

**29 ЖОВТНЯ – перші вибори у Катеринівській об'єднаній територіальній громаді**

№2 (2)

**Наша**

П'ЯТНИЦЯ,  
22 вересня '17

**ГРОМАДА**

**Нехай же так буде й в інших селах!**



Наближаються перші вибори в Катеринівській об'єднаній територіальній громаді, а з ними – й кінець повноважень депутатів Обознівської сільської ради, обраних 2015 року. Кореспондент «Нашої громади» зустрівся з деякими з них, щоб розпитати про зроблене за ці два роки, поцікавитися, якою уявляється робота нового органу місцевого самоврядування. Ось що розповіли депутати.

Закінчення на стор **2**.

*Актуально!*

## Реформу з децентралізації буде прискорено

Уряд затвердив план заходів щодо активізації реформування місцевого самоврядування та державної підтримки процесу об'єднання територіальних громад. Проект розроблено у розв'язок Плану пріоритетних дій уряду на 2017 рік та Середньострокового плану пріоритетних дій уряду до 2020 року.

«Для нас важливо у рамках реформи стимулювати громади, надавати людям якісніші адміністративні й соціальні послуги, забезпечити підвищення їх правової, організаційної та фінансової спроможності, реалізацію повною мірою положень Європейської хартії місцевого самоврядування», – сказав віцепрем'єр-міністр – міністр регіонального розвитку, будівництва та ЖКГ України Геннадій Зубко, коментуючи проект розпорядження.

Він повідомив, що Планом чітко визначені відповідальні виконавці та строки виконання заходів. За його словами, до за-

вершення поточного року має бути розроблено низку законопроектів. «Зокрема, законопроекти щодо державного контролю за відповідністю рішень органів місцевого самоврядування Конституції та законам; розширення повноважень сільських та селищних рад ОТГ з питань соціального захисту дітей; передачі органами виконавчої влади повноважень місцевому самоврядуванню; затвердження переліку та складу госпітальних округів областей», – повідомив Геннадій Зубко.

Уряд також забезпечить супровід у парламенті законопроектів щодо функціонування районних рад, розширення повноважень органів місцевого самоврядування з управління земельними ресурсами, служби в органах місцевого самоврядування, регулювання містобудівної діяльності, наближення до громадян адміністративних послуг у сфері державної реєстрації актів цивільного стану.



## Стоматологія європейського рівня тепер і в Катеринівці

Цей стоматологічний кабінет, відкритий тиждень тому у Катеринівці, руйнує звичні уявлення про сільську медицину. Та хіба тільки про сільську! Такого високотехнологічного начиння, як тут, не побачити і в багатьох міських поліклініках, які фінансуються з бюджету.

– Так, обладнання у нас модерне, – розповів кореспонденту «Нашої громади» стоматолог Денис Гуйван, якому довірено цей кабінет. – Є цифровий візіограф – пристрій, який дозволяє робити рентгенограму зуба з мінімальним опроміненням і бачити результат на моніторі комп'ютера. Є гарна борма-

шина, турбінна установка якої забезпечує 300 тисяч обертів на хвилину. Для освітлення – сучасна лампа, довжина хвиль – 1400 нанометрів. Для стерилізації інструментів – сухожарова та ультрафіолетова шафи. Маємо ефективні анестетики, високоякісний пломбувальний матеріал.

Обладнано цей кабінет за кошти сільського бюджету та ПАТ «Кіровоградське рудоуправління». Сюди можуть звертатися жителі всіх сіл, які в процесі децентралізації об'єдналися з Катеринівкою та Обознівкою.

– Тепер розглядаємо питання про те, щоб запровадити безплатні перевезення сюди

мікроавтобусом кілька разів на тиждень жителів Олексіївки, Володимирівки, інших наших сіл, – поділився планами генеральний директор рудоуправління Володимир Кухта. – Звичайно, не тільки для того, щоб люди відвідували стоматкабінет. Після виборів 29 жовтня у Катеринівці розташовуватиметься рада об'єднаної громади, і маємо забезпечити громадянам доступ до неї. Хоча багато їхніх питань, як уже повідомлялося в першому випуску «Нашої громади», вирішуватимуться сільськими старостами.

