

Подільська Зоря

Христос Воскрес!

Друзі, Великдень це свято, коли хочеться вірити в диво. І не просто в диво - а в силу відродження.

Бо якщо Воскрес Христос - то воскресне й Україна.

Воскресне з болю, з руїн, з втрат. Згадає, хто вона є, і стане ще сильнішою.

Цей Великдень - не про кошики. Він про серце. Про те, що всередині в кожного з нас.

Про побратимів, які святкують під передовими зірками.

Про матерів, які чекають.

Про дітей, які хочуть миру.

І про нас із вами - хто тримає стрій тут, у тилу, хто працює, хто підтримує, хто вірить.

Дякую кожному, хто бореться — словом, ділом, зброєю, молитвою.

Нехай цей день принесе хоч трохи світла в душу, віри в серце й сили в тіло.

Все буде добре! Бо ми - не зламаємося.

З Великоднем вас, рідні!

Воїстину Воскрес! І воскресне Україна!

**Начальник Вінницького РТЦК та СП
Олександр БОЙКО.**



Актуально

Україна не визнає юридично російську окупацію Криму. Про це заявив президент України Володимир Зеленський на брифінгу. "Нема про що говорити. Це поза нашою Конституцією. Це наша територія, територія народу України", - наголосив він. Зеленський додав, що як тільки починаються розмови про Крим, про наші суверенні території, то заходимо в формат, якого хоче Росія - затягування війни, тому що швидко домовитись про все не вийде. За його словами, має бути тиск всього світу, а в першу чергу - з боку США. Зеленський наголосив, що включення таких питань в обговорення завершення війни - це "гра Путіна".

Наша пропозиція припинення вогню щодо цивільних об'єктів залишається в силі. Про це написав президент України Володимир Зеленський у Telegram. Він нагадав, що Україна пропонувала подовжити тишу після Великодня й зробити її повною. "Наша пропозиція припинення вогню щодо цивільних об'єктів також залишається в силі. Потрібна серйозна готовність Росії до розмови про це. Жодних перепон з українського боку немає і не буде", - підкреслив Зеленський.

Міністерство оборони України випустило нову версію застосунку Резерв+. Застосунком отримав версію 1.6.0 та нові функції: Тепер ви можете завантажити розширені дані з реєстру Оберіг і розуміти, які дані про вас там є. Наприклад, місце роботи або наявність правопорушень. У застосунку з'явилися сповіщення про зміни у ваших даних в Оберезі. Якщо щось змінилось, то ви дізнаєтесь про це в Резерв+. Нові категорії запитів на виправлення даних. Наприклад, ви зможете актуалізувати місце праці, щоб швидше отримати бронювання.

Газопостачальна компанія "Нафтогаз України" продовжить постачати газ для українських родин за незмінною ціною - 7,96 грн за кубометр. Це передбачає тарифний план "Фіксований" для побутових клієнтів. Ціна буде актуальною до 30 квітня 2026 року. Рішення про незмінність ціни ухвалено з урахуванням чинного мораторію на підвищення цін на природний газ.

Ветеран з Вінниччини Роман Кашпур пробіг на протезі шість найпрестижніших марафонів, останній - 129-й у Бостоні. "129-й Бостонський марафон завершено, місію виконано. А разом з тим, сьогодні відбулась і невеличка історична подія. Тому що і в адаптивному спорті, і в паралімпійському спорті в Україні жоден параатлет не пробігав таку кількість марафонів, а тим більше топ-6 найвідоміших. Для мене велика честь, що мені довелося нести цю першість", - сказав Кашпур.

Військовослужбовці Могилів-Подільського прикордонного загону виявили ухлянта, який намагався незаконного перетнути державний кордон річкою Дністер, аби потрапити до Молдови. Для подолання річки Дністер чоловік прихопив акваскутер. Прикордонники, які патрулювали державний кордон, вчасно виявили "плавця", який посеред ночі опинився в холодній воді. Виявилося, що 33-річний мешканець Дніпропетровщини вже не вперше спробував незаконно подолати кордон. Місяць тому порушника затримали під час "форсування" сухопутної ділянки кордону. Наразі чоловіка знову чекає суд та адміністративна відповідальність.

Перстень покійного Папи Римського Франциска буде знищено за допомогою спеціального молотка. Знаменитий перстень-печатка, який є уособленням католицизму, оцінюють у понад 500 тисяч доларів. Папа Франциск носив його на правій руці. За традицією Римо-католицької церкви, перстень рибалки (атрибут вбрання римських пап, разом із тіарою) дарують Папі під час обрання. Його знищують для того, щоб запобігти неправомірному використанню персня, оскільки від самого початку його було зроблено як печатку для особистих листів Папи, хоча в сучасному світі його єдине реальне призначення - церемоніальне.

Віддали життя за Україну!

Сумна звістка знову сколихнула Вороновицьку громаду... На фронті загинув - **Олександр ЮРЧАК**. Воїн став до зброї у 2023 році. Боровив Батьківщину у лавах 154-ї окремої механізованої бригади, був головним сержантом забезпечення роти. Його бойові шляхи пролягали найгарячішими ділянками фронту: Покровськ, Куп'янськ, Вовчанськ, Курахове... Загинув 11 квітня на харківському напрямку. Йому навічно залишилося 49 років.

"Олександр був не просто командиром, а батьком - так розповідають самі хлопці, які воювали з ним поруч. За їхніми словами, він був найкращим у всьому та навчав та підтримував кожного. Вмів дати слушну пораду саме в той час та хвилину, коли її найбільше потребували", - каже дружина полеглого оборонця Наталія.

Народився Олександр Юрчак 20 вересня 1975 року у селі Джури Шатгородського району. Згодом закінчив 13-ту загальноосвітню школу та професійно-технічне училище №2 у Вінниці. Тут займався улюбленою справою та разом із дружиною зростив двох синів. Його знали виключно з позитивного боку. Він був підтримкою для тих, кому важко, прикладом для тих, кому необхідне натхнення, та опорою тим, хто здавалося, ось-ось впаде.

Ніколи не опускав рук, не втрачав оптимізму та завжди дотримувався свого слова. Для нього не існувало перешкод чи труднощів - лише

"тимчасові перепо-ни", як він сам їх називав.

"Він був прикладом справжнього чоловіка, який нічого не боявся, тримав слово, не здавався та відповідало ставився до життя. Цінував кожен його мить та вмів дарувати радість людям, - розповідає дружина. - Сім'я для нього була всім його всесвітом, який оберігав та робив щасливим. Мені завжди дарував квіти - не з нагоди, а просто так, для дітей робив свята зі здавалося б дрібнички та продовжував мріяти. Мріяв про онуків і про те, як змайструє їм будиночок на дереві... Мріяв про Перемогу та якнайшвидше повернення додому..."

Поховали воїна на кладовищі у селі Кордишівка Вороновицької громади.

Висловлюємо найщиріші співчуття родині нашого Героя, всім рідним та близьким... Нехай Господь допоможе пережити біль непоправної втрати...



Лука-Мелешківська громада знову у глибокій жалобі... Герой повертається додому на щиті...

7 лютого 2023 року, захищаючи рідну землю, під час виконання бойового завдання, відданий військовій присязі та вірний Українському народу, мужньо виконавши військовий обов'язок, на Донеччині загинув морський піхотинець **Ярослав БОГАЧ**, 1977 року народження, житель с. Лука-Мелешківська.

Понад 2 роки родина чекала свого Героя...

Тепер він - воїн Небесного Легіону!

Висловлюємо щирі співчуття рідним та близьким Ярослава Богача. У скорботі та молитві низько схиляємо голови, вшановуючи пам'ять вірного Сина України! Хай Господь дарує Царство Небесне та вічний спокій душі Ярослава!

Вічна Слава Герою!



Війна забирає найкращих. Ще одна трагічна звістка сколихнула Лука-Мелешківську громаду. Виконуючи бойове завдання загинув Герой - **Артем ГРАБОВСЬКИЙ**. Воїн житель с. Лука-Мелешківська, народився 30 грудня 1991 року

Схиляємо голови перед світлою пам'яттю Артема, який віддав життя за нашу свободу. Його подвиг назавжди залишиться в наших серцях. Висловлюємо щирі співчуття рідним і близьким. Нехай Господь дасть їм сили пережити цю невимовну втрату.

Живим коридором слави, на колінах зі схиленими головами, громада провела свого Героя, який повернувся до свого рідного дому "на щиті".



Війна заходить без попередження, забирає життя, не питаючи дозволу. Вона залишає за собою біль, сльози і порожнечу, яку важко заповнити. Щодня ми втрачаємо тих, хто став на захист нашої Батьківщини. Це не просто втрачати для нашої громади чи країни - це втрачати для кожної родини...

У боях з російськими окупантами загинув 26-річний сержант **Олександр ДЯЧИШИН**, житель села Малі Крушлинці.

Чоловік народився 29 грудня 1998 року у селі Бортники Вінницької області. Тут пройшло його дитинство, тут він закінчив перший клас місцевої школи, згодом продовжив навчання в Маликрушлинській СЗШ І-ІІІ ступенів. Продовжив навчання в Тульчинському ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою.

Після закінчення ліцею вступив до Націо-

нальної академії сухопутних військ імені Гетьмана Петра Сагайдачного у м. Львів та отримав звання молодшого сержанта. Працював у військовій частині в Харківській області.

А потім прийшла війна...

Разом з частиною захисник переїхав до м. Славути Хмельницької області. З листопада 2024 року брав активну участь в бойових діях на посаді оператора відділення безпілотних авіаційних комплексів взводу безпілотних авіаційних комплексів військової частини А 4395, мав звання сержанта. Воював на Харківському напрямку.

Загинув Олександр Дячишин 12 березня 2025 року поблизу населеного пункту с. Синельникове Харківської області внаслідок атаки ворожого FPV дрону. Попрощалися із воїном на Львівщині, в селі Нагірне, де зібралися рідні, друзі, побратими, священнослужителі. Кожен присутній віддавав шану Герою, схиляючи голову в скорботі. Духовенство спільно з присутніми помолилися за вічний спочинок душі Воїна.

Висловлюємо щирі співчуття близьким, рідним та друзям. Нехай Господь дасть сили пережити це горе...

Вічна пам'ять і слава Герою!

31 рік дарувала добро, турботу та піклування



Днями у залі засідань Якушинецької сільської ради зібралися - голова громади Василь Романюк, соціальні працівники КЗ "Центр надання соціальних послуг" їх керівниця Наталія Свистун, начальниця відділу соціального захисту та охорони здоров'я Валентина Степанова.

Усі вони зібралися аби привітати із виходом на заслужений відпочинок соціальну працівницю - Олену Володимирівну Савенчук.

Ця жінка 31 рік дарувала добро, турботу та піклування підопічним КЗ "Центр надання соціальних послуг". Олена Володимирівна за роки роботи безліч разів відвідала своїх підопічних, аби допомогти, вислухати, розрадити та порадити. Вона розповідає, що має жінку, якій допомагає уже більше двадцяти років, за цей час вони уже стали майже рідними. До кожної і кожного

Олена Володимирівна мала свій підхід та дарувала тепло своєї душі.

Голова громади Василь Романюк наголосив на важливості роботи соціальних працівників: "Ваші підопічні дуже чекають на вас, вони точно знають що ви обов'язково прийдете, навідаєте та допоможете. Іноді навіть не настільки важлива допомога, як саме спілкування та турбота, адже ці люди самотні і їм вкрай цього не вистачає.

