

## Носієм суверенітету і єдиним джерелом влади в Україні є народ.

Стаття 5 Конституції України

№17 (154)

# Наша ГРОМАДА

П'ЯТНИЦЯ,  
17 вересня '21

## Нові карантинні правила

Уряд опублікував постанову, якою оновлено карантинні правила та запроваджено жовті і зелені COVID-сертифікати. Чинності нові норми набувають 20 вересня.

Згідно з ними, бізнесу дозволено під час перебування регіону у жовтій зоні самостійно обирати: обслуговувати лише вакцинованих осіб або ж усіх, але з дотриманням обмежень жовтої зони.

Цією ж постановою запроваджено жовті та зелені COVID-сертифікати. Перші можуть отримати ті, хто щепився однією дозою вакцини від коронавірусу, зелений – завершив повний курс вакцинації.

Важливою умовою роботи закладів в жовтій зоні є вакцинація від коронавірусу щонайменше 80% співробітників закладу принаймні однією дозою вакцини. Тобто для того, щоб працювати, у як мінімум 80% співробітників закладу мають бути жовті або зелені сертифікати.

Для роботи в червоній зоні – повністю вакцинованими мають бути 100% співробітників. Послуги в цій зоні також зможуть надавати лише повністю вакцинованим, на відміну від жовтої зони, де бізнес зможе обирати, кого обслуговувати – лише вакцинованих (частково і повністю), але без обмежень, чи всіх охочих.



## Громада допомагає призовникам

Призовники Катеринівської територіальної громади, які відбувають на строкову військову службу в рамках призовної кампанії «ОСІНЬ-2021», можуть отримати одноразову грошову виплату з коштів місцевого бюджету. Таку норму закріплено в Комплексній програмі соціального захисту та соціальної підтримки Катеринівської сільської ради.

Для отримання допомоги призовникам необхідно звернутися до сільської ради (старостату) із такими документами: заява установленого зразка; копія паспорта; копія ідентифікаційного коду; довідка з військового комісаріату, яка засвідчує факт відбуття на строкову військову службу, або бойова повістка; банківські реквізити.

## Кого оштрафують

Адміністративна комісія виконавчого комітету сільської ради проводить перевірку дотримання фізичними особами, підприємствами, установами та організаціями, що діють на території громади, Правил благоустрою. Як зазначається в повідомленні комісії, фізичні

особи та керівники підприємств мають привести прибудинкові території та прилеглі до підприємств ділянки в належний санітарний стан. За порушення чинного законодавства в сфері благоустрою винні притягуються до адміністративної відповідальності.

## Для поліпшення харчування

Як відомо, в країні триває реформа шкільного харчування. Її мета – створення безпечного та здорового освітнього середовища для кращої реалізації інтелектуальних, фізичних, соціальних та емоційних особливостей учнів. Про це йшлося й на регіональному форумі «Реформа системи шкільного харчування», що днями відбувся в Одесі. У ньому взяли участь і представники Катеринівської громади на чолі

із сільським головою Тетяною Пучкою.

На форумі обговорювалися нові форми та норми харчування учнів, контроль за їх дотриманням, особливості проведення публічних закупівель продуктів харчування тощо. Цікавою була практична частина заходу, під час якої всього за 45 хвилин три кухарі приготували повноцінний обід учня для семисот учасників форуму.

## Народилася на автозаправці

Таке трапляється нечасто, але трапляється.

Тридцятишестирічна жителька Грузького, відчувши початок переймів, зателефонувала до місцевої лікарської амбулаторії. Що було далі, на прохання газети розповіла лікарка Юлія Красікова:

– Разом з фельдшером Іриною Миколаївною Криворот ми забрали жінку з дому автомобілем амбулаторії й зателефонували на швидку допомогу, щоб виїхала нам назустріч. Нам повідомили: якщо вже везете, то ве-

зять. Тобто наш виклик відмінили. А в дорозі почалися пологи. Довелося зупинити автомобіль на автозаправці.

Приймати пологи в такій екстремальній ситуації мені випало вперше, тож, зізнаюсь, трохи було не по собі, але з Іриною Миколаївною ми впоралися. Матір і народжену дівчинку доставили до перинатального центру обласної лікарні, де вони перебувають і досі. Як нам повідомили тамтешні колеги, почуваються вони задовільно.

## Обознівка відсвяткувала 252-річчя

11 вересня в Обознівці було як ніколи людно. Цього дня відзначалася 252-а річниця з дня її заснування.

