



№58

ІНФОРМАЦІЙНА  
ГАЗЕТА

24 листопада 2021 року

# НОВА ГРОМАДА

Город на власному підвіконні – отримуємо вітаміни круглий рік

С. 4



Про натхнення і складнощі роботи депутата міської ради

С. 2

ГК «Нові Продукти» - впевнений лідер ринку енергетичних напоїв

С. 2

Накопичувальна пенсійна система: що буде із солідарною?

С. 3

## З ДНЕМ ГІДНОСТІ ТА СВОБОДИ!



**Віктор Погорілий,** керівник соціальних проектів БФ «Нова Громада»

Україна відзначає День гідності та свободи. Ми довели, що є вільною, гордою потужною нацією, здатною об'єднуватися та давати відсіч противнику, який намагався змусити нас почуватися гостями у власному домі. Нас не перемогли, бо ми маємо сильний дух, витривалість, здатність до співчуття та взаємодопоміжки і відмінне почуття гумору! І разом обов'язково побудуємо економічно сильну, духовно багату, незалежну демократичну державу.

В цей день ми не маємо права не згадати героїчних захисників та захисниць, які боронять наші кордони на Сході України. Саме завдяки їм слово «війна» для більшості українців є далеким та абстрактним поняттям. Низький вам за це уклін! А тим, хто віддав життя для того, аби не пустити ворога далі, вічна пам'ять.

Ми повинні пам'ятати як гіркі, так і переможні сторінки нашої історії, вшанувати героїв. Але при цьому маємо думати і про майбутнє – продовжувати працювати на благо країни, прославляючи та зміцнюючи її.

Тож вітаю усіх співвітчизників з Днем Гідності і Свободи! Бажаю здоров'я, добробуту, затишку та злагоди у родині, мирного неба! Віримо в себе, віримо у нашу країну та щасливе майбутнє!

## БЛАГОУСТРІЙ НОВИЙ СТАДІОН ДЛЯ ШКОЛИ № 5

Біля жашківської школи № 5 працює будівельна техніка. За місяць тут постане новий стадіон, яким зможуть користуватися як учні школи, так і мешканці мікрорайону

Кошти на будівництво нового стадіону виділив Благодійний Фонд «Нова Громада». А вже у п'ятій школі, яка є однією з найстарших у місті, навіть немає повноцінної спортзали. Дітлахи тренуються просто у коридорі, частина якого була виділена під заняття фізкультурою.

### Замість старих та небезпечних майданчиків

Футбольний та баскетбольний майданчики, які знаходяться у дворі закладу, мало того, що застаріли, так ще й не відповідають вимогам безпеки. Занадто близько до дороги, і кожного разу, коли м'яч вилітає на проїжджу частину, це може становити небезпеку та створювати аварійні ситуації. За тим, щоб учні самі не бігли за своїми м'ячами на дорогу, слідку-



ють вчителі, але ж часом на цих майданчиках грають не лише школярі. Новий стадіон буде повністю безпечним - з високою огорожею. За словами директорки школи № 5 Наталії Сухоносів, це буде хоча й не великий - територія школи не дозволяє - але компактний

і сучасний, добре освітлений стадіон із якісним покриттям. «Ми хочемо йти в ногу із часом, надавати дітям якісні освітні послуги, на які вони заслуговують. Займатися фізкультурою потрібно на якісному безпечному покритті. Щоб поверхня відповідала усім нормам безпеки та комфорту. Якщо чекати вирішення цього питання від міста, може пройти багато часу - наша школа не перша

стоїть у черзі на благоустрій. Тому ми звернулися до Віктора Григоровича. І Фонд допоміг», - розповідає Наталія Петрівна.

### Займатимуться усі охочі

За її словами, це буде комбінований майданчик, на якому можна грати у міні-футбол та займатися легкою атлетикою. Оскільки школа № 5 має відкриту територію, то на її нинішніх майданчиках люблять займатися жителі прилеглих будівників.

«До нас приходять мешканці мікрорайону, щоб займатися на спортивних тренажерах. Ми не забороняємо цього, не закриваємо територію. І новий стадіон теж буде відкритим для жашківчан, яким далеко добиратися до інших стадіонів. Нехай приходять цілими сім'ями, займаються. Зрештою, здоров'я наших мешканців є найважливішим», - підсумувала Наталія Сухоносова. Будівельники обіцяють вкластися у термін не пізніше півтора місяці. Отже, є надія, що вже на початку зими у школі № 5 буде новенький стадіон, який відповідає усім критеріям якості, безпеки та функціональності.