Дякую за Вашу щоденну, дуже важливу та необхідну нашим жителям працю. Ви добросовісно виконували свою роботу багато років, тож я Вам дуже вдячний та бажаю доброго здоров'я і довгих років життя".

Василь Романюк вручив Олені Савенчук з нагоди виходу на заслужений відпочинок Почесну грамоту та подарунки.

Особливий презент у пам'ять про Олександра

Віктор Чайковський очільник Ради родин загиблих (померлих) Захисників та Захисниць України при Якушинецькій сільській раді здійснив поїздку на схід України доставивши допомогу у підрозділ де служив його син, полеглий Герой - Олександр Чайковський з Махнівки.

"Напередодні Великодніх свят навідав побратимів Олександра у 93-тій окремій механізованій бригаді "Холодний Яр". Попередньо дізнався про потреби воїнів. Тож на їх запит ми з дружиною власним коштом придбали розвідувальний дрон Mavic 3 Pro та тепловізор.

Також взяв з собою особливий презент у пам'ять про Олександра - паски випечені його бабусею, які він дуже полюбляв, навіть не міг дочекатися поки вони вистигнуть, поспішав їсти гарячими, - розповідає Віктор Чайковський.

До поїзди долучився також Благодійний фонд "Спільна справа" вони надали значну кількість продуктів

харчування та ще дрони для військовослужбовців. Їх буде розподілено по позиціях захисників.

Була дуже тепла зустріч, побратими Олександра дякували за приїзд та допомогу".



Продовжуємо допомагати

Українська пісня відома сьогодні всьому світові, вона є символом вільної і сильної, нескореної країни. Пісня завжди була і залишається оберегом нашого народу і нашою святинею.

Творчий колектив Зарванецького сільського будинку культури продовжує

серію благодійних заходів на підтримку ЗСУ, виступивши 13 квітня в м.Вінниця з концертною програмою для збору коштів на купівлю евакуаційних ношів.

"Війна триває і запитів від наших військових багато. Тому ми маємо об'єднуватись, щоб разом підтримати Збройні Сили України тож продовжуємо допомагати.

Дякуємо колективу КЗ "Центр культури та дозвілля Якушинецької сільської ради та усім працівникам культури нашої громади за вагомий внесок до збору коштів у розмірі 7000 гривень. Ноші уже придбано та передано за запитом", - розповідає учасниця колективу Жанна Паренюк.

Дякуємо усім мужнім воїнам, підтримуємо їх своєю працею та творчістю, оспівуємо Україну, надихаємося мистецтвом, віримо у найшвидшу ПЕРЕМОГУ!



Депутат інформує...

Олександр МАСЛЕННИКОВ,
Вінницька обласна рада

Напередодні світлого свята Христового Воскресіння, у відповідь на звернення старости 30ї Заверухи, привіз пасхальні кекси для одиноких жителів поважаючого віку сіл Пултівці, Лисянка, Махнівка.

Це вже стало доброю традицією, щорічно передаю пасочки на Пултівський старостинський округ.



"Разом у формі й на передовій": історія кохання офіцерів

Анчутка і Табак - лейтенанти Національної гвардії, які познайомилися під час навчання в академії й відтоді завжди разом. Після початку повномасштабної війни вони обрали службу у бойовій бригаді "Червона калина" й нині підтримують одне одного на фронті. Попри щоденну небезпеку, мріють про мирне майбутнє та велике весілля після Перемоги.

Після початку повномасштабного вторгнення їхні шляхи тимчасово розійшлися, але згодом обоє свідомо обрали службу в бойовому підрозділі.

"Я для себе одразу вирішив, що буду служити тільки в бойовій бригаді. Анчутка сказала, що піде разом зі мною. Сподівався, що можливо зможу вмовити її обрати тилову службу, але вона не стала мене слухати", - розповів Табак.

На фронті пара виконує схожі завдання - обидва офіцери відповідають за роботу з особовим складом, піклуються про побут військових і підтримують своїх побратимів.

"Все одно, ми разом, можна сказати живемо на війні, тож говоримо про неї постійно", - додає Табак.



Анчутка та Табак розповіли, що попри стрес і ризики, найбільше тримаються один за одного. Їх об'єднує не лише форма, а й погляди, цінності та почуття.

"Я з 2020 року в формі й мені хочеться одного дня вдягнути сукню. Тому ми чекаємо, поки буде можливість зіграти гарне весілля в гарній сукні", - поділилася Анчутка.

Обоє мріють про день, коли зможуть почати нове мирне життя - уже після Перемоги. А поки - залишаються разом там, де вони потрібні найбільше.

За матеріалами ФБ сторінки 14 бригади НГУ «Червона калина»

"Подільська громада" ініціює акцію "Посади дерево - підтримай ЗСУ!"

У Вінниці 3 травня відбудеться акція зі створення "Саду підтримки", до якої можуть долучитися всі охочі. За донат на підтримку ЗСУ можна буде висадити грушу, яблуню, сливу чи абрикос. Цю акцію організовує Фонд громади "Подільська громада" спільно з МКП "Вінницязеленбуд" і компанією "Dekorplant" за підтримки Вінницької міської ради. Створення "Саду підтримки" відбудеться біля Національного музею-садиби М.І. Пирогова.

Як долучитися до акції?

- зробити донат (від 500 грн для фізичних осіб і від 1000 грн від юридичних осіб) за посиланням: <https://surl.li/wmqiku>;

- заповнити коротку форму до 27 квітня 2025 року: <https://surl.li/mplrmp>;



Посади дерево – підтримай ЗСУ!

Створи «Сад Підтримки» біля Музею Пирогова

Прийом заявок до 27 квітня

- очікувати на лист-запрошення, де будуть вказані точна дата, час і місце висадки дерев;

- прийти у визначений час 3 травня за вказаною геолокацією.

"Кожне посаджене дерево - це не лише майбутній урожай, а й жест підтримки для тих, хто боронить наше сьогоднішнє. Груші, яблуні, сливи, абрикоси - ці дерева ростимуть у нашому місті як нагадування, що ми сильні, коли разом. Сюди зможуть приходити сім'ї з новими поколіннями вінчан/ок та туристів, ветерани і родини військових, усі, кому не байдуже майбутнє незалежної та європейської України", - кажуть організатори.

Імена учасників акції з'являться на спеціальному стенді, який розмістять на початку саду.

Нескорені в думках - єдині в дії: за ініціативи волонтерського об'єднання "Подільська ластівка" відбувся Великодній ярмарок



Великдень - час добрих справ і світлих думок. Напередодні цього свята на базі Вінницького обласного клінічного медичного реабілітаційного центру відбувся благодійний ярмарок на підтримку ЗСУ.

На ярмарку було гучно, смачно та колоритно. Згуртувавши школярів, небайдужих та друзів із волонтерської павутини, зокрема невідомих благодійників із Вороновицької, Агрономічної, Липовецької та Вінницької громад, виробників крафтової продукції "Пан Кабан", Вінковецького хлібокомбінату, еко підприємства "Torgreens", вдалося зібрати близько 100 тисяч гривень. Усі виручені кошти будуть направлені на

придбання повнопривідного пікапа Nissan Navara для бійців екіпажу БПЛА Vampire 154 ОМБр Батальйону Безпілотних Систем.

Аромат домашньої випічки, смачного м'яса, різноманітних солодощів зібрав біля столів юрбу людей. Пухленькі піріжки, рогаики, печиво та коровай - це все приготували волонтери із сіл та містечок Вінниччини. Господині Тростянецької громади на ярмарок привезли спечені у печі Великодні паски, хліб та різноманітні смаколики. Із початком повномасштабної війни жінки об'єдналися у тилловий "Тростянецький батальйон" і готують страви для військових на фронт.

- Для наших хлопців на передову та у місцеві шпитали готуємо багато духмяної та смачної випічки, а також особливі голубці, налисники та неймовірно смачна за особливим рецептом сало. Участь у ярмарку беремо уже не вперше. Для Великоднього ярмарку цьогоріч спекли "особливу паску" та декілька обрядових хлібин. Їх ви-

пікали у гільзах, котрі привезли з фронту військові. Ці гільзи залишилися від снарядів, випущених по наших ворогах, відтак для нас вони символ надії й життя, знак, що наша країна буде квітнути і все буде добре, - розповідає одна із господинь "Тростянецького батальйону" Інна Максимова.

Смачні м'ясні вироби на благочинному заході продавала родина Олександра та Алли Парійчук. Вони розвивають власний бізнес із виготовлення м'ясних смаколиків уже понад 5 років. Проте із 2022 стали більше волонтерами ніж підприємцями, адже невідомо готують свою продукцію для бійців аби їм було смачно та поживно. Також вони завжди долучаються до різноманітних благодійних ярмарок, розіграшів, тощо.

- Ми разом із своїми родинами, волонтерською павутиною та освітянами зібралися задля того, аби зібрати кошти на придбання автомобіля. Така ідея виникла, щоб підтримати наших військових -



бійців 154 ОМБр, котрі ведуть запеклі бої на Харківщині. Кожний має зробити все можливе для майбутнього країни. І тут немає великих чи маленьких справ - є одна спільна. Звісно іноді є моменти емоційного вигорання, коли хочеться все покинути. Але після кожної зустрічі із нашими незламними, розумієш, що потрібно продовжувати. Адже хлопці повинні відчувати міцний тил. На жаль, люди забувають, що у нас війна. Для багатьох її не існує, або вона десь далеко. Багато хто забуває про те, завдяки кому це "далеко", забуває дякувати та допомагати військовим. Хлопці так само стомилися, втім не дають задню. І це найкращий мотиватор для нас також не збавляти темпів. Вдячні кожному, хто зробив свій внесок для наближення Перемоги, хто працює заради людей та України! Наша сила - у нашому прагненні бути вільними - підсумувала очільниця ГО "Подільська ластівка" Оксана Іванькова.



З турботою про збереження українських традицій: у Вінниці відбувся етнопроект "Де гаївки лунали"



Гаївки співали, весну величали. 22 квітня, центральна площа Вінниці перетворилася на майданчик етнічного дійства "Де гаївки лунали", який відбувся в межах культурно-мистецького проекту "Великоднє диво". Його учасники відтворили українські обрядові забави, метою яких із прадавніх часів було віншування сонця та відродження природи. Організували подію департамент культури міської ради

спільно із ЗК "Вінницька централізована клубна система" за підтримки КЗ "Центр концертних та фестивалних програм".

На відміну від веснянок, які лунали в усіх куточках України аж до Зелених Свят, гаївки - виконували лише у Великодні дні. Молодь та діти традиційно після церковного богослужіння збиралися на площах, галявинах, зелених луках, обмінювалися писанками або крашанками, христосувалися, прославляючи велич Воскресіння: співали обрядові пісні, водили хороводи. Як усе відбувалося у давнину, вінничани та гості міста мали змогу побачити на майдані "Незалежності". На годину території поблизу фонтану "Мушля" стала епіцентром етнографічного дійства, що вражало національною автентичністю, зачаровувало різноголоссям та багатством народних звичаїв та талантів.

"Це один із тих заходів, до яких ми та наші діти готуються з великим трепетом, адже це в першу чергу найбільше весняне свято. Тут ми бачимо наші прекрасні писанки-велетні, які вже багато років прикрашають наше чудове гостинне місто, тут на майдані проводили й чимало культурно-мистецьких заходів, - каже виконавча обов'язків директора ЗК "Вінницька централізована клубна система" Тетяна Казанська-Гавриш. - Попри воєнні реалії, ми не можемо не співати та не підтримувати наші традиції, тому що дійсно тоді ворог досягне того, чого прагне. Завдячуючи нашим воїнам, ми маємо змогу передавати дітям давнє мистецтво писанкарства, веснянок, гаївок. У ці дні ми зичимо один одному лише добра, а воїнам - мужності та сили".