Святкові заходи відкрилися спортивною програмою. Силою помірялися команди волейболістів.

Після обіду головними учасниками свята стали діти. Для них було організовано ігри, конкурси. Кращі з кращих отримали призи, але ласували солодощами всі.

Увечері відбувся великий концерт. З жителями та гостями села своїм мистецтвом поділилися представники всіх закладів культури Катеринівської територіальної громади.

– Були номери на всі смаки, –



каже художній керівник місцевого будинку культури Тетяна Губрій. – Концерт сподобався і дорослим, і дітям.

За словами Тетяни Миколаївни, відзначення Дня села на достойному рівні стало можливим завдяки традиційній підтримці керівництва та трудо-



вого колективу ТЗОВ "АПК "Ніка". Вони допомогли обладнати фотозону, частували тістечками, спеціально виготовленими до свята, тощо.



Художній керівник також дякує усім учасникам збірної концерту та тим, хто допомагав його організувати, прикрашати сцену, дбав про підвезення людей, – працівникам сільської ради, Центру культури та дозвілля, іншим.

Жителів села зі святом привітала сільський голова Тетяна Пучка, а депутат Любов Вітряченко



розповіла про історію села, про те, що робиться тут нині для поліпшення життя його жителів.



Черговій річниці з дня заснування села було присвячено й засідання любителівського клубу «Сімейник вогник», яке відбулося кількома днями раніше. Його учасники теж отримали позитивний заряд. Обознівці вміють святкувати!

## Оголошення

### Диких тварин вакцинуватимуть від сказу

З метою виконання плану протиепізоотичних заходів з профілактики основних інфекційних і паразитарних хвороб на 2021 рік та враховуючи складну епізоотичну ситуацію щодо сказу тварин, у вересні на території Кіровоградської області проводиться пероральна імуналізація диких м'ясоїдних тварин проти сказу шляхом розкидання із літаків приманок з вакциною.

Про це йдеться в повідомленні виконавчого комітету Катеринівської сільської ради.





## СВІТЛАНА НІКОЛАЄНКО: ПРО КУЛЬТУРУ ДБАЙМО РАЗОМ

**Про користь входження Володимирівки до Катеринівської територіальної громади можна говорити багато, бо й зроблено немало. Чого тільки варте відродження повноцінної діяльності сільського клубу. Ще недавно приміщення, зведене в середині минулого століття, своєю занедбаністю дисонувало з поняттям культури, а сьогодні тут гарно відремонтований глядацький зал, сцена, допоміжні приміщення. Та найголовніше – клуб відповідає своєму призначенню: діють дитячі гуртки, аматорські колективи, проходять концерти, різні заходи.**

Такою активізацією культурного життя володимирівці завдячують в першу чергу художньому керівнику клубу Світлані Николаєнко. Кажуть: людина – на своєму місці. І це не перебільшення. Не маючи відповідної освіти, Світлана зуміла так організувати роботу, що сьогодні до клубу потягнулися люди, їм не можуть замінити відвідання його ні телевізор, ні інтернет.

Чи можна говорити тут про якийсь секрет успіху? Можна, і той секрет простий – треба любити справу, якою займаєшся, бути комунікабельним, відповідальним і творчим. Це все є в Николаєнко. Вона організовує святкові заходи, пише сценарії, допомагає аматорам, вигадує розваги для дітей, бере участь у виконанні окремих номерів, перекладається в казкових героїв, аби ніхто не сумував, не почувався на святі зайвим.

Ось що розповіла Світлана Николаєнко про свою роботу, про мрії, про проблеми, які, на жаль, ще є і заважають сільській культурі розвиватися.

### «Колежанки» та інші

– Мені дуже подобається моя робота, тому я не рахуюся ні з часом, ні з домашніми клопатами, залишаюся в клубі стільки, скільки треба. Ось учора була репетиція гурту «Колежанки». Тривала з восьмої до одинадцятої вечора, бо раніше артистки не могли прийти – в кожній домашнє господарстві, а дехто ще й тримає корів, які не чекають, поки їхня хазяйка наспіваєється. І я була з ними. Не співала, але допомагала підбирати репертуар, музику. Три години пролетіли як одна мить. А це тому, що з «Колежанками» не сумно, вони веселі, вміють дотепно жартувати, вони неначе народжені для сцени – почувуються вільно, не соромляться присутніх у залі, як це буває з новачками.