## НОВИНИ РАЙОНУ

### ЖАШКІВЧАНАМ НАГАДАЛИ ПРО ЗАБОРОНУ СПАЛЕННЯ ЛИСТЯ

За жовтень на території Жашківської ОТГ сталося 12 пожеж, в тому числі - через спалення листя. Як зазначив провідний інспектор відділу запобігання надзвичайним ситуаціям Уманського РУГУ ДСНС України на Черкащині В'ячеслав Карпов, згідно чинного законодавства, за самовільне випалювання листя передбачено стягнення штрафу від 1700 грн. На території ОТГ через необережне

поводження з вогнем було завдано збитку на півтора мільйони гривень. Але, окрім фінансових збитків, це негативно позначається на здоров'ї мешканців громади, особливо, найменших. «Не порушуйте законодавство, не спалюйте листя. Це екологічна проблема, яка несе економічні збитки та загрожує летальними випадками», - попередив В'ячеслав Карпов.



### ВІЧНА ПАМ'ЯТЬ ГЕРОЯМ!

У 77-у річницю з Дня визволення України від нацистських загарбників у Жашкові вшанували пам'ять загиблих. Тут захоронено 46 солдатів і офіцерів, на меморіальній стіні викарбовано імена 418 воїнів. Загалом Друга світова війна забрала життя понад 4 тисяч жашківчан. Через карантинні обмеження традиційні урочистості довелося скоротити: жашківчани поклали квіти до Меморіалу Слави та вшанували пам'ять загиблих хвилиною мовчання.

### ГОЛОВА ЖАШКІВСЬКОЇ ОТГ СПРОСТУВАВ ЗВИНУВАННЯ У ПІДВИЩЕННІ ТАРИФІВ

Голова Жашківської ОТГ Ігор Цибровський провів для журналістів екскурсію по міській раді та відповів на звинувачення щодо підвищення тарифів на водопостачання та водовідведення. За словами очільника громади, вартість послуг не було підвищено, і тарифи залишилися на тому рівні, на якому були прийняті рішенням виконавчого комітету

у серпні 2021 року. «У Жашківській міській територіальній громаді діють тарифи на водопостачання для населення у розмірі 27,60 грн, на водовідведення - 34,90 грн. Рішення про підвищення тарифів приймається раз на рік, і воно повинно бути економічно обґрунтовано. Цьому зобов'язує чинне законодавство», - заявив Ігор Цибровський.

### ПОТУЖНОСТІ «БІЛЬШОВИКА» ПЕРЕНЕСУТЬ ДО ЖАШКОВА

Виробничі потужності Першого Київського машинобудівного заводу (екс-«Більшовик») перенесуть до Жашкова. 27 жовтня завод був проданий консорціуму інвесторів у складі компаній UDP та A Development за 1,4 млрд грн. Згідно з приватизаційними умовами, новий власник має інвестувати 57 млн грн у ремонт та модернізацію промислового майданчика заводу у Жашкові. Тут у колишнього «Більшовика» розташовані



цехи на 11 гектарах землі. Серед інших зобов'язань покупця - збереження основних видів діяльності та погашення боргів на суму 500 млн грн (кредити, зарплати, виплати до держбюджету).



Підготовлено за інформацією сайтів Жашківської райдержадміністрації та Жашківської міської ради.

## ■ АКТИВ

## ВАЛЕНТИНА СТАСЮК: «РАЗОМ ІЗ КОМАНДОЮ ОДНОДУМЦІВ МИ ПОКРАЩУЄМО ЖИТТЯ ГРОМАДИ»

Жашків активно розвивається, і до цього докладають зусиль як мешканці громади, так і представники міської влади. Одними з найбільш активних представників депутатського корпусу є активісти Благодійного Фонду «Нова Громада» – Валентина Стасюк, Алла Васькевич, Наталія Сухоносова, Олена Хоменко та Руслан Білянський. Вони давно заслужили повагу виборців, тому люди довіряють представляти їхні інтереси вже кілька каденцій поспіль. Про те, які питання найбільше турбують людей і що надихає на депутатську роботу ми розпитали у Валентини Стасюк.