Олена КУЧЕРЕНКО

## Для людей...Плюс ще один «Мінерал»



Ще один магазин продтоварів відкрито нещодавно в Обознівці. Називається він

«Мінерал». Це вже сьомий такий заклад в однойменній торговельній мережі, заснованій підприємством «Кіровоградське рудоуправління». Її магазини діють в Обознівці, Катеринівці, Олексіївці. Одна з особливостей цієї мережі – продукція торгової марки «Наша ряба» в ній прода-

ється без власних націнок. На знімку: продавець нового магазину – Юлія Попович.



## Податківці не відмовляються від хабарів

20 вересня співробітники СБ України спільно з військовою прокуратурою викрили на хабарі двох високопосадовців Державної фіскальної служби у Кіровоградській області.

Правоохоронці задокументували, що заступник начальника Гловного управління та начальник одного з управлінь вимагали від місцевого підприємця вісімдесят тисяч гривень. За ці кошти посадовці обіцяли не відображати в акті податкової пе-



ревірки виявлені порушення законодавства та не нараховувати штрафні санкції.

Оперативники спецслужби затримали зловмисниця в од-

ному із розважальних закладів на виїзді з обласного центру під час отримання всієї суми хабара. Відкрито кримінальне провадження за ч. 3 ст. 368 Кримінального кодексу України. Самих чиновниць затримано. Найближчим часом їм буде оголошено підозру у скоєнні злочину та обрано запобіжний захід.

За інформацією прес-служби ДФС у Кіровоградській області.

Закінчення. Поч. на стор. 1

**Тетяна ТЕРЕЩЕНКО:**

– Вважаю роботу сільради за ці два роки ефективною. Як секретар ради скажу, що підпорядкована їй територія за



цей час стала однією з найкомфорតніших у Кіровоградському районі. Підприємства, які знаходяться в нас, жваво розвиваються і платять податки, завдяки чому (та, безумовно, фінансовій децентралізації) місцевий бюджет має достатньо ресурсів для задоволення потреб громади. Дохідна частина місцевого бюджету у 2015 році становила близько двох мільйонів гривень, у 2016-у – понад чотири мільйони гривень, прогноз на нинішній – понад шість мільйонів гривень. Ці кошти використовуються на дороги, на житлово-комунальне господарство, на дитсадок і заклади культури тощо. Тому кожного, хто вперше приїздить у нашу селу, приємно вражають і наші шляхи, і благоустрій вулиць. Наш бюджет – це фінансовий план розвитку. До того ж, він – соціально спрямований. Наприклад, сільрадою розширено місцеву програму «Ветеран» (спрямовану на підтримку людей похилого віку), тепер нею передбачено і надання непрацюючим пенсіонерам, пенсія яких менша 2,5 тисячі гривень, фінансової допомоги в розмірі 300 гривень до деяких свят. Таких людей в Обознівці і Катеринівці – 320. Відповідно до цієї ж програми, місцеві жителі отримують подарунки за бюджетний кошт з нагоди деяких ювілеїв (70-річчя, 80-річчя і т.д.) Спільно з ПАТ «Кіровоградське рудоуправління» сільрада реалізує ось який соціальний проект: раз на тиждень катеринівці і стільки ж – обознівці мають змогу безоплатно зїздити спеціальним автобусом в Кропивницький, до районних установ і закладів.

Як депутат, обраний у мажоритарному окрузі, нагадаю, що мої виборці – це переважно люди похилого віку. Їм, жителям Катеринівки, тяжко було ходити в Обознівську сільраду за довідками. Тому сільрада організувала в 2016 році щотижневі виїзні прийомні своїми спеціалістами громадян у Катеринівці. У ході таких прийомів видаються і довідки про місце проживання, про склад сім'ї. Подібним чином, не залишаючи Катеринівки, місцеві жителі й подають документи для оформлення субсидій.

У сільраді запроваджено телефонну «гарячу лінію». Завдяки цьому людям не треба йти в сільраду, щоб, наприклад, дізнатися про розмір нарахованого земельного податку або замовити довідку, – їм досить нам зателефонувати.

Також сільрада вчиняє деякі нотаріальні дії, зокрема пов'язані зі спадщиною. Люди охоче звертаються до нас, бо за, наприклад, засвідчення справжності підпису для вступу у спадщину чи відмови від неї тут береться держмита в розмірі 34 копійок. А

у нотаріуса ця послуга обійдеться у 340 гривень.

Працівники апарату сільради надають населенню юридичні консультації. Найчастіше до нас звертаються з питань, які стосуються стягнення аліментів, зняття з реєстрації за певною адресою.

