

# Подільське СЛОВО

№44 (48/5355) П'ятниця, 1 листопада 2019 року

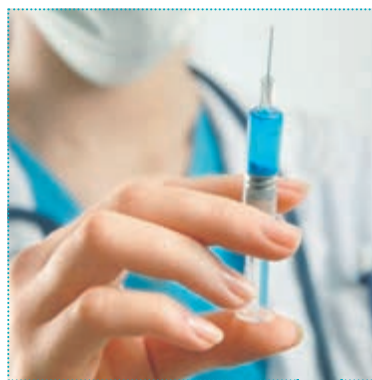
12 сторінок



Представлять  
нового голову  
Тернопільської ОДА **2**

## Тема тижня

У ніч із суботи на неділю ми знову перейшли на зимовий час. Однак у суспільстві не вщухають суперечки щодо того, чи доцільно двічі на рік переводити стрілки годинника і, якщо ні, то який час залишити — літній чи зимовий, а також стосовно того, який із них власне «наш».



Лікарі  
застерігають:  
дифтерія **4**

## Зимовий чи літній? Який час залишити, скасувавши переведення стрілок?

Літній час вперше запровадили під час Першої світової війни з метою енергозбереження. Електроенергії бракувало, а переведення годинників на годину вперед навесні давало можливість довше користуватися природним денним освітленням.

Першою країною в Європі, яка використала ідею літнього часу з метою збереження вугілля, стала Німеччина у квітні 1916 року. Велика Британія і більшість союзників незабаром наслідували її приклад, Росія і деякі інші країни приєдналися в 1917 році, а США — в 1918-му.

**При цьому «природним», тобто стандартним для тієї чи іншої території, є той час, який сьогодні називають зимовим.**

Після війни переведення на літній час в Європі скасували, але з 1970-х років цей механізм у багатьох європейських країнах відновили через нафтову кризу та з огляду на пов'язані з нею аргументи щодо заощадження енергії. У межах всього Євросоюзу положення стосовно переходу на літній час вперше були запроваджені 1980 року, в Радянському Союзі — у квітні 1981-го.

**Але нині головний аргумент, через який з'явився літній час, — не актуальний.** Для освітлення використовують діодні або енергозберігаючі лампи, і його частка у загальному балансі споживання електроенергії стала незначною, а економія електроенергії через переведення стрілок — зовсім мізерна.

Тож країни Євросоюзу планують відмовитися від переходу на літній і зимовий час, але зроблять це не цього року, як планувалося донедавна, а лише у 2021 році.

**Питання тільки в тому, хто залишить літній час, а хто — зимовий. Єврокомісія дає країнам-членам свободу вирішити, за яким часом вони хочуть жити. Причому вибір є доволі непростим.**

Приміром, у Фінляндії опитування показало, що більшість громадян хочуть жити за зимовим часом, хоча голоси розділилися майже порівну — 52% і 48%.

У Німеччині, до речі, щодо цього також немає одностайності. Міністр охорони здоров'я Єнс Шпан надає перевагу літньому часу. А от голова Союзу німецьких вчителів Гайнц Петер Майдінгер вважає, що зимовий час має переваги. А вже тоді дітям не доведеться упродовж кількох місяців ходити до школи в темряві.

**Як відомо, Росія у 2011 році відмовилася від переходу на зимовий час, однак у 2014-му рішення змінили, і країна тепер живе за зимовим.**

До слова, у нашій державі в 2011 році теж була спроба відмовитися від переведення годинників і жити за літнім часом. Верховна Рада прийняла відповідну постанову, яка, втім, викли-

кала невдоволення в західній частині України. Через місяць парламент постанову скасував.

**Чому так? Спробуємо з'ясувати.**

Оскільки близько 85% території країни (приблизно 527 тис. км<sup>2</sup>) розташовано в другому поясі, на території України діє час другого часового поясу (UTC+2). Він називається київським.



**Однак незначна частина Закарпаття географічно розташована у першому часовому поясі, де діє центральноєвропейський час (UTC+1), за яким живуть Амстердам, Берлін, Берн, Брюссель, Відень, Копенгаген, Мадрид, Париж, Рим, Стокгольм, Белград, Братислава, Будапешт, Варшава, Любляна, Прага, Сараєво, Скоп'є, Загреб. Луганська і Донецька області та східні частини Харківської, Дніпропетровської і Запорізької області розташовані у третьому часовому поясі — UTC+3 (московський час Росії, мінський час Білорусі, східноафриканський час (Найробі, Аддис-Абеба, Ірак, Кувейт, Саудівська Аравія).**

Територія України за довготою має протяжність 17°57', або приблизно 1,23 години. **І якщо в її крайній точці на сході, в селі Рання Зоря Міловського району Луганської області, для**

**прикладу, 29 жовтня сонце зійшло о 06:01, а зайшло о 16:03, то в крайній точці на заході — в селі Соломоново Ужгородського району Закарпатської області — схід сонця настав значно пізніше — о 7:11, а захід — об 17:17.**

Якщо Україна офіційно встановить лише літній час, то вона фактично користуватиметься часом третього поясу, який характерний для сходу країни, але зовсім незручний для заходу. Щоб виправити незручності, тоді, у 2011 р., Ужгородська міська рада змушена була ухвалити рішення, за яким рекомендувала всім установам розпочинати робочий день на годину пізніше. Це мало мінімізувати негативні наслідки рішення парламенту. А вже місцевим жителям взимку довелось б вставати затемна і вести дітей до шкіл та дитсадків ще до сходу сонця. А через місяць постанову парламенту про відмову від переведення годинників і запровадження літнього часу як постійного було скасовано.

**Тому нині, вирішуючи, в якому часі жити, необхідно належним чином зважити всі чинники й аргументи.**

**ТО ЯКИЙ ЧАС — «НАШ»?**

Щоразу під час переведення стрілок доводиться чути невдоволення чи то прихильників зимового часу, чи то літнього, мовляв, той час — «наш», а цей — «не наш». Пригадуємо, коли ще була малою, старші люди, запитуючи, котра година, уточнювали: «А то — по-нашому чи по-московському?» Справа в тому, що з приходом радянської влади на терени Галичини різниця між «нашим» і «московським» часом становила 2 години, а з переходом у 1981 році на літній час вона зросла до 3 годин. Нічого собі!

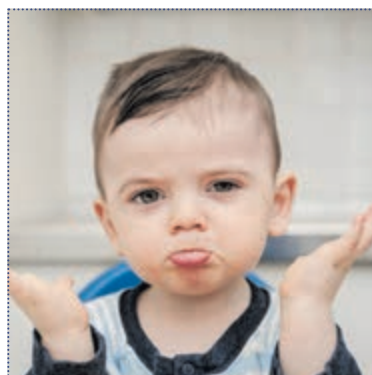
Продовження на стор. 4.



Шкільний  
меридіан **7**



Корисна  
і смачна  
груша **10, 12**



Якщо дитина  
проковтнула  
батарею **11**



**Довідково**

**Часовий пояс** — частина поверхні Земної кулі, на якій ухвалено один стандартний час, який це часто називають місцевим. Для зручності відліку поточного часу вся територія землі поділена на 24 часові пояси завширшки в середньому 15°. В межах кожного такого поясу встановлено єдиний поясний час.

**За точку відліку взяли Гринвіцький меридіан** (нульовий меридіан — середній меридіан нульового часового поясу), який проходить через Королівську Гринвіцьку обсерваторію в місті Гринвіч (Велика Британія).

Часові пояси можуть бути скориговані за стандартною сезонністю. Для тих країн і регіонів, де переходять на літній час, зміщення стосовно UTC також змінюється (завичай +1 година).



Офіційне

## Розпорядження

25.10.2019 №20-од

Про скликання тридцять першої сесії  
Тернопільської районної ради  
сьомого скликання

1. Скликати тридцять першу сесію Тернопільської районної ради сьомого скликання 06 листопада 2019 року в приміщенні районної ради.

Сесійне засідання розпочати о 10 годині ранку.

2. На розгляд тридцять першої сесії районної ради внести питання:

- про ход виконання програми соціально-економічного та культурного розвитку району за 9 місяців 2019 року;
- про звіт «Про виконання районного бюджету за 9 місяців 2019 року»;
- про міжбюджетні трансферти;
- про внесення змін до районного бюджету на 2019 рік;
- інші питання поточної роботи.

3. На сесію районної ради запросити депутатів обласної ради від Тернопільського району, сільських і 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.

Соціум

Українці — перші в ЄС  
за кількістю дозволів на  
проживання

За даними Євростату, країни Європейського Союзу у 2018 році видали громадянам інших країн 3,225 млн перших дозволів на проживання, з них — 527 тис. отримали громадяни України. Відтак, Україна посіла перше місце за кількістю дозволів проживання в країнах ЄС.

«У 2018 році громадяни України (527 тис. осіб, з яких майже 80% отримали дозвіл на проживання у Польщі), випереджаючи громадян Китаю (206 тисяч осіб, з яких майже половина отримала проживання у Великій Британії), Індії (197 тис., з них 38% — у Великій Британії), Сирії (174 тис., з них 71% — у Німеччині), Білорусі (138 тис., з них 92% — у Польщі), Марокко (127 тис., з них 45% — в Іспанії), США (120 тис., з яких 36% — у Великій Британії), Бразилії (88 тис., з них 32% — у Португалії), Туреччині (80 тис., з них 29% — у Німеччині) та Росії (75 000, з них 18% — у Німеччині)», — йдеться у документі статистичного відомства ЄС.

Близько половини (54%) усіх перших дозволів на проживання у країнах ЄС у 2018 році було видано громадянам цих десяти країн.

Як зазначається, українці отримали дозвіл на проживання у країнах ЄС переважно з міркувань працевлаштування (65% усіх перших дозволів на проживання, виданих українцям у 2018 році), китайці — з метою освіти (67%), а марокканці (61%) — за сімейними обставинами.

Як повідомлялося, за останні п'ять років кількість трудових мігрантів з України в Польщу зросла в п'ять разів — з 300 тисяч до близько 1,5 млн.

На поверхні влади

Тернополянам представлять  
нового голову ОДА

Ще 9 жовтня 2019 року на черговому засіданні Уряду було погоджено кандидатуру на посаду голови Тернопільської обласної адміністрації, однак офіційне представлення новопризначеного голови досі не відбулося. Дата очікуваного приїзду Президента змінювалася кілька разів. Черговий візит високопоставлених гостей із Києва планується на 1 або 2 листопада і чи буде це Володимир Зеленський, чи перший заступник керівника Офісу Президента Сергій Трофімов — наразі достеменно невідомо.

Але в ОДА до приїзду готуються. Відомо, що в рамках візиту високоповажний гість має взяти участь у нараді з питань розвитку спиртової галузі України; долучитися до покладання квітів до меморіальної дошки на фасаді школи № 4, де в 1918-1919 роках розміщувався Уряд ЗУНР (1 листопада — 101 річниця її проголошення); ознайомитися зі станом будівництва Центру веслування та водних видів спорту «Водна арена Тернопіль» в с. Біла. Ну і, звичайно ж, наразі представити страції Ігоря Сопеля.

Ігор Михайлович Сопель народився 16 вересня 1974 року в м. Хоростків Гусатинського р-н Тернопільської області. Навчався у Хоростківській школі № 1, після закінчення якої вступив до Тернопільського державного технічного університету й отримав кваліфікацію інженер-механік. Трудову діяльність розпочав у 1991 р. на Хоростківському цукровому за-



воді слюсарем КВПІА, після чого обійняв посаду - інженер ТЕЦ, загалом пропрацював на підприємстві 13 років. У 2003 році розпочав підприємництво діяльність.

