідним!*

Коллектив Тернопільської РДА щиро вітає з днем народження в.о. директора Тернопільського районного центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді **Едуарда Олександровича ГРІШИНА**.

*Прійміть від душі наші щирі вітання,
Хай збудуться всі Ваші плани й бажання!
Життя хай дарує чудові презенти,
Яскраві емоції, щастя моменти.
Щоб лихо до хати дорогу не знало,
А доля Вам радість завжди дарувала!*

Коллектив працівників Фонду комунального майна в Тернопільському районі щиро вітає з 65-літнім ювілеєм сторожа **Галину Миронівну ЗАРУДНУ**.

*Зорить чудову Вашу дату,
Цей світлий день – Ваш ювілей.
У дім уже заходить свято
З вітанням друзів та гостей.
Хай незлічені будуть роки,
Багаті сонцем та добром,
Веселим співом, легкими кроками,
Хай доля сповниться добром.*

Іменинники КНП Тернопільської районної ради «Тернопільський районний центр первинної медико-санітарної допомоги» — завідувач ФАП с. Довжанка **Наталія Олександрівна СТАНІСЛАВЧИК**, робітник АЗПСМ смт Великі Бірки **Михайло Михайлович ЗУБИК**, реєстратор медичний АЗПСМ с. Мишковичі **Марія Богданівна ЛАЗУТА**, молодша медична сестра ФАП с. Підгородне **Ольга Миколаївна ЛІТКОВЕЦЬ**, молодша медична сестра ФАП с. Острів **Галина Дмитрівна НАЗАРІК**.

*Нехай завжди Вам всімміхається доля,
Несуть тільки радість з роботою,
Хай щастя й здоров'я не зрадить ніколи,
Хай збуваються мрії, бажання й думки.
Хай ладиться скрізь: на роботі, в родині,
Щоб радісний настрій у серці не згас,
Все світле і гарне, що у тебе в душі,
Нехай неодмінно приходять до вас!*

Іменинники КНП Тернопільської районної ради «Тернопільська центральна районна лікарня» — сестра медична з масажу **Олена Олександрівна КОЗЛОВА**, секретенор, лікар-терапевт **Пелагея Михайлівна ГНІДА**, статистик медичний **Євгенія Петрівна ДМИТРАК**, молодша медична сестра **Наталія Володимирівна СЕМЕНЧУК**, молодша медична сестра **Галина Михайлівна КОВАЛЬЧУК**, лікар-терапевт **Олег Степанович СУСЛА**, бухгалтер **Людмила Анатоліївна БАЛАБУШКА**, старша сестра медична **Ольга Броніславівна ВОЛОСКОВСЬКА**, молодша медична сестра **Тетяна Йосипівна ФРИС**, лікар-стоматолог **Віктор Петрович ЗАМРИГА**, фельдшер-лаборант **Наталія Микитівна БРИЛЬ**.

*В цей дорогий для серця день
Бажаєм квітів і пісень!
Від друзів – щирих привітань,
Від зірок – здійснення бажань!
Від сонця – світла і тепла,
Щоб доля щедрою була!
І не спинити часу лік,
Нехай щастить весь довгий вік!*

Коллектив ДНЗ «Світ малечі» с. Гривича щиро вітає з днем народження помічника вихователя **Оксану Ярославівну ТИМОФІЙЧУК**.

*Із днем народження вітаєм!
Добра і радісність бажаєм,
Здоров'я на всі літа,
Хай в серці квітне доброта.
Хай в небі сонце ніжно сяє,
Веселка барвами заграє,
Щебечуть довіг'ї грайливо
На життя довге й щасливе!*

Актуально

Про заборону спалювання сухої трави

Щорічно з приходом весни в містах і селах, на полях і сіножатях, на пагорбах і вздовж доріг рухаються вогняні «фронти», які знищують на своєму шляху все живе. Відтак пожежно-рятувальні підрозділи Тернопільського району все частіше залучаються до ліквідації пожеж в екосистемах.

Внаслідок необережного повождення з вогню чи людського недбалства й неохочності на відкритих територіях, господарських угіддях, уздовж транспортних магістралей, на узбіччях і навіть практично у центрі населених пунктів горить суха рослинність. Кількість таких пожеж постійно зростає. Шкода від самовільного й неконтрольованого спалювання рослинних залишків різностороння й таїть велику небезпеку. Вогонь знищує не лише сухостій, а й насіння і коріння живих рослин, пошкоджуються нижні частини дерев і кущів, також погіршується якість ґрунтів, що призводить до зниження урожайності. Спалювання сухої трави може спричинити масові пожежі, які можуть знищити житлові будівлі та загрожувати життю людей.

Під час горіння листя та інших рослинних залишків і повітря випульняються шкідливі хімічні сполуки, які несуть велику шкоду для здоров'я людини. При спалюванні трави на присадибних територіях або стерні на фермерських полях виникає загроза перекидання вогню на прирідні ділянки, що призводить до знищення диких рослин та тварин. Виникає загроза лісових пожеж і загоряння житлових будинків. Якщо пожежі виникають на місцевості, через яку прокладено високовольтні лінії електропередач, постає нова загроза. Дим і вогонь є напівпровідниками і за відповідних умов здатні стати причиною закорочення ЛЕП.

Ліквідація таких пожеж відризняється від інших тривалістю та потенційною можливістю збільшення масштабів. Для їх гасіння потрібно залучати значну кількість рятувальних сил, пального



і спецтехніки на тривалий термін. Адже на відкритій території в безвітряну погоду вогонь може розповсюджуватися зі швидкістю до 4-х кілометрів на годину, а у вітряну – до 30. Висота полум'я сягає двох метрів, а при сильному вітрі змінюється швидкість обсяг таких пожеж протягом 15-30 хвилин збільшується в 2-3 рази.

Спалювання сухої трави, опалого листя та інших рослинних залишків без дозволу відповідних органів встановлено законодавством України. Відповідальність за порушення цієї норми передбачена Кодексом України про адміністративні правопорушення і тягне за собою накладення штрафу на громадян у сумі від десяти до двадцяти неоподаткованих мінімумів доходів громадян і на посадових осіб – від п'ятидесяти до сімдесяти неоподатковуваних мінімумів доходів громадян (ст.77-1 КУпАП).

Крім того, при притягненні винних осіб до адміністративної відповідальності, враховуються всі обставини правопорушення

та тяжкість його наслідків, оскільки статтею 245 Кримінального кодексу України за знищення або пошкодження лісових масивів, зелених насаджень навколо населених пунктів, вздовж залізниць, а також стерні, сухих дібровастих трав, розстелених або її залишків на землях сільськогосподарського призначення вогнем чи іншим загально-небезпечним способом передбачено кримінальну відповідальність. Винних карають штрафом від трьохсот до п'ятисот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або обмеженням волі на строк від двох до п'яти років. Ті самі дії, якщо вони спричинили загибель людей, масову загибель тварин або інші наслідки, караються позбавленням волі на строк від п'яти до десяти років.

Громадяни, дотримуйтесь правил пожежної безпеки, відмовтесь від спалювання сміття й рослинних залишків! Якщо ви бачите, як інші спалюють траву, поясніть, чому це не слід робити.

Тернопільський районний відділ У ДСНС України у Тернопільській області.

Оголошення

Триває набір в поліцію на посаду поліцейського



Основні службові обов'язки:

- швидке та ефективне реагування на правопорушення, патрулювання визначеної території для забезпечення публічної безпеки і порядку;
- забезпечення безпеки дорожнього руху;
- здійснення контролю стану дорожньої інфраструктури;
- виїзд на виклики громадян;
- надання невідкладної допомоги громадянам;
- здійснення заходів, спрямованих на розкриття злочинів по гарячих слідах, а також протидія злочинності;
- здійснення превентивних заходів (перевірка осіб, що перебувають під адміністративним наглядом, перевірка власників зброї тощо).

Бажані якості та навички:

- висока мотивація та орієнтація на якісні зміни в державі;
- здатність швидко приймати рішення та діяти в екстремальних ситуаціях;
- дисциплінованість, організованість, відповідальність;

- комунікабельність, ввічливість, стриманість, прагнення допомагати людям;
- вміння аргументовано висловлювати свою думку;
- досвід роботи з ПК (офісні програми, Інтернет) на рівні ввчнено-нових користувача.

Вимоги до кандидатів:

- громадянство України;
- вік від 18 років;
- вільне володіння українською мовою;
- повна загальна середня освіта;
- наявність посвідчення водія категорії В;
- знання Конституції України, ЗУ «Про Національну поліцію», ЗУ «Про запобігання корупції», Кодексу України про адміністративні правопорушення;
- відсутність офіцерського військового чи спеціального звання.

Ми пропонуємо:

- заробітну плату від 10300 грн (після успішного проходження первинної професійної підготовки);
- соціальне забезпечення згідно з діючим законодавством, пільговий лізинг на житло, компенсація оренди за виїздами;
- професійну підготовку за міжнародними стандартами;
- можливість отримання вищої освіти у вищих навчальних закладах зі специфічними умовами навчання, які здійснюються підготовку поліцейських;
- перспективу кар'єрного росту.

Реєстрація кандидатів на конкурс триває до 19.04.2019 на сайті <https://nabir.np.gov.ua>

Добрі справи

Зберегти красу природи, сприяти її оновленню — завдання кожної людини!

На Тернопільщині триває Всеукраїнська акція «За чисте довкілля», в рамках якої відбуваються заходи щодо ліквідації несанкціонованих сміттєзвалищ; прибирання та приведення у належний санітарний стан придорожніх смуг, парків, скверів, берегів водойм; благоустрій будинкових територій; висаджування дерев і квітників. Акції і роблять комунальні установи, держслужбовці, школярі, мешканці населених пунктів активно долучаються до акції і роблять свій посильний внесок у забезпечення чистоти і порядку.



Працівники Тернопільської районної державної адміністрації на чолі з першим заступником голови РДА Володимиром Осядачем і працівники управління з питань цивільного захисту Тернопільської обласної державної адміністрації разом із начальни-

ком управління Ігорем Лівінським **6 квітня провели прибирання придорожньої смуги автодороги державного значення М-12 Стрий - Тернопіль - Кіровоград - Знам'янка** (через м. Вінницю), на відрізку шляху між селами Підгородне і Почапінці. Як ми вже писали напередодні, **22 березня працівники Тернопільської РДА на чолі з головою Олександром**

Пошилим, працівники управління з питань цивільного захисту Тернопільської ОДА та Великоберезовицької селищної ради провели заходи із забезпечення чистоти, порядку і благоустрою на території майбутнього парку поблизу стадіону, біля пам'ятника Тарасу Шевченкові та символічної могили полеглим за волю України у смт Велика Березовиця.



Долучилися до акції й вихованці гуртків «Пішохідний туризм» та «Джура» Почапінської ЗОШ І-ІІІ ст. Вони прибрали сільський стадіон у с. Драганівка.

«Кожен зібраний внесок у впорядкування території. Озброївшись рукавичками та пакетами для сміття, прибрали порожні бляшанки, пластикові пляшки, поліетиленові пакети, які залишили недобробовісні відпочивальники. Звільнили від торішнього опалого листя стадіон та висадили на узбіччі 40 яринок — розповіла президент учнівського самоврядування шкільного парламенту «Першочів'ї» Юлія Жаворянко. — Дякуємо нашому організатору Дмитрові Піговському, який виховує любов до природи, бережливе ставлення до неї, формує екологічну культуру і почуття особистої відповідальності. Пам'ятаймо, що природа — це наш дім, а ми — господарі в нім».



Організовано вийшли на вулиці і майдани, щоб зберегти свою громаду красивішою, працівники апарату Байковецької сільської ради і комунальних підприємств. До яких приєдналися й мешканці сіл громади.

Незабаром, повідомляють у сільській раді, у громаді буде організовано ще кілька масових прибирань сіл громади.

Кипить робота й в усіх населених пунктах Великогаївської громади.



З квітня відбулося спільне прибирання на прилеглий території до амбулаторії загальної практики-сімейної медицини у

селі Баворів. 6 квітня загальна толока відбулася в Гаю Кобзар у селі Великі Гаї.



На своїй сторінці у Фейсбук голова Великогаївської ОТГ колективу апарату Великогаївської сільської ради ОТГ, старостам, працівникам амбулаторії, КП «Громада-Сервіс», працівникам ФГ «Бучинського» і керівнику Анатолію Бучинському та всім мешканцям громади, які знайшли час і підтримали місячник благоустрою. «Дуже приємно бачити, що з кожним днем села громади стають чистішими і ошатнішими», — пише Олег Андрійович.