**Віктор МАМАЛИГА:**

– Моя передвиборча програма 2015 року передбачала вирішення в своєму окрузі питань, пов'язаних з водоабезпеченням, утриманням доріг та благоустроєм, медичним обслуговуванням тощо. Усе це роби-

сільській раді, на ошатне європейське містечко. Значною мірою нам це вдалося. Позитивним перетворенням сприяла наявність у нашій команді працівників ПАТ «Кіровоградське рудоуправління», яке уже перший рік опікується тутеш-

ректор ПАТ «Кіровоградське рудоуправління» депутат районної ради **Володимир КУХТА:**

– Тетяна Терещенко – дуже активна людина. Мені в ній подобається бажання до розвитку. Я й сам такий – не можу зупинитися на досягнутому. Молодість Тетяни Валеріївни – безумовний плюс. Бо молоді люди більше прагнуть до змін. І в Тетяні теж вистачає свіжих гарних ідей. Працюючи в самоврядуванні, вона глибше вивчила і потреби земляків, і механізми їх вирішення. Впевнений, ці її знання і вміння ще прислужаться на благо громади.

Значно довше знаю Катерину Іванівну Кучеренку. Вона кілька десятиліть працює на нашому підприємстві бухгалтером, і справляється з цими обов'язками відмінно. Вона грамотна, ерудована. Людям же, в окрузі яких Катерина Іванівна обрана депутатом, просто пощастило. Не рахуючись з особистим часом, вона обходить виборців, намагається вирішувати їхні питання як через сільраду, так і з допомогою підприємства. Наприклад, недавно прорвало водопровід у підвір'ї одного з катеринівців. Навіть виник невеликий конфлікт між господарями й ремонтниками. Катерина Іванівна, дізнавшись про це, побігла туди, все владнала, у результаті водопровід полагоджено. А коли вона дізнається, що підвір'я когось із стариків заросло бур'янами, просить комунальне підприємство скосяти їх. У Катерини Іванівни в окрузі багато літніх людей, і кожному вона рада допомогти. Такі депутати нам і потрібні.

## Нехай же так буде й в інших селах!

Переконана, що рада об'єднаної громади має продовжити добрі справи, започатковані нашою сільською радою, але вже на більшій території. Жителі Володимирівки, Олександрівки, інших наших сіл мають право і на добрі дороги, і на якісні адміністративні та житлово-комунальні послуги. До речі, у нас в Катеринівці та Обознівці водопостачання та вивезення побутових відходів здійснюються для людей безкоштовно.

Не можу не сказати, що мені не вдалося виконати ось яку обіцянку, дану у ході виборчої кампанії 2015 року, – домогтися, щоб у Катеринівській амбулаторії працював терапевт. Але через децентралізацію влади термін повноважень Обознівської сільради вийшов меншим, ніж передбачалося. Оскільки питання стосовно терапевта і тепер хвилює людей, вирішити його має рада об'єднаної громади.

**Катерина КУЧЕРЕНКО:**

– Як депутат Обознівської сільської ради і голова її постійної комісії з питань бюджету стверджую, що в Обознівці і Катеринівці за два роки після останніх місцевих виборів, зроблено чимало.



Великий місцевий бюджет, 90 відсотків якого – це внески ПАТ «Кіровоградське рудоуправління», дозволяє сільраді поліпшувати умови проживання в підпорядкованих селах. Ось які пріоритетні напрямки при розподілі бюджетних коштів: ремонт доріг, підтримка житлово-комунального господарства та, зокрема, ОСББ, а також закладів соціально-культурної сфери.

Що стосується зобов'язань, які давала виборцям у мажоритарному окрузі, то я їх виконала. Зокрема, на двох вулицях у Катеринівці капітально відремонтовано покриття, ще на одній – заасфальтовано вибоїни. Також ще на одній вулиці облаштовано водопостачання, для цього там пробито свердловину.

Звісно ж, асфальтувалися дороги, модернізувалося ЖКГ не тільки в межах мого округу. Вулицями Обознівки, Катеринівки тепер любо пройтися. Такий вигляд повинні мати й Володимирівка, Олександрівка, інші села, жителі яких вирішили об'єднатися з нами.

лося і робиться тепер, причому не тільки в моєму окрузі, а на всій території, підпорядкованій Обознівській сільраді. Бур'яни у нас косять регулярно. Побутові відходи збирає комунальне підприємство, причому його послуги для людей – безкоштовні. Нічого не платять у нас і за



централізоване водопостачання. Зупинки ж у нас – сучасні, з Wi-Fi-роутерами. А дороги – у доброму стані. Повсякденні питання житлово-комунального характеру місцева влада вирішує у тісній співпраці з ПАТ «Кіровоградське рудоуправління». Я, до речі, працюю на цьому підприємстві комерційним директором, тож моя депутатська діяльність переплітається з виробничою.