Окрім того, що мають гарні голоси, вони ще й танцюють, беруть участь у театральних сценках. На нещодавньому концерті глядачам так сподобалася в їхньому виконанні сценка про Роксолану зі східними танцями, що вони просили продовження. Дівчата вміють підняти настрій, не випадково по закінченні концерту до мене підійшла художній керівник Обознівського будинку культури Тетяна Миколаївна Губрій і сказала, що дуже хотіла б бачити наших колежанок з виступом на Дні села Обознівки. Це вже визнання, яким можуть пишатися наші «Колежанки» – Зоя Куля, Наталія Переверза, її мама Вікторія Шелест, Катерина Передрієнко, Світлана Осадча і Валентина Шумейко. Вони самі зібралися, самі об'єдналися в гурт, і сьогодні без них уже не обходиться жоден концерт, за що я їм дуже вдячна.



Мене радують досягнення наших юних танцюристів. Їхні виступи є окрасою святкових заходів. Як молодша, так і старша група є дипломантами різних конкурсів. У цьому велика заслуга керівника Діани Баранової, яка заради репетицій може пожертвувати своїм вихідним днем. Можливо, ніхто з її вихованців не



стане професійним танцівником, але я впевнена: в житті їм прислужаться набуті навички. Вони вже й щодня намагаються тримати правильно осанку, що дуже важливо для дитячого організму. Вокальний гурток, вокальна група «На струнах душі» – теж наша гордість.

### Присміно, коли дякують

– Може здатися, що організувати концерти не так уже й складно: є колективи й солісти, є номери, які вони виконують, – випускай усіх по черзі на сцену й отримуй аплодисменти від

ночувала на роботі. Дійство пройшло як на одному диханні, хоч тривало понад три години. Коли оголосили, що буде виконано останню пісню, глядачі аж зашуміли – їм не хотілося, щоб концерт закінчувався.

Зате приємно стає на душі, коли тебе зустрічають односельці на вулиці або ж телефонують тобі й кажуть: «Молодці! Ви такий концерт організували! Дякуємо!» Це додає натхнення, сил, і ти вже живеш новими задумами, новими концертами. Якби ж тільки не проблеми, яких не бракує і яких самотужки нам не розв'язати.

### Я ж не для себе

– Запитуєте, чого нам бракує для повного щастя? Насамперед – кращого фінансування. Щоб можна було придбати костюми для наших юних артистів. Досі ми їх позичали в інших закладах культури, але ж так не може бути постійно – костюми потрібні їхнім власникам, та й зношуються вони швидко.

Дякуючи фермерам Миколі Костенку, Ігорю Овчаренку та Олегу Комару ми зможемо замовити блузки для хореографічної групи, але ж цього мало. Костюми потрібні й іншим нашим артистам. Скажімо, тим же «Колежанкам». Блузки їм подарувала депутат сільської ради Тетяна Кухта, а костюми вони змушені були купувати за свої кошти.

Коштів немає навіть на стрічку, щоб прикріпити програмку, на інше канцелярське приладдя, на чай і печиво для юних артистів після їх виступів. Мені кажуть: звертайся до місцевих фермерів, підприємців. Звертаюся, але відгукуються одиниці. Неначе я для себе випрошую ті копійки.

Культуру варто підтримувати заради свого ж майбутнього. І не обов'язково – тільки грошима. Можна навіть конкретними маленькими справами, як це робить педагог-організатор місцевого корпусу ліцею «Нова школа» Олена Тринчук з чоловіком Андрієм – коли не звернешся до них, завжди допоможуть. Є й інші помічники. Наприклад, власники місцевих магазинів. Дякую їм усім.

Записав  
Сергій ЗАДОРЖНИЙ

### Варто знати

#### Нове в призначенні субсидій

Кабмін поновив правила надання соціальної допомоги – вони будуть діяти вже з жовтня.

**Кого можуть позбавити допомоги.** Відмовити у виплаті субсидії можуть особам, які:

- володіють будинком площею понад 230 м<sup>2</sup>;
- володіють квартирою, площа якої перевищує 130 м<sup>2</sup>;
- мають автомобіль молодше п'яти років;
- мають рахунок у банку на більш 100000 гривень;
- придбали протягом останнього року квартиру або автомобіль.

Так само в отриманні субсидії відмовляють боржникам і тим, хто не подав новий пакет документів для перепризначення субсидії.

Кабмін скасував норму про збільшення на 50% соціальних нормативів на житлово-комунальні послуги під час призначення субсидій. Цю норму запровадили навесні 2020 року. Підвищений норматив діятиме тільки у разі запровадження в регіоні червоного рівня карантину.