Заходи з прибирання спільних територій впродовж березня-квітня відбувалися й на території населених пунктів Білецької ОТГ, до яких долучалися всі охочі, від дорослих до школярів та навіть дошкільнят. Останні навпередки сперечалися, кому ж вдасть першим понести сміття до мішка. Із внутрішнім відчуттям обов'язку та бажанням зробити своє село кращим, білвчани, доклали максимум зусиль, створювали чистоту навколо власних домівок та громадських місць.



Прошова



Застінка



Мишковичі



Настасів



Великі Бірки

Знай наших!

Школярка з Байковецької громади отримуватиме стипендію Президента України

Учениця 6 класу Лозівської загальноосвітньої школи Тетяна Заяць продовжує вражати своїми знаннями з української мови та літератури.

Вона успішно здолала всі щаблі ІХ Міжнародного мовно-літературного конкурсу учнівської та студентської молоді імені Тараса Шевченка. Спочатку дівчинка була кращою серед однокласників, потім — серед шестикласників Тернопільського району. На обласному етапі школярка досягла третього місця.

Але найбільшого успіху Тетянка досягла у фіналі конкурсу, тобто на всеукраїнському рівні. Завдяки своїм знанням, творчим здібностям вона виборола друге місце серед однолітків з усієї держави.

За чудовий результат, досягнутий на Міжнародному мовно-літературному конкурсі учнівської та студентської молоді імені Тараса Шевченка, наша землячка з вересня протягом календарного року отримуватиме стипендію Президента України.

Перемога лозівської школярки — це гордість для школи, в якій вона навчається, а також велика нагорода для її наставників, вчителів української мови і літератури Надії Василюк та Стасюк.

Щиро вітаємо Тетяну Заяць, бажаємо їй, її батькам і педагогам міцного здоров'я і нових звершень!

На фото: Надія Стасюк і Тетяна Заяць



Вітаємо!



Колектив ПП «Агрофірма «Медобори» щиро вітає з ювілеєм головного бухгалтера **Любомиру Андріївну КЛИМОВИЧ**.

Дорога Любомиро Андріївно!

У радісний і світлий день Вашого ювілею бажаємо щасливих світанків, красивих мрій і їх здійснення! Хай кожен день буде сповнений гарним настроєм, душевними зустрічами і плідною працею. Щастя і радощів у домівку, здоров'я і благополуччя родині, нахнення у всьому. Хай сонце заглядає у вікна, а щастя — в серце! Божої опіки Вам на многії літа!

*За роком рік життя невпинно лине,
Дарую веселітвю свій час.
У дуці прекрасну ювілейну днину
Вітання щирі Ви прийміть від нас.
Хай доля шле добро і щастя,
Міцне здоров'я, море благ земних,*

*А щедрі дні, мов рушники квітчасті,
Нехай же довго стеляться до ніг.
Хай в житті Вашій щастя квітне
Весняно-іскристим розмаєм,
Бог ласкавий хай радість дарує
І здоров'я міцне посилає.*

З повагою — колектив ПП «Агрофірма «Медобори».

Слово про слово

Успішна розбудова українського суспільства має базуватися на засадах духовності й моралі. Духовні цінності — основа навчання і виховання дітей як у родині, так і в школі. Особливу роль у цьому процесі відіграє вчитель основ християнської етики.

28-29 березня 2019 року у Національному університеті «Острозька академія» провели XIV Всеукраїнський фестиваль-конкурс «Учитель року предметів духовно-морального спрямуван-

ня - 2019» на тему «Слово про слово», присвячений 25-річчю відновленої Острозької академії. Його мета — привернути увагу українського суспільства до вчителя, який викладає такі пред-



мети, сприяти зростанню його професійної майстерності, обміну досвідом.

Лауреатом цього конкурсу стала вчителька основ християнської етики, української мови та літератури, мистецтва Великоберезовицької ЗОШ І-ІІ ступенів **Любов Степанівна Венета**. Її нагородили грамотою «За креативну інтеграцію біблійних цінностей у предмет «Українська лі-

тература» за краще богословське тлумачення значення біблійського вірша» та вручили бібліотечку християнської літератури.

Любов Степанівна успішно презентувала власну розробку інтегрованого уроку «Поєма «Катерина» Тараса Шевченка кризою призму Божих Заповідей» та виховного заходу «Покликання і служіння», здала тести на знання Святого Письма і на високому

рівні показала особисте розуміння біблійного вірша.

Приємною несподіванкою стала пропозиція координатора XIV фестивалю-конкурсу, доктора педагогічних наук, професора В.М.Жуковського провести презентаційний урок зі студентами-словесниками Національного університету «Острозька академія».

Добрі справи

«Книга Добра» продовжує подорожувати

За підтримки міністра закордонних справ України Павла Клімкіна, Міністерства закордонних справ Естонії, Посольства Естонії в Україні, Міністерства людських ресурсів Угорщини, Посольства Угорщини в Україні, з благословення Кардинала, верховного архієпископа Києво-Галицького Любомира Гузара триває реалізація міжнародного соціального проекту «Книга Добра».

«Книга Добра» мандрує світом та об'єднує тисячі дітей і дорослих з єдиною метою — відшукати унікальні історії про Україну, про нас, українців, які щиро творять добро.

Участь у її створенні взяли більше 500 тисяч дітей і дорослих з усіх куточків країни. 350 переможців попередніх етапів проекту мали змогу в складі української делегації передати примірники в Україні в найбільш бібліотеки світу, зокрема **Ватикану, Туреччині, Литви, Латвії, Естонії, Румунії**.

Запрошуємо всіх бажаючих до участі в захоплюючому та пізнавальному етапі міжнародного соціального проекту «Книга Добра». Представники благодійного фонду «Чисті серцем» та редакційна рада на чолі із Марією Матіос будуть обирати найактивніших кандидатів для мандрівок із «Книгою Добра» у найвідоміші бібліотеки світу.

Щоб стати послом миру і добра, потрібно активно проводити заходи, пов'язані із міжнародним соціальним проектом «Книга Добра»:

- читати й аналізувати історії добра в школах, позакласних гуртках, будинках творчості тощо;
- пропагувати добро: проводити різноманітні флешмоби із використанням історій із «Книги Добра»;
- створювати відеоролики, мультфільми, блоги і т. д.;
- організувати художні виставки із використанням історій із «Книги Добра»;
- театралізувати історії із «Книги Добра» та інше.

Під час проведення заходів обов'язково використовувати символіку проекту. Брати участь можна як одноосібно, так і колективно.

Результати виконаних робіт необхідно надсилати у відео та фотозвітах на електронну адресу: knugadobra50@gmail.com.

До кінця 2019 р. заплановано передати книгу у 15 країн світу за участю 1 000 дітей та 200 дорослих (активні учасники конкурсу, керівники гуртків, вчителі шкіл, вихователі дошкільних навчальних закладів). Крім того, найактивніші учасники отримують цікаві подарунки: друковану «Книгу Добра» із автографами організаторів проекту, листівки, виготовлені на черпаному папері, та інші подарунки.

Із запитаннями звертайтеся до представників БФ «Чисті серцем» за номером телефону +380 (50) 433 98 18.



Давайте творити добро разом!

Організатори проекту:
БО «Благодійний фонд «Чисті серцем»,
Центр української культури у м.Таллінні
(Естонія), Державне самоврядування українців Угорщини.

Посилання на відео про проект:
youtu.be/_ptcs6glsTM

На прийом до лікаря

Онкологія — це не вирок

Зазвичай у акушера-гінеколога обстежуються жінки дітородного віку та ті, які, згідно з професійними вимогами, мають хоч раз у рік проходити медичний огляд (учителі, медики, кухарі та ін.). Жінки, старші сорока років, відвідують лікаря-гінеколога лише тоді, коли мають певні симптоми захворювання. Проте, як зауважують медики, саме в цей період у деяких жінок найчастіше діагностують онкологію. Якщо виявити хворобу на ранній стадії, її можна успішно виликати. Тому так важливо виробити у кожній представниці прекрасної статі рідну звичку — хоча б раз на рік проходити профілактичне обстеження у лікаря-гінеколога. Про одне із найпоширеніших та найнебезпечніших захворювань жіночої статеві сфери — рак шийки матки — спілкуємося з лікарем акушером-гінекологом Тернопільської центральної районної лікарні Ольгою Ревею.

- Пані Ольго, яка статистика цього захворювання?

- В структурі онкозахворювань рак шийки матки займає 4-те місце після раку шлунку, органів дихання, шкіри та 2-ге місце після раку молочної залози у структурі жіночої онкології. Щороку у світі це небезпечне захворювання діагностують у 600 000 жінок. В Україні рак шийки матки виявляють у 7500 жінок, 2500 яких помирають (з них 500 — працездатного віку).

У Тернопільському районі рак шийки матки на різних стадіях щороку виявляють у 6-8 жінок. Нині 44 жінки району перебувають на обліку в лікаря-гінеколога. На жаль, були і летальні випадки.

- Які причини захворювання на рак шийки матки?

- Його спричиняють віруси. Зокрема — папілома вірус, особливо небезпечні його 16 та 18 типи, що можуть передаватися при незахищеному статевому контакті. Причиною захворювання можуть бути окремі види герпесу та інші інфекції.

- Які симптоми захворювання?

- Передусім, мають насторожити кровотечі, зокрема патологічні вагінальні, кровотечі між менструаціями, кровотечі та біль під час та після статевого акту, під час спринцювання, кровотеча в менопаузі тощо. Це свідчить, що хвороба вже прогресує.

- Тому жінки саме в цей час приходять на прийом до гінеколога?

- На жаль. На ранній стадії рак шийки матки виявляють при медичному огляді або у молодих жінок, які приходять на консультацію з приводу планування вагітності тощо. А симптом — це вже хвороба на стадії розвитку. Бо якщо здорове починається, жінка почувається здоровою, немає кровотеч та не відчуває болю.

- Тому не лише лікарі-гінекологи, а й інші спеціалісти часом вимагають у жінок щорічного обстеження у лікаря-гінеколога.

- Саме так. Адже рання діагностика та своєчасне лікування передракових станів зменшує захворюваність на рак шийки

матки як мінімум у 20 разів. Обстеження, яке називають цитологією, — безболісне і триває кілька хвилин. Більшість жінок миттєво інформують, що вони здорові. У такому випадку пацієнтки мають пройти таке обстеження лише через рік з метою профілактики.

У деякому матеріалі можуть бути виявлені так звані доброякісні зміни, які свідчать про наявність інфекції. Гінеколог призначає пацієнтці відповідне лікування, після якого цитологічне обстеження проводять ще раз, щоб впевнитись, що жінка здорова.

Наявність клітинної атипії у мазку є доказом передракового стану різного ступеня складності. Жінці, у якої виявлено атипові клітини, призначають додаткове обстеження — кольпоскопію з біопсією шийки матки та цервікального каналу.

Кольпоскопія — метод обстеження шийки матки при оптичному збільшенні, що дає змогу виявити та взяти фрагменти тканини для обстеження.



Bioncia — забір невеличкої (кілька міліметрів) частинки шийки матки, щоб встановити остаточний діагноз. Своєчасне виявлення папіломавірусної інфекції, інших запальних процесів жіночої статеві сфери, дисплазій шийки матки дає можливість запобігти розвитку раку шийки матки.

- Де можна пройти ці обстеження?

- У Тернопільській районній лікарні в кабінеті лікаря акушера-гінеколога. Наші спеціалісти мають високу кваліфікацію. Ми відвідуємо наукові конференції, де висвітлюють ці проблеми, тому маємо неціненний світовий досвід, як виявляти та лікувати ці хвороби.

- Дякую, пані Ольго, за змістовну бесіду.

- Користуючись нагодою, хочу побажати нашим жінкам здоров'я, щастя, а до нас приходити лише з метою профілактики.

Спілкувалася Галина ЮРСА.