З 2010 року керував Хоростківським регіональним структурним підрозділом ТОВ «Агробізнес» (підприємство займається виготовлення хлібобулочних і кондитерських виробів і зареєстроване у селі Токи Підволочиського району). Підрозділ обслугову-

є три райони — Гусатинський, Тербовлянський та Чортківський. Звільнився з посади у 2018 році, про що свідчить декларація, яку подав після звільнення.

З 2017 року — керівник федерації футболу у м. Хоростків. Одружений, має сина Ігоря і дочку Галину. Дружина Ольга Мирославівна — депутат Хоростківської міської ради, також працює у Хоростківському відділенні ТОВ «Агробізнес», була довіреною особою чоловіка на виборах до парламенту. До речі, на позачергових виборах до Верховної Ради України балотувався від ПП «Слуга народу» на 166-му виборчому окрузі, але поступився самовисуванцю Миколі Люшняку, який представив округ у парламенті. Хоча й набрав 19913 голосів і показав другий результат.

За декларацією, у власності Ігоря Михайловича Сопеля — магазин у Хоросткові (50 кв. м), МАФ (30 кв. м), квартира (68,2 кв. м), частка у нерухомості 27/100, загалом площею 171,9 кв. м.

Віктор Овчарук: «Бюджет-2020 є  
дефіцитним, прошу громаду області  
вносити свої пропозиції»

Верховна Рада України 18 жовтня ухвалила у першому читанні проект Державного бюджету України на 2020 рік. Голова Тернопільської обласної ради Віктор Овчарук зазначив, що, порівняно із 2019 роком, бюджет на 2020 є дефіцитним, тому громада не знає, як спрямовуватиме кошти.

До проекту бюджету ще вноситимуть правки, проте у ньому вже точно не враховуватиметься сплата акцизного податку до місцевих бюджетів. Це, за словами очільника Тернопільщини, зменшує наповнення скарбниці.



— Те, що стосується бюджету, у ньому не врахована сплата податку на акциз. Щодо галузей, то в частині обласного бюджету спостерігається скорочення витраток майже на 30%. Як лікар я розумію, чому є таке недофінансування. Це пов'язане із реформою охорони здоров'я, відповідно до якої усі медичні заклади фінансуватимуться через НСЗУ, яна платитиме за медичну послугу. По-іншому

ми зможемо якісно консулювати та надавати якісні послуги. Враховуючи те, що від квітня ця сфера буде впроваджена, це є скорочення витраток. Проте існує небезпека — ми не маємо об'єктивної медичної послуги, не маємо склади сьогорні єдину медичну позицію. Передбачити, чи вистачить нам цих коштів. Відтак, це є проблемою місцевого бюджету та громади. Також оплата за комунальні послуги у медзакладах здійснюватиметься із місцеві скарбниці. Маємо зважити усі ці фактори, щоб залишити наповнення бюджету, яке на 95% залежить від ПДФО, — пояснив Віктор Овчарук.

Голова облради просить громадян вносити свої пропозиції щодо передбачених змін, щоб у висновку не залишилося жодної проблеми.

— Пріоритетним залишається закриття питання оплати службам комунальних послуг. Через це можуть виникнути проблеми у співпраці із префектом. Адже не-

відомо, що буде із власністю громади району у цей перехідний період. Зокрема, із тими об'єктами й установами, які були на балансі органів місцевого самоврядування, кому вони перейдуть. Якщо формувати перфекта у тих районах, то доцільно господарську частину, щоб втримати цей період та не нанести удару на робочі місця. Адже ті об'єкти, які передаватимуть, доведеться скорочувати. Хочу попросити громаду області активно включитися у процес обговорення витраток, внесення змін у Конституцію, щоб їх не прийняли без нашої участі, — наголосив Віктор Овчарук.

Так, очільник області доручив головам рад поінформувати мешканців на сесії.

— Я двічі збирав голів районних рад щодо цього питання і запропонував ґрунтовно та всебічно розмовляти із громадянами для того, аби вони висловлювали свої пропозиції. Результати зможемо обговорити на сесії обласної ради, — додав Віктор Овчарук.

Наші гроші

## Зростають ціни на молочну сировину

Ціни продовжили зростати через дефіцит сировини, спричинений масовим скороченням поголів'я корів.

Про це повідомляє Асоціація виробників молока (АВМ). «Екстрагатунок подорожчав на 13 коп. і коштує в середньому 10,66 грн/кг. Вищий додав 18 коп., його вартість в середньому становить 10,04 грн/кг. Перший гатунок зріс на 16 коп. з середньою ціною 9,69 грн/кг. Різниця між гатунками: екстра-вищий — 62 коп., вищий-перший — 35 коп. Середньозва-

жена ціна трьох гатунків — 10,13 грн/кг», — йдеться у повідомленні.

«Жовтневе підвищення цін є типовим явищем в умовах сезонного скорочення виробництва молока та зменшення надходження його у переробку. Проте нинішнього року переробники зіштовхнулись із серйозною проблемою дефіциту молока задвоє до сезонних коливань.

Причина цього — масове скорочення поголів'я корів як серед підприємств, так і серед населення. Таким чином, до фактору зменшення кількості дійної худоби додався фактор сезонності, наслідком якого було чергове підвищення цін у жовтні», — коментує аналітик Асоціації виробників молока Володимир Андрієць.

За прогнозами експерта, дефіцит си-



рого молока і надалі триватиме. При цьому настрої у колах учасників молочного бізнесу досить негативні, вони активно скорочують дійне стадо, а деякі навіть повністю позбуваються молочного бізнесу.



## Вітання

**Шановні колеги!**  
**Прийміть сердечні привітання з нагоди професійного свята — Дня працівників соціальної сфери, яке відзначають у першу неділю листопада.**

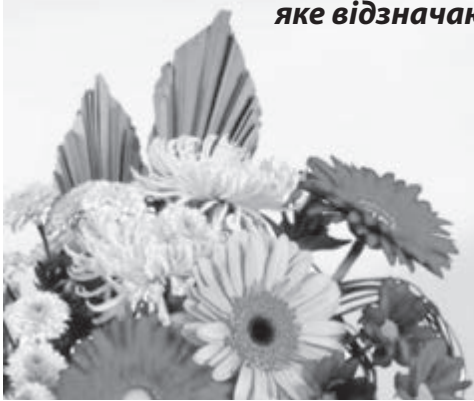
Цей день — чудова нагода висловити вдячність за вашу благородну працю.

Тож прийміть щирі побажання міцного здоров'я, особисто-го щастя, творчої мудрості і високого професіоналізму!

Нехай множаться наші добрі вчинки, здійснюються найкращі плани та задуми, а служіння обраній справі, чуйність і щедрість впринесуть вам людську шану та повагу!

**Хай у вашин домів панують мир і злагода, благополуччя і достаток. Зі святом вас!**

З повагою — **Надія БОЙКО**, директор Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) Тернопільського району.



## Актуально

## Нова банкнота — в обігу

25 жовтня 2019 року Національний банк України ввів в обіг нову банкноту номіналом 1000 гривень. Це найбільший номінал банкнот, який існує в Україні. З п'ятниці, 25 жовтня 2019 року, нові банкноти стали обов'язковими для прийняття як платіжний засіб.

На лицьовому боці — портрет одного із засновників і першого президента НАН України Володимира Вернадського. На зворотній стороні — зображення будівлі Президії Національної академії наук України.

Також у 2019 році НБУ планує ввести в обіг монету номіналом 5 гривень.

Як повідомлялося, з 1 жовтня цього року монети номіналом 1, 2 та 5 копійок перестали бути засобом платежу. Впродовж року їх можна безкоштовно та без обмежень обмінювати в усіх відділеннях українських банків.



## Умови прийому у виші у 2020 році

Міністерство освіти та науки затвердило Умови прийому в заклади вищої освіти на 2020 рік. Документ оприлюднений на сайті Міністерства освіти та науки.



«Вступники на навчання для здобуття ступеня бакалавра (магістра медичного, фармацевтичного або ветеринарного спрямувань) на основі повної загальної середньої освіти допускаються до відбору

на місця державного (регіонального) замовлення, можуть бути рекомендовані або переведені на такі місця в разі наявності конкурсної бала не менше 125», — йдеться в умовах.

Для медичних спеціальностей мінімальний конкурсний бал з другого та третього конкурсних предметів становить не менше 150 балів; для спеціальностей фармації, промислової фармації — 130 балів; для публічних спеціальностей, міжнародних відносин і публічних спеціальностей адміністрування — 140 балів.

Також умовами передбачається можливість навчання одночасно за кількома освітніми програмами та у кількох навчальних закладах. Водночас не допускається навчання за двома чи більше спеціальностями за кошти державного або місцевого бюджетів.

**У 2020 році будуть приймати осіб з іноземних мов.**

## Юридична консультація

## Хто такі громадські радники



Попри те, що в обласних центрах та великих містах України рівень доступу до професійних юристів досить високий, чимало мешканців віддалених сіл, малочисельних населених пунктів, вразливі та закриті спільноти, малозабезпечені громадяни не мають можливості в будь-який момент потрапити до таких спеціалістів. Це змушує шукати інші шляхи отримання правової допомоги.

**Громадські радники — це люди, які можуть не мати юридичної освіти, проте пройшли спеціальне навчання з базових**

**правових питань та отримали відповідні свідоцтва. Перш за все, це активні та небайдужі волонтери, озброєні правовими знаннями та навичками, які вони готові задіяти в своїх громадах.**

Громадські радники уважно вивчають наявну правову проблему та перенаправляють до компетентної інституції або надають правову розв'язку її самостійно. Поради, зауважимо, можуть стосуватись як конкретної особи, так і громади в цілому.

Громадські радники стоять найближче до людей — спілкуються зрозумілою мовою, розуміють труднощі та проблеми, активно задіяні в житті громад та виконують свої функції безкоштовно. Вони допомагають вирішувати проблеми у правовому полі та створюють навколо себе правову атмосферу в обласних центрах. Сьогодні в Україні діють 137 громадських радників, які об'єдналися в організацію «Асоціація громадських радників України». Розбудову спільноти громадських радників підтримують спільно міжнародний фонд «Відродження», координаційний центр з надання правової допомоги, Українська фундація правової допомоги, мережа правового розвитку та Міністерство юстиції України.

**На Тернопільщині громадські радники діють в обласному центрі та с. Почапінці.**

Головне територіальне управління юстиції у Тернопільській області.

## Новини | Коротко про актуальне

**Королівський монетний двір переплавить пам'ятні монети, випущені з датою Brexit «31 жовтня», оскільки вихід Великої Британії з ЄС відкладено.** Загалом було відкрито понад 10 мільярдів таких монет номіналом 50 пенсів. Тепер їх відсортують та подрібнять, після чого переплавлять. Однак, наголосив представник скарбниці, монета на честь Brexit буде — вона ввійде в обіг після того, як Британія залишить ЄС.

Як повідомляється, у понеділок, 29 жовтня, президент Європейської ради Дональд Туск заявив, що країни ЄС погодилися відтермінувати вихід Великої Британії до 31 січня 2020 року. Того ж дня Палата громад парламенту Великої Британії схвалила у другому читанні урядовий законопроект, який передбачає позачергові вибори депутатів 12 грудня.