Скасували норму про те, що субсидію можуть призначити в разі, якщо зарплата становить менш як 50% середньої в Києві й Севастополі й менш як 20% в обласних центрах і містах обласного значення.

#### Як перевірятимуть одержувачів.

Уряд планує провести масштабні перевірки українців на предмет справедливості отримання ними субсидій. Для цього вже восени в Україні запрацює єдина інформаційна система для одержувачів субсидій і соціальних виплат. Це спростить оформлення державної допомоги для громадян і допоможе швидше перевіряти претендентів на отримання субсидії. У системі буде зібрана вся інформація: чим займається субсидіант, який має дохід, стаж. Інформація допоможе правильно формувати бюджет для виплат допомоги і надавати тим, хто дійсно її потребує.

Крім цього, з 2022 р., спеціальні уповноважені особи будуть проводити перевірки та інспекції в будинках одержувачів або кандидатів на отримання субсидій.

У разі перешкоджання перевіряти виплату субсидії скасують.

## Чим корисний досвід сусідів

Наприкінці серпня делегація освітян Катеринівської громади разом з відомим освітнім експертом Віктором Громовим побувала в Миколаєві, де ознайомилася з досвідом роботи загальноосвітньої школи №31.

Очолює цей навчальний заклад Аліна Архіпова. Вона є членом Консультативної ради з питань розвитку системи загальної середньої освіти при Президентів України, а також переможницею Всеукраїнського конкурсу «Учитель року – 2021» в номінації «Керівник закладу освіти». З перших хвилин спілкування з нею стало зрозуміло, що маємо справу з мудрою, прогресивно мислячою, безмежно закоханою у свою школу директоркою.

Пані Аліна провела для нас невеличку екскурсію закладом, поділилася, як мотивує до педагогічного зростання своїх колеґ-вчителів, розповіла про власні напрацювання та використання спеціальних інтернет-додатків і

сервісів для оперативної організації та дієвого контролю за роботою працівників, ефективного управління закладом освіти, досягнення якісного результату в освітній діяльності.

Важливим пріоритетом Аліна Архіпова вважає функціонування колективу як єдиної команди. Великий акцент у своїй діяльності вона ставить на роботу творчих лабораторій вчителів, у яких панує дух підтримки, наставництва та самовдосконалення.

Також Аліна Євгенівна розповіла про важливість інституційного аудиту школи (зовнішнє оцінювання роботи школи, під час якого незалежні експерти оцінюють освітні і управлінські процеси та дотримання закладом освіти вимог законодавства). Оскільки очолюваний заклад успішно пройшов цю процедуру, вона поділилася особливостями організації роботи із учнівською молоддю.

За чотири роки (стільки Алі-

на Архіпова керує навчальним закладом) значно виріс імідж школи, мотивація вчителів до самовдосконалення та організації якісного освітнього процесу. Директорка не боїться розвивати поруч із собою лідерів, тому проводить ефективну роботу з підвищення кваліфікації кадрів.

В закладі панує доброзичлива атмосфера, приваблює оригінальний дизайн освітнього простору. Коридори школи всюди прикрашені красивими картинками. Крім того, школа виграла ряд проектів, за рахунок яких має сучасні комп'ютерні класи, лінгфонний кабінет, придбала обладнання для інклюзивних класів. Однією з таких цікавих і корисних новинок є придбання «інтерактивної підлоги» – обладнання, яке можна використовувати як при роботі із дітьми з особливими освітніми потребами, так і на будь-яких інших уроках (музика, фізична культура тощо). Нам, учасникам делегації, теж пощас-



тило із нею попрацювати, і тепер ми на сто відсотків впевнені, що всі наші заклади неодмінно потребують такого обладнання!

Також приємно вразила своєрідна «Алея Слави» на одному з поверхів закладу, де стіни замість тривіальних стендів та слоганів, типових для шкіл радянського зразка, прикрашені портретами та крилатими висловами сучасних успішних підприємців, спортсменів, акторів, як наочний

стимул та мотивація до успішного навчання учнів.

Одним словом, було позитивно, інформативно і неабияк корисно, така поїздка стала порцією натхнення для наших освітян напередодні нового навчального року.

Яна ЦИБА, начальник відділу освіти, культури, спорту, туризму, охорони культурної спадщини Катеринівської сільської ради



Від кількох жителів Володимирівки чув позитивні відгуки про фермера з Могутнього Миколу Костенка. Його хвалять за те, що вчасно розраховується за оренду земельних паїв, що допомагає проводити в селі різні заходи. А ще володимирівці довірили йому представляти їхні інтереси в Катеринівській сільській раді, обравши депутатом.