Довіра українців до вакцинації є питанням національної безпеки

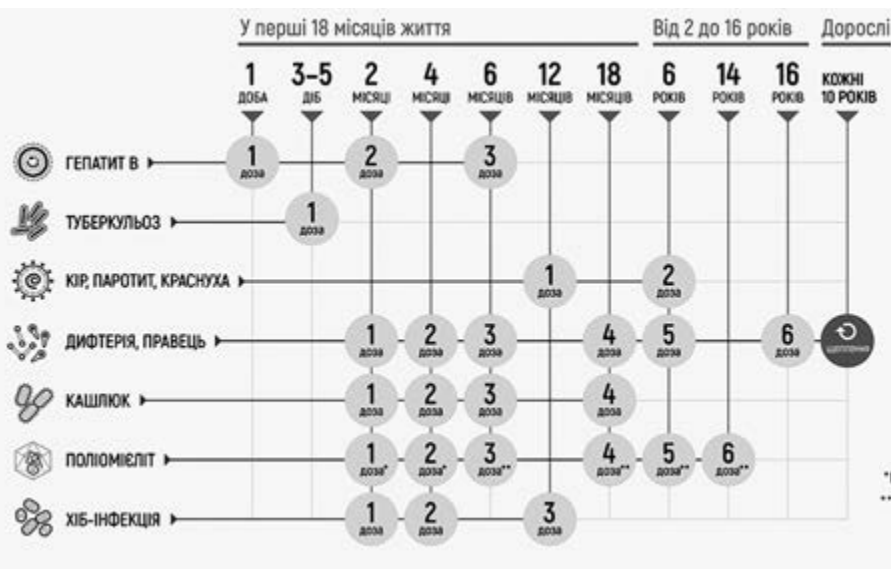
Після кількох тижнів падіння рівень захворюваності на кір в Україні знову зростає. З 28 березня по 3 квітня найбільше нових випадків кору зареєстровано у Тернопільській (243 хворих: 81 дорослий і 162 дитини), в м. Київ (214: 118 дорослих та 96 дітей), Київській (175: 96 дорослих та 79 дітей), Харківській (171: 110 дорослих і 61 дитина) та Хмельницькій (160: 84 дорослих та 76 дітей) областях. За оперативними даними Центру громадського здоров'я МОЗ України, протягом 14-го тижня 2019 р. на кір захворіли 2 250 людей — 1121 дорослий та 1 129 дітей. Зупинити спалах може лише вакцинація.

Недовіра простих українців до щеплень і до якості вакцин, подекуди проведення щеплень, переважно «на папері», відсутність в попередні роки вакцин, — це ті проблеми, які зумовили зменшення частки українців, щеплених від кору, правця, дифтерії та інших небезпечних інфекцій.

«Найбільша проблема — брак інформації у батьків. Бо, здебільшого, інформацію про вакцину, наслідки, про підготовку вони отримують з преси, з Facebook. Чи є вона абсолютно достовірною? Вони «знають» про те, що вакцина — це погано, шкідливо і це може вбити дитину», — констатує лікар загальної практики сімейної медицини Тернопільського районного центру первинної медико-санітарної допомоги, педіатр Богдана Федорівна Корчинська. — Одна з найбільш міфологізованих тем щодо вакцинації — реакції після щеплень. Дуже часто батьки помилково вважають їх небезпечними для здоров'я дитини. В переважній більшості випадків такі реакції минають самостійно. Жодної небезпеки здоров'ю дитини вони не несуть. Є питання національної безпеки. Вакцинація — єдиний надійний засіб захисту від смертельно небезпечних хвороб.

Тож закликаємо всіх батьків не нехтувати безпекою своїх дітей, яку отримують за некомпетентних джерел. Звертайтеся до нас, у ТРЦПМСД, або до працівників ФАПів у своїх населених пунктах. На сьогодні ми маємо в наявності наступні вакцини:

- БЦЖ (від туберкульозу) — 720 доз;
- ІПВ (від поліомієліту інактивована) — 490 доз;
- ОПВ (від поліомієліту оральна) — 400 доз;



- АКДП (вакцина від дифтерії, правця і кашлюка адсорбована з цільноклітинним кашлюковим компонентом) — 1300 доз;
- АДП-м (від дифтерії, правця і кашлюка зі зменшеним вмістом антигену) — 1880 доз;
- Діфтет АДП ДТ — 500 доз;
- Еувакс (від гепатиту В) — 680 доз;
- НіВ (для профілактики захворювання, збудником якого є haemorrhilus influenza типу b) — 1213 доз;
- Пріорікс (від кору, краснухи, епіпаротиту) — 782 дози;
- MMR II (від кору, краснухи, епіпаротиту) — 414 доз.

5 фактів про вакцинацію

1. Альтернативи вакцинації немає.

Вакцинація потрібна для захисту вашої дитини. Інфекційні хвороби дуже небезпечні, можуть спричинити ускладнення, інвалідність, деякі — смерть. Вакцинація захищає дитину від

інфекцій, запобігає тяжкому перебігу хвороби й ускладненням — у випадку інфікування. Загартовування, повноцінне харчування, але, на жаль, вони не захищають від інфекційних хвороб. Ніщо не зможе захистити вашу дитину від небезпечних інфекцій краще за вакцинацію. Альтернативи вакцинації немає.

Вакцинація запобігає розповсюдженню інфекційних захворювань. Завдяки вакцинації у світі було викорінено натуральну віспу, у багатьох країнах — правець новонароджених.

2. За календарем щеплень дитина отримає захист від 10 інфекцій.

Згідно з календарем профілактичних щеплень, в Україні дитина отримає захист від 10 інфекцій: гепатиту В, туберкульозу, дифтерії, кашлюка, правця, поліомієліту, гемофільної інфекції, кору, краснухи і паротиту (свинки). **Необхідні для дитини щеплення**

проти цих захворювань проводять у поліклініці безоплатно.

Календар затверджується наказом Міністерства охорони здоров'я України. Якщо ваша дитина з якоїсь причини не отримала щеплення згідно з календарем, вакцинація проводиться за індивідуальним графіком, який складе ваш лікар відповідно до рекомендацій Міністерства охорони здоров'я України.

Чи можна зробити щеплення від інфекцій, які не належать до переліку 10-ти обов'язкових? Якщо вакцина проти інфекції, від якої ви хочете захистити дитину, зареєстрована в Україні і є в продажі, її можна купити і зробити щеплення у поліклініці чи приватній клініці. До таких, наприклад, належить вакцина проти грипу.

3. Вакцинація на рівні 95% створює бар'єр для інфекції у країні.

Чому важливо, щоб більшість дітей були вакциновані? Якщо 95% людей мають імунітет проти

інфекційного захворювання, воно не пошириться територією країни, навіть якщо буде затвержене з іншої держави. Такий імунітет називається «колективним». Колективний імунітет захищає дітей, котрим не можна проводити вакцинацію через постійні чи тимчасові протипоказання. Колективний імунітет може бути сформовано лише в результаті охоплення вакцинацією понад 95% населення.

4. Вакцинуватися від інфекції краще, ніж перехворіти й отримати імунітет.

Захворювання, проти яких проводиться вакцинація, можуть призвести до ускладнень, інвалідності та смерті. Вакцинація — безпечний спосіб формування захисту проти інфекцій. Слід враховувати, що імунітет проти інфекційних захворювань на все життя гарантований після перенесення лише деяких хвороб, наприклад, кору, паротиту, краснухи. Але ці захворювання можуть викликати ускладнення. Чи варто ризикувати?

5. Україна закуповує лише прекваліфіковані ВООЗ вакцини.

Усі вакцини, які закуповуються на національному рівні, закуповують для України Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ). Вакцини мають пройти процедуру прекваліфікації Всесвітньої організації охорони здоров'я, щоб впевнитись в їхній якості і відповідності міжнародним стандартам. ЮНІСЕФ закуповує тільки ті вакцини, що пройшли процедуру прекваліфікації ВООЗ.

Усі вакцини, що використовуються в Україні, давно і широко застосовуються у світі. Профіль їхньої безпеки й ефективності підтверджений масштабним досвідом застосування в інших країнах.

Існують інфекції, схема вакцинації проти яких включає кілька доз вакцини, що вводяться з рекомендованим інтервалом. Наприклад, вакцинація проти кашлюка, дифтерії, правця, ХіВ-інфекції і гепатиту В. Якщо у наявності немає наступних доз вакцини того самого виробника, можна використовувати вакцину іншого виробника.

Футбол | Друга ліга України. Тур 18

«Нива» зазнала поразки

«Полісся» (Житомир) – «Нива» (Тернопіль) 2:0.

Голи: Захаревич (7); Шаврін (73, пен.).

«Нива»: Механів, Герт, Хохлов, Демчук, Залізняк (Радюк, 54), Мороз, Олексієнко (Ілюк, 57), Дедух (Бідний, 78), Волохатий (Бровко, 63), Гатала (Проців, 75), Литовченко.

Перший офіційний поєдинок цього року «нивівці» зіграли в Щасливому на Коєщині на полі зі штучним покриттям проти одного з лідерів чемпіонату – житомирського «Полісся». Стартові хвилини зустрічі господарі провели активніше, і на 7-й хвилині экс-гравець тернопільської «Ниви» Ярослав Захаревич відкрив рахунок, виявившись найспритнішим у штрафній площі суперника після подачі з кутового – 1:0.



На фото: у першому офіційному матчі цього року «нивівці» зазнали на виїзді поразки 0:2 від житомирського «Полісся».

У складі колективу з Тернополя до перерви могли відзначитися Ігор Гатала і Тарас Мороз, але їхні спроби виявилися невдалими, інформує прес-служба футбольного клубу з Файного міста. Загалом більшу частину ігрового часу команди провели в рівній боротьбі. Початок другого тайму команди йшли вперед і зі швидкістю не надто активно. Після перерви «Нива» більше володіла м'ячем і була навіть ближчою до того, щоби зрівняти рахунок. У середині тайму Ігор Бровко вирвався на побачення з воротарем, але голкіпер житомирців зіграв надійно, вибивши кулястого з-під ніг у півзахисника.

Не використавши свою нагоду, гості пропустили вдруге. Новачок команди з Тернополя Остап Ілюк порушив правила у власній карній зоні під час подачі кутового – арбітр вказав на 11-метрову позначку. Максим Механів вгадав напрямок польоту м'яча, але лідер атак житомирців Вадим Шаврін не схибив. На заключних хвилинах тернополяни пішли вперед всіма силами, чим ледь двічі не скористалися їхні опоненти. В першому випадку Вадим Хохлов вибив

шкіряного з порожніх воріт, а перед фінальним свистком Механів урятував після виходу віч-на-віч.

2:0 – завдяки цій перемозі й осіткам конкурентів «Полісся» одноосібно очолило турнірну таблицю, а «нивівці» завершили друге коло чемпіонату поразкою й опустилися на сходинку нижче. В наступному турі наші опоненти теж зіграють на виїзді – в суботу, 13-го квітня, у Вінниці в дербі проти місцевої «Ниви» (початок зустрічі о 15 год.).

Після поєдинків 18-го туру став відомим розподіл місць у турнірній таблиці. Відповідно до цього сформовано календар матчів третього кола чемпіонату:

13 квітня: «Нива» (Тернопіль) – «Черкащина-Академія» (Білозір'я, Черкаська обл.).

18 квітня: «Нива» (Тернопіль) – «Верес» (Рівне).

25 квітня: «Нива» (Тернопіль) – «Верес» (Рівне).

1 травня: «Поділля» (Хмельницький) – «Нива» (Тернопіль).

5 травня: «Буковина» (Чернівці) – «Нива» (Тернопіль).

11 травня: «Нива» (Тернопіль) – «Чайка» (Петропавлівська Борщагівка, Київська обл.).

15 травня: ФК «Калуш» (Івано-Франківська обл.) – «Нива» (Тернопіль).

19 травня: «Полісся» (Житомир) – «Нива» (Тернопіль).

25 травня: «Нива» (Тернопіль) – «Минай» (Ужгород).

До того, перед протистоянням із «Поліссям» гравці, які поповнили склад «Ниви» в зимове міжсезоння, обрали ігрові номери на футболках.

Голкіпери

71 – Владислав Сидоренко. Виступав за команди: «Атлет» (Київ), «Локомотив» (Київ), «Фортуна» (Кейбалівка), ФК «Ужгород», «Минай» (Ужгород).

12 – Ілля Ольховий. 15-річний вихованець ДЮСШ Тернопіль.

Захисники

33 – Максим Демчук. Виступав за команди «Мастер-Юніор» (Київ), ДЮСШ-15 (Київ), «Чорноморець» (Одеса).

4 – Руслан Барилляк. Захищав кольори «Газовика» (Комарно), ФК «Львів», ФК «Олександрія», ПФК «Львів».

3 – Вадим Хохлов. Виступав за команди «Торпедо-ВУФК» (Миколаїв), «Динамо-Академія» (Київ), «Варварівка» (Миколаїв), «Лан» (Щербані), «Торпедо» (Миколаїв), МФК «Миколаїв», «Суднобудівник» (Миколаїв), «Нива» (Вінниця).

2 – Тарас Радюк. Виступав за команди СДЮШОР-4 (Львів), «Янтарний» (Новояворівськ), «Гірник» (Новояворівськ), «Нива-Кордія» (Жовтанці), СКК «Дем'яна».

Півзахисники

21 – Ігор Бровко. Виступав за команди «Відродний» (Київ), «Динамо» (Київ), «Арсенал-ЦСКА» (Київ),



На фото: тернопільська «Нива» сезону 2018/2019 років.