**Валентина Стасюк**, заступник директора з виробництва ГК «Нові Продукти»

**Пані Валентино, з якими питаннями до депутатів звертаються люди?**

– Часто приходять оформляти акти обстеження будівлі для отримання субсидій чи матеріальної допомоги на лікування або оперативне втручання. Наприклад, жінка, яка живе на вулиці мого округу, нещодавно зламала ногу, і їй потрібна була операція. А вона пенсіонерка, у неї доходів немає. Тому їй допомагає і Благодійний Фонд «Нова Громада», і я додатково оформила заявку на міську раду про матеріальну допомогу. Ця жінка точно не залишиться без допомоги. Також уже традиційно я переймаюся долею молодого чоловіка-інваліда 1 групи, який через хворобу втратив обидві ноги, але не занепадає духом, залишився працьовитим, попри свій стан, добрим і чуйним в першу чергу батьком. За його сприяння цьогоріч БФ «Нова Громада» також виділив йому матеріальну допомогу на лікування.

Цього року до мене звернулися батьки зі школи № 3, діти яких роками сиділи на табуретках без спинок. Це мене вразило найбільше. Уявіть: якраз в такому віці у

дитини формується хребет, а вона сидить без опори. І варто було мені в сесійній залі порушити це питання, так майже відразу меблі були замінені на відповідні. Крім того, за заявами батьків БФ «Нова Громада» закуповувала і інший шкільний інвентар: так, наприклад, шкільну дошку до цього ж закладу та шкільні меблі до інших шкіл ОТГ.

**– У соцмережах прості мешканці дякують вам за те, що ви допомогли вирішити питання з дорогою на вулиці Шкільна. Розкажіть детальніше.**

– Це питання тягнеться ще з моєї попередньої каденції, з 2017 року, з початку закріплення мене як депутата до цієї вулиці. Безумовно, на цій ділянці потрібен капітальний ремонт. Там схил, і дощові та талі води течуть вниз і вимивають будь-яке покриття. Якщо все робити правильно, треба було б зробити водовідведення,

влаштувати якое тверде покриття з асфальтобетону або бетону, про що я писала у своїх депутатських зверненнях з 2017 року. Але у зв'язку з реформою децентралізації, з приєднанням до нашої громади сіл за останні роки на капітальні ремонти доріг не виділялися кошти ні з міського бюджету, ні з держави – фінансувалися в першу чергу соціальні об'єкти та інвестиції були спрямовані на ремонти шкіл і садочків. Саме тому, не дочекавшись капітального ремонту, я вирішила виділити на цю дорогу кошти зі свого депутатського фонду – 50 тисяч грн. Так було проведено грейдеравання вулиці та підсіпка щебеневною сумішшю. Це не панацея, зрозуміло, що з часом вимийється, але якийсь період в такому стані дорожнє покриття протримається.

**– Ви відчуваєте підтримку своїх колег з депутатської діяльності – Олени Хоменко, Наталії Сухоносової,**



**Алли Васькевич, Руслана Білянського?**

– Ну звичайно, ми команда, однодумці! За три каденції, які ми обираємося міськими депутатами, ми вже спрацювалися, виступаємо один за одного, підтримуємо, і ця співпраця дає результат. Дуже допомагає і підтримка нашого керівника, депутата Черкаської обласної ради Віктора Погорілого.

**– Пані Валентино, бути депутатом – це складна робота, часом невдячна. Що вас надихає, стимулює, дозволяє не залишатися байдужою?**

– Я взагалі по життю не байдужа людина. Якщо я сюди пішла, то маю обов'язок перед громадою, своїми виборцями, працювати. У першу чергу надихають люди. У моїй роботі чимало позитиву, але є й негатив. Є люди, які вважають, що депутат повинен робити для них усе, навіть те, що йому не під силу, а часом, і замість них. Інколи, якщо щось зробиш, то знайдуться критики, які віднайдуть недоліки твоєї роботи. І такі випадки скоріше демотивують. Але я розумію, що я выросла і проживаю в цій громаді, тут мешкає моя сім'я, родина, друзі, розвивається і навчається моя дитина. І я хочу для усієї громади щось змінити на краще. Не все виходить, як хотілося б. Але є підтримка, співпраця – і з Віктором Григоровичем, з Фондом «Нова Громада», з головою, депутатським корпусом міської ради, є результати особистої та спільної роботи. І це якраз найкраще надихає!