**Угорщина наклала вето на спільну заяву послів НАТО щодо України,** яка мала бути ухвалена Північноатлантичною радою, що перебуває з візитом в Україні, наголосивши, що «Угорщина не готова жертвувати інтересами 150 тисяч етнічних угорців на заході України заради геополітичних інтересів». Міністр закордонних справ Угорщини Петер Сіярто наголосив, що рішення про накладання вето було ухвалено після того, як всі угорські пропозиції були відхилені на засіданні послів НАТО. Він також повідомив, що «позбавлення прав меншин однієї з країн-учасниць НАТО щонайменше заслуговує згадки в такому документі», і що заява повинна містити положення про «відновлення цих прав».

**Уряд розширив державну підтримку програми будівництва доступного житла у 2019 році.** Проект доповнено нормою щодо визначення граничної вартості 1 кв. метра житла для населених пунктів, які розташовані на відстані до 15 кілометрів від меж області, міст та міст Києва. Внесли зміни надання участником програми обирати дешевші об'єкти за межами міста Києва та обласних центрів. Державна підтримка для будівництва (придбання) доступного житла надається громадянам, які зареєстровані в електронній черзі Держмолодьжитла, переважна більшість з яких — це учасники АТО/ООС та внутрішньо переміщені особи.

**НБУ зняв обмеження на купівлю іноземної валюти та банківських металів фізичними особами** в еквіваленті 150 тис. грн на день через касу банку, фінансової установи або в системах онлайн-банкінгу валюти. Також припиняє діяти вимога щодо подання фізичними особами до банків документів, що підтверджують підстави для проведення операцій з купівлі безготівкової іноземної валюти. У НБУ зазначають, що ці послаблення не матимуть суттєвого впливу на валютний ринок.

**Пресслужба МВС анонсує видачу водійських прав нового зразка.** Відтепер, звернувшись до сервісного центру МВС за послугою обміну, заміни або відновлення посвідчення водія, а також після успішного складання водійських іспитів, громадянин отримує посвідчення, в якому обов'язково вказуються його група крові та резус-фактор, йдеться у повідомленні. Уточнюється, що адміністратор сервісного центру МВС вносить цю інформацію у новий водійський документ на основі даних, вказаних у медичній довідці 083/о, що входить до комплексу документів, які громадянин обов'язково надає сервісному центру МВС для отримання цих адміністративних послуг. Нововведення запрацювало 19 жовтня 2019 року після набуття чинності Постанови КМУ №320 від 3 квітня 2019 року.

**У вівторок, 29 жовтня, на майдані Незалежності в Києві відбулася багатотисячна акція вчителів,** які виступали проти внесення змін до Закону України про освіту. Серед них — правка партії «Голос» передбачає впровадження 40-годинного робочого тижня для педагогів. Також йдеться про обов'язкову сертифікацію для всіх педагогічних працівників, переведення учителів-пенсіонерів на строковий трудовий договір від одного до трьох років, скасування доплати за окремі види педагогічної роботи, наукові ступені та вчені звання, надбавки за виступу років.

УРОЧИСТІ З НАГОДИ  
**Всеукраїнського дня**  
працівників культури та  
майстрів народного мистецтва

7 листопада  
2019 року

12:00

Тернопільський районний  
Будинок культури

(м. Тернопіль, вул. Шкільна, 4)





Лікарі застерігають

## Дифтерія — 2019: кількість хворих і рівень вакцинації

Станом на 30 жовтня в Україні виявлено 20 випадків дифтерії. Найбільший спалах небезпечного захворювання зафіксовано в Закарпатській області — 5 хворих, ще 10 осіб є носіями інфекції. У Києві зареєстровано 2 випадки небезпечного захворювання, у Хмельницькій, Луганській, Тернопільській областях — по 1 випадку.

47-річний чоловік, який мешкає на межі Тернопільської та Хмельницької областей, звернувся за допомогою до лікаря, з яким уклав декларацію. Втім, щепився від дифтерії у 2017 році. Востаннє щеплення відбулося попередніх обов'язкових 8-ми щеплень за віком немає. Контактуював із трьома особами, з яких одна дитина. «Щеплення від дифтерії формує антитоксичний імунітет, що захищає від важкого перебігу хвороби. Це завдяки достатній кількості антитоксичного імунітету, що не дав розвинути важким ускладненням», — зазначили в МОЗ.

За даними Центру громадського здоров'я, щеплення проти дифтерії на Тернопільщині мають 67,8% дорослих і 69,4% дітей до року. Відтак, тернополян закликають щепитися проти небезпечної недуги. Вакцин в області є достатньо, і вони — безкоштовні.

### Лікування дифтерії — дороговартісне й агресивне

Дифтерія — це гостре інфекційне захворювання, спричинене дифтерійною паличкою, передається повітряно-крапельним шляхом. Характерними є утворення плівок у місці потрапляння інфекції й ураження центральної та периферичної нервової,

серцево-судинної систем та нирок; високий рівень смертності. Джерелом інфекції є хворі з гострою формою дифтерії ротоглотки, носоглотки, гортані. Небезпеку становлять і носій. Ним може бути як здорова людина, так і та, яка переохворіла на дифтерію. Інкубаційний період хвороби — 3-10 днів.

«На жаль, носійство здорового може бути тривалим — навіть понад 6 місяців. Хронічне носійство триває кілька років, — каже Ольга Дивоняк. — Такі люди мають хронічні хвороби носоглотки. Не фахівцю важко відрізнити дифтерію від тонзиліту, ангіни. Але є певні особливості дифтерії: невисока температура (якщо висока, то швидко минає), зміни в ротоглотці характеризуються специфічним набряком слизових. Наліт спочатку білий, а потім — біло-сірий, сірий. До того ж його нелегко зняти з тканин, а якщо знімати шпателем, то поверхня починає кровити. Дуже небезпечно для життя токсичні форми дифтерії, які супроводжуються пливчастим нальотом в ротоглотці і набряками підшкірно-жирової клітковини ший. В таких випадках токсин вражає судинну систему і призводить до інфекційно-токсичного шоку, внаслідок якого настає смерть. Летальність може бути спричинена



й ускладненнями — ураженням серцевого м'яза, парезами кінцівок».

Медикам нерідко доводиться чути: навіть якщо щеплюватися, якщо небезпечної хвороби роками немає на певній території. **А про смерть 696 українців від дифтерії 20 років тому забули?** Під час епідемії дифтерії в Україні з 1991-го до 1998-го року, спричи-

неної низьким охопленням дітей вакцинацією та відсутністю ревакцинації дорослих, на дифтерію захворіли понад 19 тисяч людей, 696 з них померли. «Настільки високим був рівень захворюваності і смертності, що тоді відновили вакцинацію і серед дітей, серед дорослих, — каже Ольга Миколаївна. — Таким чином, захворюваність на дифтерію знизилася. Але щороку загроза повторення епідемії 1990-х залишається. Бо рівень щеплення від дифтерії, як серед дітей, так і особливо серед дорослих, дуже коливається. Дорослі набагато рідше ревакцинуються кожні 10 років після 16-літнього віку».

Запобігти захворюванню легше, ніж його лікувати. Лікування — дороговартісне й агресивне, бо введення протидифтерійної сироватки може призводити до побічних реакцій. Тому закликають вакцинувати дітей. Дорослим кожні десять років треба щеплюватися вакциною АДП-М, яка містить дифтерійні і пратеривий анатоксини, щоб запобігти дифтерії».

Медики зазначають, якщо доросла людина раніше ніколи не вакцинувалася від дифтерії і правця, необхідно отримати, як мінімум, три дози вакцини АДП-М — через місяць після першої — друга, через 6 місяців після другої — третя.

Тема тижня

## Зимовий чи літній? Який час залишити, скасувавши переведення стрілок?

Початок на стор. 1.

### Чому так? Спробуємо з'ясувати.

Упродовж століття (далі заглиблюватися не бачу сенсу) різні регіони сучасної України перебували у складі різних держав, кожна з яких на різних етапах послугоувалася різними часовими поясами (перепрошую за тавтологію).

На більшій частині території України, яка у 1918 році входила до складу УНР, час за міжнародною системою часових поясів було запроваджено разом із григоріанським календарем. Згідно з законом УНР «Про заведення на Україні числення часу по новому стилю і перевід годинників на центральноєвропейський час», 1 березня 1918 року о 12 годині годинники були переведені на 1 годину і 8 хвилин назад, цим самим впроваджено час першого часового поясу (UTC+1). Галичина тоді жила за східноєвропейським часом (UTC+2), тобто таким, як тепер. І коли в Тернополі була шоста година ранку, то в Києві на той час була лише п'ята. Зрівняли ситуацію в 1922 році, коли Польща теж перейшла на східноєвропейський час (UTC+2), тобто, і в Тернополі, і в Києві сучасна шоста година була п'ятою ранку.

Однак у ніч на 2 травня 1924 року на території України, що входила до складу СРСР, було запроваджено поясний час. Відтоді і до червня 1930 року діяв час другого часового поясу (UTC+2) цілорічно. Різниця в часі між Тернополем і Києвом знову становила 1 годину, але цього разу було навпаки: коли в Тернополі була п'ята година, то в Києві — шоста.

**20 червня 1930 року, з метою раціональнішого використання світлої частини доби й перерозподілу електроенергії між побутовим і виробничим споживанням, на більшій частині території радянської України (крім східних областей) було запроваджено декретний час.** Годинники перевели на годину вперед, тож став чинним час третього поясу (UTC+3), а різниця в часі між Києвом і Тернополем зросла до 2 годин. Тобто, якщо брати за вимірною системою годину ранку, то на сході була п'ята, а в центрі — шоста година. Відтак після захоплення «визволителями» західних територій у вересні 1939 року на Тернопільщині теж запровадили час третього поясу. **Саме так і виникло поняття «нашого» і «московського» часу.**

З 1945 до 1980 року включно на території України ніяких переведень стрілок годинників не відбувалося — цілорічно діяв час, що на одну годину випереджав поясний, крім східних областей — на сході України діяв поясний час.

**У 1981 році в СРСР було вперше запроваджено літній час.** У центрі і на заході України він на дві години випереджав поясний, а на сході — на годину.

Тобто, якщо рівнятися на територію Тернополі за київським часом, влітку на заході і в центрі була вже восьма, на сході — сьома. Взимку ж схід мав ту ж таки шосту годину, що відповідає теперішньому київському, на заході і в центрі була сьома.

**1 липня 1990 року декретний час було скасовано шляхом переведення годинників на годину назад.** Таким чином, стандартний час на території України, крім східних областей, прирівнювався до поясного, а на сході на годину відставав від нього. Вирівнялася ситуація в 1991 році.



Західноєвропейський час (WET) (UTC+0)  
Західноєвропейський літній час (WEST, BST) (UTC+1)

Центральноєвропейський час (CET) (UTC+1)  
Центральноєвропейський літній час (CEST) (UTC+2)

Східноєвропейський час (EET) (UTC+2)  
Східноєвропейський літній час (UTC+3)

Далекосхідноєвропейський час (FET)  
Московський час (MSK) (UTC+3)

І відтоді на всій території України взимку шоста година ранку за поясним часом відповідає шостій годині за київським часом, а не сьомій, як було за декретного часу. Очевидно, саме тому прихильники літнього часу стверджують, що, відмовляючись від переходу на літній, і зимовий і є «нашим». Частина правди в цьому є, адже за цим часом країна жила з 30-х по 90-ті роки минулого століття. Однак 29 років, які минули з моменту відміни декретного часу, цілком достатньо, щоб адаптуватися і звикнути. Не кажучи вже про те, що народилося і виросло кілька поколінь, які й не знали про той «наш» час. Та й, зрештою, тих «наших» упродовж століття було стільки, що годі й розібратися.

Наталка ЧАПРАК.