Віднедавна ми, катеринівці та обознівці, – в одній громаді з жителями Володимирівки, Миронівки, Олександрівки, Олександрівки, Лісного, Мальовничого, Осикуватого. Переконали: блага, якими користуються обознівці та катеринівці, мають стати реальністю й в інших селах громади. Для цього передусім треба розширити сферу діяльності ЖКП «Обрій», яке відповідальне за благоустрій. У всіх селах мають бути представники цього підприємства. Не виключаю й того, щоб облаштувати централізоване водопостачання у Володимирівці і Олександрівці. Також необхідно відновити електропостачання Мальовничого. Нагадаю, ЛЕП до цього села у буремні дев'яності розікрали погані люди, і нині там інших джерел електрики, як автономні бензогенератори, немає.

**Тетяна КУХТА:**



– Балотуючись позаторік у депутати, наша команда хотіла втілити в життя нашу спільну мрію – перетворити територію, підпорядковану Обознівській

нією громадою, вкладає власні кошти у розвиток місцевої території.

Особисто моя депутатська діяльність тісно переплелася з громадською. До мене звертаються не тільки з мого округу, а з усієї Катеринівки. Що їх непокоїть? Найрізноманітніші проблеми. Наприклад, жінки скаржаться на чоловіків, які заглядають у чарку. Мій чоловік, спостерігаючи за тим, як я вдома вислуховую ці скарги, сердиться. Він і на підприємстві суворо обходиться з любителями випити та крадіями. А я – за те, щоб допогойти людині стати на правильний шлях. І нерідко сприяю виведенню місцевих п'яничок із запою.

На громадських засадах я завіду дитячим кафе у Катеринівці. Воно належить до мережі торговельних закладів «Мінерал», заснованих ПАТ «Кіровоградське рудоуправління». Розповім, що Кухту (так зазвичай пані Тетяна поза очі називає свого чоловіка. – Авт.) спонукало відкрити це кафе. Якось ми гостювали в Києві (я, до речі, звідти родом, там закінчила торгово-економічний інститут, там починала працювати у сфері громадського харчування) і завітали в дуже ошатне кафе, де діти ласували морозивом. Кухта тоді й сказав мені: «Хочеться, щоб і катеринівські діти мали можливість посмакувати ласощами в такій атмосфері». Згодом ПАТ «Кіровоградське рудоуправління» облаштувало в Катеринівці кафе для дітей. Спиртного у нас немає. А морозиво, сиропи до нього – найрізноманітніші. Спершу спеціальних сиропів не закупували, обходилися вареннями, які я варю удома. Є в нашому кафе й інтернет, і телевизор. Дітям подобається. І Кухта задоволений. Він хоче, щоб сільська дітлашня мала доступ до всіх благ цивілізації. Щоб діти все знали і все вміли.

Як мають працювати голова, депутати ради об'єднаної громади? Так, щоб людям в цих селах жилося краще. А для цього треба, щоб усі місцеві підприємства чесно платили податки.

Я добре пам'ятаю, що тридцять років тому, коли тільки перебралася сюди з чоловіком, Катеринівка відставала від Володимирівки. Тоді всі в цьому краї рівнялися на Володимирівку, на Могутнє. Тепер же володимирівці об'єдналися з нами, а з могутненцями не захотіли, бо в Могутньому – умови проживання не кращі, ніж у них, а у нас – і центральне водопостачання є, і дороги в доброму стані підтримуються, і вулиці освітлюються, і магазини сучасні діють, і навіть поліція ночами патрулює. Я – за те, щоб усе це було і у Володимирівці, Олександрівці, інших селах, жителі яких об'єдналися з нашою громадою.

А ось що каже про роботу цих депутатів генеральний ди-



Про Віктора Мамалигу скажу, що він – талановитий господарник. Ця його риса проявляється і в депутатській діяльності. Віктор Олександрович завжди вчасно помітить, що там треба паркан полагодити, там – дорогу і таке інше. Крім дрібних питань, він, як і Кучеренко, вирішує проблеми, які хвилюють всю громаду. Він компетентний і на виробництві, і в сфері місцевого самоврядування. Саме завдяки таким, як Віктор Мамалига, депутатам в Обознівці й Катеринівці настали позитивні перетворення.