## ■ ДОБРИ СПРАВИ ГОСТИНЦІ ДЛЯ УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВИХ



Благодійний Фонд «Нова Громада» продовжує підтримувати українську армію та відгукується на всі прохання наших військових, які боронять кордони на Сході країни. От і зараз – голова Спільноти ветеранів Жашківщини Василь Якименко повіз на фронт чергові подарунки від Благодійного Фонду. Це упаковки пляшок з водою «Природне джерело», енергетичні напої виробництва ГК «Нові Продукти», а також речі, необхідні у побуті – мішки, каністри, плівку тощо. За словами Василя Якименка, допомога Фонду українській армії є регулярною та постійною, із самого початку збройного протистояння на Донбасі. Українські солдати цінують турботу та підтримку БФ «Нова Громада», і з радістю та вдячністю приймають гостинці від Фонду.

## ПОДАРУНОК ДЛЯ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ



Благодійний Фонд «Нова Громада» постійно відзначає обдаровану молодь Жашківської громади. Це багаторічна традиція, покликана заохочувати дітей та молодь, закоханих у творчість і спортивно-патріотичну активність. Так, керівник соціальних проєктів БФ «Нова Громада», депутат Черкаської обласної ради Віктор Погорілий та депутат міської ради, волонтер фонду Олена Хоменко вручили грошові винагороди учням міських шкіл № 3 та № 5 Інні Куць і Станіславу Кравченку. Також юні активісти були нагороджені Почесною грамотою міського голови Ігоря Цибровського та сувеніром «Майбутнє Жашківщини – талановита молодь».

## ■ ГОРДИСТЬ

## ГК «НОВІ ПРОДУКТИ» – ЛІДЕР РИНКУ ЕНЕРГЕТИКІВ

Майже половину ринку безалкогольних енергетичних напоїв в Україні займає Група Компаній «Нові Продукти». Нічого дивного в цьому немає: компанія упродовж багатьох років наполегливо завойовувала свого споживача і досягла в цьому успіху

Згідно з даними маркетингової компанії Nielsen за 2021 рік, PIT BULL™ належить 28,2% частки ринку, NON STOP™ – 18,2%, GREEN ENERGY™ – це 3,5%, що разом складає майже 50%.

Маркетинг-директор ГК «Нові Продукти» Геннадій Довгань стверджує, що запорукою такого успіху стало дотримання стратегії, спрямованої на розвиток п'яти світових трендів.

споживачів: функціональні фітнес-енергетичні напої з підвищеним вмістом вітаміну С та амінокислотами ВСАА.

### Вміння розпізнавати потреби споживачів

Клієнт завжди правий, і потрібно прислухатися до його потреб. 2017

року ГК «Нові Продукти» випустила енергетики NON STOP™, GREEN ENERGY™ та PIT BULL™ у форматі ПЕТ об'ємом 0,25 мл, які легко взяти з собою і допити до кінця. Адо стандартного «енергетичного» смаку tutti-frutti додалися нові смаки – ананас, гуава та розмарин (NON STOP Boost), лічі, гуава та м'ята (NON STOP Ultra) та інші.



### Відсутність нудної реклами

ГК «Нові Продукти» поступово відходить від традиційної реклами, яка доводить свою неефективність у сучасному світі. Компанія має інші способи, щоб закохати в себе прихильників. Так, 2012 року було запущено перший в Україні реп-батл Pit Bull Battle, а 2019 – YouTube-турнір змішаних єдиноборств Pit Bull Fight. Це дозволяє залучати молодь і робити її активним співтворцем проєкту та «посланцем» бренду. За ці маркетингові знахідки 2020 року PIT BULL™ завоював одразу чотири нагороди Effie Awards Ukraine, в тому числі, золоту.

### Формування культури споживання

В Україні чимало міфів, пов'язаних зі споживанням енергетиків. Тому один з головних принципів для ГК «Нові Продукти» – максимальна відкритість щодо складу продукції. 2014 року компанія приєдналася до соціальної ініціативи «Споживай Розумно», яка дає фахові рекомендації щодо раціонального споживання кофеїновмісних напоїв та піклується про всеохопне інформування споживачів щодо складу енергетиків. Адже вони безпечні та корисні, якщо вживати їх розумно та помірно!

### Натуральний склад

Світові виробники енергетиків роблять акцент на рослинні компоненти, корисні вітаміни, фруктові соки. Не відстає і ГК «Нові Продукти»: 2020 року компанія випустила перший на українському ринку суцільно натуральний енергетик без консервантів та штучних барвників, зі зниженим рівнем цукру NON STOP Evolution.