Реформи

## Система стаціонарної інсультної допомоги потребує суттєвого реформування

У 2020 році лікування гострого мозкового інсульту стане пріоритетом у Програмі медичних гарантій, тому завданням медзакладів вторинного рівня є вдосконалення своєї системи інсультної допомоги.

Інсульт посідає друге місце у переліку головних причин смерті та є основною причиною інвалідності в Україні. Щороку стається близько 150 тисяч інсультів, понад 100 тисяч людей помирають внаслідок нього та інших порушень кровообігу в мозку. Більшість людей, які вижили після мозкового крововилив, протягом усього життя страждають від його фізичних, когнітивних, психічних та соціально-економічних наслідків, що зумовлює величезний тягар цієї хвороби для сімей, громад та держави.

У 2020 році, згідно із Законом «Про державні фінансові гарантії медичного обслуговування населення», на всіх рівнях медичної допомоги почне працювати Програма медичних гарантій. Вона передбачає: первинну, спеціалізо-

вану, госпітальну, екстрену, паліативну та реабілітацію. Лікування інсульту визначено пріоритетом, і тому система стаціонарної інсультної допомоги в Україні потребує суттєвого реформування та вдосконалення.

Відповідно до Програми медичних гарантій, наступного року лікування гострого мозкового інсульту оплачуватимуть за підписом тарифу — за умови, якщо заклад відповідатиме вимогам Національної служби здоров'я.

Зокрема, обов'язково має бути обладнання для нейровізуалізації (КТ або МРТ), проведення тромболізу, а також відповідні медичні фахівці. НСЗУ компенсує витрати на підтвердження діагнозу, лікування та реабілітацію у гострому стані. Для пацієнта послуги будуть повністю безоплатними.

## Вміст «пакунка малюка» переглянуть

Міністерство соціальної політики збирається переглянути вміст «пакунка малюка» на 2020 рік, проте його вартість залишиться колишньою — у межах п'яти тисяч гривень. Про це сказав заступник міністра соціальної політики України Олег Коваль.

Він також зазначив, що Міністерство соціальної політики знайшло вирішення проблеми із «бебі-боксами» для Донецької області, жителі якої від початку дії програми не отримали жодного «пакунка малюка». За словами Ковалю, замість «бебі-боксов» породіллі отримуватимуть його грошовий еквівалент.



«Монетизація цієї програми в Донецькій області — захід, на який ми пішли заради людей. Їх інтереси не можна залишити поза увагою через процедурні моменти. Ми вважаємо, що це правильне рішення», — наголосив заступник міністра.

У Мінсоцполітики також інформують, що з початку реалізації проекту 329 773 дитини отримали «пакунки малюка», що становить 99% від кількості дітей, народжених з 1 вересня 2018 року. У тому числі 233 946 із 232 114 новонароджених дітей забезпечено «пакунком малюка» у поточному році.



Аматори | Чемпіонат України

## Нічиї «Агрона» і «Ниви»

У 13-му турі чемпіонату України серед аматорів сезону-2019/2020 чемпіон Тернопільської області «Агрон-ОТГ» із Великих Гаїв розписав на виїзді «суху» мирову з ФК «Ковель-Волинь» – 0:0.

Після цього поєдинку в активі «агронівців» — 21 заліковий бал (5 перемог, 6 нічиїх і жодної поразки), завдяки чому вони продовжують утримувати другу сходинку турнірної таблиці західної групи.

Щоправда, від лідера Всеукраїнської першості – «ОДЕКА» з Оржева Рівненської області — їх відділяє 8 очок. У наступному турі, в неділю, 3 листопада, великогаївська команда на домашньому стадіоні прийматиме сусіда по турнірці – «Світанок-Агросвіт» із Вінниччини. Це буде останній офіційний поєдинок «Агрона» цього року.

Ще один представник Тернопільщини в чемпіонаті України серед аматорського тайму час вирвала нічию в домашній дуелі з «Епіцентром» (Дунаївці, Хмельницька область). Рятівний м'яч на 90+4-й хвилині з пенальті забив екс-гравець тернопільської «Ниви» Богдан Слоневський – 2:2.

Чемпіонат ААФУ							
№	Команда	І	В	Н	П	Р/М	О
1	ОДЕК (Оржів, Рівненська обл.)	11	9	2	0	29/8	29
2	«Агрон» (Великі Гаї, Тернопільська обл.)	11	5	6	0	14/7	21
3	«Світанок-Агросвіт» (Шляхова, Вінницька обл.)	10	6	1	3	17/10	19
4	«Епіцентр» (Дунаївці, Хмельницька обл.)	10	5	2	3	24/18	17
5	«Нива» (Теребовля, Тернопільська обл.)	11	4	4	3	13/12	16
6	«Покуття» (Коломия, Івано-Франківська обл.)	10	4	1	5	13/14	13
7	«Ковель-Волинь» (Рівненська обл.)	10	3	3	4	8/14	12
8	«Карпати-Енергетик» (Галич, Івано-Франківська обл.)	10	2	3	5	11/22	9
9	«Вотранс» (Луцьк)	11	0	3	8	8/18	3
10	«Луцьксантехмонтаж №536» (Луцьк)	10	0	3	7	13/27	3

Футбол | Результати матчів групового етапу



## У наших — дві перемоги й одна поразка

### Ліга чемпіонів Тернопільщини. Тур 4

У цьому традиційному турнірі під егідою Федерації футболу Тернопільської області змагаються переможці районних чемпіонатів.

Турнірна таблиця. Група С							
№	Команда	І	В	Н	П	Р/М	О
1	ФК «Плотича»	3	3	0	0	9/1	9
2	«Хатки»	3	2	0	1	5/3	6
3	«Нива»	4	2	0	2	7/3	9
4	«Оріон»	4	0	0	4	3/17	0

**Група С**  
«Оріон» (Григорів, Монастирський р-н) – ФК «Плотича» (Тернопільський р-н) 0:3.  
«Нива» (Городниця, Гусятинський р-н) – «Хатки» (Бережани) 1:0.

### Ліга Тернопільщини. Тур 3

Нагадаємо: Федерація футболу Тернопільської області ініціювала проведення ще одного офіційного турніру – Ліги Тернопільщини. В ньому беруть участь команди, які стали призерами районних чемпіонатів, виборили районний Кубок або ж були його фіналістами.

В нових змаганнях у сезоні-2019/20 беруть участь 12 команд, які розділені на 3 групи. За результатами групової стадії визначиться вісімка команд (по два переможці та два з трьох кращих колективів, що посядуть треті місця).

Турнірна таблиця. Група А							
№	Команда	І	В	Н	П	Р/М	О
1	ФК «Зарубинці»	3	2	0	1	8/5	6
2	ФК «В. Глибочок»	3	2	0	1	9/3	6
3	ФК «Арсенал»	3	2	0	1	6/4	6
4	ФК «Автодор»	3	0	0	3	2/13	0

**Група А**  
«Арсенал» (Нагірянк, Чортківський р-н) – ФК «Великий Глибочок» (Тернопільський р-н) 1:0.  
Гол: Юрій Побуринний, 88.

ФК «Зарубинці» (Збарзький р-н) – «Автодор» (Ланівці) 3:1.

**Група Б**  
ФК «Ренів» (Зборівський р-н) – «Говерла» (Дубівці, Тернопільський р-н) 0:4.

Голи: Ігор Гапанович, 26; Ігор Руденський, 82; Ігор Олексюк, 85; Роман Шитицький, 90+1.

«Галичина» (Черняхівці, Збарзький р-н) – «Обрій» (Ланівці) 3:0.

Турнірна таблиця. Група Б							
№	Команда	І	В	Н	П	Р/М	О
1	ФК «Говерла»	3	2	1	0	11/3	7
2	ФК «Галичина»	3	2	1	0	7/3	7
3	ФК «Ренів»	3	1	0	2	3/7	3
4	ФК «Обрій»	3	0	0	3	2/10	0

Футбол | Друга ліга України

## «Нивівці» повернулися на перше місце

«Нива» (Тернопіль) – «Верес» (Рівне) 0:0.

«Нива»: Механів Максим, Герт Андрій, Хохлов Вадим, Хруставка Олег, Демчук Максим, Мороз Тарас, Люк Остап (Волохатий Роман, 68), Скакун Андрій (Бідний Мирон, 83), Проців Максим (Кисленко Сергій, 60), Дедух Руслан (Малащук Андрій, 86), Гатала Ігор (Різник Андрій, 77).  
Вилучення: Хохлов, 90+3 (друге попередження).



Перед очною зустріччю ці команди з трійки лідерів були сусідами в турнірній таблиці, тож їхня дуель мала статус центральної в турнірі. Відповідно, обидва колективи прагнули здобути перемогу. Футболісти створили чимало гострих моментів, однак їм не вистачало фарту на завершальних стадіях атак, або ж надійно діяли голкіпери. Тож у підсумку все завершилося нульовою нічиєю.

Гравці тернопільської «Ниви» не дали «Вересу» випередити їх у турнірці, вдруге поспіє зігравши з нинішнього 0:0 із хмельницьким «Поділлям».

Турнірна таблиця							
№	Команда	І	В	Н	П	Р/М	О
1	«Нива», Тернопіль	16	9	5	2	18/9	32
2	«Полісся», Житомир	16	9	5	2	20/6	32
3	«Верес», Рівне	16	9	3	4	25/14	30
4	«Калуш»	17	6	5	5	24/16	26
5	«Поділля», Хмельницький	16	7	5	4	21/19	26
6	«Діназ», Вишгород	15	7	4	4	19/16	25
7	«Ужгород»	17	5	4	8	17/25	19
8	«Нива», Вінниця	16	4	4	8	18/22	16
9	«Чайка», П. Борщагівка	16	4	4	8	15/16	16
10	«Оболонь-Бровар-2», Буча	17	3	3	11	12/35	12
11	«Буковина», Чернівці	16	3	2	11	18/29	11

До слова, в 4-х поспіль поєдинках чемпіонату тернопільяни не можуть забити у ворота суперників жодного м'яча. Щоправда, завдяки мировій із рівненцями, «нивівці» повернулися на вершину турнірної таблиці.

В наступному турі, в суботу, 2-го листопада, команда з Тернополя поїде в гості до «Чайки» з Петропавлівської Борщагівки Київської області.

Футбол | Кубок Івана Вишневецького

## Дубівці і Плотича у фіналі!

Минулими вихідними відбулися півфінальні поєдинки традиційного Кубка пам'яті українського футболіста, гравця збірної СРСР і дніпропетровського «Дніпра», уродженця села Лучка Тернопільського району Івана Вишневецького.

«Поділля» (Велика Березовиця) – «Говерла» (Дубівці) 1:2.

«Лісма» (Шляхтинці) – ФК «Плотича» 1:2.

Таким чином, у фінальному матчі, що відбудеться в неділю, 3 листопада, на стадіоні в с. Дубівці та ФК «Плотича», зійдуться «Говерла» (Дубівці) та ФК «Плотича».

**Звітна зустріч розпочнеться о 14:00. Запрошуємо вболівальників підтримати команди!**

Ветеранський футбол | Чемпіонат Тернопільщини

## Визначився чемпіон



Футбольна команда «Агрон-Агропродсервіс-Ветеран» із Тернопільського району (на фото) стала чемпіоном цьогоорічного чемпіонату Тернопільщини серед ветеранів.

Це почесне звання вони здобули за тур до завершення змагань, з рахунком 5:1, розгромивши ФК «Гаї-Шевченківські», що представляє Байковецьку об'єднану територіальну громаду.

Вітаємо «агронівців» із чемпіонством і бажаємо їм подальших успіхів!