«Арсенал-Київ», «Говерла» (Ужгород), «Арсенал-Київщина» (Біла Церква), «Скала» (Стрий), «Колхеті» (Поті, Грузія).

20 – Остап Ілюк. Виступав за ФК «Львів», «Авангард» (Жидачів), «Зорю» (Городиславичі), ФК «Острів» (Чорний Острів), ФК «Миколаїв», «Буковину» (Чернівці), ФК «Калуш».

19 – Максим Проців. Грав у складі ДЮСШ, Тернопіль.

18 – Ярослав Кірієнко. Захищав кольори «Дніпровця» (Київ), «Моноліта» (Київ), «Суднобудівника» (Миколаїв), ФК «Суми».

16 – Руслан Кінаш. Виступав за команди УФК «Карпати» (Львів), СДЮШОР-4 (Львів), «Волинь» (Луцьк), «Рух» (Винники), ФК «Самбір».

8 – Руслан Дедух. Виступав за команду СДЮШОР «Юніст» (Чернівці), «Юніст» (Чернівці), СКК «Дем'яна» (юнаки), ФК «Львів», «Ворскла» (Полтава), «Верес» (Рівне), ФК «Чернівці», ФК «Калуш».

Нападник

27 – Дмитро Заїкин. Виступав у складі команд «Динамо» (Київ), «Скала-2» (Моршин), «Скала» (Стрий), «Карпати» (Львів), «Верес» (Рівне).

Турнірна таблиця

Чемпіонат України, друга ліга. Група «А» 2018/2019 рр.

М	Команда	І	В	Н	П	М	О
1	«Полісся», Житомир	18	9	6	3	14-9	33
2	«Минай», Ужгород	18	9	4	5	25-15	31
3	«Нива», Вінниця	18	7	8	3	19-12	29
4	«Черкащина-Академія»	18	8	5	5	21-15	29
5	ФК «Калуш»	18	8	5	5	18-13	29
6	«Верес», Рівне	18	7	3	8	11-13	24
7	«Поділля», Хмельницький	18	5	5	8	14-17	20
8	«Нива», Тернопіль	18	5	5	8	13-18	20
9	«Чайка», П. Борщагівка	18	3	7	8	10-15	16
10	«Буковина», Чернівці	18	3	4	11	12-30	13

Чемпіонат України серед аматорів. Тур 15

Переконлива перемога «Агрона»

ФК «Тернопіль-ДЮСШ» – «Агрон-ОТГ» (Великі Гаї) 0:4

ФК «Тернопіль-ДЮСШ»: Коноба, Оконський, Новачинський (Німаш, 68), Чопик, Шкварло, Жига, Мостовий, Туре (Баб'як, 77), Павлусь, Наконечний (Хавтур, 59), Марценюк (Солтис, 86).

«Агрон-ОТГ»: Рогаль, Пастернак, Андрієшин, Ковалик (Скобляк, 67), Семенець, Гаврилюк (Кривобедрий, 56), Вонс (Лук'янов, 62), Білик, Червонецький (Коник, 71), Ковалевський (Гурін, 73), Процик (Когут, 65).

Через неготовність футбольного поля Тернопільської ДЮСШ домашній матч у рамках 15-го туру аматорської першої України ФК «Тернопіль-ДЮСШ» із великогаївським «Агроном-ОТГ» провів у Товстолузі Тернопільського району. «Агронівці» впевнено здолали суперника. Майстер стандартів Ігор Вонс прямим ударом поцілів у ближню «дев'ятку» – 0:1. На 10-й хвилині Ковалевський відтіснив молодого тернопільського оборонця і низом пробив у протихід голкіперу – 0:2.

На 17-й хвилині Назар Процик замкнув передачу на дальню стійку після подачі кутового – 0:3. Наприкінці зустрічі футболісти залишилися в меншості (через травму поле залишив Тарас Семенець, а ліміт замінів у головного тренера Романа Курдупеля на той час було вичерпано). Але навіть за таких обставин вони відзначилися після швидкої контратаки, яку ударом із гострого кута завершив Дмитро Коник – 0:4.

Турнірна таблиця

М	Команда	І	В	Н	П	М	О
1	ФК «Малинськ» (Рівненська область)	13	8	4	1	29-10	28
2	«Покуття» (Коломия, Івано-Франківська область)	12	9	0	3	36-9	27
3	ОДЕК (Оржів, Рівненська область)	12	7	4	1	29-8	25
4	«Карпати» (Галич, Івано-Франківська область)	12	6	5	1	19-5	23
5	«Агрон» (Великогаївська ОТГ, Тернопільська область)	12	6	4	2	21-11	22
6	«Рочин» (Соснівка, Львівська область)	11	5	2	4	19-12	17
7	ФК «Ужгород»	10	4	0	6	14-20	12
8	«Кристал» (Чортків, Тернопільська область)	13	3	1	9	13-23	10
9	ФК «Тернопіль-ДЮСШ»	13	1	1	11	11-42	4
10	СК «Хмельницький»	12	0	1	11	4-55	1

Ліга чемпіонів Тернопільщини. Чвертьфінал, перший матч

Шляхтинці продовжили переможну ходу

«Ліса» (Шляхтинці, Тернопільський р-н.) – «Галичина» (Нараїв, Березанський р-н.) 2:1

Голи: Роман Кісиль (25, з пен.), Андрій Шпилюк (90) – Володимир Онуфреїв (56).

Попереджені: М. Борисевич (34) – С. Шубалий (18), Ярослав Адамів (65).

Матч-відповідь відбудеться в неділю, 14-го квітня.

Чемпіонат Тернопільської області

Вища ліга стартує 20-го квітня

На засіданні Федерації футболу Тернопільської області затверджено формат проведення змагань у вищій лізі чемпіонату Тернопільщини серед 8-ми учасників.

Більшість представників команд прийняла рішення, що чемпіонат обласної вищої ліги відбуватиметься у два кола.

За його результатами команди розділять на дві групи, які теж у два кола змагатимуться за 1-4 та 5-8 місця.

Всі набрані очки на попередньому етапі будуть враховані під час фінальної частини чемпіонату. Загалом заплановано на першому етапі зіграти 14 поєдинків, на другому – ще шість.

Перший тур у вищій лізі сезону-2019 розпочнеться в суботу, 20-го квітня. Дата зміщена з неділі у зв'язку з проведенням другого туру президентських виборів.

Окрім цього, проведено жеребкування календаря вищої обласної ліги.

Отож, у першому турі зустрінуться: «Агрон-ОТГ» (Великі Гаї) – ФК «Тернопіль-ДЮСШ»;

«Кристал» (Чортків) – «Нива» (Теребовля);

ФК «Бережани» – ФК «Копичинці»;

«Збруч-Агробізнес» (Підволочиськ) – «Агронива» (Заводське, Чортківський р-н.).

Представники команд спільно з обласною федерацією футболу вирішили до кінця червня зіграти 7 поєдинків першого кола і 3 – другого. Далі в чемпіонаті буде місячна перерва, а змагання відновляться в неділю, 4-го серпня. Закінчиться фінальна частина чемпіонату у вищій лізі орієнтовано 6-го або 13-го жовтня. З 15-й ліпня по 22-ге серпня для команди Тернопільської області буде відкрито трансферне вікно.

Сторінку підготував Андрій ОМЕЛЬНИЦЬКИЙ.



Програма місцевих телеканалів

ПОНЕДІЛОК
15 КВІТНЯ

TV-4

06.00,10.00,18.00 Т.с. «Моє серце наполягає»
07.00 Провінційні вісті. Тиждень
08.30,17.00 Відкрита зона
09.00,00.15 Час-Тайм
09.30 Справжня ціна
09.55,22.35 Добра традиції
11.00,16.10 Година для дитини
12.10 У фокусі Європа
12.40 Євромакс
14.00 Х.ф. «Секрет меча»
16.00,19.00,22.00 Провінційні вісті
20.00 Єдина країна
20.40 Shift. Життя в цифрі
21.30 Погляд зблизка
22.20 На гарячому
22.40 Х.ф. «Учні 36 ступені Шаоліня»

ТВБ

07.00,07.35,08.05,08.35 «Файний ранок»
07.30,08.00,08.30,13.30,17.00 «Новини»
09.00 «Енеїда»
09.28 Док.цикл «Аромати Шотландії»
09.55 Радіодень «Життя+»
10.15 «UA: Фольк»
11.07 «Ранковий гість»
11.21,20.16 «Своя земля»
11.34 «Діалоги»
12.02 «Пліч-о-пліч»
12.50 М/с «Вруміз»
13.40,19.22 «Тема дня»
14.08 «Розсекречена історія»
15.02 «Wise cow»
15.15 Радіодень «Модуль знань»
16.05 Чудова гра
16.32 Док.цикл «Супер Чуття»
17.40 Док.цикл «Погляд з середини»
18.11 Т/с «Еліза»
19.00,20.30 «Новини»
19.50 Разом
20.52 «Спільно»
21.20 Д/ф «В Україні»
21.50 «Тема дня»
22.18 Схеми. Кору́пція в деталях

EUROSPORT

06.00,12.00,23.00 Суперспорт. Етап ЧС. Ассен.
06.30,12.45 Супербайк. Етап ЧС. Перегони 2.
07.00,22.15 Автоперегони. Формула Е. Рим. Перегони.
07.45,15.00 Важка атлетика. ЧС. Грузія. Жінки. Понад 87 кг.
08.30,16.00 Важка атлетика. ЧС. Грузія. Чоловіки. До 109 кг.
09.30,18.00 Велоспорт. «Тур Країни Басків». Етап 6.
19.00 Плавання. Північний тур. Стокгольм. День 4.
20.35 Боротьба. ЧС. Румунія. Огляд.

ВІВТОРОК
16 КВІТНЯ

TV-4

06.00,10.00,18.00 Т.с. «Моє серце наполягає»
07.00,09.30,16.00 Провінційні вісті
08.00 Єдина країна
08.30,17.00 Відкрита зона
09.00 Час-Тайм
11.00,16.10 Година для дитини
11.50 «Кіндер шоу»
12.15 Виллик долі
12.30 Завтра-сьогодні
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Герой династії Сунг»
17.30 ПроОбраз із Наталкою Фіщич
19.00,22.00 Провінційні вісті
19.30,21.00 Наші вітання
20.00 Межа правди
21.30 Музична програма «Гал-кліп»

ТВБ

07.00,07.35,08.05,08.35 «Файний ранок»
07.30,08.00,08.30,13.30,17.00 «Новини»
09.28 Док.цикл «Аромати Шотландії»
09.55 Радіодень «Життя+»
10.15 Д/ф «Сильна доля»
11.07 «Ранковий гість»
11.21 «Пліч-о-пліч»
11.34,13.40,19.22,21.50 «Тема дня»
12.02 «Своя земля»
12.50 М/с «Вруміз»
14.08 «Розсекречена історія»
15.02 «Wise cow»
15.15 Радіодень «Модуль знань»
16.05 Д/ф «Чудова гра»
16.32 Док.цикл «Супер Чуття»
17.40 Док.цикл «Погляд з середини»
18.11 Т/с «Еліза»
19.00,20.30 «Новини»
19.50 Разом
20.16 «Своя земля»
20.52 Д/ф «В Україні»
21.20 #0)П?0 з Майклом Шцуром-3
22.18 «Спільно»

EUROSPORT

07.30,10.00 Суперспорт. Етап ЧС. Ассен.
08.00 Супербайк. Етап ЧС. Ассен. Перегони 2.
09.30 Боротьба. ЧС. Румунія. Огляд
13.00,19.00 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 1.
16.30 «Watts». Топ-10.
18.00 Гольф. «Мастерс». Огаста. Огляд.

21.00 Автоперегони. Формула Е. Рим. Огляд.
22.00 Автоперегони. Blancpain Endurance. Монца. Огляд.