### Незвичне поєднання

Нікого не здивуєш енергетичними напоями, батончиками, сухими сумішами. А як щодо енергетичного морозива? Саме таке цього літа з'явилося завдяки співпраці NON STOP™ і виробника морозива «Рудь». PIT BULL™ також готує новинки для

## ІНІЦІАТИВА

## ГРОШІ НА ДОСТОЙНУ СТАРІСТЬ

**Міністерство соціальної політики України оприлюднило проект щодо впровадження системи накопичувальних пенсій. Що в ньому і якого торкнуться нововведення**

Згідно із проектом, накопичення будуть стягуватися із суми податків, які щомісяця платить працівник та його роботодавець — 2% від зарплати. За умови успішної реалізації проекту, планується збільшити розмір відсотка накопичень. Додаткові пенсійні заощадження будуть інвестувати в економіку країни, наприклад, в державні цінні папери. Всі зароблені інвестиційні доходи накопичувальні пенсійні фонди розподіляють між майбутніми пенсіонерами, а напрямки й розмір витрат, які можна здійснювати за рахунок пенсійних активів, жорстко обмежені законодавством, щоб пенсійні накопичення не «проїдалися» через витрати, — сказано у проекті.

## Як це буде працювати?

Прем'єр Денис Шмигаль заявляв, що відповідну систему уряд хотів запровадити вже наприкінці нинішнього року. Наразі це питання відкладається у часі. Експерти зауважують, що реформа триватиме не один рік, однак зволікати далі не можна.

## Тож що пропонує уряд:

- 2% зі сплачених людиною податків йдуть на її особистий пенсійний рахунок.
- Туди ж потрапляють ще 2% від ЄСВ, який сплачує за людину роботодавець.
- Людина саме зможе обирати

пенсійний фонд, який далі буде інвестувати її кошти;

- Інвестувати дозволяється лише у надійні та не ризиковані фінансові інструменти;
- Українці, які виходять на пенсію, зможуть обирати: забрати всі накопичені кошти одразу, отримувати виплати рівними частинами та навіть залишити частину своїх виплат у спадок;
- Накопичувальна пенсійна система в жодному разі не скасовує солідарну, а є додатковими виплатами.

Роботодавці не у захваті, адже це фінансове навантаження на бізнес. Відтак у міністерстві соціальної політики не виключають іншого варіанту — 1%+1%. Очільниця профільного міністерства Марина Лазебна

стверджує: «Сьогодні ми будемо систему таким чином, щоб не було обтяження на бізнес і людей. Фактично частину податків, які сплачуються зараз, замість перерозподілу через бюджет передадуть у власність людині».

Йдеться про плани запровадити таку схему пенсійного накопичення другого рівня: із зарплати працюючої людини відраховуватиметься, ймовірно добровільно, 1% (з ПДФО) плюс 1% «стимулюючого внеску» від держави, а також відбудеться перерозподіл 1% єдиного соціального внеску.

Ці 2% накопичуватимуться на особистих рахунках майбутніх пенсіонерів в державному фонді другого пенсійного рівня, до досягнення ними пенсійного віку. За задумом, публічна інституція (єдиний

для всіх Державний накопичувальний фонд), яку влада обіцяє створити, буде «примножувати» внески, доручаючи їх компаніям з управління активами. А ті вже інвестуватимуть їх у бізнес-проекти або в цінні папери, чи в якісь нові механізми інвестування. І за рахунок цих доходів мають збільшуватись кошти на персональному рахунку громадянина, які він зможе отримати в майбутньому як доплату до «солідарної» пенсії.

Денис Шмигаль наголошує, що така система — зовсім інший економічний світогляд держави, до якого населення теж має звикнути. На думку прем'єра, якби запровадження другого рівня пенсійної системи відбулося 15 років тому, наразі Україна мала б від 40 до 50 млрд. доларів, які можна було б інвестувати в економіку.