Поринути у дивовижну атмосферу Великодня усім охочим допомогли виступи народног о ачоромського ансамблю "Зроби й води" та зразкового хореографічного колективу "Гілея" Гавришівського будинку культури.

"Під час нашого невеличкого концерту, глядачі почули веснянки як подільські, так і з Подніпров'я та Полісся. Ми представили кращі зразки фольклору з усіх етнографічних регіонів України, які намагаємось збирати, відроджувати, музикувати. Діти ж найбільше полюбили водити хороводи під фольклорні композиції у сучасному аранжуванні", - розповіла Тетяна Казанська-Гавриш.

Глядачі зустрічали кожен виступ вдячними оплесками. Не скупився на них і часом навіть підтанцював вінничанин Іван. Чоловік каже: "Це



досить цікавий Великодній захід, він підіймає настрій. Розумію, що зараз небезпечно, але хочеться більше таких чудових подій".

"Я взагалі люблю все українське, коли бачу вишивку, відразу зупиняюся, щоб помилуватися. Таким чином і натрапила на цю Великодню подію. Надзвичайно вдячна всім, хто організували для нас таке дійство, воно дає можливість насолодитися нашими традиціями та відпочити душею", - поділилася глядачка Наталія.

А на цьому етнопроекті "Де гаївки лунали" не завершується. Вже у четвер він зустрічатиме усіх охочих у Вінницьких Хуторах.



Під обстрілами в Кураховому за день могла обстежити до 70 хворих і легкопоранених: історія майора медслужби ЗСУ Алли Асауленко



Майор медичної служби ЗСУ Алла Асауленко нагороджена орденом княгині Ольги за роботу під ворожими обстрілами в Кураховому, де за день могла обстежити до сімдесяти хворих і легкопоранених пацієнтів.

Алла Асауленко - педіатриня, яка в перші дні повномасштабного вторгнення пішла у військкомат. Залишила родину, зробила крок у невідомість. Мобілізована, яка змогла очолити великий і здебільшого чоловічий колектив військових терапевтів Угруповання сил і засобів "Схід" Медичних сил.

Відзначена орденом княгині Ольги за роботу під ворожими обстрілами в Кураховому, де за день могла обстежити до сімдесяти хворих і легкопоранених пацієнтів.

В інтерв'ю Алла Асауленко поділилася своїм цивільним і військовим досвідом, розповіла про особливості та інтенсивність служби, і, звісно ж, поділилася мріями та планами на життя після завершення війни.

"Я була мобілізована за десять хвилин"

- Якщо насправду, то за все моє довоєнне життя бажання бути військовим лікарем не виникало ніколи. Оскільки я з родини військовослужбовців, у мене батько військовий лікар, то всі труднощі й специфіку життя родини військових я відчула по повній.

Мабуть, через це я обрала для себе найбільш мирну спеціалізацію - пішла в педіатрію. Так, 24 лютого 2022 року я ще працювала у Вінницькому Національному Медичному Університеті на кафедрі дитячих інфекційних хвороб. Але коли полетіли ракети, то перше, що виявилось: мій син (якому на той час не було вісімнадцяти) і чоловік сказали, що не стоять осторонь. Діти взагалі відмовилися кудись виїжджати. Тоді і я вирішила, що мушу не відставати. Тож 2 березня пішла до військкомату.

Там були величезні черги. Переважно там стояли чоловіки, і коли я йшла до якогось кабінету, то вони розступалися, пропускаючи мене. Тому я дуже швидко пройшла всі етапи та була мобілізована, напевно, за десять хвилин. У Військовому медичному клінічному центрі Центрального регіону я, власне, потрапила в інфекційне відділення на посаду ординатора, і кілька місяців служила саме там, надавала допомогу пацієнтам, які прибували етапами евакуації.

"Один із найбільших страхів - не впоратись"

- Багато хто на цьому б зупинився. Та цього госпіталю вам виявилось замало - попросилися на ротацію. Що спонукало до такого рішення?

- Перша ротація взагалі була за бажанням - командир запропонував, а погодилася, бо відчувала, що мої руки там потрібні більше, ніж тут.

Я так це бачила: якщо я вже мобілізувалася, то маю цей шлях пройти повністю.

Так почалася моя перша ротація. Я працювала у складі мобільного госпіталю в Донецькій області, а також за потребою виїжджала на різні етапи евакуації, виконувала обов'язки в передових хірургічних групах. Після першої ротації повернулася додому, пробула буквально півтора місяця, ну і якось так склалося, що поїхала знову.

Отой другий раз затягнувся найдовше, тому що тоді мій шлях трошки ускладнився. Я була переведена зі штатної посади в тиловому госпіталі, стала начальником відділення в одному з мобільних госпіталів. І вже із цієї посади за дев'ять місяців я потрапила до Угруповання сил і засобів, де і працюю тепер, як головний терапевт.

Перша ротація - це був Краматорськ, на той час там були найбільші потоки евакуації. Це були важкі часи, дуже велика кількість поранених, травмованих і хворих.

Якщо чесно так згадувати, то для мене тоді один із найбільших страхів був - не впоратись. Тому що не дуже багато часу я мала на те, щоб опанувати взагалі, що таке бойова травма. Довелося дуже-дуже швидко вчитися.

Було мало часу на відпочинок, але навіть ці короткі проміжки часу доводилося використовувати на навчання. Та ті часи я згадую з теплотою в серці, оскільки саме тоді відчула всю силу "колективного розуму", підтримки від колег. Це дуже допомагало, бо практично не було випадків, щоб у разі якихось сумнівів чи вагань не було в кого запитати, або не було кому підтримати. Є такий вислів, який для мене став правилом: одна з найбільших удач взагалі по життю - коли зустрічаєш гарного вчителя. Тож мені насправді поталанило. Командири, які були в мене на кожному етапі, дуже багато чому навчили й підтримували.

- Чим відрізняється робота терапевта у фронтових підрозділах і в тилу?

- На терапевта припадає великий відсоток "легких" поранених. Та й приймання соматичних хворих ніхто не скасовував! І все треба робити дуже швидко!

Були такі дні, коли на етапі працювало чотири терапевти, і за день кожен оглядав від 50 до 70 пацієнтів. Якщо розділити це в часовому проміжку, то виходило до 11 хвилин на пацієнта.

На етапі евакуації їх треба швидко розсортувати, надати допомогу, хворих і поранених мають стабілізувати й скерувати на наступний етап, із більш кваліфікованою допомогою в безпечнішому місці.

Іноді траплялося так, що у командирів підрозділів виникали сумніви щодо необхідності госпіталізувати бійця, що не мав очевидних ознак серйозного недугу. Завдання військового лікаря - повернути захисника у стрій. Але якщо я бачила, що військовослужбовець насправді потребує серйозного лікування, то докладала максимум зусиль, щоб все-таки переконати військову частину відпустити такого бійця. Зрозуміло, якщо була якась можливість все-таки скоротити термін надання необхідної допомоги, лікування і повернення вустрий, на це також доводилось йти.

Ми всі розуміємо, що на певних ділянках оборони є нестача в бойовій силі. На жаль, нічого із цим не вдієш, доводиться працювати на спільний результат, заради якого всі ми тут.

"Найпоширеніші скарги військовослужбовців - патології нервової системи й опорно-рухового апарату"

- З якими хворобами звертаються захисники найчастіше?

Найпоширеніші скарги військовослужбовців - це різноманітні патології нервової системи й опорно-рухового апарату. Навіть люди з належною фізичною підготовкою не витримують повсякденного носіння засобів захисту. А якщо врахувати, що середній вік військовослужбовців нині 45+, то постійне навантаження на хребет та суглоби викликає дорсалгію та ще низку хвороб, і, на жаль, тут мало чим можна допомогти.

Напевно, я навіть не знаю, в кого немає такого діагнозу. І більшість пацієнтів із проблемами опорно-рухового апарату потребують терапевтичного лікування, протинабрякової, протизапальної терапії. Найголовніше - дати тілу спокій та уникати фізичних навантажень. Утім, самі розумієте, це неможливо.

Тобто виходить замкнене коло: людина доходить до якоїсь межі, коли неможливо нормально рухатися і виконувати завдання за призначенням. Потрапляє в госпіталь, отримує терапію, стає легше, випикується, повертається в підрозділ. І все повторюється по колу. І, на жаль, від цього нікуди не подінешся.

Серцево-судинна патологія в нас на другому місці, і тут теж важливу роль відіграє вік військовослужбовців. Усі гіпертоніки повинні регулярно приймати ліки і вести здоровий спосіб життя. Та дуже часто це є неможливим у бойових умовах, тому відбувається погіршення у вигляді термінальних, ургентних станів - трапляються гострі коронарні синдроми, гострі порушення мозкового кровообігу. Цей відсоток зростає і надалі зростатиме.

- Керівництво всіма терапевтами збільшує відповідальність у десятки разів...

- Звісно. Якщо проаналізувати весь мій шлях у військовій службі з того моменту, як я переступила поріг першого місця служби, й по даний час. То дуже часто

доводилося виходити за межі комфорту, весь час доводиться вчитися чомусь новому. Коли я стала провідним терапевтом в УСІЗ, це передбачало лікувально-евакуаційне забезпечення по всій зоні відповідальності. Тобто довелось дуже швидко розуміти: як, звідки, куди, чому і хто їде, кого скеровувати, в яких обсягах. Я маю цим керувати, тобто знати сили й засоби на кожному з етапів. Тобто я маю чітко розуміти, скільки фахівців якої категорії потрібно на кожному етапі, і проводити щоденний аналіз відповідно оперативної обстановки.

Якщо трапився якийсь перекося, ми маємо швидко перегрупувати підрозділи або змінити шлях евакуації. Я раніше із цим не стикалась, тож довелось досить швидко вчитися, здобувати ці навички. Навантаження зростає постійно.

Та коли стає геть зовсім важко і погано, я собі кажу: стоп, є люди, яким набагато гірше за нас, - наші бійці, які на позиціях в окопах. Ми маємо робити максимум для того, щоб захистити їх і зберегти! У цьому мені завжди було на кого покластися.

Тобто колектив підбирався завжди такий, який розумів мене, а я слухала його. Ми були на одній хвилі, якщо доводилось вчитися чомусь разом - ми так і робили. Поки що це вдавалось, можливо, не завжди ідеально.

Але ми насправді старались, і надалі продовжуємо це робити для максимальної ефективності, максимального зменшення часу евакуації постраждалих, від моменту поранення до надання кваліфікованої медичної допомоги. Звісно, не все від нас залежить, багато залежить від того, як спрацьовують медики у бригадах, наскільки є можливості швидко вивести бійця з позиції. Чи наявна броньована техніка для евакуації, а її, на жаль, недостатньо в підрозділах.

"У середньому сплю чотири години"

- Яким є ваш звичайний робочий день?

- Бувають дні гірші й дні кращі, у середньому сплю чотири години, може навіть іноді, що буває дуже зрідка, шість. Але щодня я повинна прокидатися о четвертій годині ранку. Тому що перший звіт, який я маю надати командуванню, має бути відправлений не пізніше ніж о 4:30.

Та і до цього не факт, що я спала, тому що евакуації відбуваються переважно в нічний час. І особливо якщо на етапах якісь складні пацієнти, то одна з моїх форм діяльності як провідного фахівця стосовно терапевтичної патології - це надати допомогу лікарям, які на етапі. Лікар там може бути, наприклад, також нещодавно мобілізований, він може не мати фаху щодо бойової терапевтичної травми чи ургентної патології. Тож мій обов'язок - орієнтувати, допомогти поставити діагноз вчасно і швидко.