СЕРЕДА
17 КВІТНЯ

TV-4

06.00,10.00,18.00 Т.с. «Моє серце наполягає»
07.00,09.30,16.00 Провінційні вісті
07.35 Межа правди
08.30,17.00 Відкрита зона
09.00 Час-Тайм
11.00,16.10 Година для дитини
12.10 Музична програма «Гал-кліп»
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Легенда про дракона»
16.40 «Кіндер шоу»
17.30 Західний форпост
19.00,22.00 Провінційні вісті
19.30,21.00 Наші вітання
20.00 Сім'я від А до Я
21.30 ПроОбраз із Наталкою Фіщич

ТВБ

07.00,07.35,08.05,08.35 «Файний ранок»
07.30,08.00,08.30,13.30,17.00 «Новини»
09.28 Док.цикл «Аромати Чілі»
09.55 Радіодень «Життя+»
10.15 «UA: Фольк»
11.07 «Ранковий гість»
11.21 «Своя земля»
11.34,13.40,19.22,21.50 «Тема дня»
12.02 «Пліч-о-пліч»
12.50 М/с «Дуда і Дада»
14.08 «Розсекречена історія»
15.02 «Wise cow»
15.15 Радіодень «Модуль знань»
16.05 Чудова гра
16.32 Док.цикл «Супер Чуття»
17.40 Док.цикл «Погляд з середини»
18.11 Т/с «Еліза»
19.00,20.30 «Новини»
19.50 Спільно
20.16 «StopFakeNews»
20.52 «Наші гроші»
21.20 «Разом»

EUROSPORT

00.35,04.00,07.00,09.30,12.00 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 1.
01.30,08.00 Велоспорт. Париж - Рубе.
02.30 Автоперегони. Формула Е. Рим. Огляд.
03.30,16.30 Супербайк. Етап ЧС. Перегони 2.
05.00,10.30,15.00,23.00 Снукер. ЧС-2018. Фінал.
13.00,18.45,21.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 2.
17.00,20.30 Велоспорт. Флеш Брабансонн.
20.05 «Watts». Топ-10.

ЧЕТВЕР
18 КВІТНЯ

TV-4

06.00,10.00,18.00 Т.с. «Моє серце наполягає»
07.00,09.30,16.00 Провінційні вісті
07.35 Сім'я від А до Я
08.30,17.00 Відкрита зона
09.00 Час-Тайм
11.00,16.10 Година для дитини
12.10 Формула здоров'я
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Сезон бджіл»
17.30 Музична програма «Гал-кліп»
18.40 Виклик долі
19.00,22.00 Провінційні вісті
19.30,21.00 Наші вітання
20.00 У фокусі Європа
20.30 Євромакс
21.30 Смачна мандрівка

ТВБ

07.00,07.35,08.05,08.35 «Файний ранок»
07.30,08.00,08.30,13.30,17.00 «Новини»
09.28 Док.цикл «Аромати Чілі»
09.55 Радіодень «Життя+»
10.15 Д/ф «Сильна доля»
11.07 «Ранковий гість»
11.21 «Пліч-о-пліч»
11.34,13.40,19.22,21.50 «Тема дня»
12.00,20.16 «Своя земля»
12.15 «Wise cow»
12.50 М/с «Дуда і Дада»
14.08 «Розсекречена історія»
15.15 Радіодень «Модуль знань»
16.05 Чудова гра
16.32 Док.цикл «Супер Чуття»
17.40 Док.цикл «Погляд з середини»
18.11 Т/с «Еліза»
19.00,20.30 «Новини»
19.50 #ВУКРАЇНИ
20.52 Вибори як детектор політичної наші
21.20 «Спільно»

EUROSPORT

00.35,04.00,07.00,09.35,12.00 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 2.
01.30 Гольф. «Мастерс». Огаста. Огляд.
02.30,08.00 Велоспорт. Флеш Брабансонн.
05.00,10.30,15.00,23.00 Снукер. UK Championship. Фінал.
13.00,18.45,21.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 3.
16.30,20.00 Суперспорт. Етап ЧС. Ассен.

17.00,20.45 Супербайк. Етап ЧС. Перегони 2.
17.45 Автоперегони. Формула Е. Рим. Огляд.

П'ЯТНИЦЯ
19 КВІТНЯ

TV-4

06.00,10.00,18.00 Т.с. «Моє серце наполягає»
07.00,09.30,16.00 Провінційні вісті
07.35 У фокусі Європа
08.00 Євромакс
08.30 Смачна мандрівка
09.00 Час-Тайм
11.00,16.20 Година для дитини
12.10 Музична програма «Гал-кліп»
12.40 Сім'я від А до Я
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Лос-Анжелесом без карти»
16.10 «Кіндер шоу»
17.00 Відкрита зона
17.30 ПроОбраз із Наталкою Фіщич
19.00,22.00 Провінційні вісті
19.30,21.00 Наші вітання
20.40 Слід
21.30 Єдина країна

ТВБ

07.00,07.35,08.05,08.35 «Файний ранок»
07.30,08.00,08.30,13.30,17.00,19.00 «Новини»
09.28 Док.цикл «Аромати Чілі»
09.55 Радіодень «Життя+»
10.15 «UA: Фольк»
11.07 «Ранковий гість»
11.21 «Своя земля»
11.34,13.40,19.20 «Тема дня»
12.02 Пліч-о-пліч
12.50 М/с «Дуда і Дада»
14.08 «Розсекречена історія»
15.02 «Wise cow»
15.15 Радіодень «Модуль знань»
16.05 Чудова гра
16.32 Док.цикл «Супер Чуття»
17.40 Док.цикл «Погляд з середини»
18.10 Т/с «Еліза»
20.00 Передвиборні теледебати між кандидатами на пост президента
21.05 Зворотний відлік

EUROSPORT

00.35,04.00,09.30,12.00 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 3.
01.30,07.00,20.00 Автоперегони. Формула Е. Рим. Огляд.
02.30,18.30,21.00 «Watts». Топ-10.
03.00 Гольф. «Мастерс». Огаста. Огляд.
05.00,10.30,15.00,23.00 Снукер. «Мастерс». Фінал.
08.00,17.00 Суперспорт. Етап ЧС. Ассен.
08.45,17.45 Супербайк. Етап ЧС. Перегони 2.
13.00,19.00,21.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 4.

СУБОТА
20 КВІТНЯ

TV-4

07.00,09.30 Провінційні вісті
07.35 Х.ф. «Право на пам'ять»
09.00 Час-Тайм
10.00,19.00,22.00 Єдина країна
10.30 Завтра-сьогодні
11.30 ПроОбраз із Наталкою Фіщич
12.00 Смачна мандрівка
12.30 Х.ф. «Ціна людини»
14.30 «Кіндер шоу»
14.45 Дитяче кіно.Х.ф. «Бруно»
16.30 Сім'я від А до Я
17.00 Тернопіль. 1991р. Завтра була Україна. Данило Чепіль
18.00 Наші вітання
19.30 У фокусі Європа
20.10 Олександр Божик, «4 стихії»

ТВБ

07.00 М/с «Принцеса Сіссі»
08.00 «Файний ранок»
09.30 «Країна на смак»
10.26 Док.цикл «Аромати Греції»
10.53,18.05 «UA: Фольк»
11.44 «Хто в домі хазяїн?»
12.12 Док. серіал «Мегаполіси»
12.46 Радіодень «Модуль знань»
13.40 «Тема дня»
14.08 «Розсекречена історія»
15.02 «Wise cow»
15.15 Радіодень «Книжкова лавка. Топ 7»
16.32 Док.цикл «Двоколісні хроніки»
17.10 Д/ф «Сильна доля»
19.00 «Новини»
19.10 «Діалоги»
19.50 «Своя земля»
20.05 #ВУКРАЇНИ
21.00 Телесеріал «Монро»
21.50 «Букоголіки»
22.18 #МузLove з Любою Морозовою

EUROSPORT

00.30,04.00,09.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 4.
01.30,05.00 Велоспорт. Париж - Рубе.
02.30,07.00 Снукер. ЧС-2018. Фінал.
10.30 «Watts». Топ-10.
11.00 Автоперегони. Формула Е. Рим. Огляд.
12.00,17.00,20.30 Снукер. ЧС. Шеффільд. День 1.

15.00,19.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 5.

НЕДІЛЯ
21 КВІТНЯ

TV-4

06.00 Х.ф. «Право на пам'ять»
08.00,22.00 Єдина країна
08.40 Час-Тайм
09.00 Повнота простоти життя
09.30 Справжня ціна
10.15 Прямая трансляція Божественної Святої Літургії з архикатедрального Собору УГКЦ м.Тернополя
12.00 «Кіндер шоу»
12.15 Дитяче кіно.Х.ф. «Бруно»
14.00 Сільський календар
14.30 Межа правди
15.30 Слід
16.00 ПроОбраз із Наталкою Фіщич
17.00 Вікно в Америку
18.00 Наші вітання
19.00 Провінційні вісті. Тиждень
20.00 Огляд світових подій
21.00 Музична програма «Гал-кліп»

ТВБ

07.00 «Казки, перевірені часом»
08.10 Додолики
09.30 Візитівки Карпат
09.40 «UA: Фольк»
10.35 Документальна програма «Кардинал Любомир Гузар»
11.00 ПАСХАЛЬНА СЛУЖБА БОЖА ТА АПОСТОЛЬСЬКЕ БЛАГОСЛОВЕННЯ ДЛЯ РИМА І ЦІЛОГО СВІТУ СВЯТІШОГО ОТЦЯ ФРАНЦИСКА З ПЛОЦІ С.В. ПЕТРА В РИМІ
13.30,17.00,19.00 Новини
13.40 «Тема дня»
14.05 Країна на смак
15.00 Док.цикл «Аромати Греції»
15.25 «Букоголіки»
16.05 Візитівки Карпат
16.15 Док.цикл «Двоколісні хроніки»
17.15 Д/ф «Сильна доля»
18.00 Ювілейний концерт гурту «Пікардійська терція»
18.30 Д/ф «В Україні»
19.20 Тема дня. Спецвипуск
20.00 Спецпроект «Зворотний відлік. Ніч виборів»

EUROSPORT

00.00 Кінний спорт. Global Champions Tour. Мазамі.
02.15 «Watts». Топ-10.
02.30,04.00,09.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 5.
03.00,07.00,10.30 Снукер. ЧС. Шеффільд. День 1.
05.00 Суперспорт. Етап ЧС. Ассен.
05.30 Супербайк. Етап ЧС. Ассен. Перегони 2.
06.00 Автоперегони. Формула Е. Рим. Огляд.
12.00,20.30 Снукер. ЧС. Шеффільд. День 2.
15.00,19.30 Велоспорт. «Тур Туреччини». Етап 6.
16.15 Велоспорт. Amstel Gold.
18.30 Велоспорт. Кубок Франції.

АНОНС ТИЖНЯ



ЮРЧИНИНИ, Вт-Сб, ІСТV, 18:20
Одного ранку Нік Нік повернувся додому із в'язниці. За святовою вечерею вже дорослий син несподівано зізнався йому, що тепер працює в новій поліції - і відразу став в очах батька «зрадником». Дочка постійно налагоджує особисте життя та вживає 14-річного сина, який мріє стати репером. Не все добре у колишнього зека і з роботою. Його кидас той, за кого він відсидів термін. І тепер доводиться працювати скромним охоронцем на автостоянці.



ТЛЮОХРОНЕЦЬ КИЛЛЕРА, НД, ІСТV, 21:10
Один з найкращих кілерів у світі Даріус Кінкейд вирішує здати свого колишнього наймача. Тепер його хоче вбити ледь не кожна людина у злочинному світі. Його друзі займають одного з найкращих охоронців Майкла Брайса. Відносини двох чоловіків завжди були дуже поганими, адже вони вороги один одному. Тепер Майкл повинен заребувати на протиріччя і зосередитися на виконанні своєї роботи.

Афіша

Тернопільський академічний обласний український драматичний театр ім. Т. Г. Шевченка
м. Тернопіль, бульвар Т. Шевченка, 6

13.04. (субота) — «Наречена світанкової зорі», легенда про кохання. Тривалість — 2 год. 20 хв.
14.04. (неділя) — прем'єра «Вуйцьо з крилами», комедія-притча. Тривалість — 2 год. 20 хв.
17.04. (середа) — «Рятуєте, мене женять», музична комедія. Тривалість — 2 год. 10 хв.
Початок вистав о 19:00.
Для дітей
14.04. (неділя) — «Малюк і ляльки», казка. Тривалість — 1 год.
Початок о 13:00.

Тернопільський академічний обласний театр актора і ляльки
м. Тернопіль, вул. Січових Стрільців, 15

14.04. (неділя) — «Дванадцять місяців», за мотивами казок Богдана Лепкого. Тривалість — 45 хв.
Ціна квитка — 25 грн.
Початок о 12:00, 14:30.

Тернопільська обласна філармонія
м. Тернопіль, вул. Князя Острозького, 11

14.04. (неділя) — концерт академічного симфонічного оркестру Тернопільської обласної філармонії.
Початок о 17:00.
16.04. (вівторок) — концерт народної артистки України, лауреата Національної премії України імені Т. Г. Шевченка, солістки Національної опери України Ольги Нагорної.
Початок о 18:30.

Кіно

Прем'єри квітня
«Я — мільярдер»

Жанр: комедія.
Країна: Італія.
Розважливий та цинічний мільярдер Нума Темпеста згідно з рішенням суду змушений упродовж року працювати на громадських роботах у притулку для безхатьків. У нього забрали закордонний паспорт, однак йому потрібно негайно потрапити на важливу зустріч в іншій країні. Інакше зірветься велика угода. На які тільки хитрощі не піде багач, щоб втілити задумане.