## ТЕНДЕНЦІЇ

## ВІД СТОЛЯРА – ДО МАШІНІСТА ЕКСКАВАТОРА

**Ні для кого не секрет, що в останні роки на ринку праці спостерігається гострий дефіцит фахівців робітничих професій. Працедавці приймають таких спеціалістів з відкритими обіймами навіть без досвіду роботи. Вони готові платити роботягам більше, ніж, приміром, економістам чи туристичним агентам**

Переважає більшість людей зараз прагне здобути вищу освіту, а фактично потреба у людях, які її мають, становить лише 42%. Експерти виділили кілька позицій найбільш затребуваних робочих спеціальностей: будівельники, домашній персонал (няні, доглядальниці, домашні робітничі), водії логісти, робітники у сфері виробництва і енергетики, фермери. За прогнозами фахівців, ринок праці уже від завтра буде потребувати спеціалістів у сільське господарство, металургію, виробництво.

Наразі актуальними є професії домашніх майстрів, малярів, сантехніків, електриків, плиточників тощо. У сезон попит на їхні послуги зашкалює. Висока заробітна плата пов'язана зі складністю та ризиком. В середньому фахівці з виконання фасадних робіт, які беруть 6 замовлень на місяць, заробляють 66,7 тисяч гривень, а один плиточник, що виконує роботу на 7 об'єктах щомісяця, заробляє 36,4 тисячі гривень. Більше платять за кропітку роботу, наприклад, укладання керамограніту та мозаїки. Замовлення з'являються постійно, на різні обсяги та складність роботи.

Працюючи на себе, електрики заробляють 28 тисяч гривень на місяць. Вони встигають закрити близько 35 за-



мовлень різної складності: від монтажу проводки по всій квартирі до установки світильників.

Малярі-штукатури заробляють ориєнтовно 22,9 тисяч гривень за 5 замовлень. Найпоширеніші завдання: шпаклівка, штукатурка стін і стель, ремонт віконних відкосів. Залежно від склад-

ності роботи та сезонного попиту змінюється й оплата.

У середньому по Україні заробітні плати такі: пакувальник — 28 тис грн, муляр — 27,5 тис грн, сортувальник — 26 тис грн, комбайнер — 22,5 тис грн. Ми показали шкалу заробітку найпопулярніших робітничих професій. На-

певне, кожен може знайти інше заняття, яке буде приносити не лише задоволення, але й стабільний дохід. Наприклад, сьогодні дуже актуальна вакансія майстра з ремонту автомобілів. У першу чергу для тих, хто розуміється на електроніці і вміє якісно усунути дрібні поломки в автомобілях. Це відкриває непогану перспективу зайнятись власною справою.

Змінити професію змушує і карантинний період. Ніхто напевне не може сказати, як довго він ще триватиме. Тож послуги майстрів манікюру, перукарів, швачок залишатимуться у тренді. Експерти вже прогнозують, що послуги «на дому» матимуть високий попит і в майбутньому. Можна скільки завгодно жартувати, мовляв: авжеж, вчилася на юриста, а змушена робити комусь нігтики, але черги після весняного карантину до перукарів і майстрів з манікюру свідчать про шалену популярність та затребуваність цієї професії.

А взагалі підняти імідж робочих професій повинні одразу три зацікавлені сторони: держава, бізнес і суспільство. Більшість розвинутих країн усвідомили необхідність підвищення популярності робочих спеціальностей і мають корисний досвід, яким можна і треба скористатись.

## НОВИНИ РЕГІОНУ

## «ВЕЛИКА РЕСТАВРАЦІЯ» НА ЧЕРКАЩИНІ

Палаці Шувалових, Даховських (Леськівський) і Лопухіних, що вважаються туристичними магнітами Черкащини, будуть відреставровані. Про це заявив Президент Володимир Зеленський під час нещодавнього візиту на Черкащину. Крім того, в межах програми «Велика Реставрація» у Черкаській області у 2022 році почнуть будувати унікальний спортивний комплекс, що включає Львову арену та кілька басейнів, і впродовж двох років закінчать ремонт основних доріг області. Минулого року на Черкащині було відремонтовано 250 км доріг, цьогоріч планують побудувати стільки ж. «За два роки 500 кілометрів для Черкащини — це дійсно серйозний результат. У 10-20-30 разів більше, ніж у будь-який рік існування незалежності... За пару років ми закінчимо всі головні дороги на Черкащині», — сказав Зеленський.



Фото: inck.ua

## НОВІ ШКІЛЬНІ АВТОБУСИ ПОЇХАЛИ У ЧЕРКАСЬКІ ГРОМАДИ

Одразу десять нових шкільних автобусів передали представникам навчальних закладів Черкащини. Про це повідомили на сторінці Черкаської ОДА. Її очільник Олександр Скічко зазначив, що це найбільша кількість за три роки. Однак це не останній автобусний транш для шкіл. Загалом за цей рік спільно із громадами придбають 22 шкільних автобуси.