Тобто підстав для знайомства з Миколою Івановичем в мене було достатньо. І ось я в його господарстві. Розміщується воно на звичайній сільській садибі. Тут є майстерня для ремонту техніки, комора для збіжжя, майданчик для тракторів та комбайна. Найняті працівники бетонують підлогу ще однієї комори. Поряд з виробничими об'єктами – їдальня, душева. В усьому відчувається господарський підхід.

– А знаєте, – каже Микола Іванович, – я раніше не думав сільським господарством займатися. Хотів вивчитися на автокранівника, а батько порадив іти в електрики. Працював в ПМКА, будував лінії електропередачі. На початку двотисячних вирішив стати одноосібником. Обробляв двадцять вісім гектарів – паї батьків, родичів. Мав тільки старенький трактор ЮМЗ, тож щоб посіяти й зібрати, наймав необхідну техніку. Було нелегко, але я не з тих, кому краще байдкувати, ніж щось робити.

– У дві тисячі шостому році ви утворили фермерське господарство Костенка М. І. Побачили перспективу?

– А в мене іншого вибору й не було.

– Ви орендуєте земельні паї в кількох селах. Як будете свої стосунки з їх власниками?

– У мене є правило: стався до людей так, як ти хотів би, щоб вони до тебе ставилися. Один чоловік з Володимирівки сказав мені: «Ви платите за пай стільки, скільки платять інші, але з вами хоч поговорити можна». Якось запитав жінку з того ж села, чому віддала свій пай в оренду мені, відповіла: «Бо я хотіла перейти до вас і перейшла». Не хочу себе хвалити, але обманювати пайовиків – не в моїх правилах, в мене з ними чесні, відкриті стосунки. Розрахунки тільки через банк, ніякої плати в конвертах.

– Здається, вас критикували, нібито ваше господарство «хімічить» зі сплатою податків...

– Критикували. Десь у звітності трапилася неточність, й виходило, що наше господарство обходить закон. Не обходило й не обходить. Це неможливо, адже існує порядок: банк не дозволить тобі переказати орендну плату чи виплатити заробітну плату без попередньої сплати податків – хто цього не знає?

– Орендовані вами паї розкидані, якщо можна так висловитися, по полях. Це незручно?

– Незручно, але виходимо із ситуації. Кожен пай виокремлений, до нього є під'їзд, а де немає, домовляємося з фермерами про обмін.

– Рік на рік не схожий, може бути й неврожайним – як виживає ваше господарство?

– Ми ще жодного разу не закінчували рік з мінусом. З нулями закінчували, але не з мінусом.

– Дехто вважає, що фермери заробляють занадто багато...

– Вони рахують гроші фермерів, і не рахують їхні витрати. А витрати чималі й часто не передбачувані. Візьмемо азотні добрива. Якщо торік тонна їх коштувала шість-сім тисяч гривень, то сьогодні – майже дванадцять тисяч гривень. Але ти змушений їх купувати, інакше не збереш

виплатили, а два ще виплачуємо. Банки агітують нас брати нові кредити, але ми не поспішаємо. Краще обходитися своїми можливостями, бо беручи кредити, ти втрачаєш. Адже, щоб повернути кредит вчасно й не платити пеню, ти змушений продавати зерно не по тій ціні, яку тобі можуть дати пізніше, а потім, яка встановилася на той час, а вона, як правило, дуже низька, нерідко на рівні собівартості.

– Ви хочете мати свої комори для зберігання збіжжя. Наскільки це важливо з точки зору економіки?

– Дуже важливо. Ось вам приклад. Від збирання до сьогоднішнього дня вартість тонни пшениці зросла вже на дві тисячі гривень. Якщо з гектара було зібрано



нік вартісна, коштує мільйони. Хто на ній працює?

– Ті, кому довіряю. Більшість – це місцеві, добре підготовлені механізатори. Їх не треба вчити, контролювати. Техніку вони до-

Наймаємо їх на сезон – з березня до грудня.

– Ви живете в скромному сільському будинку. Невже не хочеться збудувати щось сучасне, зручне?

## Микола Костенко: Стався до людей так, як ти хотів би, щоб ставилися до тебе



урожай, на який розраховуєш. А ще ж ти маєш вчасно повернути банкам кредити.

– До речі, часто користуєтесь кредитами?