Нерідко від військових лікарів доводиться чути про розділення суспільства на фронт і тил, про нерозуміння і напругу, які виникають у спілкуванні із цивільними колегами.

"У відпустці з'ясувала, що не можу спати в ліжку"

- Чи торкнулося це вас безпосередньо?

- Навіть більше вам скажу: на жаль, перші місяці служби в армії мене це надзвичайно пригнічувало. Далі я, можливо, просто до цього звикла. Ви знаєте, деякі люди, з якими я пліч-о-пліч багато років працювала, якось відмежувалися від мене. Навіть якось від одного з моїх цивільних колег прозвучали слова "там у вас". Тобто місце, де я перебуваю, - на війні - багато хто себе з ним не асоціює. Люди живуть поза тим, що відбувається. І хоча живемо ми всі в одній країні, вони вважають, що "це там у вас", і це їх не торкається. Мене це дуже бентежить.

Під час перебування у відпустці є потреба у спілкуванні з людьми поза межами військової медицини. Іноді хочеться повернутися в спокійне довоєнне життя, поспілкуватися про звичайні, "мирські", теми. Але деякі знайомі відмежувалися, і від того стає трохи гірко. Можливо, когось гризе почуття провини, розуміння власних меж і слабкостей...

При цьому мене підтримують багато інших, з якими вдається знайти спільну мову. Але я дивлюся на це з оптимізмом, готую себе, адже все одно колись доведеться повертатися, доведеться звикнути

жити з цим. І це дуже яскраво я побачила на прикладі моєї власної родини.

Коли приїжджала у відпустку чи кілька місяців могла працювати неподалік від дому, то виявилось, що я не можу спати в ліжку.

Річ у тім, що коли я потрапила на фронт, місце для сну було дуже тверде. Це просто були реально дошки, на яких лежав дуже тонкий матрац. Я не дуже кремезної статури, у мене на початку були синці в місцях, де кістки прилягають до шкіри. Але згодом я звикла до такої аскези, і коли повернулася додому, не змогла спати в ліжку.

Довелось спати на підлозі, і це було дико для моєї родини. Ще був момент щодо приймання їжі. Для мене зараз це, скажімо так, "закинути паливо". На службі їси швидко, іноді навіть не помічаєш, що ти там проковтнула.

Вдома також довго я не могла змусити себе їсти разом, відчувати смак, повернутися до старих звичок. І коли я спілкуюся зі своїми побратимами, запитую, як у них із цим справи, чи це лиш я така ненормальна, то, власне, виявляється, що в багатьох є ті чи інші відхилення, коли вони повертаються додому, у спокійне цивільне життя.

"Медики на фронті - такі, як я - закінчуються"

- Чи потрібно, на ваш погляд, мобілізувати цивільних лікарів? Скажімо, провести більшість медиків через ротації, щоб вони ставали частиною військової медицини, щоб розуміли, що таке бойова травма?

- Однозначно - так. У наших реаліях це має бути зроблено. Але досить велика частка медиків наразі мають бронь у цивільних закладах охорони здоров'я, і вже не



можуть бути так просто мобілізовані. Ось тут у мене виникають питання - на мою думку, це небезпечно, тому що медики на фронті - такі, як я - закінчуються. Вигорання ніхто не скасовував. І має бути заміна. Однозначно має бути заміна.

- Що б ви змінили, якби мали владу, щоб ліквідувати оцей розкол між "там" і "тут", фронтом і тилом?

- Якби була в мене така можливість, то, напевно, пропагувала б інтенсивні військові навчання для всього населення країни. Поводження зі зброєю, тактична медицина. Можливо, це якось радикально звучить, але я вважаю, що ми маємо бути готові фізично і морально, а наші діти повинні розуміти, що потрібно ставати воїнами. Мої власні діти бачать мій приклад, і вони проходять військові вишколи. Син, уже студент, бере участь у змаганнях зі страйкболу. Він себе готує.

- Коли закінчиться війна, які у вас плани, мрії, що хотіли б зробити найперше?

- Можна відверто говорити? Ну, напевно, я перший місяць буду спати. Просто висплюся. А далі... дуже скучила, надзвичайно скучила за своєю діяльністю як педіатр. Колись я свідомо обрала цю спеціальність, мій шлях медичний почався не відразу з лікаря. Спочатку працювала медсестрою в дорослих стаціонарах і мала справу з дорослими пацієнтами. Досить швидко зрозуміла, що доросла медицина - трохи не моє. Педіатрія, як на мене, набагато приємніше.

Тож одна з моїх мрій - повернутися нарешті до моїх маленьких пацієнтів. Але це після місяця сну.

А ще, мир для мене - це можливість бачити моїх дітей. Справді торкатися їх, мати можливість обійняти. Цього також дуже не вистачає.

За матеріалами АрміяInform.

Сивина в бороду

Повернувшись з роботи раніше, Оксана, як завжди, вирушила на кухню готувати вечерю. Коли аромат запеченої курочки заповнив усе приміщення, вона подивилася на годинник – рівно сім. Робочий день чоловіка закінчився давно, проте його вдома не було.

– Де він? – виникло в голові резонне питання.

Останнім часом Оксана помітила деякі дива в поведінці чоловіка. Якщо раніше він ніколи не затримувався біля дзеркала в коридорі і навіть не помічав його, то тепер, перед тим як вийти, він обов'язково зупинявся і прискіпливо оглядав себе. Треба віддати належне – для чоловіка трохи за сорок, він виглядав бездоганно. Приємний підтягнутий чоловік без натяку на зайві кілограми і з ледь помітною сивиною на скронях.

Чоловічий парфум завжди купувала Оксана і, звичайно, вибирала те, що подобається їй. Тепер же Олексій іноді приносив до аромату своєї туалетної води, ніби починаючи – подобається йому чи ні. Може, не йому, а їй? Кому? Знаючи свого чоловіка з сімнадцяти років, Оксані все це видавалося незвичайним. А ще він іноді став затримуватися на роботі...

Не той характер у Оксани, щоб сидіти й чекати, поки щось станеться. Будучи добре обізнаною про оточення свого чоловіка і звертаючись до комп'ютера на "ти", вона проінспектувала деякі соціальні мережі, зателефонувала комусь і вже через годину у неї була наступна інформація: її законний чоловік Олексій доглядав за колегою по роботі Інною, яка на десять! аж на десять років молодша за нього. Нічого собі.

Оксана дивилася на фото своєї суперниці на сторінці у соц.мережі та не могла зрозуміти, що в ній знайшов її чоловік. Звичайне обличчя з абсолютно не правильно намальованими бровами, довгими штучними війми та рівним чорним волоссям до плечей.

– Негідниця, чоловіка мого забрати хотіла? – ображено подумала Оксана, – Цікаво, між ними вже щось було чи ще ні?

Роздуми зупинив телефонний дзвінок. На екрані висвітлювалося фото чоловіка. Легкий на згадку.

– Привіт, Оксано, я сьогодні буду пізно, на роботі завал, тож вечеряй без мене.

– Привіт, Олексію, а я курочку сьогодні приготувала, як ти любиш, – рівним голосом повідомила дружина.

– Дякую, – подякував чоловік. – Приїду – поїм. Бувай.

Про всяк випадок Оксана зателефонувала на стаціонарний телефон офісу, де працював її чоловік і переконавшись, що нікого там вже немає, швидко збралася і вийшла з квартири.

До дому «коханки» вона доїхала швидко. Побачивши у дворі автомобіль Олексія, вона переконалася, що адресу їй надали вірну. Припаркувавшись поряд, вона рішуче попрямувала до під'їзду.

Двері відчинила дівчина з фото, Оксана одразу її впізнала. Недовго думаючи, жінка безцеремонно відсунула господиню і не роззувавшись, пройшла до спальні, але помилилася, ліжко було застелено. Тоді вона попрямувала до кухні.

– Жінко, що ви собі дозволяєте? – Почула вона вигуки Інни, яка бігла за нею слідом. Тим часом Оксана дісталася кухні.

– Добрий вечір, – мило сказала вона здивованому чоловікові, який у великому здивуванні сидів за столом і мовчки спостерігав за тим, що відбувається.

На столі стояла відкрита пляшка ігристого, якісь закуски із супермаркету та коробка гарних шоколадних цукерок.

– Моїми улюбленими цукерками він цю пригощатиме? – промайнула думка в голові ображеної дружини.

– Жінко, хто ви? – Почула вона запитання і різко обернулася.

Ззаду стояла господиня квартири і теж здивовано дивилася на Оксану.

– Могла б вже здогадатися! – ехидно відповіла жінка, – Я дружина цього, вже не першої свіжості, ловеласа.

– Олексію, це твоя дружина? – ніби не вірячи їй, запитала Інна.

Чоловік мовчки кивнув головою.

– Ну що, любий, познайом мене зі своєю коханкою, – чітко виділяючи літери, посміхнулася Оксана, – Ти мене на цю вирішив проминяти?

– Оксано, ти неправильно все зрозуміла, – спробував сказати Олексій, але його зупинила Інна.

– Чому ж? – здивувалася вона. – Все правильно вона зрозуміла, – чи я для тебе

дівчинка на годину? А я вже збиралася тебе зі своїм сином знайомити... – розчаровано промовила Інна, – що ти мовчиш?

Оксана не стала далі слухати, що говорила Інна, вона швиденько вибігла з кухні і рвонула в коридор.

Вона приїхала додому. Зайшла до квартири, Оксана пройшла

до кімнати, сіла в улюблене крісло і розплакалася. Сльози текли суцільним потоком, а вона ледве встигала їх витирати долонями.

Як їй було важко і прикро. Адже скільки їм довелося разом пройти. Вони винесли і благополучно пережили неприйняття батьків, коли вирішили одружитися. Родичі Олексія не хотіли бачити поряд з ним таку дівчину, а батьки Оксани не бачили жодної перспективи у тихому та спокійному хлопцеві. Але вони одружилися, і в них народилася Марина. Вона примирила між собою родичів. А як вони працювали, щоб виплатити іпотеку. Обидва бралися за будь-які підробітки. І ось, коли вже дочка заміжня і народився онук, здавалося б – живи і радуйся, так ні, прийшла біда звідки не чекали. Сивина в бороду.

Коли сльози були виплакані, а вона все ще сиділа у своєму кріслі, пролунало клацання замка. У коридорі звмкнулося світло і Оксана зрозуміла, що прийшов Олексій.

– Оксано, – чоловік зайшов у кімнату і став навколішки перед кріслом, – пробач мені...

Оксана глянула на чоловіка, але нічого не сказала.

– Оксано, правда, я не знаю, що на мене найшло, – і заглядаючи їй у очі сповнені сліз посміхнувся, – пробач не розумного. Ти ж знаєш, що я тебе тільки люблю і ніхто мені більше не потрібен. І в нас з нею нічого не було, – поспішно сказав він і додав, – слово честі!

Хоч як дивно, але чоловік тільки сьогодні зрозумів, наскільки йому дорога ця жінка. Коли він на хвилину тільки уявив, що її немає поруч, він зрозумів, що не переживе цього. Подивився зовсім іншими очима на Інну і помчав наздоганяти свою Оксану. Але спізнився. Під'їхавши до будинку, він довго сидів у машині і сварив себе останніми словами, що зробив погано своїй найдорожчій людині.

– Негідник ти, цукерки мої улюблені їй купив, – нарешті відреагувала на присутність чоловіка Оксана.