Новий транспорт возитиме учнів і вчителів із віддалених сіл у школи. Цього потребують майже 13 тисяч дітей і понад півтори тисячі освітян.

## ПРЕСТИЖНІ НАГОРОДИ ДЛЯ ОСВІТЯН



Фото: https://cherkasy.live/

Два заклади професійної освіти з Черкащини — Черкаське вище професійне училище та Золотоніський професійний ліцей отримали найвищі нагороди на XIII Міжнародній виставці «Інноватика в сучасній освіті». Зокрема, освітні заклади були нагороджені золотими медалями Міністерства освіти і науки України та отримали Дипломи Національної академії педагогічних наук України за активне впровадження інноваційних педагогічних технологій до освітнього процесу.

## ВАЖЛИВО ТЕ, ЩО ЛІКАР ПРОПИСАВ

**Антибіотик – це не панацея. Його не можна приймати безконтрольно, без призначення лікаря. В межах Всесвітнього тижня обізнаності про антибіотики пропонуємо розібратися в темі**

Нова загроза сьогодення має досить довгу і не всім зрозумілу назву – антибіотикорезистентність (АБР). Це процес, при якому у бактерій розвивається стійкість до антибіотиків. 25% усіх ліків в Україні – антибіотики. Проблема в тому, що безрецептурний доступ до препаратів спонукає людей купувати і приймати їх на власний розсуд. Коли без антибіотиків насправді не обійтись? Фахівці одностайні у думці, що покладатись на антибіотики треба при таких серйозних станах, як бактеріальні пневмонії та менінгіти. Препарати цієї групи рятують при екстремальній реакції організму на сепсис. Антибіотики необхідні під час хірургічних втручань, пацієнтам, які страждають на важкі захворювання нирок тощо.

**Загалом антибіотики прописують:**

- для захворювань, які навряд пройдуть самі по собі та можуть бути небезпечними для оточуючих;
- коли антибіотики можуть значно прискорити одужання людини;
- коли є ризик серйозних ускладнень або навіть смерті.

Прийом антибіотиків – ціла наука. Найголовніше її правило – вдаватись до лікування недуги винятково за призначенням лікаря, коли він визначить, яка саме інфекція викликала хворобу та проаналізує попередню історію використання антибіотиків. Під час кожного випадку захворювання не варто: самостійно обирати чи змінювати препарат, порушувати дозу та тривалість лікування без консультації фахівця. У жодному разі не переривати курс лікування, навіть якщо самопочуття поліпшилось. Припинення курсу антибіотиків також може спровокувати резистентність. Якщо лікування не довести до кінця, існує можливість того, що певна кількість бактерій виживе та адаптується до препарату.



## ТРАДИЦІЇ

# ДОБРО, ТЕРПІННЯ, ПРОЩЕННЯ ВСІХ ОБРАЗ

28 листопада починається зимовий піст, який триватиме рівно сорок днів і закінчиться у ніч перед Різдом. Що треба знати про різдвяний піст – у нашому матеріалі



Різдвяний піст ще називають Пилипівкою, бо починається після дня пам'яті святого апостола Пилипа. Дехто помилково вважає, що дотримання посту на Різдво полягає лише в тому, що впродовж 40 днів не можна їсти м'ясо, молоко і яйця. Головне завдання посту – це упокорення плоті для можливості духовного очищення. Відтак усі сорок днів мають бути наповнені добром, терпінням, доброзичливим ставленням до близьких і рідних.

Важливий сорокаденний піст і з медичної точки зору. Він м'яко стимулює роботу імунітету, очищує організм від токсинів і накопичених шлаків, допомагає клітинам тіла функціонувати більш активно та ефективно. Необхідно відмовитися від гастрономічних шедеврів, нехай вони навіть вважаються дієтичними. Страви повинні бути простими, переважно

рослинного походження.

Варто дотримуватись наступних правил у харчуванні. Найперше – не слід захоплюватися різними соліннями і маринуваними овочами. Під час переналаштування організму на вживання вегетаріанських страв такі продукти можуть спровокувати проблеми зі шлунково-кишковим трактом. У щоденному меню має бути достатня кількість рослинного білка, який тимчасово замінить тваринний. Продумайте набір страв з обов'язковим

вживанням горіхів, грибів, гороху і квасолі.