– На якомусь етапі без них було не обійтися. Наприклад, коли оновлювали техніку, ми взяли аж чотири кредити і два вже

п'ять тонн пшениці, ви отримаєте додатково десять тисяч гривень. І так по всіх сільгоспкультурах, тож варто притримати збіжжя, не продавати відразу після збирання. Ще в наших планах – поставити свій очисний комплекс, щоб не втрачати на очищенні збіжжя.

– Ви оновили техніку. Тех-



глядають, як свою, бо від того залежать їхні заробітки. Про якісь порушення трудової дисципліни не йдеться, алкоголіків не тримаємо.

– Скільки чоловік трудиться у вашому господарстві?

– Дванадцять-тринадцять.

– Мені краще комору добудувати, хороший очисний комплекс і ємкість для зерна поставити, ніж собі палац зводити.

– Миколо Івановичу, ви депутат сільської ради від Володимирівки. Чому?

– Жителі Володимирівки запропонували, а я не відмовився. Мабуть, їм сподобалися моя щирість, вміння тримати слово тощо.

– Як депутат ви на щось впливаєте? Вам подобається, як працює рада, як, скажімо, розподіляються бюджетні кошти?

– Колись я вже був депутатом, то можу порівнювати. Сьогодні мені подобається більше. Ми, депутати, – не статисти, які потрібні для того, щоб узаконити якість рішення. Ми висловлюємо свої думки, вносимо пропозиції, бачимо, на що витрачаються кошти громади. Особисто мене тишить, що все робиться для людей, для поліпшення їх життя.

– Тоді це таке запитання: як оцінюєте децентралізацію?

– Позитивно. Нарешті громади самі вирішують, що їм робити в першу чергу, а що – в другу, на що доцільніше витратити кошти. У селах, які раніше увійшли до Катеринівської територіальної громади, зміни на краще шукати довго не треба: там дитсадок відремонтували, там – котельню, там – вулицю заасфальтували. Впевнений, що позитивні результати децентралізації прийдуть і в інші села. Але для цього треба всім трудитися.

Сергій ЗАДОРЖНИЙ

## Вони дбають про красу

«Наша громада» вже розповідала про жителів Володимирівки, які прикрашають свої садиби квітами. Одні люблять розводити тюльпани й іриси, інші – троянди й хризантеми.

Квіти – це краса, а ще – це порядок. Бо, де ростуть квіти, там немає місця бур'янам, смітникам. Все літо милують людське око квітники під парканами, біля приміщення



старостату. Особливо гарно на території довкола обеліску загиблим в Другій світовій війні.

Сільський староста Сергій Євченко називає жінок, котрі докладають зусиль, щоб квітнули клумби в громадських місцях:

– Це техпрацівниці Євгенія Бакуш і Олена Короп, соціальний працівник Світлана Токаренко і бібліотекарка Надія Протасова. Вони приносять насіння і розсаду з домашніх квітників, висаджують, доглядають.



Уже наступила осінь, а Володимирівка й досі квітує.

## Поради садівникам

Головне при висадці фруктових дерев восени – підібрати якісні саджанці.

Якщо мова про яблуню, то вона має бути кронавою та формованою, якщо про черешню – то на вегетативних підщепах.

Найзатребуванішими сортами яблук на ринку зараз є Гала, Голден Делішес та Ред Делішес, а груші – Ноябрська, Конференція, Вільямс. Підщепа груші обов'язково має бути на айві або інших вегетативних підщепах.

Для інтенсивного садівництва обов'язково треба садити сорто-підщепну комбінацію.



# Труд народжує красу



Пригадуєте ці поетичні рядки класика української літератури Максима Рильського: «Та знай, що тільки тут, де невгамовний труд /Землі насиченій родюче лоно ранить, /Доспіють ягоди і радощі повстануть?»

Мені вони прийшли на згадку під час знайомства з жителями Олексіївки Надією Василівною Решетняк. Бо невгамовний труд і його плоди – це про неї.

– Мені краще щось робити, ніж сидіти, – скаже вона мені.

А спонукали мене до знайомства з Надією Василівною неймовірної краси високорослі майори, посаджені нею вздовж паркану. Вони привернули мою увагу, й виникло природне бажання дізнатися, хто їх викохав такими собі і людям на радість. Ще вищі, майже в людський зріст майори ростуть за будинком. Неймовірно видовище – живий килим з оранжевих і червоних квіток.