«Приватна війна»



Жанр: драма.
Країни: Велика Британія, США.
Біографічна драма про військового репортера Марі Колвін. Про її нелегке життя та роботу в зонах військового конфлікту: Чечні, Косово, Сьєрра-Леоне, Зімбабве і на Шрі-Ланці.

«3 Божої волі»

Жанр: драма.
Країна: Франція, Бельгія.
Колінь ці троє — Олександр на прізвисько «Католик», авантюрист Франсуа і чутливий Жиль — були друзями дитинства. Тепер їм по 40 років, вони зустрінуться, щоб поділитися життєвим досвідом і поставити під сумнів шлюб і кар'єру.



«Піранії Неаполя»

Жанр: драма.
Країна: Італія.
Вони ще дуже молоді, але вже небезпечні. Лише найсміливіші можуть стати новими королями злочинного світу Неаполя. Їх легко впізнати за дорогим вбранням, татуваннями та холодним поглядом. Їх дружба була неодноразово вбивати і вмирати за свою мрію про владу, гроші та кохання...

Подільське СЛОВО
Розрахунковий рахунок: 26003250972001 ФО КБ Приватбанк м.Тернопіль, МФО 338783, ідентифікаційний код 02475351.
Свідоцтво про державну реєстрацію: ТР № 683 — 283 ПР від 29. 11. 2018 р.
Директор НАТАЛІЯ ЧАПРАК.....528830
Бухгалтерія, довідки.....528830
Журналісти ЛІЛІЯ РАТНЮК
Верстка: Іван Юзьків, Уляна Багагура
Адреса редакції: 46002, м. Тернопіль, вул. Бродівська, 17.
Email: podilske_slovo@ukr.net

ПОНЕДІЛОК 15 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.00,08.00,09.00,09.25, 13.00,15.00,18.00,21.00,23.20, 02.00,05.00 Новини. 06.35,07.05,08.05,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.30,07.10,08.10,09.10 Сніданок з «1+1». 07.00,08.00,09.00,12.00, 16.45,19.30,23.50,05.20 «ТСН».

ІНТЕР

05.25,23.50 «Слідство вели...» з Л.Каневським». 07.00,08.00,09.00,17.40 Новини. 07.10,08.10 «Ранок з Інтером».

ICTV

06.40 Факти тижня. 100 хвилин з О.Соколову. 08.45 Факти. Утро. 09.15,19.20 Надзвичайні новини з К.Стонгієм.

ENTER-ФІЛЬМ

07.40,08.40 М/ф. 09.30,00.25 «Охоронець для дочки». 09.50 «Зіркове життя».

СТБ

06.25 Моя правда. Валерій Лобановський. Аритмія. 07.25 Моя правда. Юрій Белов: божевілья.

ТЕТ

06.00 ТЕТ Мультиранок. 09.30 М/ф «Супергерой». 11.00,17.00 Т/с «Рання пташка».

УКРАЇНА

06.30,07.10,08.15 Ранок з Україною 07.00,08.00,09.00,15.00, 19.00,23.00,03.10 Сьогодні.

ВІВТОРОК 16 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.00,08.00,09.00,09.25, 13.00, 15.00,18.00,21.00, 23.20,02.00, 05.00 Новини. 06.35,07.05,08.05,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.30,07.10,08.10,09.10 Сніданок з «1+1». 07.00,08.00,09.00,12.00, 16.45,19.30,00.30,05.20 «ТСН».

ІНТЕР

07.00,08.00,09.00,17.40 Новини. 07.10,08.10,09.20 «Ранок з Інтером».

ICTV

06.30 Ранок у великому місті. 08.45 Факти. Ранок. 09.15,19.20 Надзвичайні новини з К.Стонгієм.

ENTER-ФІЛЬМ

05.45 Х/ф «Іх знали тільки в обличчя». 07.40,08.40 М/ф. 07.50 «Невідома версія. Найпривабливіша».

СТБ

06.10 Моя правда. Наталя Кустинська: чорно-біле життя. 07.05 Містичні історії з П.Костіциним

ТЕТ

06.00 ТЕТ Мультиранок. 09.30 Х/ф «Зализний Ганс». 11.00,17.00 Т/с «Рання пташка».

УКРАЇНА

06.30,07.10,08.15 Ранок з Україною. 07.00,08.00,09.00,15.00, 19.00,23.00,03.10 Сьогодні.

СЕРЕДА 17 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.00,08.00,09.00,09.25, 13.00,15.00,18.00,21.00,23.20, 02.00,05.00 Новини. 06.35,07.05,08.05,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.30,07.10,08.10,09.10 Сніданок з «1+1». 07.00,08.00,09.00,12.00,16.45, 19.30,00.00,05.20 «ТСН».

ІНТЕР

05.25,22.55 «Слідство вели...» з Л.Каневським». 07.00,08.00,09.00,12.00,17.40 Новини.

ICTV

04.05 Скарб нації. 04.15 Еврика! 04.25 Студія Вашингтон. 04.30 Факти.

ENTER-ФІЛЬМ

07.40,08.40 М/ф. 09.30,10.20 «Моя правда». 09.50 «Зіркове життя».

СТБ

06.00 Моя правда. Ірина Горашир генералька. 07.00 Містичні історії з П.Костіциним

ТЕТ

06.00 ТЕТ Мультиранок. 09.30 Х/ф «Золота гуска». 11.00,17.00 Т/с «Рання пташка».

УКРАЇНА

06.30,07.10,08.15 Ранок з Україною. 07.00,08.00,09.00,15.00, 19.00,23.00,03.10 Сьогодні.

ЧЕТВЕР 18 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.00,08.00,09.00,09.25, 13.00,15.00,18.00,21.00,23.20, 02.00,05.00 Новини. 06.35,07.05,08.05,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.30,07.10,08.10,09.10 Сніданок з «1+1». 07.00,08.00,09.00,12.00,16.45, 19.30,00.00,05.20 «ТСН».

ІНТЕР

05.25,23.10 «Слідство вели...» з Л.Каневським». 07.00,08.00,09.00,12.00,17.40 Новини.

ICTV

05.25,23.10 «Слідство вели...» з Л.Каневським». 07.00,08.00,09.00,12.00,17.40 Новини.

ENTER-ФІЛЬМ

07.40,08.40 М/ф. 09.30,10.20 «Моя правда». 09.50 «Зіркове життя».

СТБ

06.05 Моя правда. Микола Караченев. 07.00 Моя правда. Ірина Печернікова.

УКРАЇНА

06.30,07.10,08.15 Ранок з Україною. 07.00,08.00,09.00,15.00, 19.00,23.00 Сьогодні.

П'ЯТНИЦЯ 19 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.00,08.00,09.00,09.25, 13.00,15.00,18.00,21.00,23.20, 02.00,05.00 Новини. 06.35,07.05,08.05,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.30,07.10,08.10,09.10 Сніданок з «1+1». 07.00,08.00,09.00,12.00, 16.45,19.30 «ТСН».

ІНТЕР

05.25,22.00 «Слідство вели...» з Л.Каневським». 07.00,08.00,09.00,12.00,17.40 Новини.

ICTV

04.05 Скарб нації. 04.15 Еврика! 04.25 Студія Вашингтон. 04.30 Факти.

ENTER-ФІЛЬМ

05.45 Х/ф «Живіть у радості». 07.40,08.40,09.30 М/ф. 07.50,11.50 «Моя правда».

СТБ

06.10,18.00 Хата на тата. 09.55,20.00,22.50 Холостяк. 12.50 Х/ф «Кучерява Сью».

УКРАЇНА

06.30,07.10,08.15 Ранок з Україною. 07.00,08.00,09.00,15.00, 19.00,23.00 Сьогодні.

СУБОТА 20 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.10,08.10,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.00,07.00,00.15 «Світське життя» 08.00 «Сніданок. Вихідний».

ІНТЕР

05.20 Х/ф «Дочки-матері». 07.05 «Слово Предстоятеля».

ICTV

05.30 Скарб нації. 05.40 Еврика! 05.50 Факти. 06.15 Більше ніж правда.

ENTER-ФІЛЬМ

06.35,17.15,23.30 Хата на тата. 08.15 Страва честі. 09.15 Т/с «Як довго я на тебе чекала».

СТБ

06.00 ТЕТ Мультиранок. 11.00 М/ф «Дельго». 12.30 Х/ф «Зализний Ганс».

НТН

06.00 Х/ф «Тіні зникають опівдні». 11.30 Т/с «Спецзагін «Кобра 11»».

УКРАЇНА

07.00,15.00,19.00 Сьогодні. 07.30,15.20 Т/с «Інша».

НЕДІЛЯ 21 КВІТНЯ

06.00 М/с «Ведмеді-сусіди». 06.30,07.10,08.10,09.05 Доброго ранку, Країно!

1+1

06.00,07.00,00.15 «Світське життя» 08.00 «Сніданок. Вихідний».

ІНТЕР

05.30 «Великий бокс. Теренс Кроуфорд - Амір Хан».

ICTV

06.15 Антисомбі. 07.55 Т/с «Відділ 44».

ENTER-ФІЛЬМ

05.45 Х/ф «Вантаж без маркування» 07.40,08.40 М/ф. 09.50,01.35 «Зіркове життя».

СТБ

06.25 ТЕТ Мультиранок. 11.00 М/ф «Дельго». 12.30 Х/ф «Зализний Ганс».

НТН

06.00 Х/ф «Жива вода». 07.30 «Страх у твоєму домі».

УКРАЇНА

06.30 Сьогодні. 07.30 Зоряний шлях. 08.00,11.40 Т/с «Дочки-мачухи».

Будьте здорові



Змініть напрямок руху і положення тіла

Одна з причин болю в спині – надмірна кількість нахилів уперед або положень з нахилом уперед (сидіння, робота в нахиленому положенні).

Це спричиняє перевантаження передніх відділів хребта та надмірне розтягування міжхребцевих зв'язок і капсул.

Щоб не відчувати болю в спині, потрібно частіше змінювати положення і напрямок руху.

Рекомендуємо протягом дня періодично виконувати розгинання. Робіть перерви в роботі, не очікуючи появи дискомфорту або болю в спині.

Де не довелось б сидіти, в метро чи в офісі, завжди щільно надягайте крісла, в спинку сидіння, не залишайте проміжку, вирівняйте хребет, притискаючись до спинки стільця, і розправте плечі.

Поди сидіть, використуйте валики або подушки для попереку

Ще витягуйте вперёд валик спинки крісла, якщо це передбачено конструкцією автомобіля, або періодично підкладайте під попереку додаткову подушку. Пристібайте ремінь безпеки якомога щільніше до тіла – це допомагає зменшити дискомфорт в спині.

Намагайтеся робити активну зупинку: походіть, поприсідайте, зробіть кілька розгинальних рухів.

Як уберегти спину від болю

У літаку намагайтеся вибирати місце біля проходу, щоб частіше вставати і розминатися.

Не стійте довго в одному положенні

Переступайте з ноги на ногу, злегка розслабте ноги в колінах. У транспорті намагайтеся не триматися за поручень над головою.

Знайдіть свій «рятувальний рух»

Ті вправи або положення, які допомогли впоратися з нападами болю одного разу, можуть допомогти і наступного.

Регулярно виконуйте фізичні вправи

Регулярні фізичні вправи зменшать ризик появи болю під час піднімання важких предметів.

Пам'ятайте основні правила піднімання вантажу:

- тримайте вантаж якомога ближче до тіла;
- під час піднімання виконуйте повороти не тільки повертаючи тулуб, а й за рахунок переставляння ніг;
- намагайтеся утримувати спину рівною, зберігаючи вигини хребта (нейтральне положення);
- ще один спосіб підняти щось із підлоги: спираючись, наприклад, правою рукою на поверхню столу, одночасно піднімайте ліву ногу.
- Заздалегідь продумайте, як братимете вантаж, за що буде потрібно, щоб полегшити роботу.

Відмовтесь від куріння

Доведено, що куріння збільшує ризик появи болю в спині.

Нікотин зменшує надходження кисню і поживних речовин в міжхребцеві диски (на 30-40%). Це може призвести до порушення їх регенерації.

Також біль у спині у курців частіше набуває хронічної форми.

Куріння підвищує ризик рецидиву грижі міжхребцевих дисків після хірургічного видалення грижі і ймовірність повторної операції на хребті.

Достатньо спіть

При хронічному недосипанні порушуються біохімічні процеси в мозку, що веде до зниження больових порогів і появи м'язово-скелетного болю, зокрема у спину.

Деякі положення під час сну можуть сприяти розвитку болю. Наприклад, лежачи на животі.