ПІДСУМКОВА ТУРНІРНА ТАБЛИЦЯ							
ЧЕМПІОНАТ ТЕРНОПІЛЬСЬКОЇ ОБЛАСТІ СЕРЕД ВЕТЕРАНІВ							
№	КОМАНДА	І	В	Н	П	М'ЯЧІ	О
1	«Агрон-Агропродсервіс-Ветеран»	12	9	0	3	33:13	27
2	«Медобори» Гусятинський р-н	12	8	2	2	34:18	26
3	«Ветеран» Тернопільський р-н	12	7	1	4	39:23	22
4	ФК «Гаї Шевченківські»	12	7	0	5	24:24	21
5	«Ветеран» Збараж	12	5	0	7	13:29	15
6	ФК «Ланівці-ОТГ»	12	3	0	9	21:35	9
7	«Ветеран-2010» Козова	12	1	1	10	8:36	4



Професійні свята

# Тернопільський міськрайонний центр зайнятості відзначає професійне свято



У першу неділю листопада відзначають День працівника соціальної сфери.

Соціальна робота — це мистецтво налагоджувати зв'язки між людьми, виявляти не тільки серця, створювати добро не тільки зі службового обов'язку, а й за величчям совісті та покликком душі.

Державна служба зайнятості використовує сучасні інформаційні технології, які забезпечують ефективне та якісне надання соціальних послуг для населення й роботодавців.

**В роботі Тернопільського міськрайонного центру зайнятості у 2019 запроваджені такі новації:**

— з початку року діє інститут кар'єрних радників, які допомагають кожному шукачеві допомогти безробітному зорієнтуватись на ринку праці та знайти прийнятне місце роботи. Радник для безробітних під час індивідуальної бесіди з клієнтом уважно вислухає та врахує потреби людини, її професійний та освітній рівень, досвід роботи, ступінь трудової мотивації, активності та мобільності, обставини, які можуть бути перешкодою при працевлаштуванні. Кар'єрний радник проконсультує, як уникнути ризиків переміщення під час пошуку місця праці, домовиться з роботодавцем про зустріч з претендентом на вакансію, буде супроводжувати весь процес працевлаштування, за потреби порадить та організує зустріч із фахівцями служби зайнятості інших напрямків (наприклад, щодо профнавчання, відкриття власної справи, участі у тренінгах чи семінарах, підготовки резюме, профорієнтації тощо). Протягом



січня – вересня цього року працевлаштовані 568 незайнятих осіб — мешканців району.

— розвиток відносин «центр зайнятості — роботодавець» на рівні сприяв досефективному вивченню їх вимог до якості робочої сили і збільшенню обсягів надання соціальних послуг незайнятому населенню. Кожен роботодавець може скористатися сервісом «Електронний кабінет роботодавця» на Інтернет-ресурсі державної служби зайнятості <http://www.dcz.gov.ua>. Він є захищеним, персоналізованим та безпечним електронним сервісом взаємодії роботодавця та служби зайнятості з використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. Через власний «електронний кабінет» можна переглянути: стан укомплектування заявлених вакансій; історію направлення шукачів роботи; тема-

тику запланованих семінарів для роботодавців. Крім того, передбачено можливість подати звіти за формами 3-ПН «Інформація про попит на роботу» (вакансії), 4-ПН «Інформація про працівників у зв'язку зі змінами в організації виробництва і праці», 1-ПА «Інформація про кількість працевлаштованих громадян суб'єктами господарювання, які надають послуги за посередництва у працевлаштуванні та здійснюють наймання працівників для подальшого виконання ними роботи в Україні в інших роботодавців»; дізнатись про компенсації єдиного соціального внеску.

**Чисельність осіб, які проживають в Тернопільському районі та звернулись у пошуках роботи у центр зайнятості протягом 9 місяців 2019 року, становить 1195 чоловік.**

Завдяки системній роботі, залученню соціальних партнерів, виконанню всіх джерел пошуку вільних робочих місць, упродовж січня – вересня 2019 року міськрайонний центр зайнятості отримав від 279 суб'єктів підприємницької діяльності, які юридично зареєстровані в Тернопільському районі, інформацію про наявність 1881 вільного робочого місця.

Для створення нового формату співпраці є ще один сучасний сервіс — послуги з рекрутингу: підбір спеціалістів для підприємств, вакансій — для шукачів роботи.

На замовлення роботодавців фахівці здійснюють підбір персоналу, користуючись електронною базою громадян, які шукають роботу; надають допомогу фірмам і компаніям у складанні розквітів оголошень про вакансії, розміщують цю інформацію в ЗМІ; попередньо спілкуються з претендентами, аналізують їхні професійні якості, презентують кандидатів роботодавцям; організовують різні форми зустрічей двох зацікавлених у зайнятості сторін, зацікавлених у зайнятості підприємств, що мають потребу в кадрах.

Підбір персоналу рекрутерами здійснюється індивідуально, з урахуванням потреб, побажань та вимог кожного роботодавця. Для прискорення й успішного пошуку претендентів застосовують також відеорезюме, відеовакансії та скайп-співбесіди.

Однією з головних засад роботи з клієнтами для служби зайня-

тості є адресний підхід у наданні соціальних послуг, з огляду на індивідуальні потреби, вимоги та можливість шукачів роботи і роботодавців.

Одним із напрямків співпраці Тернопільського міськрайонного центру зайнятості з роботодавцями є економічне заохочення роботодавців до створення нових робочих місць та працевлаштування на них за направленням центру зайнятості безробітних, які не спроможні нарівні з іншими конкурувати на ринку праці та потребують додаткових гарантій у сприянні працевлаштуванню шляхом виплати компенсації роботодавцю у розмірі єдиного внеску на загальнообов'язкове державне соціальне страхування за таку особу. Протягом січня – вересня 2019 року 28 суб'єктів підприємницької діяльності, які юридично зареєстровані в Тернопільському районі, прийняли на роботу 35 безробітних громадян з компенсацією витрат роботодавцю у розмірі єдиного внеску. А 17 осіб, які проживають на території Тернопільського району, працевлаштовані із компенсацією витрат роботодавцю у розмірі єдиного внеску.

**Державна служба зайнятості — єдина в українському суспільстві державна установа, яка на засадах соціального страхування безкоштовно надає широкий спектр послуг громадянам щодо забезпечення їх роботою та роботодавцям — у забезпеченні робочою силою.**

*Ірина ОПАЛКО, завідувач сектору організаційної роботи та архівної справи міськрайонного центру зайнятості.*

До витоків

## Дар односельцям від Бога — великий спадок від батьків

*Цю землю нам ще прадіди у спадок залишили.  
Споконвік Домаморичем село це охрестили.*

*Це — прекрасна співоча нянька,  
Наша рідна родюча земля,*

*Яку люблять діти й малята —  
Ще як мати на руки взяла...*

*Яка чудова тут природа!  
Тут всі ми маєм дар від Бога!*

*В нас лани колосяться під небом,  
А в гаях чути спів солов'я,*

*В небі чути «курли» журавля,  
Тут прекрасні вечірні зорі,  
Різнобарвні квітучі сади,  
Тут сріблясті ранкові роси,  
Й денний галас в дворах дітвори.*

*Хлюпочуть води в нас у річці,  
Вони плывуть тут, як по стрічці,  
В гаях зозуля накуває,  
Щоразу роки прибавляє...*

*Кругом розцвіла черемшина  
Плаче теля, немов дитина,  
Дзвенять струми по стежинах,  
Шепоче з хвилями садок,  
Над ним у небі — гурт чайок.  
В селі багата кожна хата —  
Є в стріхах гнізда й ластів'ята.  
Дитинство й юність тут минає,  
Ми стаєм на стежину життя,  
Але назем села пам'ятає —  
Наш Домаморич — батька земля.*

*Ірина РУБАС, с. Домаморич.*

Духовне

## У день храмового празника освятили капличку в Байківцях

У неділю, 27 жовтня, церковні дзвони храму Святої мучениці Параскевії скликали десятки вірян УГКЦ на святкове Богослужіння з нагоди храмового празника.



Це благодатне, роками намолене місце збило до себе мешканців Байківців, а й гостей та священників із сусідніх сіл громади. Святкову Літургію разом з місцевим парохом о. Віталієм Дзюбою співслужили святі отці Роман Зошук, Мирон Сачик, Ярослав Онишук, Євген Флиста.

Під час Богослужіння також відбулося посвячення каплички в фігурію Пресвятої Богородиці. А молодіжна спільнота церкви підготувала цікаве театралізоване дійство.

Вітальне слово до парафіян виголосив отець Віталій. Парох церкви Святої мучениці Параскевії подякував жертводавцям та присутнім за спільну щирі молитви.

Також до учасників урочин звернувся сільський голова Анатолій Кулик. Він привітав усіх з храмовим празником та зі знаменною для села подією — освяченням каплички.





Шкільний меридіан

## Спартакіада допризовної молоді

З метою залучення молоді до систематичних занять фізичною культурою та спортом, розвитку та виховання у них фізичних, моральних, волевих якостей, які забезпечують повноцінний характер рухової діяльності допризовників, перевірки стану підготовленості до служби у ЗСУ, **23 жовтня 2019 року на базі Почапинської ЗОШ I-III ст. провели Спартакіаду допризовної молоді Тернопільського району.**

У баталіях взяли участь 12 команд учнів з шкіль району. Вони змагалися у бігу на 100 та 1000 метрів, підтягуванні на перекладині, метанні гранати, стрільбі з пневматичної гвинтівки. **Перемогу здобули учні Почапинської ЗОШ I-III ст., команда Великоглибочецької ЗОШ I-III ст. посіла друге місце, третє місце посіла учнівська молодь Мишковицької ЗОШ I-III ст.**



Переможців і призерів змагань нагороджено подарунками й грамотами.

Також завданням заходу було сформувати збірну команду для участі в обласних змаганнях. Спартакіаду організував відділ освіти, молоді та спорту райдержадміністрації на виконання Цільової програми від Тернопільського району на 2018-2020 роки, згідно з Єдиним календарним планом спортивних змагань на цей рік.

## Вміти, щоб допомогти

Учні 10-11-х класів вивчають предмет «Захист Вітчизни». Хлопці проходять військову підготовку, а дівчата отримують знання з домедичної допомоги.

**У жовтні учениці 10-х класів НВК «Великобіроківська ЗОШ I - III ступенів — гімназії імені Степана Балея» мали змогу пройти не лише теоретичну, а й практичну підготовку з надання домедичної допомоги.** За підтримки голови Тернопільської районної організації Товариства Ольги Михайлівни учні вправлялися у проведенні штучної вентиляції легень та здійсненні непрямого масажу серця. Для цього використовували навчальний манекен.



Школярі з цікавістю й ентузіазмом вчилися правильно надавати домедичну допомогу у разі раптової зупинки серця.

Такі практичні заняття є дуже корисними як для учнів, так і для будь-якої людини, яка хотіла б отримати базові знання про те, як поводитися в екстремальній ситуації. Бо, як кажуть, краще один раз побачити і зробити, ніж 100 разів почути.

**Тетяна РАДЕЦЬКА, вчитель предмета «Захист Вітчизни» (Основи медичних знань) НВК «Великобіроківська ЗОШ I-III ступенів-гімназії імені Степана Балея».**

## На подвір'ї школи — осінній ярмарок

**25 жовтня у Плотичкій ЗОШ I-III ст. відбувся веселий і гомінкий осінній ярмарок.** Напередодні кожний клас продумував, який асортимент товару запропонує до продажу, як оформити торгове місце, як буде заохочувати покупців. Ярмарок організували на подвір'ї школи. Участь у ньому взяли учні 1-9 класів. Наймолодшим торгувати допомагали батьки.