Що я можу сказати про свою Тетяну як про депутата? Вона – як мати Тереза. Причому не тільки в окрузі, де обрана депутатом, а в усій Катеринівці. З якими тільки питаннями до неї не йдуть! Дуже болісно реагує Тетяна на трагедії – коли діти страждають, наприклад, від пияцтва батьків. Аби допомогти малечі, вона і в службу дітей звернеться, і матеріальну допомогу у влади «виб'є», і сама чим може вичирить. Люди йдуть до Тетяни цілодобово. Іноді я її за це лаю, але марно. А ставши завідувачкою дитячого кафе, дружина познайомилася з усією місцевою дітлашнею, вивчила потреби дітей, їх характери, нахили. Вона для них – просто тьотя Таня.

Сергій ЧОРНИЙ

## Володимир Правда: Коли тонна солярки коштувала шістдесят карбованців, на автозаводах не дуже переймалися економічністю своєї продукції

День винахідника та раціоналізатора в Україні відзначався минулої суботи.

Знаючи, що в Катеринівці проживає пенсіонер Володимир Правда, який у часи роботи у місцевих копальнях займався удосконаленням довірених йому БелАЗів і навіть листувався з головним конструктором Білоруського автозаводу, кореспондент «Нашої громади» зустрівся з ним, щоб привітати з професійним святом, а заодно й поговорити про його раціоналізаторську діяльність детальніше.

— Я в кар'єр влаштувався 1958 року, — дещо здалеку почав ветеран рудника. — У грудні 1957-го, на Андрія, прийшов з армії. А 2 січня — в кар'єр. І трудився там 46 років. Починав електриком. За кілька місяців дійшов до п'ятого розряду. Ми тоді займалися електрифікацією Катеринівки. Робота тяжка була — стовпи ставили, дроти тягли. До того тут користувалися електрикою, яку виробляли дизельні генератори — «кларки», встановлені на руднику. Потім отримав водійське посвідчення (на шофера я вивчився ще в армії, та по дорозі додому документ в мене вкрали), і мені дали старенького МАЗа 205-ї моделі. Це було у 1962 році.

Я того МАЗа відремонтував, і норми на ньому перевиконував. Начальство ставило мене за приклад іншим. У сімдесят другому рудник почав обзаводитися БелАЗами. Я й Іван Михайленко пригнали перші такі машини з обласного центру. БелАЗи на руднику аж до 2007 року використовувалися. Що я скажу про ці самоскиди? Гарна техніка для свого часу була! Але не без недоліків. Я намагався удосконалити її. Наприклад, обладнав машину додатковим баком, в який стікала солярка, не спалена в двигуні. А в заводському варіанті БелАЗа це пальне капало дотолу. Тоді тонна солярки коштувала всього-на-всього шістдесят карбованців, тож конструктори не дуже переймалися економічністю машин. Коли ж я приладнав спеціальний бак, у нього за зміну збиралося до 12 літрів пального. Головний інженер Макеєв спершу навіть не повірив, коли я сказав йому про це. Руд-



ник заплатив мені за цю рацпропозицію 36 карбованців.

Подавав я й інші пропозиції, спрямовані на підвищення продуктивності БелАЗів, на полегшення праці водіїв. Я й лебідку сконструював, призначену для підйому підвісок при ремонті БелАЗа. Електрогенератор я теж удосконалив, і коли написав про це головному конструктору Білоруського автозаводу Сироткіну, той відповів мені письмово так: робіть, як вам вигідно. Ми із Золею Львовичем Сироткіним довенько листувалися. Він мене навіть у гості запрошував. Та я не поїхав — робота не відпускала.

До сказаного Володимиром Правдою слід додати, що у сімдесяті-вісімдесяті

роки в СРСР раціоналізаторський рух набув великого поширення. Цьому сприяло удосконалення нормативно-правової бази у сфері стимулювання науково-технічної творчості трудящих — ухвалення 1973 року радянським урядом Положення про відкриття, винаходи і раціоналізаторські пропозиції та затвердження 1974 року Державним комітетом у справах винаходів та відкриттів Інструкції про порядок виплати винагороди за винаходи і раціоналізаторські пропозиції. У ті роки в плани розвитку підприємств вносилися такі показники, як ріст продуктивності праці, економія ресурсів і трудових затрат — за рахунок науково-технічної творчості колективу. За деякими відомостями, у середині 1980-х в СРСР кількість раціоналізаторів і винахідників сягала майже 4 відсотків від загальної кількості працівників. Щоправда, не зрозуміло, чому при цьому радянська техніка суттєво посту-



палася іноземній. Не виключено, на заводах-виробниках й справді вважали: їхню продукцію доведуть до потрібної кондиції місцеві кулібіни.