Окрім посту тілесного, йдеться і про духовний піст. Він пов'язаний з молитвами, покаєнням та обмеженням своїх пристрастей. Під час посту радять утриматись від вечірок та розваг, концертів тощо.

Багато хто нині не є прибічником релігійних традицій, але все ж поститься, аргументуючи це тим, що піст – це своєрідна дієта, котра допомагає очистити організм, що безсумнівно впливає і на настрій, і на моральний стан. Але таку дієту можна почати у будь-який період року і вона не має нічого спільного з Різдвяним постом.

Не зайве нагадати, що різдвяний піст підходить не всім навіть глибоко віруючим людям. У таких випадках можна скористатися менш суворим варіантом різдвяного посту. Адже його

раціон покликаний сприяти зціленню людини, а не його каліченню. Тому хворим зі шлунковими проблемами, діабетом, онкологічними та деякими іншими захворюваннями можна їсти м'ясо, молочні продукти і яйця.

І ще: у піст не можна засуджувати тих, хто не постить.

## Смачного й легкого різдвяного посту!

Ми відібрали кілька корисних рецептів, які знадобляться вам при приготуванні вегетаріанських страв.

### Пісні голубці

Їх ми готуємо, як традиційні, тільки начинка трохи незвична – картопляно-грибна. Готуємо пюре, додаємо обсмажені грибочки з цибулею та морквою. Формуємо голубці, додаємо трохи томатної пасти і варимо хвилину з трьохдцять. Можна додати спеції та дрібно нарізану зелень.

### Картопляники з грибами

Картопля – найпопулярніший інгредієнт під час посту. З неї можна приготувати багато смачних страв. Тож відваримо картоплю, перекручуємо її через м'ясорубку. Окремо обсмажуємо гриби з цибулею та морквою. До картоплі додаємо трохи борошна, сіль, перець. Формуємо картопляники, всередину кладемо тушковані гриби. Можна обкачати картопляники в сухарях перед обсмажуванням.

### Скумбрія з лимоном

Рибу їсти в піст можна, вона дуже корисна. Скумбрію добре промиваємо та очищуємо, обсушуємо рушником, ріжемо на шматки. Поливаємо лимонним соком і солимо. Застеляємо форму для випікання фольгою, на яку викладаємо шматки риби. Кружальцями нарізаємо лимон, цибулю, моркву. Між шматками риби кладемо кільця овочів і лимона. Випікаємо скумбрію півгодини при 180 градусах.

## ПОРАДИ

# МІНІ-ГОРОД НА ПІДВІКОННІ

**Багато людей помилково вважають, що вирощувати свіжі овочі можна тільки на присадибній ділянці в літній час. Насправді, деякі види овочів і зелень чудово ростуть круглий рік просто на підвіконні**

Можна отримати непоганий урожай помідорів, огірків, які не потребують запилення, різноманітної зелені, цибулі, прянощів різних сортів – базиліку, коріандру, м'яти, чебрецю тощо.

Для того, щоб вирощувати свіжі овочі та зелень на своєму підвіконні, необхідно спорудити міні-грядки з ящиків або квіткових горщиків. Продумати, які культури висаджувати, купити ґрунт і добрива, подбати про додаткове освітлення та правильний температурний режим.

Найменш вибагливою з того, що можна виростити на балконі, є зелень, тому, якщо ви вирішили облаштувати домашній город, почніть з неї. Це може бути кріп, петрушка, щавель, шпинат. До речі, зелень надзвичайно корисна, адже містить багато вітамінів.

Город на підвіконні взимку потребує уважного ставлення. Необхідно стежити за вологістю ґрунту. Він не повинен пересихати або навпаки – бути надмірно сирым. На ранній стадії розвитку рослин для поливу доцільніше використовувати обприскувач. Для

того, щоб рослини отримували достатньо світла, придбайте спеціальні лампи. Вони мають працювати на підвіконні не менше чотирьох годин. Слідкуйте за щільністю ґрунту. Земля на міні-городі поступово виснажується, тож її треба періодично розпушувати. Не забувайте підживлювати ваші овочеві культури – або універсальними добривами, або призначеними для конкретного виду рослин.



При правильному догляді город на підвіконні потішить вас якісним і рясним врожаєм. Спробуйте – не пошкодуєте!