– Я не знаю, що на мене найшло, – показався чоловік, маючи на увазі чи то цукерки, чи взагалі ситуацію.

– Я так і зрозуміла, – уже посміхнулася Оксана.

– Ну що, пішли вечеряти? – спитала вона майже як ні в чому не бувало.

– Ходімо, – зрадив такий пропозиції Олексій. Коли вони повечеряли, за вікном уже була ніч. Заварюючи чай, Оксана думала – розповідати чи ні своїм дівчаткам про сьогоднішню подію. Але вирішила, що, напевно, не буде. Нехай вони так і думають, що чоловік у неї, як висловилося Вікторія – "кремій". Та якби вона не була впевнена в тому, що чоловік справді її досі любить, вона ніколи не пішла б до цієї Інни. А з іншого боку, стільки років вони разом і що – так просто їй чоловіка віддати? Ось вже ні – не дочекається, не така вона.



Кулінарні цікавинки

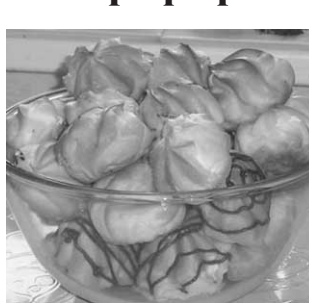
Манник з вишнею

Нам потрібно: 1 скл. манки, 1 скл. цукру, 1 скл. ке-фіру, 2 яйця, 200 г замороженої вишні, 4 ст.л. борошна, 1 ч.л. розпушувача для тіста, 2 ч.л. ванільного цукру.

Приготування. Змішали кефір з яйцями і поклали на нього манку, цукор, борошно, ванілін і розпушувач. Все дуже добре перемішали і відставили на 30 хв. для розбухання манки (можна менше). Поки манка розбухає увімкнути духовку нагріватися. Вишню присипали цукром і перемішали. Дістати форму, на дно висипали 1/3 вишні, потім тісто, зати вишню, і знов тісто і вишні. Духовка, вже розігріта до 180 градусів, поміщаємо форму в духовку на 1 годину, випікати до золотистої скоринки.



Профітролі із заварним кремом



Нам потрібно для тіста: 300 г борошна, 100 г вершкового масла, 5 яєць, 50 г цукру, 0,5 ч.л. солі, 250 мл води. **Для начинки:** 1 л молока, 5 яєць (жовтки), 100 г борошна, 1 ч.л. крохмалю, 100 г цукру, 0,5 ч.л. солі.

Приготування. Щоб замісити тісто, потрібно на сковороду викласти вершкове масло і розтопити його. Після цього вливаємо в пательню воду, додаємо цукор, сіль і чекаємо, коли вода закипить. Після цього вимикаємо газ і поступово всипаємо борошно. Тісто добре помішати щоб не залишилося жодної грудочки. Поки тісто остигає, в окрему мисочку розбиваємо яйця і збиваємо. Тепер введемо яйця в тісто. Вливати їх потрібно тоненькою цівкою, перемішуючи тісто ложкою круговими рухами. Тісто має вийти рідким. Затим увімкнути духову шафу. Поки вона буде розігріватися, займемося формуванням профітролей. Деко, на якому будуть випікатися наші тістечка, покриваємо спеціальним папером. Поверх викладаємо тісто. Для цього ви можете використовувати спеціальний кондитерський шприц або звичайну столову ложку. Коли духовка нагрілася до 220 градусів відправляємо деко з профітролями. Через 20 хвилин зменшимо температуру в духовці на 40 градусів і почекаємо ще 10 хвилин. Витягуємо профітролі з духовки і даємо їм охолонуть. В цей час готуємо крем для начинки. Відділяємо жовтки і збиваємо їх з цукром. Засипаємо крохмаль і борошно, перемішуємо і солимо. Розігріваємо молоко. Як тільки почнуть з'являтися невеликі пухирці на поверхні молока, знімаємо його з вогню і вливаємо в каструльку з яйцями. Змішуємо інгредієнти і кладемо на вогонь. Постійно помішуючи, стежте коли крем почне заварюватися. Начинка для профітролей готова. Начинку введемо всередину профітролей за допомогою кондитерського шприца. Якщо його у вас немає, спробуйте використовувати медичний. Готові профітролі охолодити.

Торт «Наполеон»

Нам потрібно: 450 г бездріжджового листового тіста, 400 мл вершків 33%, 200 г згущеного молока.

Приготування. Тісто дістати з морозилки, не розкочувати, а порізати на довгі смужки шириною 1-1,5 см. Смужки покласти на форму для запікання і випікайте в духовці при температурі 220 градусів впродовж 15 хвилин. Приготування крему. Збити вершки до м'яких піків (вони повинні стати трохи густими) і додати в них тонкою цівкою згущене молоко (півбанки), продовжуючи збивати на мінімальній швидкості. Крем буде не дуже густий - він повинен добре просочити запечені смужки тіста. Прямокутну форму застелити харчовою плівкою, та змазати кремом низ. Викласти в один шар смужки, зверху змазати кремом. Потім знову шар смужки і змазати кремом і так до кінця поки будуть смужки з тіста. Залишити 2-3 смужки і 3 ст. л. крему для прикраси. Ставимо торт на 12 годин у холодильник. Дістаємо торт з холодильника, змазати верх кремом і посипати подрібненими смужками з тіста.



Запечені банани



Нам потрібно: 5 бананів, лайм або лимон, 200 г кисломолочного сиру, 100 г натурального йогурту, 30-50 г меду, яйце.

Приготування. Очистіть банани, розріжте навпіл уздовж, скропіть соком лайма або лимона. Викладіть у форму для запікання. Змішайте за допомогою блендера сир з яйцем і йогуртом. Залийте сумішшю половинки бананів. Випікати в заздалегідь нагрітій до 180 градусів духовці приблизно 20-30 хвилин. Дайте готовій запіканці злегка охолонуть і подавайте, поливши медом.

Повідомлення про клопотання щодо отримання дозволу на викиди забруднюючих речовин в атмосферне повітря

Повне та скорочене найменування суб'єкта господарювання: Товариство з обмеженою відповідальністю «Газорозподільні мережі України» / ТОВ «Газорозподільні мережі України».

Ідентифікаційний код юридичної особи ЄДРПОУ 44907200,

Місцезнаходження суб'єкта господарювання, контактний номер телефону, адреса електронної пошти: 04116, м. Київ, вул. Шолуденка 1, тел. (044)5370537, електронна пошта office@grmu.com.ua

Повне та скорочене найменування відокремленого підрозділу (філії): Вінницька філія Товариства з обмеженою відповідальністю «Газорозподільні мережі України»/Вінницька філія ТОВ «Газорозподільні мережі України».

Ідентифікаційний код ЄДРПОУ відокремленого підрозділу (філії) 45165321.

Місцезнаходження відокремленого підрозділу (філії), контактний номер телефону, адреса електронної пошти: 21012, Вінницька обл., м. Вінниця, пров. Костя Широцького, 24, конт. тел.: +38(0432) 27 80 92, e-mail: office.vn@grmu.com.ua.

Мета отримання дозволу на викиди: визначення та регулювання викидів забруднюючих речовин (ЗР), які потрапляють в атмосферу при експлуатації технологічного обладнання на отримання дозволу на викиди ЗР для існуючих об'єктів третьої групи. Підприємство спеціалізується на розподіленні газоподібного палива через місцеві (локальні) газопроводи (КВЕД 35.22), а також технічному виконанню робіт щодо проектування, будування та ремонту газових мереж в межах обслуговування.

Відомості про наявність висновку з оцінки впливу на довкілля, в якому визначено допустимість провадження планової діяльності, яка згідно з вимогами Закону України «Про оцінку впливу на довкілля» підлягає оцінці впливу на довкілля: виробнича діяльність, яку здійснює підприємство на проммайданчиках, що розглядаються не підлягає оцінці впливу на довкілля та прямо не передбачена вимогами ч. 2 та ч. 3 ст. 3 Закону України «Про оцінку впливу на довкілля».

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №1: «Калинівська дільниця Хмельницького управління експлуатації газового господарства» Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України» 22400, Вінницька обл. Хмельницький р-н, Калинівська ТГ, м. Калинівка, вул. Незалежності 40.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адміністративна будівля та склади матеріальних засобів. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в котлі та конвекторі (теплопостачання), водогрійній колонці (гаряче водопостачання), спалюванні бензину в генераторах (аварійне електропостачання). Джерелами викидів є котел газовий Рівнетерм-96 кВт, конвектор АКОГ-4,5 кВт, водогрійна колонка Karma -413 кВт, генератор бензиновий HONDA-EG5500 CXS 5 кВт.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,10051 т/рік, Оксид вуглецю – 0,2004 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,00244 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,000011 т/рік, аміак – 0,000065 т/рік, НМЛОС – 0,1459 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 77,86 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №2 : «Калинівське управління експлуатації газового господарства» Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України » 22400, Вінницька обл. Хмельницький р-н, Калинівська ТГ, м. Калинівка, вул. Промислова 49.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адміністративна будівля, бокси, архів та склади матеріальних засобів. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в котлах (теплопостачання будівлі), водогрійній колонці та плиті, спалюванні бензину в генераторах (аварійне електропостачання), обробці металевих виробів (виконання ремонтних робіт деталей та конструкцій) та при роботі ШГРП. Джерелами викидів є котли газові КС-Т-16 кВт та Рівнетерм-48 кВт, водогрійна колонка Vaillant 20 кВт та плита газова ПГ-4, генератори бензинові Pramac PX8000 4,5 кВт та VULKAN-SC9000E-II 7 кВт, інверторні апарати ПАТОН ВДІ-250Е – 2 шт. токарний верстат 1К62 5 кВт, заточувальний верстат 1,1 кВт, верстат свердильний настільний 2Б118 1,7 кВт, кутові шліфмашинки 2,2 та 2,4 кВт та ШГРП для регулювання тиску в мережі.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,0766 т/рік, Оксид вуглецю – 0,2358 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,0458 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,000019 т/рік, аміак – 0,00011 т/рік, НМЛОС – 0,4811 т/рік, ксилол – 0,08255 т/рік, Залізо та його сполуки (у перерахунку на залізо) – 0,00066 т/рік, Манган та його сполуки (у перерахунку на манган) – 0,000046 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 57,24 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №3: «Погребищенська дільниця Гайсинського управління експлуатації газового господарства » Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України» 22200, Вінницька обл. Вінницький р-н, Погребищенська ТГ, м. Погребище, вул. Коцюбинського 1.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адмін-