На ярмарку був широкий вибір товарів: різноманітні тістечка і печиво, пряники і коржики, торти і кекси, напої та фрукти, грибна юшка й рибна юшка. Зійшлося багато покупців — учні, батьки, вчителі, адміністрація школи та мешканці Плотички. Біля кожного прилавка юрмилися бажаючі придбати смаколики.

Упродовж години столи-прилавки швидко спорожніли, а всі учасники ярмарку повернулися до буденних справ.

Виручені кошти передано на лікування хворої дитини із с. Великий Глибочок.

За матеріалами @plotycha.school



## «Книга добра» об'єднала старшокласників Тернопільського та Буцацького районів



**«Все починається з добра, все починається з любові...»** У цьому вчора вкотре переконалася творча молодь Тернопільського та Буцацького районів.

В рамках спільного засідання лідерів Буцацької ліги старшокласників та Ради на тему «Активізуємо співпрацю між районами «Діти громад» відбулась зустріч друзів, поєднаних «Книгою добра».

Учасники поїздки, яка відбулась за сприяння відділу молоді та спорту Тернопільської РДА та Великобіроківського БТШ, змогли доторкнутися до «Книги добра», відчутти неймовірну енергетику, закладену у черпаному папері! **Адже на захід завітати ініціаторами проекту є Івано-Франківський Василь Михайлович Вишиванюк та директор благодійного фонду «Чисті серцем» Ірина Рабарська.**

Спогади про участь у проекті й у квесті «З добром в серцях у добрий час», про спільне виконання гімну «Творімо добро разом» ще довго будуть зігрівати дитячі серця добром, любов'ю і дружбою.



Цікаво знати

## Світлина з Тернопільщини потрапила у ТОП-10 проекту «Вікі любить Землю»

26 жовтня у Києві нагородили переможців української частини міжнародного конкурсу фотографій природоохоронних об'єктів та територій для Вікіпедії під назвою «Вікі любить Землю». Було відзначено авторів найкращих десяти світлин загальної номінації та найкращих фото з кожного регіону України; учасників, які зафіксували найбільшу кількість пам'яток; переможців спеціальних номінацій для фотографій Києва та знімків з навчання.

Мета конкурсу — створення найповнішої бази фотографій пам'яток природи для ілюстрування Вікіпедії та інших проектів. Протягом травня всі охочі могли подати світлини власного авторства, зроблені у період конкурсу або раніше, після чого журі та оргкомітет

визначили переможців у кількох номінаціях. Автори найкращих фото та найбільш активні учасники отримали цінні призи.

Варто зазначити, що до **ТОП-10 переможців увійшла фотографія «Дві сови виду «сова вухата» на гілці», зро-**

**блена у Національному природному парку «Кременецькі гори».** Ця світлина також обрана найкращою фотографією Тернопільської області. Її автором є Володимир Бурдяк. Журі визнало це фото одним із кращих із майже 10 тисяч надісланих на конкурс.

В українській частині «Вікі любить Землю» взяв участь майже 10 тисяч знімків об'єктів та територій природно-заповідного фонду України, на яких зафіксовано 1648 пам'яток. Участь у конкурсі взяли 300 авторів.

Наймайстерніше, за оцінками журі, вдалося зафіксувати місцевості, на території Закарпаття, Криму, Івано-Франківської, Рівненської, Миколаївської, Тернопільської, Херсонської, Полтавської, Чернівецької областей та Києва.

10 найкращих світлин доступні за посиланням: [https://commons.wikimedia.org/wiki/Commons:Wiki\\_Loves\\_Earth\\_2019\\_in\\_Ukraine/Top-10](https://commons.wikimedia.org/wiki/Commons:Wiki_Loves_Earth_2019_in_Ukraine/Top-10)



Сови вухаті (Алаво сова) в НПП «Кременецькі гори». Найкраще фото Тернопільської області. Автор фото — Володимир Бурдяк. Ліцензія: CC BY-SA 4.0







ПОНЕДІЛОК 4 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.30,07.00,08.00,09.00,09.25,13.00,15.00,18.00,21.00,23.10,02.00,05.20 Новини.

ВІВТОРОК 5 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.30,07.00,08.00,09.00,09.25,13.00,15.00,18.00,21.00,23.15,02.00,05.20 Новини.

СЕРЕДА 6 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.30,07.00,08.00,09.00,09.25,13.00,15.00,18.00,21.00,23.15,02.00,05.20 Новини.

ЧЕТВЕР 7 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.30,07.00,08.00,09.00,09.25,13.00,15.00,18.00,21.00,23.15,02.00,05.20 Новини.

П'ЯТНИЦЯ 8 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.00 Мис/«Тачки проти».
06.05 М/с «Марин та його друзі. Підводні історії».

СУБОТА 9 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.30,07.05,08.05,09.10 Доброго ранку, Країно!

НЕДІЛЯ 10 листопада
UA: ПЕРШИЙ
06.30,07.05,08.05,09.10 Доброго ранку, Країно!

Подільське СЛОВО
Свідоцтво про державну реєстрацію: ТР№683-283 Пр від 29.11.2018 р.
Директор Наталія ЧАПРАК
Email: podilske\_slovo@ukr.net
Позиція авторів може не збігатися з позицією редакції...



## Цікаво знати



## Чому варто їсти груші щодня

Постійні сонливість, втома супроводжують нас восени. Організм потребує багато фруктози і глюкози, які здатні наповнити енергією. Отож, саме час їсти груші.

Адже ці фрукти — джерело вітамінів А, В1, В2, С і Е. Вони також містять полієву кислоту, йод, цинк, мідь, залізо, фосфор, калій, кальцій, сірку, магній і натрій.

## Корисна для роботи мозку

Свіжа груша підвищує працездатність мозку, тому її вважають альтернативою чашці кави.

Денна норма груш — 2-3 плоди.

## Бороться з інфекціями

Вітамін С і ефірні олії, які містяться в грушах, посилюють захисні функції організму. Тому необхідно вживати цей фрукт щодня.

Цікаво: корисні не тільки плоди, а й сік, який можна змішувати з соком лимона і яблука.

## Спляє жири

Клітковина, яка міститься в грушах, не лише допомагає вивести з організму шлаки і токсини, а й позитивно впливає на роботу кишечника. Щоб нормалізувати травлення, в сезон бажано щотижня з'їдати не менше 1 кг груш. Цікаво: в 100 г груш міститься лише 45-49 ккал.

## Покращує зовнішній вигляд

Завдяки цілющим властивостям груша ефективна і в косметології. З неї роблять маски, щоб надати обличчю свіжого вигляду.

Двічі на тиждень робіть маску з 2 ст. л. грушевого пюре, 1 ч. ложечки меду і щіпки кориці.

Цікаво: в осінній сезон не забувайте і про листочки грушевого дерева. Засушіть їх і додавайте до чаю.

## Від втоми

Груші — це природні ліки від запаморочення, втоми і порушення обміну речовин. Тому, якщо ви відчуваєте, що перевтомилися, відпочивайте і їжте груші.

## Шкода від плодів груші

В сирому вигляді груші не можна вживати тим, хто страждає від виразки шлунка.

## Будьте здорові!

## Які продукти найкраще чистять печінку

Експерти назвали овочі і фрукти, які обов'язково мають бути у раціоні.

## БРОКОЛІ

Один із овочів — брокколи — відмінно очищає печінку. Антиоксиданти, що містяться в цій капусті, знижують ризик розвитку ракових захворювань й ефективно очищають організм від токсинів.

Також вона є джерелом клітковини, яка не тільки нормалізує травлення, а й знижує рівень холестерину в крові.

**Брокколи є джерелом вітаміну Е, який запобігає передчасному старінню.**

## ГОРІХИ

У горіхах міститься амінокислота, яка захищає печінку від нагромадження токсинів, а також клітковина й жируні кислоти омега-3, які стимулюють очисні процеси в цьому важливому органі.

**А ще горіхи виводять холестерин.**

## ЯБЛУКА

Цілющі властивості цих фруктів здавна відомі. Вони не лише очищують печінку, а й поліпшують роботу жовчного міхура.

Яблука містять велику кількість пектину — клітковини, яка позитивно впливає на роботу органів травної системи, виводячи токсини, що накопичуються в кишечнику й печінці.

**Ці фрукти знижують рівень холестерину в крові. А яблучна кислота полегшує виведення канцерогенів і токсинів, які накопичуються в крові.**

## ЦИТРУСОВІ

Вони містять ефірні олії, вітаміни й антиоксиданти, які стимулюють природні очисні процеси й лікують запальні процеси. Ці



фрукти є джерелом вітаміну С, що змінює імунну систему.

Завдяки цитрусовому організму легко виводить токсини й шлаки. Ці фрукти поліпшують травлення.

## АВОКАДО

Є джерелом мікроелементів, які очищають печінку.

Авокадо містить необхідні нашому організму амінокислоти, клітковину й антиоксиданти, що сприяють виведенню шлаків.

Також, ці фрукти багаті на глутатіон, який сприяє виведенню токсинів, і жирні кислоти омега-3, що знижують рівень холестерину в крові.

## ПОМІДОРИ

Цей овоч є джерелом лікопіна й амінокислот, які позитивно впливають на роботу печінки, очищують організм від шлаків. Також у помідорах міститься глутатіон. Цей білок також стимулює очищення печінки, у результаті чого її функції поліпшуються.

Крім цього, томати — це дже-

рело флавоноїдів і бета-каротину. Ці каротиноїди захищають організм від негативного впливу вільних радикалів.

## ОЛИВКОВА ОЛІЯ

Є джерелом корисних жирів. У ній містяться антиоксиданти, які стимулюють очищення крові, виводять токсичні речовини. Вона — джерело жирних кислот, які контролюють рівень холестерину в крові, завдяки чому судини стають міцнішими, а ймовірність розвитку серцево-судинних захворювань зменшується.

Оливкова олія багата на вітаміни Е й амінокислоти, які створюють захисний бар'єр проти вільних радикалів, знижуючи ризик розвитку ракових захворювань.

Якщо ви прагнете зберегти печінку здоровою й очистити її від токсинів, крім включення у раціон цих продуктів, потрібно позбутися шкідливого звичок: не вживати алкогольні напої і не палити.

## Сад. Город

## Листопад в саду та на городі

## Осіння обрізка дерев.

- Варто зазначити, щоб попередити розвиток хвороб на поверхні деревини, восени можна видалити лише сухі та зламані гілки. Місце зрізу обробити садовим варом.
- Формуючу обрізку садових культур треба розпочинати тільки після того, як листя повністю опале.
- У молодих яблунь гострим секатором видаляють до чверті довжини цьогорічних пагонів. Якщо крона густа, видаляють гілки, що ростуть вглиб. Старі яблуні омолоджують поетапно, проводячи обрізку три роки поспіль. Старі гілки видаляють за допомогою пилки, при цьому інструменти дезінфікують, рани обробляють.
- У колоноподібних яблунь не можна обрізати центральний стовбур. Приріст нової на наступного року буде залежати від кількості обрізаних гілок. Дозволяється видалити до 50% крони.
- Восени можна провести тільки санітарну обрізку груш. Формувати крону краше восени.
- Основний стовбур сливи варто вкоротити до 2,5 метрів. Гілки можна вкоротити на 1/3, обрізати хворі, зламані і ті, що ростуть усередину крони. Обрізку старих слив слід відкласти на весну, оскільки ці дерева схильні до виділення на стовбурі і гілках липкої тягучої речовини — камеді.
- Вишневі дерева восени слід обрізати тільки в крайньому разі.
- Персики й абрикози, як і вишню, піддають лише санітарній обрізці.
- Штамби дерев треба побілити. Це захистить стовбури плодівих від морозу та весняних сонячних опіків.
- У листопаді можна заготовити живці культурних рослин для весняних щеплень. Ці роботи потрібно завершити до заморозків. Найпро-



дуктивніші живці отримують із цьогорічних, які виростили з південного боку дерева. Нарізані живці зв'язують в пучки і кладуть в льох або холодильник.