Інша причина появи болю і скутості – надмірно тривалий сон (понад 8-9 годин). Найперше, через відсутність рухової активності та появу м'язової напруги.

Повноцінно харчуйтеся

Не існує спеціальних дієт для здоров'я хребта.

Виконуйте рекомендації щодо здорового харчування.

Якщо у вас надмірна вага, варто дотримуватись дієти, спрямованої на знедолення маси тіла (краще під контролем фахівця-дієтолога).

Вчіться протидіяти стресу

Психоемоційне напруження теж може бути причиною появи болю в спині або ж посилення больових відчуттів.

Тому важливо навчитися долати стрес та оволодіти техніками релаксації.

Не читайте страшні історії про біль в спині в Інтернеті. Вони, як правило, не мають нічого спільного з сучасними науковими знаннями про проблему і часто слугують тільки комерційним цілям.

«Зелена» аптека



Алое вера з давніх-давен славиться корисними властивостями.

Ліки на підвіконні

У ньому міститься величезна кількість вітамінів, мінералів, амінокислот і ферментів (близько 200 корисних речовин).

Зміцнення імунітету

Сік алое вера підтримує захисні функції організму, містить вітаміни С, який сприяє зміцненню імунної системи.

Радимо приготувати засіб, використовуючи такі інгредієнти:

- 1 листок алое;
- 1 склянка води;
- 1 ч. л. меду.

Побріть листок алое і залийте склянкою води. Можна додати трохи меду.

Зміцнення волосся

Сік алое зміцнює волосся, стимулює ріст та надає блиску.

Щоб зробити маску, вам знадобляться наступні інгредієнти:

- 1 листок алое;
- 1 ч. л. мигдальної олії.

Листок розріжте напів, вижми м'якоть. Змішайте її з мигдальною олією і нанесіть на волосся. Обгорніть плівкою і почекайте 20 хвилин. Змийте маску теплою водою.

Живлення шкіри

Алое не тільки зволожує шкіру, а й сповільнює процес старіння. Крім того, рослина містить еле-

менти, що запобігають виникненню пігментних плям.

Щоби покращити стан шкіри, застосовуйте лосьйон, приготовлений з таких інгредієнтів:

- 90 мл соку алое;
- 3 ст. л. води;
- 5 ст. л. спирту.

Через 10 хвилин змийте його та нанесіть крем для обличчя.

Покращення мікрофлори кишківника

Сік алое ефективний при синдромі «роздратованого кишківника». Дослідники встановили, що вживання лише 30 мл соку двічі на день значно знижує больові відчуття. Рослина також славиться антибіотичними властивостями, зокрема *Helicobacter pylori* – бактерії, яка спричиняє виразки.

Лікування сонячних опіків

Щоб загоїти рани чи опіки, можна купити ліки, що містять алое вера, або виготовити саморобний засіб. З листка вижми м'якоть і прикладати до рани 2-3 рази на день.

Дім, сад, город

Щоб загоїти рани у дерев

Садовий вар — це найбільш безпечний та ефективний засіб для загоєння ран на плодкових деревах і кущах. Він допоможе вилікувати дрібні подряпини і глибокі ушкодження. Його використовують після обрізання дерев чи кущів.



Застосування садового вару

Ним потрібно обробляти тільки здорову деревину. Усі відмерлі, згнилі або уражені інфекцією частини дерева слід видалити до шари тканини, обробити від хвороб та шкідників, а тоді замазувати рану. Використовувати потрібно чисті інструменти. Якщо на дереві є дупла, їх необхідно вичистити, обробити 5% розчином мідного купоросу і залити сумішшю піску з цементом (1 частина цементу, 3 частини піску, вода, змішати до густини сметани).

Коли лікувати дерева садовим варом

Найкраще, наприкінці весни – на початку літа.

Як наносити садовий вар

Якщо пошкодження або місце зрізу невелике, то можна скористатися пензликом. Вели-

кі рани замащують шпателем, рівномірно покриваючи місце пошкодження. І пам'ятайте, головне — не товщина шару, а рівномірність нанесення.

Чим замінити садовий вар

Перша допомога — це замазка з грудки землі. Її треба закріпити поліетиленовою плівкою або шматком тканини.

Цілющий — коров'як. Візьміть 1 частину коров'яку і 2 частини глини або подрібненого сіна. Перемішайте і змістять пошкодження, заповнивши щілини і дупла.

Щоб приготувати глиняну суміш, візьміть 200 г глини, 100 г коров'яку, трохи соломи і кілька столових ложок мідного купоросу, перемішайте до консистенції густої сметани і рівномірно нанесіть на пошкоджену кору.

Поліетилен на деякий час

захистить свіже пошкодження від висихання і проникнення патогенів.

Для загоєння ран використовують також прополіс і віск.

Приготування садового вару

На основі парафіну: парафін — 6 частин, каніфоль — 3 частини, олія — 2 частини.

Розтопіть парафін і додайте до нього подрібнений порошок каніфоль. Доведіть до кипіння, влийте олію. Прокип'ятіть ще 10-30 хвилин. Отриману масу залиште остигати, а згодом розіміняйте до однорідної консистенції. Готовий вар зберігайте в посудині з кришкою.

На основі бджолиного воску: каніфоль — 4 частини, бджолиний віск — 2 частини, тваринний жир — 1 частина.

Віск доведіть до кипіння, додайте інші складники. Кип'ятіть ще півгодини. Дайте охолонути. Розіміняйте до однорідної консистенції.

Садовий вар Жуковського: бджолиний віск — 1 частина, каніфоль — 1 частина, несолоний жир — 1 частина.

Розтопіть всі складники в різних посудинах, потім перелийте їх в одну, перемішайте. Наберіть в іншу посудину холодної води і влийте туди садовий вар. Коли він згорнеться, вижми з води і сформуєте кулю правильної форми. Використовуйте тільки в теплу погоду. Щоб не привертати ос і бджіл, накрийте оброблене місце тканиною.

Життя як воно є

Мама любила чисті вікна...

...Але не любила їх мити. Поки ми жили разом, їх мила я. Щотижня. Взимку – тільки всередині, в усі інші пори року – всюди.

Мама просила, а якщо я не виконувала прохання, вона ображалася. Плакала і пила валокордин. Мамин валокордин – чудовий мотиватор. Тому йшла і мила, хоча і не-навиджу прибирання. Але ще більше ненавиджу, коли пахне валокордином. Я втомилася мити вікна і вискочила заміж, поїхала від мами, почала жити з чоловіком у нього. Мама пхивкала, вимагала мене назад, чекала, поки я нагряюся дружини. Потім народився син, і мені довелося братися до брудних вікон. Мама на мене ображалася, а я виправдовувалася.

– Мамо, я не можу їхати з іншого міста, маме, я не можу вікна. У мене — сім'я, маленька дитина, купа справ. Тепер є така служба — клінінгова, я оплачу, прийде людина і поміє тобі вікна.

– Чужа людина??? – жахається мама.

– Так. Прийде, поміє і піде. У неї така робота.

– Прийде людина і запитає: «Ви що, самотня?» Я скажу: «Ні, у мене є дочка». Людина запитає: «А чому вона не поміє вам вікна?» І я помру від сорому.

– Не вмирай. Поясни їй, що ти хочеш, щоб вікна були щотижня. А твоя дочка живе в іншому місті, й у неї грудня немає. Я у себе вдома, не мила вікон два сезони. Навіть три. У мене часу немає.

– І тобі не соромно?

– Ні. У мене були інші, не менш важливі справи.

– Рівна – це душа господині. Чисті вікна і смачний борщ. Якщо у тебе брудні вікна...

– Я погана господиня, і мене це влаштує.

– Я просто не розумію, в кого ти така вдалася... Я згоріла б від сорому...

Мною аж теліпало. Я кидала трубку.

Вона любила, щоб все було чистим. Хоча вона, і тоді, коли їй зручно.

Складалося враження, що їй не потрібні чисті вікна, їй потрібні вікна, які помила саме я.

Кілька років у мене пішло на розуміння того, що це мамине «самодурство» – підсвідоме бажання бути поруч, компенсувати той факт, що за все моє, на той момент тридцятирічне життя, разом ми жили тільки п'ять років.

Мама не виховувала мене, у неї на це не було часу, а тепер є, і вона заманує мене до себе, але у мене вже на це немає часу. Не можна вибрати будь-який зручний час, щоб виховувати дочку, треба нянчити її, поки вона маленька. Поки мама шукала на це час, я вже виросла, і мені не потрібна мама, яка нянчиться зі мною, я навчилася отримувати материнське тепло з інших джерел.

Але покоління наших матерів не схильне до рефлексії і ніколи не визнає своїх помилок. Мама хотіла до мене на ручки, хотіла бути поруч, звернути на себе увагу, але про-

сто не знала іншої мови комунікації, окрім ультимативів.

Усвідомлення цього факту пом'якшило мене. Я більше не злилася: читала між рядками. Мама давала завдання для мене з єдиною метою: побачити мене. А я пропонувала замінити себе клінерами за гроші. Навіщо їй чужі люди в її житті? Їй потрібна дочка.

Я почала частіше її навідувати. Брала сина і приїжджала на кілька днів, а іноді на цілий тиждень.

Мама трактувала ці мої приїзди по-іншому: вона вирішила, що я втікаю від чоловіка, у нас все погано, і ці від'їзди – передвісники розлучення.

– Ви розлучаєтесь?

– Мамо, що за дурниця? У нас все добре.

– Ну, не хочеш – не кажи.

Покоління наших мамусь ніколи не помиляється, це точно.

Жадтяє справедливості. Воно саме насаджує справедливість. Я виросла в дефіциті маминої любові, а потім мама жила в неусвідомленому дефіциті моєї. Життя бавилося, диригувало ситуацією.

Потім мама сильно захворіла.

Я спочатку не зрозуміла, що все серйозно, думала, чергове маніпуляція. Маніпуляції здоров'ям – найефективніші. Вони гарантують, що я в будь-який час дня і ночі кину все і поїду до неї рятувати. А насправді виявляється, що нікого рятувати не треба. Тобто, треба, але не від тиску, який зненацька підскачов, а від нападу нелюбові.

Одного разу я летіла до неї посеред ночі, вагітна, після її дзвінка, що їй погано. Мама плакала в трубку. Я почала збиратися, посварилася з чоловіком, який намагався мене не відпустити, і мчала вночі дві години на шаленій швидкості, щоб перекозатися, що мама... солодко спить.

Але того разу все було серйозно. Мама ослабла, не змогла ходити без підтримки, спочатку попросила ходунки, а потім пересіла на інвалідне крісло, а потім зовсім легла.

Я розуміла, що їй потрібні гроші. Почала шукати доглядальницю з медичною освітою. Виявилось, що це дуже дорога послуга. І чим важчий пацієнт, тим дорожче (адже його треба піднімати, підмивати і т. д.). Середня ціна такого догляду – 15-20 тисяч гривень

на місяць. Це без усього, лише робота. А ще — мислять, медикаменти, продукти... Виходило загалом до тридцяти. Але найбільша проблема, яку я передбачала, це навіть не гроші. Це той факт, що за мамою буде доглядати чужа людина. Не я.

Я вже бачила мамині сльози, і ось це її улюблене «Я помру від сорому».

Сусіди запитують: «У тебе що — дочки немає?»

Я прийняла рішення переїхати до мами. З сином. Це був серпень. Я віддам дитину до дитячого садочка у вересні. І буду доглядати за мамою.

Чоловік був приголомшений цим рішенням. Я його з собою не кликала, бо розуміла: він не поїде. Він він розучився жити на чужій території. А тут – приїхати до чужого дому, в килими, в кришталі, в нескінченні маніпуляції...

– Ми будемо приїжджати до тебе на вихідні, – заспокоювала я його. – Вважай, що їдемо на заробітки. Заробляти купу грошей.

Чоловік волів влаштуватися на другу роботу і знайти можливість оплачувати доглядальницю для тещі. Та й я могла повернутися на роботу, а сина – в садочок.

Я не знала, а сина – в садочок. Чоловік волів влаштуватися на другу роботу і знайти можливість оплачувати доглядальницю для тещі. Та й я могла повернутися на роботу, а сина – в садочок.

Я витримала півроку. Шість місяців побутового пекла. З мене – погана доглядальниця. Тому що я – НЕ доглядальниця.

Ситуація ускладнювалась тим, що я давно стала мамою для своєї примхливої мами, а біль робив її озлобленою, уїдливою, колючою. Вона постійно була незадоволеною, морщилася, відштовхувала мої руки, говорила несправедливі речі. Я жила в мареві негативу. І від несправедливості у мене постійно текли сльози. Бо дорослий повний памперс хотілося б виносити під тихе і вдячне «дякую», а не в супроводі образ згодом моєї безрукості.