істративна будівля та господарсько-побутові будівлі. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в котлах, (теплопостачання будівлі), спалюванні бензину в генераторах (аварійне електропостачання) та мотокосах (облаштування території), обробці металевих виробів (виконання ремонтних робіт деталей та конструкцій). Джерелами викидів є котли газові С-30 кВт- 2 шт., генератори бензинові Vulkan SC 6000E-II 5 кВт та HONDA EC4000KB 5 кВт, інверторні апарати ПАТОН ВДІ-250Е – 2 шт. та зварювальний апарат Frimat 4,5 кВт, кутові шліфмашинки та мотокоса 1,2 кВт.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,0949 т/рік, Оксид вуглецю – 0,2529 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,0263 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,00008 т/рік, аміак – 0,00011 т/рік, НМЛОС – 0,2463 т/рік, Залізо та його сполуки (у перерахунку на залізо) – 0,0003 т/рік, Манган та його сполуки (у перерахунку на манган) – 0,000082 т/рік, титану діоксид – 0,000024 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 71,76 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №4 : «Тиврівська дільниця Вінницького управління експлуатації газового господарства» Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України 23300, Вінницька обл. Вінницький р-н, Тиврівська ТГ, селище Тиврів, вул. Злагоди 26.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адміністративна будівля та склади матеріальних засобів. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в котлах та конвекторах (теплопостачання будівлі), газовій плиті ПГ-4, спалюванні бензину в генераторах (аварійне електропостачання) та мотокосі та бензопилі (облаштування території), обробці металевих виробів (виконання ремонтних робіт деталей та конструкцій). Джерелами викидів є котли Данко 20 кВт та BAXI 24 кВт, конвектори FEG 3 кВт, FEG 4 кВт та FEG 5 кВт – 2 шт., генератори бензинові Vulkan SC 6000E-II 5 кВт, Vulkan SC9000E-II 7 кВт та Pramac PX8000 5,5 кВт, інверторні апарати Патон ВДІ 250Е – 2 шт. та Tekhman TWI-300 - 1 шт, кутові шліфмашинки, мотокоса та бензопила.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,08675 т/рік, Оксид вуглецю – 0,3178 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,0367 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,00003 т/рік, аміак – 0,00017 т/рік, НМЛОС – 0,8123 т/рік, Залізо та його сполуки (у перерахунку на залізо) – 0,0007 т/рік, Манган та його сполуки (у перерахунку на манган) – 0,000049 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 63,19 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №5 : «Тростянецька дільниця Тульчинського управління експлуатації газового господарства » Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України» 24300, Вінницька обл. Гайсинський р-н, Тростянецька ТГ, селище Тростянець, вул. Витягівська 189.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адміністративна будівля та бокси. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в котлах, (теплопостачання будівлі) та плиті газовій, спалюванні бензину в генераторах (аварійне електропостачання) та бензотримері і бензопилі (облаштування території), обробці металевих виробів (виконання ремонтних робіт деталей та конструкцій). Джерелами викидів є котли газові Рівнетерм 32 кВт, АОГВ 19,5 кВт, плита газова ПГ-4, генератори бензинові Vulkan SC 13000-III 10 кВт, GEKO 4400ED-A 3,8 кВт та Vulkan SC9000E-II 7 кВт, інверторні апарати ПАТОН ВДІ-250Е – 2 шт, кутові шліфмашинки, бензотример 0,8 кВт та бензопила 1,5 кВт та дільниця фарбування конструкцій.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,0753 т/рік, Оксид вуглецю – 0,3773 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,0305 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,00004 т/рік, аміак – 0,00022 т/рік, НМЛОС – 0,6547 т/рік, Залізо та його сполуки (у перерахунку на залізо) – 0,00055 т/рік, Манган та його сполуки (у перерахунку на манган) – 0,00004 т/рік, ксилол – 0,055 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 52,02 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №6 : «Центр обслуговування клієнтів селища Турбів Липовецької дільниці Гайсинського управління експлуатації газового господарства» Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України», 22513, Вінницька обл. Вінницький р-н, Турбівська ТГ, селище Турбів, вул. Миру 113 А.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. В нежитловій будівлі знаходиться центр обслуговування клієнтів. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в конвекторах (теплопостачання будівлі), спалюванні бензину в генераторі (аварійне електропостачання). Джерелами викидів є конвектори FEG 5 кВт та FEG 4,4 кВт, генератор бензиновий Vulkan SC 3500-III 2,5 кВт.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,02635 т/рік, Оксид вуглецю – 0,17553 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,0013 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перера-

хунку на діоксид сірки – 0,000059 т/рік, аміак – 0,000035 т/рік, НМЛОС – 0,0778 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 19,776 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №7 : «Шаргородська дільниця Жмеринського управління експлуатації газового господарства» Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України», 23500, Вінницька обл. Жмеринський р-н, Шаргородська ТГ, м. Шаргород, вул. Чорновола 48.

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адміністративна будівля та бокси. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в конвекторах (теплопостачання будівлі), спалюванні бензину та дизельного палива в генераторах (аварійне електропостачання) та обробці металевих виробів (виконання ремонтних робіт деталей та конструкцій). Джерелами викидів є газові котли Vaillant 36 кВт та АОГВ 7,5 кВт, газові конвектори Рось» КОГ 2 кВт – 6 шт., газова колонка ВПГ-10 кВт, генератор бензиновий Vulkan SC 6000E-II 5 кВт, генератор дизельний Odwerk DG5500E, зварювальний інвертор Патон ВДІ 250 – 1 шт, кутові шліфмашинки 2,2 кВт – 2 шт, мотокоса 0,9 кВт та пост фарбування.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,1071 т/рік, Оксид вуглецю – 0,1424 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,01578 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,00307 т/рік, аміак – 0,00004 т/рік, НМЛОС – 0,2655 т/рік, ксилол – 0,0275 т/рік, Титану діоксид – 0,000025 т/рік, Залізо та його сполуки (у перерахунку на залізо) – 0,0003 т/рік, Манган та його сполуки (у перерахунку на манган) – 0,00008 т/рік, та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 60,36 т/рік.

Місцезнаходження об'єкта /промислового майданчика №8 : «Хмельницьке управління експлуатації газового господарства» Вінницької філії ТОВ «Газорозподільні мережі України», 22000, Вінницька обл. Хмельницький р-н, Хмельницька ТГ, м. Хмельник, вул. Північна 76

Загальний опис об'єкта (опис виробництва та технологічного устаткування. На майданчику знаходиться адміністративна будівля, господарсько-побутові будівлі, бокси, склади матеріальних засобів, їдальня та виробничий корпус, що забезпечують виконання робіт по розподілу природного газу та його постачанню споживачу, а також технічному виконанню робіт щодо проектування, будування та ремонту газових мереж в межах обслуговування. Викиди забруднюючих речовин відбуваються при спалюванні природного газу в конвекторах та котлах (теплопостачання будівлі), в газових плитах, спалюванні бензину в генераторах (аварійне електропостачання) та мотокосах (облаштування території), обробці металевих виробів (виконання ремонтних робіт деталей та конструкцій) та при роботі ШГРП. Джерелами викидів є газовий котел Євротерм 96 кВт, Євротерм 46 кВт - 2 шт., Feghterm C-40 кВт – 2 шт., газові конвектори LV 5 кВт – 2 шт., та FEG 2 кВт, газовий котел Термо 7,5 кВт, газовий котел 104. ua Model C 24 кВт, плити газові ПГ-4, газова колонка ВПГ-18 кВт генератори бензинові Vulkan SC 13000-III 10 кВт, Vulkan SC9000E-II 8 кВт (2 шт.) та Covax CV6500 LD-E2 3,2 кВт, інверторні апарати Патон ВДІ 250Е – 5 шт., напівавтомат зварювальний ПСИ-160 S DC потужністю 4 кВт. станок свердильний 2М112, станок токарний 1К52, кутові шліфмашинки 0,72 кВт – 1 шт., 0,85 кВт – 1 шт., 2,2 кВт – 2 шт. та 2,4 кВт – 1 шт., мотокоси 1,5 кВт – 2 шт, бензопили 1,4 та 1,5 кВт та ШГРП для регулювання тиску в мережі.

Відомості щодо виду та обсягів викидів забруднюючих речовин: від діяльності підприємства в атмосферне повітря надходять наступні ЗР: Оксиди азоту (оксид та діоксид азоту) у перерахунку на діоксид азоту – 0,3125 т/рік, Оксид вуглецю – 0,6576 т/рік, Речовини у вигляді суспендованих твердих частинок, недиференційованих за складом - 0,0477 т/рік, Діоксид сірки (діоксид та триоксид) у перерахунку на діоксид сірки – 0,000039 т/рік, аміак – 0,00023 т/рік, НМЛОС – 0,5159 т/рік, Залізо та його сполуки (у перерахунку на залізо) – 0,0014 т/рік, Манган та його сполуки (у перерахунку на манган) – 0,000097 т/рік, Хром та його сполуки в перерахунку на триоксид хрому – 0,0000001 т/рік та парникові гази (метан, діоксид вуглецю, азоту (1) оксид [N₂O]) – 241,62 т/рік.

Заходи щодо впровадження найкращих існуючих технологій виробництва, що виконані або/та які потребують виконання: Заходи щодо впровадження найкращих існуючих технологій виробництва для об'єктів 3 групи згідно Наказу Міністерства екології та природних ресурсів № 448 від 27.06.2023 року не надаються.

Перелік заходів щодо скорочення викидів, що виконані або/та які потребують виконання: заходи щодо скорочення викидів забруднюючих речовин на майданчиках не розробляються, оскільки викиди забруднюючих речовин відповідають вимогам Наказу Міністерства охорони навколишнього природного середовища України №309 від 27.06.2006 р.

Відповідність пропозицій щодо дозволених обсягів викидів законодавству: для джерел викидів встановлено нормативи ГДВ згідно наказу №309 від 27.06.2006 р.; для речовин, на які не встановлені нормативи гранично-допустимих викидів відповідно до законодавства, встановлюються величини масової витрати г/с. Для неорганізованих джерел викидів нормативи граничнодопустимих викидів не встановлюються, регулювання викидів від цих джерел здійснюється шляхом встановлення вимог, наведених в умовах, які встановлюються в дозволі на викиди.

Зауваження та пропозиції громадськості щодо дозволу на викиди: можуть надсилатися до Вінницької ОВА за адресою: 21050, Вінницька обл., м. Вінниця, вул. Соборна, 70, тел. (0432) 32-25-35, 32-35-35, e-mail: oda@vin.gov.ua . Строки подання зауважень та пропозицій: протягом 30 календарних днів з дня публікації даного повідомлення.

ПОРАДИ НА ВСІ ВИПАДКИ ЖИТТЯ

Догляд за капустою, починаючи з розсади

Кожен етап росту капусти вимагає особливого підходу до живлення. Перші тижні після висадки в ґрунт присвячені адаптації: розпушування та помірний полив допоможуть рослині зміцнити коріння.

Свіжа зелена маса, розкладена навколо саджанців, створює захисний шар від пересихання ґрунту. Одночасно трава, що перегниває, стає джерелом органічних речовин.

Азотні суміші вносять через 2-3 тижні, коли капуста починає активно нарощувати листя. Розчин сечовини (15 г на 10 л води) стимулює розвиток зелені без ризику опіків.

Позакоренева обробка тим же складом підвищує засвоєння мікроелементів. Обприскування проводять вранці або ввечері, уникаючи прямих сонячних променів.

Для формування тугих качанів з середини літа застосовують йодний розчин. 30 крапель аптечної настоянки на відро води прискорюють обмінні процеси в тканинах рослини.

Борна кислота — незамінний помічник в період зав'язі. З г порошку, розчинені в 10 л води, підвищують стійкість до хвороб і покращують структуру



майбутніх качанів.

Дріжджове підживлення активізує ґрунтову мікрофлору. 200 г сирих дріжджів, змішаних зі 100 г цукру і настояні в теплі, розводять у воді (1:10) і поливають під корінь.

Курячий послід, розведений у пропорції 1:15, збагачує ґрунт фосфором і калієм. Добриво вносять тільки після бродіння, щоб виключити пошкодження коренів.

Чергування органічних і мінеральних сумішей запобігає виснаженню ґрунту. Інтервал між підживленнями повинен становити не менше 10-14 днів.

Полив капусти припиняють за 3 тижні до збору врожаю — це підвищує лежкість качанів. Останнє підживлення проводять в кінці серпня, використовуючи калійні суміші.

Дотримання графіка внесення добрив гарантує рівномірний розвиток рослини. Здорове листя і пружні качани стають результатом системного підходу.