- Садові дерева необхідно захистити від мишей і зайців.
- Стовбури треба обгорнути руберойдом, товстим поліетиленом, клейонкою та ін. Нижній край ізоляційних матеріалів можна прикопати і притиснути камінням.
- Після обрізки дерев залишається гора гілок, які варто відразу спалити, щоб попередити розвиток інфекційних хвороб і навалу шкідливих комах на наступні весни.
- Газони, що милують око смарагдовою зеленню влітку, треба накрити шаром мульчі з суміші піску і торфу. На одному квадратному метрі газону потрібно рівномірно розподілити 3 кг суміші. Також варто розсіяти добрива поверх мульчі.
- У листопаді слід завершити роботи з підготовки багаторічних квіткових рослин до зими: обрізати і накрити клематиси, троянди. Відмерлі та обрізані частини рослин потрібно прибрати з території квітника і спалити.

## Не всіх вуглеводів варто остерігатися



Побуває думка, що вуглеводи спричиняють появу надмірної ваги, серцеві хвороби й інші проблеми. Але й без них організм не може нормально функціонувати.

Вони забезпечують майже 60% енергетичних потреб людини, нормальний обмін білків і жирів в організмі. Найважливіше джерело енергії для мозку — глюкоза — теж вуглевод. Обмежуючи споживання вуглеводів, людина стає млявою, забувкватую, швидко втомлюється. Вуглеводи є шкідливими і корисними.

Шкідливі вуглеводи дієтологи називають «швидкими», оскільки організм, з огляду на пруду будову, переробляє і всередину. Це різко підвищує рівень цукру в крові і стає причиною надмірного апетиту. А зайвий цукор перетворюється на підшкірний жир. «Швидкі» вуглеводи у великій кількості є у білому хлібі, кондитерських виробах, морозиві, цукерках, білому рисі, цукрі, шоколаді, газованих напоях тощо.

Натомість корисні («повільні») вуглеводи організм перетравлює довго, і за цей час печінка встигає перетворити цукри в енергію, яка необхідна м'язам і мозку. Складних вуглеводів вистачає у крупах, зернових хлібцях, овочах, фруктах, бобових, хлібобулочних і макаронних виробах із борошна твердих сортів пшениці. До того ж продукти, що містять складні вуглеводи, багаті на вітаміни і мінерали.

Деякі вуглеводи майже не перетравлюються. Це — клітковина і пектин. Ці харчові волокна чистять кишечник, як хороша мочалка, покращують процес травлення і стабілізують кишкову мікрофлору. Складні вуглеводи сприяють зниженню рівня холестерину в крові, а регулярне їх вживання є відмінною профілактикою атеросклерозу.

А як же бути, якщо дуже хочеться солодкого? Якщо не зловживати «швидкими» вуглеводами, вони не заподіяють шкоди. Залежно від ситуації можна пробудити мозок, підвищити здатність до запам'ятовування і поліпшити концентрацію уваги. Іноді, наприклад, перед відпочинком нарадою або іспитом, можна з'їсти таку «таблетку для розуму». «Швидкі» вуглеводи сприяють виробленню гормону радості — серотоніну. Якщо за вічком волого, похмуро, а на душі — тут і дуже хочеться солодкого, побалуйте себе.

**Зауважте, що низьковуглеводні продукти компенсують відсутність вуглеводів надлишком жирів і білків. Тому не варто ними захоплюватися. І ще: не їжте складні вуглеводи перед сном. Цим ви змусите організм всю ніч трудитися. Вечером краще зробити білковою, а вуглеводи їсти на сніданок.**



Життя як воно є

## На людських сльозах не заробиш

Коли сусідка побивалася над згарищем, я мимоволі пригадала, скільки разів бачила, як нещасні матері чи дружини пияків плакали і просили її: «Катерино, не наливай!» Та у відповідь: «Як не в мене, то в Нуськи на Слобідчині візьме і нап'ється! То чого від мене хочеш?» Не одна кидала через плече прокльони і йшла додому, до своєї біди.

Сусідка Катерина — з наших, місцевих, мая однолітка. Батько фірманий у колгоспі, а мати, пригадую, завжди то з сапкою, то з серпом, то з грабельками. У родині було шестеро дітей. Виросли вони в чорній біді. Материнська Катерина зовсім молоденькою — їй було 17. А там через рік — первісток, за ним — двійко дівчаток. Діти ще попід стіл пішки ходили, як від громавиці загинув чоловік.

Тоді і взялася Катерина за «підробіток» — почала гнати самого на продаж. Вона дорого не правила, а як розхвалювала свій крам! Казала: «Ось ця, міцненька, — з грушок, а ця на медку настостяна...»

Котра продавала, а кого й вдома частувала. На той випадок завжди мала закуску — квашені огірки чи капусту та кусень хліба. За їжу — плата окрема. Але тим, хто без 100 грамів дня прожити не може, тоді не вважали. Потім на Катерину хтось написав заяву, до неї з обшуком прийшла міліція. Один раз, другий... І

хоч над кутом періодично стояв важкий сморід (які там грушви чи мед — з буряків, певно, варила своє пійло!), у Катерини жодного разу не знайшли ані браги, ані причадалля, у якому, власне, й варять самогон, ані готової продукції. Жінки подейкували, що то дільничний за окрему «дякую» попереджає Катерину про візити.

Якийсь час їй велося таки не эле: діти підросли, старшого навить в інститут прилаштувала. Дівчата згодом виїхали за кордон, там одна, здається, і заміж вийшла.

А Катерина свого торгу не припиняла. Та й навіщо? Тоді, у 1990-х, коли в країні була розруха, яких чи не останні з дому приносили, щоб лише налила чарку. Розказували про одного із синім носом, який приволок до Катерини вже трохи змилений шматок м'яса і благав, налити хоч 50 грамів! Інші несли, хтось поціпував: той кіло гречки, інший — закрукти. Не було й дня, щоб на нашому куті не топталася місце-

ві п'яниці. А тут Катерина ще й надумала нову хату поставити. І майстри знайшлися недорогі — ті, що за роки стежку протоптали до самогонниці.

Нове помешкання виросло як на дріжджах, а жінки назвали, що на людських сльозах, бо ні з тих майстрів не приніс додому ані копійки заробітку. Натомість не одна дістала добрячого стусана від п'яниці, інші сушили голови, чим дітей нагодувати. Та Катерина не зважала — у неї був інший клопіт. Син надумав одружитися, тож тепер нові видатки — на весілля. Гулянка того дня була славна. Катерина ходила поміж гостей, як пава, а коли дійшло до вітань молодим (у нас подарунки молодятам дарують наприкінці забави), то вкотре ошелешила всіх — подарувала молодому подружжю ключі від машини.

Минуло трохи часу, і щастя стало відвертатися від Катерини. Першого удару по її бізнесу завдав один із місцевих — чоловік відкрив у центрі села невели-



кий генделік. Там і наливали, і пригощали, а найбільшою диво-вижею були кури гриль з величезного засмальцьованого п'єцу. Ото чимало пияків стали учащати в нове місце.

А згодом невістка, побивши горщики з чоловіком, подала на розлучення. Син Катерини почав пити, як кажуть, по-чорному. А оце нещодавно сталася біда: Катерина кудись подалася до дому, а син здійшов плящину і напився до нестями. Уже ніхто не дізнається, що саме тоді сталося: чи він зумисне підпалив хату, чи вже й не розумів, що робить. Загорілося одразу, у трьох кімнатах — чоловік згорів живцем. А полум'я за лічені хвилини зжерло усе те, що сусідка надбала за

роки, залишилися тільки чорні від кіптяви стіни.

Катерина прибігла додому тоді, коли пожежники подосили вогонь і виносили тіло сина у якійсь вереті...

А мені все не йшли з голови слова однієї з жінок, чоловік якої ще молодим помер від алкоголізму: «На людських сльозах не заробиш...»

Валентина Мирославівна.

### Небезпека поряд

## Якщо дитина проковтнула батарейку

Діти, на відміну від дорослих, не вміють відокремлювати їстівне від неїстівного. Тому їм хочеться спробувати все — іграшку, килим, черевик... Дрібні предмети небезпечні для малюка — він може вдавитися. Гострі дрібні предмети, цвяхи, шурпи, осколки скла травмують стравохід, стінки шлунку або кишечника. Якщо ж дитина проковтнула або розкусила батарейку, це загрожує ще й опіком стравоходу.

### Наскільки небезпечно є проковтнута батарейка?

**Електричний опік слизової оболонки.** При потраплянні у вложе середовище стравоходу або шлунку між полюсами батареї відбувається замикання, внаслідок чого виникає напруга.

**Електрохімічний опік.** Перебуваючи в шлунково-кишковому тракті, корпус джерела живлення пошкоджується. Виділяється електродит — луг, який роз'їдає тканини.

### Батарейка-таблетка — лідер з проковтування

Деякі батьки вважають, що завдяки маленькому розміру і обтічній формі така батарейка вийде природним шляхом.

Таке можливо, але візит до лікаря це не скасовує. Спостерігайте за самопочуттям дитини. Якщо батарейка-таблетка прилипає до стінки стравоходу, шлунку або кишечника, без допомоги лікаря не обійтися.

### Симптоматика і діагностика

Підвищення температури, кал темного або чорного кольору з металевим запахом, блювота, біль у животі, втрата свідомості. Проте подібні симптоми поширені й при кишкових інфекціях, перитоніті. Тому проведіть діагностику за допомогою рентгена. Повідомте лікаря про час потрапляння елемента живлення в організм. Це допоможе точніше встановити місцезнаходження стороннього предмета.

### Чого не можна робити

Пам'ятайте: некваліфікована допомога може тільки нашкодити. Якщо малюк проковтнув маленьку батарейку, ні в якому разі не можна:

- самотній давати проносне;
- годувати, щоб проштотнути предмет по стравоходу (під час їжі виділяється шлунковий сік, що може прискорити процес витікання електродит);
- трясати малюка;
- поїти його будь-якими ліками.

**Перше завдання дорослих** — протягом 2-3 годин виявити місцезнаходження



предмета в тілі і виїняти його. Робити це без професійного медичного втручання не вийде.

### Фокус із медом

Оскільки критично важливими для дитини є перші кілька годин після проковтування батарейки, треба забезпечити організм на цей час.

Отож, у разі проковтування батарейки медики рекомендують давати дитині мед до приїзду в лікарню. Він частково нейтралізує агресивну дію електродит. Але лікарі нагадують, що мед протипоказаний при виразці шлунку, алергії, а також дітям молодшим одного року.

### Як витягують батарейку?

Якщо батарейка затрималася в стравоході або в шлунку, лікар-ендоскопіст видавить її за допомогою фіброгастроскопа. За допомогою щипців, петлі або кошика Дормія чужорідне тіло захоплюють і витягують. Проблема в тому, що маленьку круглу і слизьку батарейку «зловити» складно. Іноді шкідливі крихітні джерела живлення буквально прирастають до слизової і відірвати їх з першого разу не виходить.

Процедура болюча, тому проводиться під загальним наркозом. Для безпеки по-

просіть попередньо перевірити алергічну реакцію дитини на анестезію. Процедура займає п'ять хвилин, але запобігає ускладненням.