Припущення, що таку красу могла виростити лише гарна душею людина, підтвердилося, як мовиться, на всі сто відсотків. Хазяйка Надія Василівна виявилася привітною й щирою, з тих, що не скаржаться на труднощі, яких і в її житті не бракує.

Олексіївка – її рідне село. Працювала в колгоспній їдальні, в дитсадку. Нині вже на пенсії, але про відпочинок не мріє. І не тому, що через хворобу чоловік Віктор не може допомагати по господарству. Про-



сто вона любить трудитися. Зізналася:

– Люблю порядок. Люблю, щоб було прибрано в хаті, у дворі. Люблю, щоб город був чистий. Люблю садити, сапати, урожай збирати. Радію, коли щось виросте.

На запитання, чому місце вздовж паркану віддано майорам, відповіла:

– Раніше я інші квіти тут садила, а нинішнього року посіяла майори. Їх насінням зі мною поділилася вчителька з Володимирівки, сестра мого чоловіка Валентина Федорівна Жарун.

За словами Надії Василівни, майори – квіти невибагливі, сіяти й доглядати їх просто.

– У травні я зробила борозенки, – розповіла, – полила, потім висіяла насіння, пригорнула. Аби бур'ян не забив молоденькі рослини, регулярно сапала, поливала. Наприкінці літа майори зацвіли так

яксно, що всі, хто йде вулицею, звертають увагу, дехто замовляє насіння, щоб і собі розвести таку красу. Подобаються ці квіти й моїй племінниці, четвертокласниці Жені Буцорогі, вона навідується до нас, щоб помилуватися ними й сфотографуватися.

Надія Василівна переконана: люди ні все під силу, головне – трудитися з любов'ю. І це не просто правильні слова. З веранди жінка виносить семикілограмового кавуна.

– Зазвичай, на городі кавуни не ростуть великі, – каже, – але якщо добре постаратися, можна виростити їх й ось таких розмірів.

А такі не розходяться з ділом її слова щодо порядку. Куди не кинь у дворі – всюди панує лад. І коли тільки жінка встигає? Виявляється, в неї є помічник.

– Маємо дуже хорошого сина, Сергієм

звати, він і допомагає мені по господарству, – зізнається.

Прощаючись, я ще раз зупинився, щоб помилуватися буйним цвітінням майорів. Подумалося: «А якщо кожен мешканець вулиці подбає, щоб і біля його садиби була така краса? Це ж як зміниться вигляд села!» Та заради об'єктивності маю



вказати, що Олексіївка – одне з найохайніших сіл нашої громади, й квіти на його вулицях – не рідкість, чого тільки вартий квітник біля дитсадка, де все літо вирає різними барвами весела петунія...

Сергій ЗАДОРЖНИЙ

**Довідково:** майори або майорці – протонародна назва квітів роду цинії; трав'яниста декоративна рослина з квітками переважно червоного та жовтого кольорів. Найпоширеніша – цинія перуанська.

## Ваше здоров'я

### Харчування дітей впливає на їхній психоемоційний стан

Те, як харчуються діти та підлітки, відображається на їхньому здоров'ї, психоемоційному стані, розвитку та рості.

Насамперед їм потрібен якісний «будівельний матеріал» – білки. Вони переносять корисні речовини до клітин, допомагають скорочуватися м'язам та серцю, утворюють гормони, ферменти, імунні клітини і нейромедіатори.

Розрізняють білки рослинного і тваринного походження, і дітям необхідні саме тваринні білки, в яких містяться всі незамінні амінокислоти. При цьому бажано чергувати різні джерела білків, не обмежуючись якимось одним з них. Тому яйця, кисломолочні продукти, нежирне м'ясо, риба, а також бобові мають бути в раціоні щодня – тоді дитина гарантовано отримає всі необхідні їй будівельні блоки.

Це можуть бути сирна запіканка, м'ясні тефтели, запечена риба, або суп із сочевиці. Але в дитячому організмі, на відміну від дорослих, може бракувати ферментів для повноцінного засвоєння рослинного білка. Дуже хороше джерело амінокислот – яйця, які засвоюються на 99%, тому готуйте різноманітні яєчні омлети, а якщо дитина не любить яйця, додавайте їх в запіканки.

Продукти, які містять білок, особливо корисно їсти на сніданок – і першокласникам, і студентам.

Окрім білків учням потрібні складні вуглеводи, які дають енергію та клітковину – овочі, фрукти, ягоди, каші, зерновий та висівковий хліб, макарони з твердих сортів пшениці.