Вже потім я зрозумію, якою принизливою для мами була її незручність, якою нерозумним було почуття, що вона — тягар, і як це страшно, коли старість звалюється на тебе всією своєю безжалісною сутністю.

Я була глибоко нещасною ті півроку. Приїжджала на вихідні і падала в руки чоловіка,

очікуючи на реабілітацію любов'ю і радістю. Це дитина моєї реабілітації, від безраді, від страху, що життя закінчується так болісно, непривабливо. Але чоловік не хотів мого скигління і не хотів нікого жаліти. Він мав бажання жити зі своєю сім'єю, адже для цього її створював, і не розумів, чому в будні він змушений бути холостяком... А за вихідні ми не встигали створити заново те, що зникло в будні.

Я втомилася. Яюсь подивилася у чисте вікно і зрозуміла: ще трохи — і я в нього вийду. Бо більше не можу. Не можу робити те, в чому я не ефективна, те, чого від мене чекають, те, що вважається правильним, але насправді мучить всіх.

Я увійшла до маминої кімнати з красивою жінкою мого віку і сказала: «Мамо, це — Наталія Іванівна, твоя доглядальниця».

– А ти? – запитала мама.

– Я ма – додому, – відповіла я.

І мама заплакала. І я заплакала. Але це були різні сльози.

Я повернулася додому. Вийшла на роботу. Щоб заробляти на життя разом із чоловіком. Взятися лікувати кульгаву сім'ю.

А мама... Мама раптом дуже швидко... почала видужувати. Через місяць сіла в інвалідне крісло, потім стала на ходунки, потім ходила майже сама.

Просто доглядальниця була профі, вмійла відрізати примхи від необхідності і сама встановлювала правила. Вона не мила вікон, коли цього хотіла мама, а лише тоді, коли це було необхідним.

Мама зрозуміла, що в її будинку господарює чужа жінка, яка не піддається на її маніпуляції. І єдиний спосіб її позбутися – зробити її перебування в квартирі непотрібним. А для цього треба стати здоровою.

Це – гарна історія і дуже повчальний приклад того, що в павутину маніпуляцій люди потрапляють із власної волі, про те, що деякі борги не обов'язково віддавати самому, про те, що дивитися у чисті вікна набагато цікавіше, коли за ними – пейзаж, обраний тобою, а не ставини.

І про те, що тільки ви вирішите, як правильно любити тих, кого ви любите.

І дорогі вам люди не мають право розпорядитися вашою любов'ю так, як вони вважають за потрібне.

Господині в записничок

Незамінна помічниця на кухні

Відколи фольга стала одним із найпоширеніших кухонних аксесуарів, кулінари запікають у ній все, що тільки можна: рибу, птицю, овочі, м'ясо. Завдяки цій помічниці ви зможете урізноманітнити не тільки домашню вечерю, а й пікнік на дачі, під час риболовлі чи полювання. Фольга не окислюється, вона легка, компактна, захищає продукти від псування (має термостійку властивість), перешкоджає поширенню запаху, зберігає вітаміни. Отже, їжа, приготована у цій сріблястій «упаковці», буде смачною і соковитою, якщо знати кілька нескладних хитрощів.

Що небажано загортати у фольгу. У фольги є ціла низка переваг: вона стійка до впливу харчових продуктів, не змінює їх смак і запах, не пропускає воду, жири, гази, мікроорганізми і ультрафіолетове випромінювання. Однак вона взаємодіє з кислотами. Тому продукти і страви з кислим смаком протягом тривалого часу тримати у фользі не рекомендується.

Коли не варто використовувати фольгу. Її не можна використовувати в мікрохвильовці. Вона відбиватиме мікрохвилі, і виріб залишиться сирым. До того ж розташування фольги на відстані від стінок мікрохвильової печі ближчій, ніж 2 сантиметри спричиняє появу іскор.

Товщина має значення. Матеріал завтовшки 9 мкм підходить для зберігання різних продуктів. Фольгу завтовшки 11 мкм використовують для приготування страв у духовці. Найтовстіша фольга — 14 мкм — потрібна для запікання на грилі та для тривалого приготування в духовці.

Що і як запікати. Для запікання намагайтеся брати м'ясо без кісток, аби вони не розірвали фольгу. Річкову рибу можна не розбирати. Овочі брати однакового розміру, щоб вони приготувалися одночасно.

Яким боком — матовим чи блискучим — класти фольгу на деко. Блискучий бік набагато краще відбиває тепло і не прилипає до страви. Саме тому загортати про-



дукти слід так, щоб матовий бік був зовні, а блискучий контактував з продуктами.

Загортання. Щоб загорнути шматок м'яса чи риби у фольгу герметично, зробить так: складіть лист фольги вдвічі, викладіть страву на одну половину листа, зверху без натягу вільно накрийте другою, загорніть краї з одного боку — вийде герметичний шов, зробіть ще два таких шви з боків. У вас вийде пакет, який потрібно акуратно притиснути

навколо продукту, розташованого в ньому. При нагріванні пакет буде розправлятися, фольга надується, але герметичність не порушиться. Запікаючи м'ясо або рибу, намагайтеся якомога щільніше упаковувати продукт. Запікаючи овочі, навпаки, залишайте трішки повітря — тоді овочі добре пропаяться.

Порядок укладання інгредієнтів. Для того, щоб м'ясо краще пропеклося ароматами спецій і овочів, зробіть на його поверхні надрізи ножем. Кладіть на дно фольги спочатку овочі, а зверху – м'ясо, присипане спеціями. Так головна страва не пригорить. Оптимальна температура в духовці для приготування м'яса у фользі — 170° С, птиці — 160° С, риби — 145° С. Запікаючи на відкритому вогні, дочекайтесь, поки вугілля трохи охолоне. Так страва не пригорить.

Як отримати рум'яну скоринку. Розгорніть фольгу, коли страва майже готова, і запікайте ще 5-10 хвилин. Не забувайте, що при порушенні герметичності фольги назовні вийде гаряча пара, тому дійте максимально обережно!

Як дізнатися, що страва готова. М'ясо готове, якщо шви в фользі потемніють і з'явиться характерний аромат смачної страви. Картоплю можна перевірити гострим ножом чи дерев'яною паличкою, при цьому прокол не впливатиме на швидкість приготування. Птицю, рибу і бринзу вважають готовими, якщо фольга надується.

Все буде смачно

У великодній кошик

Великдень — мабуть, найсвітліше і найдовгоочікуваніше церковне свято. До Пасхи готуються заздалегідь. Про головний атрибут — власноруч спечену смачну паску — ми поговоримо в наступному номері. Сьогодні ж пропонуємо добірку рецептів м'ясних страв до пасхального столу.



Домашня ковбаска з часником

Інгредієнти: 4 кг свинячої лопатки, 1 літр бульйону, 6-8 зубків часнику, 1 ч. л. каєнського перецю, 1 ч. л. чорного перецю, 8-9 ч. л. солі, 1 ст. л. майорану, 1 ст. л. сушеного чебрецю, 2 ст. л. солодкої паприки, 25-30 шт. ягід ялівцю, 4 лаврові листки, 5 зерен лаврину перецю.

Приготування. Зеловину порції м'яса порізати шматочками 1-1,5 см. М'ясо, що залишилося, перемолоти на м'ясорубці. Зернисті спеції, лавровий лист подрібнити, змішати з іншими травами, сіллю і перемішати. Порізати приправу фантом, додати дрібно нарізані цибулю і половину бульйону. Місити 5-10 хвилин, додати решту бульйону. Накрити тканиною і поставити в холодильник на 24 години. Щільно набити свинячі кишки фаршем, формуючи ковбаски по 35-40 см або кільця (70-80 см).

Для копчення бажано використовувати

вільху, дуб, бук або вишню. Коптати при температурі 70-80 градусів 2-3 години. Можна підварити ковбаски в підсолоній воді протягом 15-20 хвилин (в воду додати лавровий лист і запашний перець).



Сало в маринаді

Інгредієнти: 1 кг сала з м'ясним прошарком, 2 головки часнику, 3 ст. л. чорного меленого перецю.

Для розсолу: 2 жмені лушпиння цибулі, 5 шт. чорносливу, 2 лаврові листки, 200 г солі, 2 ст. л. цукру.

Приготування. Всі інгредієнти розсолу залити 1 л води, довести до кипіння. Помити і висушити сало, розрізати його на 2 шматки. Занурити в маринад і варити 25 хвилин з моменту закипання. Залишити остигати в розсолі на ніч.

Часник розтерти з перцем. Сало обсушити,

натерти часниковою сумішшю.

Загорнути кожен шматочок у харчову плівку. Для тривалого зберігання помістити у морозилку.



В'ялена яловичина

Інгредієнти: 1 кг яловичої вирізки, 250 мл горілки, 100 г солі, 50 г цукру, 1 ч. л. чорного перецю горошком, 3 ст. л. соняшникової олії.

Приготування. Застелити посудину для маринування відкритим пакетом. У пакет насипати сіль, цукор, перець, налити горілку й олію, перемішати. Покласти яловичину і зав'язати пакет. Повернути яловичину, щоб маринад огорнув все м'ясо. Покласти у холодильник на 3 дні.

М'ясо промокнути паперовим рушником. До речі, замість горілки можна використовувати коньяк. Так закуска вийде ще пікантнішою.

Домашня ковбаса «Галицька»

Інгредієнти: 1,5 кг свинини, 500 г сала, 1,5 ст. л. солі, 1 ст. л. чорного меленого перецю, 2 головки часнику, 2 ст. ложки гірчиці в зернах.

Приготування. М'ясо порізати шматками 1x1 см, додати сіль, перець, розчавлений часник і трохи води або бульйону.

Наповнити кишки і залишити в холоді на добу.

Відварити у воді після закипання 30 хв., потім зупинити в розігрій до 180 градусів духовки ще 30 хв.

Така ковбаса смакує і холодною, і теплою.

Смачного!



Дитячий майданчик

Знайди вімінності



Звідки?

Звідки взялася весна?
Може, лелека її принесла?
А звідки взялися струмки?
Мабуть, потічки накапав,
І воні, дощик...
А звідки ліси,
Дерева й трава?
Чому схожа хмаринка
Оця на їжачка?
Це все дуже просто,
Моє ти маля!
Ліси і дерева й травичка оця
І кожна хмаринка -
Це Божих рук справа,
Тож віддаймо Йому
Належну славу!

Віолетта ІВАНЦІВ, учениця 4-А класу Великоберезовицької ЗОШ.

Загадки про комах

Цей маленький робітник
Змалку працювати звик,
Тягне мушок, соломинки
До великої хатинки,
Бо працює важко-важко
У мурашнику... (мурашка).

Ця червона намистинка
Має крильця на краплинках,
Невеличка, гарна дуже.
Упізнай її, мій друже,
На твою долонечку
Прилетіло... (сонечко).

Посмугована комашка
Працювати звикла тяжко,
Із квіток нектар збирає,
Мед смачний виробляє.
Робітниця ця мала
Називається... (бджола).

Розцвіла в саду у нас
Дивна квіточка якась.
Я понюхати хотіла -
Квітка пурх! - і полетіла. (Метелик)

Є у нього довгі роги —
Забиратися з дороги!
— Жу-жу-жу, — гудить, дзижчить,
Коли в небі він летить,
Має крила і шість рук
Буркотливий чорний... (жук).

Свою нізну павутину
Він спітає безупинно,
День і ніч працюють важко,
Для мушок гамачок
Виплітає... (павучок).

Лабіринт



Дивовижна сила

Щодня, йдучи з мамою в садок, маленький Сашко розглядав квіти біля стежки, крапельки роси на них. І раптом він побачив маленьку гірку з прутиків і соломи і крихітних комах, які метушливо бігали по ній.

— Мамочко, а хто це?

— Це мурахи, сину.

І мама розповіла йому цікаву історію про дивовижний світ мурах, про їх працелюбність, про надзвичайну силу мурахи, якою вони володіють, про їх дружбу взаємодопомогу.

І тут Сашко побачив соломинку, що рухалася. Придивився — а під нею багато мурашок. І всі разом так дружно несуть соломинку до свого будинку — мурашника.

З кожним днем мурашник ставав все вищим і вищим і Сашко дивувався: як таким маленьким істотам вдалося побудувати такий великий будинок.

Якось ідучи з садка, він помітив у маминих руках важку сумку.

— Мамо, давай я тобі допоможу, разом зі мною тобі буде легше!

А прийшовши додому, Сашко вирішив разом з мамою прибирати в будинку. І це було так весело і швидко. І мама багато посміхалася.

— Ось які мурахи молодці, — подумав Сашко. — Разом робити щось набагато легше і приємніше.

Галина БРИТАН.