Якщо виникла підозра, що дитина проковтнула батарейку, не гайте час на педіатра — зверніться безпосередньо до профільних лікарів: хірурга або ендоскопіста.

### Терміни самовидалення батарейки

На знімку виявили в кишечнику, витягати її з допомогою фіброгастроскопа неможливо. Лікарі рекомендують чекати природного виходу чужорідного тіла протягом 1-3 днів за умови нормального самопочуття дитини. Кишечнику до виходу. Тому годувати дитину треба їжею, яка пом'якшує стілець, наприклад, вареним буряком, кефіром, сливами тощо.

Якщо за три дні сторонній предмет не вийде, доведеться їхати в лікарню. У цьому випадку буде потрібна хірургічне втручання. Не зволікайте. Часто причина затримки батарейки в кишечнику — її вросання в тканини.

### Якщо дитина розкусила батарейку

Пальчикову батарейку малюкові складно проковтнути, але розгризти — легко. У разі пошкодження корпусу електродит вільно витікає в рот дитини. На слизовій рота утворюється хімічний опік, який загоюється протягом 2-3 тижнів.

Якщо малюк розкусив батарейку, ретельно промийте ротівку водою. Не займайтеся самолікуванням. Можна змастити ранки обліпиховою олією. Але в лікарню поїдьте. Електродит пошкоджує не тільки тканини ротової порожнини, а й гортань.

### Наслідки

Застрагши в стравоході, джерело живлення через кілька годин починає окислюватися, і малюк отримує опік слизової оболонки гортані. При цьому дитина відчуває такі травми, що годують через зонд. Загоєння триває впродовж 2-3 місяців. Утворення рубця звужує просвіт стравоходу. Щоб його розширити, роблять операції, які не завжди допомагають домогтися потрібних результатів.

Також внаслідок опіку можуть пошкодитися голосові зв'язки, а це загрожує втратою мови. У разі сильного травмування стравоходу використовують колонопластику — трансплантацію тканин з товстого кишечника дитини. Затримка джерела живлення в шлунку або кишечнику загрожує внутрішньою кровотечею. Це — небезпечне явище, часто з летальним наслідком.

### Запобіжні заходи

Купуючи іграшку, зверніть увагу, як зам'якнено батарейки. Кришка, яка утримує джерело живлення, має бути закріплена за допомогою гвинтика. Регулярно перевіряйте кріплення. Гвинтик з часом починає викручуватися, і тоді малюкові в рот потрапляє і гвинтик, і батарейка.

Приберіть з доступу пульт і годинник. Дитині легко дістати з них джерела живлення. Можна закріпити кришку скотчем. Гарантії це не дасть, але з'явиться додатковий час на реагування, поки дитина буде відривати клейку стрічку.



Все буде смачно

## Груша не тільки корисна, а й дуже смачна

Цей соковитий фрукт можна використовувати для приготування салатів, десертів, як начинку для пирогів. А мариновані груші чи соус — чудове доповнення до м'яса, яке зробить страву вишуканою й пікантною.

## Грушеві оладки

**Складові:** борошно — 1 скл., розпушувач — 1 ч. л., молоко — 1 скл., яйце — 1 шт., сіль — щіпка, груша — 1 шт., вершкове масло, мед, йогурт.**Приготування.** Борошно, молоко, яйце, сіль, розпушувач збити до однорідної маси. Грушу натерти, додати в тісто. Розтопити шматочок масла, ложкою викласти тісто. Смажити оладки до золотистого кольору.

Подавати, поливаючи медом і йогуртом.



натної температури нарізати кубиками, додати цукор і ванілін, збити міксером в пишний світлий крем.

По одному ввести яйця, ретельно збиваючи. Додати нежирну сметану, збити. Вспати просіяне з розпушувачем борошно, додати щіпку солі і перемішати.

Викласти тісто в змащену маслом і присипану борошном форму. Нарізати м'якоть груші скибочками і викласти на тісто.

Застукати у розігрітій до 180 градусів духовці 40 хвилин.

Готовий пиріг посипати цукровою пудрою.

## Варення з груш

**Інгредієнти:** груші — 1,2 кг, цукор — 1,2 кг, вода — 200 мл.**Приготування.** Груші нарізати шматочками завтовшки 3-4 мм. Воду довести до кипіння, всипати цукор, перемішати та варити до повного його розчинення.

Викласти часточки груш в каструлю і залисти цукровим сиропом. Варити 5-6 хвилин. Залишити, щоб груші охолонули. Повторити ще двічі.

Коли груші охолонуть втретє, варити 1 годину, періодично помішуючи.

Розлити варення в стерилізовані банки і закатати.

## Густе варення

**Інгредієнти:** груші — 1 кг, цукор — 300 г, желатин — 1 пачка.**Приготування.** Груші порізати шматочками. Змішати желатин із 3 ст. л. цу-

кру і пересипати груші. Залишити на 15 хвилин.

На слабкому вогні довести до кипіння. Всипати цукор. Варити 5 хвилин. Гаряче варення розкласти в стерилізовані банки та закатати.

## Джем з груш із корицею

**Інгредієнти:** груші — 1 кг, цукор — 1 кг, цедра 1 апельсина, лимонна кислота — 1/3 ч. л., кориця — 1/3 ч. л.**Приготування.** Груші нарізати невеликими шматочками, засипати цукром і залишити на 1 годину.

Коли груші пустять сік, варити на повільному вогні 1 годину. Залишити, щоб охолонули. Знову варити годину. Коли джем охолоне, додати цедру апельсина, лимонну кислоту і корицю. Довести до кипіння, варити годину.

Розкласти у стерилізовані банки, закатати.



## Варення з груш із ваніліном

**Інгредієнти:** груші — 1 кг, вода — 2 скл., ванілін — 5 г, лимонна кислота — дрібка, цукор — 1 кг.**Приготування.** Розрізати груші на четвертинки, вирізати серцевину.

В каструлю з киплячою водою викласти груші і варити їх 5-7 хвилин. Відкинути на друшляк, в воду додати ванілін, лимонну кислоту, цукор. Помішуючи, довести до кипіння. В цьому сиропі варити груші до готовності.

Якщо краплі сиропу повільно стікає по поверхні — варення готове.



## Пастила з груш

**Складові:** груші — 6-8 шт., цукор — 1/4 скл., вода — 1/4 скл.**Приготування.** Груші розрізати на 4-6 частин. Залити водою і варити 1-1,5 години, помішуючи. Якщо пюре неоднорідне, то можна протерти його через сито або розм'якшити протерти його ложкою.

За 10 хвилин до готовності додати цукор. Викласти на деко, застелене пергаментним папером. Сушити в духовці при температурі 90 градусів, залишивши щілину для випаровування вологи. Грушева пастила не має прилипати до пальців. Але важливо не пересушити — вона має скручуватися, а не ламатися.

## Пастила з груш без цукру

**Складові:** груші — 2 кг, лимон — 1 шт., вода.**Приготування.** Порізати плоди на шматочки. В каструлю налити 3 столові ложки води і викласти груші. Додати порізані лимон. Варити годину. Перемолоти на м'ясорубці або подрібнити в блендері. Розігріти духовку до температури 100 градусів і викласти пастилу на пергаментний папір. Висушену пастилу зберігати в скляних банках, скрутивши трубочкою.

## Пряна пастила з груш

**Складові:** груші — 2 кг, кардамон — 1 ч. л., аніс — 1 зірочка.**Приготування.** Груші нарізати шматочками. Шкірку не обчищати. Варити на слабкому вогні 15 хвилин до м'якості. Збити блендером до однорідної маси.

Варити годину, додати прянощі. Вийняти аніс. Деко застелити пергаментним папером, змастити рафінованою олією. Викласти масу, рівномірно розподілити.

Пастилу сушити при температурі 90 градусів 6 годин.

Смачного!

## Салат

**Складові:** 300 г вареного буряка, 50 г твердого сиру, 1 копчена грудинка, 1 груша, 6 скибочок бекону, 3 ст. л. олії, 1 ст. л. меду, 1 ст. л. діжонської гірчиці, 1 ч. л. бальзамічного оцту, жменя кедрових горіхів, зелений салат.**Приготування.** Варений буряк, грушу, грудинку, сир нарізати кубиками.

Листя салату порвати. Бекон нарізати на невеликі шматочки й обсмажити до хрусткої скоринки.

На сковороді підсушити кедрові горіхи. Змішати всі інгредієнти.

Приготувати заправку: змішати оливкову олію, мед, гірчицю і бальзамічний оцет. Полити салат, перемішати і відразу ж подавати.

## Грушевий пиріг

**Складові:** 1 велика груша, 100 г вершкового масла, 125 г цукру, 5 г ванільного цукру, 2 яйця, 50 г сметани, 175 г борошна, 1 ч. л. розпушувача, щіпка солі, цукрова пудра.**Приготування.** Вершкове масло кім-

## Дитячий майданчик

## Дід Осінник

У темному лісі живе дід Осінник. Спить на сухому листі, сторожко прислухається до пташиного співу. Як тільки почує сумну журавлину пісню — курли-курли — підводиться й каже:

— Прийшла моя година. Відлітають до теплому краю журавлі. Виходить з лісу дід Осінник — сірий, у сивому дощовику. Де пройде, там листя жовтіє й опадає на землю. Виходить на узлісся, прихилиється до дуба й тихо-тихо щось мугиче.

Це не пісня, а осінній вітер... Коли дід співає, його борода росте, розвивається за вітром. Ось вона вже простя-

глася луками. Посірили луки.

— Осінній туман, — кажуть люди.

І не здогадуються, що це — борода діда Осінника.

Василь СУХОМЛИНСЬКИЙ.

## У народі кажуть

- В листопаді світанок з сутінками в полудень зустрічаються.
- Листопадовий день — що заячий хвіст.
- Листопад не лютий, проте питає, чи одягнутий та взутий.
- У листопаді сонця, як у старої баби чепуріння.
- Коли в листопаді небо заплаче, то слідом за дощем і зима прийде.

**Кросворд**

Розгадай кросворд та дізнаєшся, про який місяць року йдеться в загадці:

Пізня осінь. Сад без листу,  
Горобина у намисті,  
Дощ холодний з неба мється...  
Як цей місяць, діти, зветься?

1. Дерев'яне, а не поліце,  
Шість дірочок мас, весело співає.
2. На городі Марушка  
Сидить в семи кожухах,  
Хто її роздгає,  
Той сльози проливає.
3. Дерев'яні хлопці  
Ляжать у коробці,  
Коли ними граються,  
То вогнем займаються.
4. Через річку ліг — перейти допоміг.
5. Огляда суворо скоса  
Стела, сіса, села і міста.  
Розпустила сиві коси,  
А їх буря запліта.
6. Він, як веселка, кольоровий  
І має здібності до мови:  
Лиш слово пташці цій скажіть —  
Вона його повторить вмиг.
7. Замість ниточок — триста голубочок,  
Він кожух собі пошив, в ньому голки залишив.
8. В шкільній сумці я лежу,  
Як навчаєшся — скажу.

## Паголист

Осінь, осінь, листопад,  
Жовте листя стелить сад,  
За моря в краї далекі  
Відлетіли вже лелеки.  
Хмари небо затягли,  
Вітер віє з-за гори,  
Ходить осінь листопадом,  
Жовте листя стелить садом.

## Загадки

Краплі з неба, дахів, стріх.  
Дощ холодний, перший сніг.  
Почорнів без листя сад,  
Що за місяць?..

(Листопад)

Золоті метелики з дерева летять,  
Крильцями своїми сумно шарудять.

(Листочки)