Капуста, вирощена з урахуванням її потреб на кожному етапі, порадує не тільки розміром, але і соковитістю. Головне — не перевищувати дозування і уважно спостерігати за реакцією рослини.

Як позбутися дротяника раз і назавжди

Як позбутися дротяника на своєму городі: дієві методи, перевірені часом.

Вивести пирій. Дротяники люблять жити там, де ростуть злакові бур'яни, наприклад, пирій. Тому цю рослину треба вивести зі свого городу, бо шкідник поширюватиметься по всій ділянці. Пирій можна вивести, замульчовавши ділянку чи накривши чорною плівкою. Головне, не додавати його в компост, бо дротяники заведуться й там.

Запах томатів. Дротяники бояться запаху свіжого бадилля помідорів. Тому після пасинкування томатів бадилля краще не викидати. Його можна



закопувати в лунки під час висаджування розсади чи просто класти у міхурці. Це допоможе захистити городину від шкідників.

Розкислення ґрунту. Дротяники люблять кислі ґрунти, тому ділянку краще вапнувати, щоб розкислити землю. Для цього можна брати також доломітове борошно, крейду чи золу. Головне, використовувати засоби згідно інструкції.

Люпин. Дротяники не люблять запаху люпину. Цю рослину необ-

хідно висівати на городі як сидерати. Звичайно, повністю шкідник не зникне, та якщо застосувати одразу кілька вищезазначених методів, то позбутися дротяників реально раз і назавжди.

Коли краще пити магній - зранку чи ввечері

Магній - це життєво важливий мікроелемент, який відіграє ключову роль у багатьох біохімічних процесах нашого організму. Він бере участь у синтезі білків, функціонуванні м'язів і нервів, регулюванні рівня цукру в крові та підтримці нормального артеріального тиску. Магній також необхідний для виробництва енергії та синтезу ДНК.



виключно для лікування підтвердженого дефіциту магнію в організмі після консультації з медиками.

Необхідна кількість магнію, яку в середньому потрібно вживати на день, залежить від віку і статі. Так, добова норма магнію для жінок 310-320 мг, а для чоловіків - 400-420 мг. Для дівчаток-підлітків (14-18 років) добова норма становить 360 мг, для хлопчиків-підлітків - 410 мг.

Чи має значення час прийому магнію

Магнієву добавку можна приймати в будь-який час доби. Немає різниці, чи це буде вранці, вдень або ввечері. Найважливіше - це послідовність і регулярність прийому, тому варто взяти за звичку приймати її завжди до або після вечері, наприклад. Тоді ви можете бути впевнені, що отримувате правильну добову дозу цього елемента.

Однак варто знати, що магній може взаємодіяти з деякими ліками і з кальцієм, тому краще дотримуватися двогодинного інтервалу в прийомі цих препаратів.

Якушинська сільська рада повідомляє про проведення конкурсу

«По визначенню суб'єкта оціночної діяльності, який має ліцензію на проведення експертної грошової оцінки земельної ділянки для будівництва та обслуговування інших будівель громадської забудови»

Конкурс відбудеться 09 травня 2025 року о 10.00 годині за адресою: Вінницька обл., Вінницький район, с. Якушинці, вул. Новоселів, 1А

Об'єкт оцінки знаходиться за адресою: с. Якушинці, вул. Хмельницьке шосе, 7А, Вінницького району, Вінницької області. Загальна площа об'єкту оцінки 0,0200 га.

Кінцевий термін подання документів 02 травня 2025 року.

Перелік підтверджених документів, які подаються на розгляд комісії

1. Заява про участь у конкурсі з відбору суб'єктів оціночної діяльності за встановленою формою;

2. Письмова згода керівника суб'єкта оціночної діяльності, що має спеціальний дозвіл на провадження діяльності, пов'язаної з державною таємницею, і залучається претендентом (за потреби);

3. Інформація про претендента;

4. Копії кваліфікаційних документів оцінювача з експертної грошової оцінки земельних ділянок, у тому числі посвідчення про підвищення кваліфікації оцінювача з експертної грошової оцінки земельних ділянок;

5. Наявність сертифіката суб'єкта оціночної діяльності та (або) відповідного документа, передбаченого статтею 6 Закону України «Про оцінку земель»;

6. Наявність спеціального дозволу на провадження діяльності, пов'язаної з державною таємницею (за потреби);

7. Інформацію про оцінювачів, що перебувають у трудових відносинах з претендентом, а також яких він залучає до надання послуг з оцінки та підписання звіту про оцінку майна (експертну грошову оцінку земельної ділянки): кваліфікація, стаж роботи, членство у саморегулювальних організаціях оцінювачів, наявність відповідної форми допуску до державної таємниці (за потреби) тощо.

Претендент подає документи до комісії у конверті, на якому слід зазначити: «На конкурс з відбору суб'єктів оціночної діяльності», а також зазначити назву об'єкта оцінки, щодо якого буде проводитися конкурсний відбір суб'єкта оціночної діяльності, та найменування юридичної особи або прізвище, ім'я, по батькові фізичної особи - підприємця, який подає конкурсну документацію.

Місце знаходження комісії, контактні телефони: Якушинська сільська рада, тел. 56-75-14, факс 56-75-19.

**Якісні металопластикові
вікна та двері від
заводу-виробника із
гарантією.
Найнижчі ціни.
Тел.: (068) 840-38-18,
(063) 407-77-14.**



Реклама

Читайте газету онлайн
e-mail: pzorya2003@i.ua
Подільська Зоря

**3 питань розміщення реклами,
оголошень звертайтеся за
тел.: (063) 89-089-57,
(068) 840 38 18, (096) 185-00-63,
27-77-07.**

**Передплатити «Подільську зорю»
можна у декілька кліків зі свого
смартфону або комп'ютера!**

1. Переходимо за посиланням <https://peredplata.ukrposhta.ua>

2. Обираємо - Передплатити місцеві видання

3. Обираємо -

Вінницьку область

4. В пошук вписуємо

індекс видання -

61487.

5. **ПЕРЕДПЛАЧУЄМО -**

ОНЛАЙН

«ПОДІЛЬСЬКУ ЗОРЮ»



**"ПОДІЛЬСЬКА
ЗОРЯ"**

Вінницька регіональна газета.

редактор

Л.І.ДЖЕДЖУЛА

**ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС
ПЕРІОДИЧНОГО ВИДАННЯ:
ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ - 61487**

Газета зареєстрована
Головним територіальним
управлінням юстиції у
Вінницькій області
15.03.2019 р.

Ідентифікатор медіа -

Р30-01106.

Засновник: Трудовий
колектив Товариства з
обмеженою
відповідальністю "Редакція
Вінницької регіональної
газети "Подільська зоря"

Газета виходить щочетверга,
видається українською.
Спосіб друку - офсетний,
обсяг 3 друкованих аркушів.
Формат А-3.

Розповсюджується

у Вінницькій області.

Видавець: Товариство з
обмеженою відповідальністю
"Редакція Вінницької
регіональної газети
"Подільська зоря".

Редакція не завжди поділяє точку
зору авторів публікацій. Відповідаль-
ність за надруковані та вкладені в
газету листівки, матеріали, рекламу і
оголошення несуть автори та
рекламодавці. Редакція залишає за
собою право редагувати та скорочу-
вати текст. При передруку матеріалів
посилання на «Подільську зорю»
обов'язкове. Матеріали, позначені
П, публікуються на правах
реклами.

РОЗРАХУНКОВИЙ РАХУНОК:
№UA653020760000026007300901415,
Вінницьке обласне управління АТ
«Ощадбанк»,
МФО 302076,
інд. код 02471361,
e-mail:
pzorya2003@ukr.net
Адреса редакції:
21100, м. Вінниця,
вул. Брацлавська, 31.
Телефони редакції: 27-77-07.



Зам. №2510416.

Наклад - 1500.

Газета віддрукована
у ФОП Собчишин
Олександр Вікторович
Тел. (0432) 55-63-97.

Вітаємо ветеранів війни та праці

95-річчя святкуватимуть мешканка с.Вінницькі Хутори - **Ніна Андріївна ОСТАПЧУК** (26 квітня), житель с.Мізяківські Хутори - **Іван Михайлович СВЯТЕНКО** (28 квітня) та мешканка с.Пеньківка - **Марія Тарасівна ШАМОЛЮК** (28 квітня).

Від імені активу Вінницької районної та місцевих ветеранських організацій щиро зичу іменинникам міцного здоров'я, достатку й злагоди в родині, гідної пошани від суспільства та держави, довгих літ щасливого життя під мирним українським небом.

Із повагою,
Петро ВАСИЛИНИЧ,
голова Вінницької
районної організації
ветеранів.

ПЕРЕДПЛАТИТЬ «ПОДІЛЬСЬКУ ЗОРЮ»

ШАНОВНІ НАШІ ВІДДАНІ ЧИТАЧІ.

Продовжуємо випуск однієї із найстаріших газет краю, аби Ви дізнавалися новини з життя громад, району, області та України. Сподіваючись на кращі часи продовжуємо передплату на 2025 рік.

Передплата з поштовими послугами становить:
(61487): на місяць - 67,00 грн., на 3 місяці - 161,00 грн., 6 місяців - 302,00 грн., 1 рік - 584,00 грн.

24 квітня - хмарно, без опадів, t вдень +20...+27°C, вночі +11...+17°C. **25 квітня** - хмарно, без опадів, t вдень +20...+27°C, вночі +14...+16°C. **26 квітня** - хмарно, дрібний дощ, t вдень +11...+15°C, вночі +11...+14°C. **27 квітня** - ясно, без опадів, t вдень +9...+13°C, вночі +6...+7°C. **28 квітня** - хмарно, без опадів, t вдень +12...+17°C, вночі +2...+8°C. **29 квітня** - хмарно, без опадів, t вдень +14...+20°C, вночі +5...+9°C. **30 квітня** - хмарно, без опадів, t вдень +15...+21°C, вночі +7...+10°C.



МАГНІТНІ БУРІ

1-5 травня - сильна магнітна буря,
9-10 травня - середня магнітна буря,
15-18 травня - слабка магнітна буря.

Після 20 травня ситуація стабілізується. Наприкінці місяця Земля буде у відносному спокої. Дуже сильні збурення можуть відчуватися навіть здоровими людьми. Помірні впливуть переважно на метеозалежних. А слабкі, швидше за все, не принесуть особливого дискомфорту.

ОВЕН (21.03-20.04). Небажано вступати в суперечки з начальством. Тиждень буде повний сумнівів і проблем, не дозволяйте емоціям керувати вами. Не виключені зміни й розставання в особистім житті. Що ж, якщо ваші шляхи розійдуться, то не варто шкодувати про це. Вихідні обіцяють бути вдалим, якщо проведете їх із друзями. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - вівторок.

ТЕЛЕЦЬ (21.04-20.05). Все пройде рівно й спокійно, навіть трохи нудно. Колеги зіграють роль у вашій кар'єрі. Небажано нервувати та драгуватися з дрібницями, тоді робота буде споритися, і тиждень стане досить продуктивним. Гроші водитимуться у вашому гаманці, але й витрати будуть великими. Можете розраховувати на підтримку друзів. Домашні справи у вихідні можуть вирішуватися надто емоційно. Дітям знадобиться ваша допомога. Сприятливий день - середа, несприятливий - субота.

БЛИЗНЮКИ (21.05-21.06). Ви легко блиснете талантами та креативними ідеями, усі конкуренти залишаться далеко позаду. Не відволікайтеся на дрібниці, робіть свою справу. Ваші проекти виявляться затребуваними, що дозволить працювати з ще більшою захопленістю. Особисте життя порадує силою почуттів і романтикою. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - середа.