Потрібні хороші жири – для роботи мозку, синтезу гормонів наднирників, які регулюють рівень стресу в організмі, синтезу статевих (в період 12–18 років) та інших гормонів, для повноцінної роботи всіх клітин тіла. Їх можна отримати із сметани, сала, твердого сиру, вершків, вершкового масла, жовтка зі зварених нам'яко яєць, оливкової олії.

Велике значення мають омега-3 ненасичені жирні кислоти, тому давайте дітям горіхи та рибу – будь-яку, яка їм подобається (оселедець, скумбрію, червону рибу).

З 12 до 18 років підлітки дуже швидко ростуть (дівчата – з 12, хлопці – з 15 років), тому потрібно більше і повноцінного білка (особливо багатого на незамінні амінокислоти) і мікронутрієнтів – кальцію (молочні продукти, капуста, кунжут), магнію (гречка, вівсянка, горіхи), вітаміну D, цинку та заліза. А також вітаміну B6 та B9 (яйця, м'ясо, зелені листові овочі).

Давайте дітям просту звичайну їжу, без викрутасів: смачно зварену кашу, яєчні млинці та бісквіт, омлети з овочами, сирні запіканки, макарони із сиром та меленим

м'ясом, овочеві рагу та супи на нежирних німцінних бульйонах із овочами. М'ясний бульйон – це коктейль з різних амінокислот, які просто миттєво засвоюються. На десерт – ягоди, стасюють фруктові, десерти з ягід та фруктів

(желе, пироги з фруктовими начинками).

Діти, які повноцінно і різноманітно харчуються, будуть радувати вас своїм здоров'ям і успіхами в навчанні, матимуть гарний настрій, а головне – будуть щасливими.

### Чи справді мудрість залежить від віку

Іноді молода людина може бути мудрою не по роках, а літня – дурна і необачна. Однак в суспільстві закріпилася думка, що мудрість приходить тільки з віком.

Чому ми асоціюємо мудрість з похилим віком? Причини криються в біологічних факторах. Чим довше живе людина, тим багатшою стає її життєвий досвід. Тому з віком наш розум розвивається.

В силу свого досвіду в деяких аспектах літні люди і справді більш компетентні, ніж молоді. Наприклад, у розв'язанні проблем, плануванні, встановленні цілей на майбутнє, взаєминах. А вже все це вони свого часу вже проходили. Тому не дивно, що старше покоління дає настанови молоді, яка в більшості випадків ставиться до них з повагою і довірою.

Набуття мудрості є свого роду компенсацією за природне старіння організму. На старість у людини погіршується пам'ять. У той же час деякі дослідження показують, що процес мислення, навпаки, поліпшується.

При прийнятті рішень у літніх людей задіяна префронтальна

кора головного мозку, яка відповідає за раціональне мислення і прогнозування.

Сканування головного мозку показує, що для вирішення проблеми молоді люди використовують лише одну півкулю, а літні – одночасно обидві. Цей процес називається «білатералізація». Завдяки цьому людина ґрунтовніше підходить до розгляду проблеми. Мозок формує уявлення, які в майбутньому при виникненні подібної ситуації дозволяють діяти відповідним чином.

Тож можна сказати, що люди похилого віку дійсно мудріші за молодих. Однак, на загальну думку, мудра людина повинна володіти такими навичками і якостями, як емпатія (співпереживання), толерантність, емоційний інтелект, здатність приймати чужу точку зору і думати про інших людей. А це вже залежить не від віку, а від характеру самої людини.



## Готуємо вдома

### Домашній сидр

Яблучний сидр – популярний напій, має приємний смак та аромат. При цьому легко готується в домашніх умовах. Пропонуємо рецепт алкокогольного напою від українського кулінарного блогера Євгена Клопотенка.

Інгредієнти: 2 кг яблук, 3 г пресованих дріжджів, 2 ст. л. цукру.



Нарізати довшими шматками промиті яблука. Вичавити сік за допомогою соковижималки. Перелити в скляний банку та додати трохи води. Додати 2 ст. л. жмиху, що утворився в процесі вичавлення соку та перемішати. Подрібнити дріжджі та додати в банку. Всипати цукор. Отриману суміш залишити для активного бродіння на день в темному приміщенні. Наступної доби накрити банку рукавичкою з отвором в одному пальці. Залишити сидр на 2-3 дні, доки рукавичка не здується і не впаде. Накрити банку кришкою та прибрати в темне місце на місяць. Процідити рідину. Готовий напій подавати охолодженим.