РАК (22.06-22.07). Розслабтеся, і прийміть усі події такими, якими вони є. Ви навряд чи вільні щось змінити зараз. Але все виявиться до кращого. Зосередженість і швидкість реакції дозволять упоратися з поставленими завданнями. Небажано посвячувати навколишніх у свої плани. У вихідні вас може охопити творчий порив, який важливо втілити в життя відразу ж. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - четвер.

ЛЕВ (23.07-23.08). Тиждень досить стабільний і гармонійний, але вас можуть охопити туга та дурний

Історія військового на псевдо "Пастор"

Олександр Шевчук на псевдо "Пастор" - військово-службовець 71-ї окремої егерської бригади ДШВ. У до-воєнному житті - диякон церкви євангельських християн-баптистів, який доєднався до війська та взяв до рук зброю.

Долучився до загону спеціального призначення, де виконував обов'язки оператора радіоелектронної боротьби. У складі штурмових розрахунків, доводилося також брати участь в бойових діях, відбивати ворожі навали та утримувати українські позиції. Зараз військовий працює рекрутером у 71 окремій егерській бригаді ДШВ ЗСУ.

"У 2021 році я закінчив проходити альтернативну не-військову службу в зв'язку з релігійними переконаннями. Проте, коли розпочалося повномасштабне вторгнення, я усвідомив, навіть не я, а, я думаю, Господь змінив мої переконання, в тому, що в мене є чарівна дружина, є мила донечка, і я той, хто має не лише дбати про їхній добробут, я також маю дбати і про фізичний захист їхній. Також був наставником для підлітків, і ми з ними спілкувалися. Я розумів, що я хочу бути для них гарним прикладом, і я хочу, щоб вони зростали у вільній країні.

Олександр Шевчук долучився до загону спеціального призначення, де виконував обов'язки оператора радіоелектронної боротьби.

Коли я мав йти зі своїми хлопцями вже по розподілу, я захворів, через тиждень я повернувся з шпиталю, їх вже не було, вони вже роз'їхалися по своїх частинах. Я потрапив в втрачений батальйон, там, де думаю, Господь змінив мої переконання, після якихось інших речей, і по розподілу потім я потрапив в 71 бригаду. Це був початок 23-го року. Якраз формувалося відділення радіоелектронної боротьби, і я потрапив у це відділення, і потім ми поїхали на виконання бойового завдання в Донецьку область.

Оператор радіоелектронної боротьби - це протидія безпілотним літальним засобам. Ми безпосередньо сліdkували за небом, щоб воно було чисто. Коли ми бачили безпілотний літальний апарат і дізнавалися, що це ворожий апарат, ми намагалися його тиснути нашими засобами для того, щоб вбезпечити наших хлопців від розвідки, від скидів".

За словами Олександра Шевчука, попри релігійні погляди, взяв до рук зброю.

"Так, я беру. Я беру і я користувався. У нас були складні обставини саме на Бахмутському напрямку, біля Ново-Бахмутівки, і нам необхідно було виходити допомагати нашим хлопцям. Хоча ми не мали ніякого обладнання. І коли нас запитали, це було цілком добровільно. Нас запитали, чи ми готові. З нашого підрозділу ніхто не відмовився. І ми пішли першою двійкою, я із своїм побратимом Миколою. І так склалося, що ми були якраз на лінії прямого зіткнення. Ми працювали, було важко.

До прикладу, за дві години в нас вилітало близько 20 магазинів автомата Калашникова. Тобто нам їх приносили, забивали. Це були важкі години, тому що по нас також і працювали. По нас працювали і фосфором, і мінометкою, також і стволька, тобто артилерія. Також я контузію отримав від танчика".

Про перше бойове завдання

"Це якраз було під НовоБахмутівкою, коли ми потрапили не на ту позицію. Вона була наша, але не ми там мали бути. І нам необхідно було бути в обороні. Там також була ще одна позиція, яка була перед нами. Наші хлопці заходили на неї вночі і в день поверталися. І ми були єдиною позицією, яка могла їх також прикривати вогнем.

За словами захисника, на позиції їх було двоє, перебували там півтори доби.

Я там отримав акумуляторну травму завдяки танчику, який по нас працював від закритої позиції. І Господь також дуже сильно зберігав наше життя, тому що по нас працювала мінометка. Одна міна прилетіла майже прямо в брусфер нашого окопу, за метр від нас, і не розірвалася. Це міна 120-го калібру. І також по нас працювали крили фосфором, але або не долітало, або перелітало. Ну, швидше за все, намагалися підпалити траву і підсвітити наші позиції.

Тоді якраз була також ще в ті дні хуртовина. Це був 23-й рік, кінець березня. І в Донецькій області випав сніг, тоді два дні сильно мело. Тобто це зменшувало нашу видимість, і ворог тоді якраз намагався просуватися на наші позиції", - сказав Олександр Шевчук.

Про "боротьбу" із безпілотниками

Він розповів також про те, як змінилась "боротьба" із безпілотниками.

"Наші розробники, у нас є чудові мозковиті хлопці і дівчата, які працюють над цим, які розробляють по широкому діапазону протидії безпілотним літальним апаратам. Тут почали йти FPV-дрони. Знову потрібно було переходити на інші діапазони, наші хлопці і дівчата знову прийняли цей вид. Знову дали відповідь, знову був певний вже захист, там і купольні РЕБи, і РЕБи направленої дії проти FPV-дронів, це все було. Потім почалися FPV-дрони на оптоволоні, тобто на них вже РЕБ не здійснює ніякого впливу, почали робити там певні сітки, які нагрівалися для того, щоб перерізати це оптоволокно.

І в нас навіть хлопці користувалися помповими рушницями, ми замовляли їм теж патрони, тому що там і хороша кучність, і дробом дуже добре просто пошкодити той FPV, і він десь в сторону піде. Тому ми розвиваємось постійно, в нас дуже чудово хлопці працюють з саме ударними безпілотними літальними апаратами, але ворог не стоїть на місці. Це не той Ванька, якого, до прикладу, показують, хоча мені не дуже подобається це ім'я, а це справді друга армія світу, яка б вона була і по кількості, і по озброєнню".

Я впевнений, що ми рухаємось і маємо можливість оборонятися досі. Це лише завдяки тому, що в наших захисників інша мотивація. Нема куди повертатися. Не прийшли заради грошей, а для того, щоб захистити свою кров, свою родину, дітей, дати їм майбутнє.

Про зброю і моральні цінності

Захисник пояснив, чому зброя в руках не суперечить моральним цінностям, які він, як диякон, проповідує своїм прихожанам.

"Не суперечить. Якщо дивитися на 10 заповідей, і вони були написані саме на івриті, тобто оригінальною мовою, там було три дії слова, які визначали саме вбивство. Одне з них означало злочинне вбивство, яке саме і записано в 10 заповідях. Тобто Бог забороняє чинити злочинне вбивство, безневинне вбивство, до прикладу. Друге - це було вбивство як покарання за злочин. І третє - це було не-навмисне вбивство.

І також апостол Павло в своїх посланнях, вже в Новому заповіді, він говорить про те, що влада носить меч, який використовує для того, щоб карати злочинців, і для того, щоб підбадьорувати, або винагороджувати тих, хто чинить добро. І наша армія, тобто саме військовослужбовці, вони є якраз тими, хто має цей меч, і вони його використовують для того, щоб карати зло або ж захищати цивільне населення від ворожої збройної агресії", - сказав Олександр Шевчук.

Він згадує про випадки, коли дивом вдалося вберегти-ся від обстрілів та куль.

"Доприкладу, коли я розповідав про міну, яка прилетіла, встрягла в брусфер і не розірвалася. Потім, другий випадок, це коли я був вже на іншій позиції, я буквально відійшов, і від оглядового вікна пролетіла снайперська куля, просвистіла.

Потім, коли ось так само цей танчик працював по нас, я отримав тільки втрату слуху, а мій побратим вчасно пригнувся Микола, і потім показував мені на шоломі, що в нього був рикошет від гарячого уламка, і там була нещодавно його шия. Тому були такі випадки, і для мене це цінний досвід, розуміння того, що Бог є захистом, і розуміння того, що я там, де я був потрібен. Якщо б навіть повернути час назад, я все одно пішов би служити".

За матеріалами Суспільного.

Астрологічний прогноз на 28 квітня - 4 травня

настрій. Не піддавайтеся зневірі, не ведіться на емоційні провокації. Обережніше з угодами, особливо якщо їх пропонують нові партнери. У вихідні постарайтеся не упустити з поля зору навіть незначні дрібниці. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - вівторок.

ДІВА (24.08-23.09). На роботі виявлять передбачливість, нехай про ваші успіхи поки не знають товариші по службі. Можливі непередбачені зміни в планах, раптові зустрічі й складні переговори. Можуть виникнути стресові ситуації, постарайтеся тримати емоції під контролем. У сім'ї ви знайдете той зміст, заради якого варто змінюватися, витрачати сили, жити. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - п'ятниця.

ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Пора трохи зменшити темп. Заспокойтеся і хоч трішечки відпочиньте від улюбленої роботи. Напружена праця протипоказана, постарайтеся скоротити навантаження. Намагатися домогтися визнання правоти ваших суджень безперспективно. Але ви зможете з легкістю вести переговори. Надійде багато корисної інформації, будуть вдалим ділові зустрічі. Сприятливий день - середа, несприятливий - понеділок.

СКОРПІОН (24.10-22.11). Настає час високої творчої та ділової активності й зростання доходів. Викличте на допомогу свої працездатність і інтуїцію. Можлива реалізація оригінальних проектів. Ділові партнери вас не підведуть, тільки не квапте події. Не переживайте! У вихідні особисте життя принесе вам задоволення. Сприятливий день - четвер, несприятливий - вівторок.

СТРЕЛЕЦЬ (23.11-21.12). Слушна мить для зміни свого життя на краще. Ви відчуєте приплив свіжих сил і з новою

запопадливістю візьметесь до роботи. Бажано дати спокій старим проблемам та сконцентруватися на нових ідеях. Виявивши зібраність і терпіння, ви зможете добитися значного успіху. Прагніть до самостійності в справах. У вихідні будуть вдалим поїздки та подорожі всією сім'єю. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - субота.

КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Ви занадто напружені й поглинені думкою: а як там в інших. Слід розслабитися та просто сумлінно виконувати свою роботу. Не створюйте для себе зайвих проблем через гіпервідповідальність і надмірне прагнення контролювати геть усе. Усім не допоможеш, а от вас можуть використовувати, а потім кинути. Будьте уважними у фінансових справах і при створенні нових проектів. Приділяйте більше уваги близьким людям. Сприятливий день - четвер, несприятливий - вівторок.

ВОДОЛІЙ (21.01-20.02). Важливо налагодити взаєморозуміння з оточуючими людьми, і у житті з'явиться більше комфорту й порядку. Ви здатні набрати гарного робочого темпу, постарайтеся зберегти його до кінця тижня. У вихідні не варто збирати гостей, тому що це не принесе нічого, крім турбот. Сприятливий день - середа, несприятливий - четвер.

РИБИ (21.02-20.03). Навколишні прислухатимуться до вашої думки, не упустіть можливість вплинути на ситуацію, але не наговоріть зайвого. Використовуйте тільки перевірнені методи, нововведення почекають. Буде не зайвим додержуватися поради старших, не соромтеся звертатися до них за допомогою. У вихідні важливо зберегти в секреті свої та чужі таємниці. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - п'ятниця.