Віктор КИДРАТЕНКО



Відтоді, як на Донбасі розпочалася війна, багатьом нашим землякам довелося взяти до рук зброю і стати на захист України. У тому числі — чоловікам з Володимирівки. Побувавши нещодавно в цьому селі, кореспондент «Нашої громади» скористався нагодою, щоб поспілкуватися з одним з них — Юрієм Кулею, слюсарем місцевої школи.

— Призвали мене на початку 2015 року, у четверту хвилю мобілізації, — згадав Юрій. — На той час уже багато наших хлопців пішли на війну. Як, питаєте, сприйняли рідні повістку з військкомату. Скажу чесно: не в захваті були. Але обов'язок є обов'язок. Кому ж воювати, як не нам, чоловікам? Склав я в сумку «мильно-рильні» (на армійському сленгу — засоби гігієни. — Авт.), труси-шкарпетки, якісь харчі і — в місто, у військкомат...

Як розповів володимирівець далі, з військкомату його в групі таких же мобілі-

## Ним пишається Володимирівка

зованих відправили на полігон «Широкий Лан», що в Миколаївській області. Там їх, чоловіків різного віку і різних цивільних професій, навчали навичкам рити окопи, стріляти з автомата. Юрію Кулі ця наука давалася нескладно, адже в юності йому вже довелося виконувати священний обов'язок — служити строкову. А от у медично-санітарні премудрості до мобілізації Юрій не був посвячений. На «Ширлані» ж (так військові називають цей полігон) його навчили і уколи робити, і рани обробляти, і джугти накладати.

— Нічого хитрого в цьому немає, — стверджує Юрій.

У зону АТО Кулю відправили як санітара. Спершу військова частина, в якій довелось служити, розташовувалася під Северодонецьком. Далі їх направили під Авдіївку.

— Тоді там жорстокі бої були, — пригадує Юрій Куля. — Ми їздили на передову і забирали звідти поранених. Ми — це

лікар (також з мобілізованих), медсестра і я. Доводилося й відвозити поранених у госпіталь в Червоноармійськ...

Про стосунки у середовищі, де служив, Юрій Куля розповідає так:

— Немає значення, хто ти — рядовий чи офіцер (підполковників і полковників до уваги не беру — то вже велике начальство). Ми разом і їли, і ночували, тож стосунки були як між рівними.

Звичайно ж, Юрій регулярно телефонував рідним. А коли повернувся додому, як ті раділи!

— Володимирівка пишається Юрієм Кулею, — запевнив сільський голова Сергій Євєнко, з яким кореспондент «НГ» зустрівся також. — Він і медаллю нагороджений за участь в АТО. Що, він нічого не казав про це? А ще Юрій Васильович — учасник нашого місцевого вокального колективу «На струнах душі». Співає він добре.

Віктор ІВАНЕНКО



## Варто знати Можна повернути кошти, сплачені за зубопротезування

У березні нинішнього року до Світловодського бюро правової допомоги Олександрійського місцевого центру з надання безоплатної вторинної правової допомоги звернувся громадянин М. Він попросив надати йому правову допомогу в стягненні матеріальної шкоди зі Світловодської центральної районної лікарні за відмову в позачерговому безоплатному зубопротезуванні як почесному донору України.

Для надання безоплатної вторинної правової допомоги клієнту Олександрійським місцевим центром з надання БВПД було призначено адвоката Інну Петрову. Ознайомившись із матеріалами справи, адвокат з'ясувала, що громадянин М. є почесним донором України і, користуючись своїм правом на безоплатне позачергове зубопротезування, в січні 2016 р. звернувся в стоматологічне відділення Світловодської ЦРЛ, щоб отримати послугу. Проте, йому відмовили у зубопротезуванні через брак коштів на безкоштовне протезування пільговим категоріям громадян у бюджеті лікарні.

Упродовж тривалого часу М. звертався до вищих інстанцій по допомогу, але зусилля його були марними. У вересні звернувся до лікарні та оплатив зубопротезування.

Вивчивши матеріали справи, адвокат Інна Петрова склала позовну заяву та направила її до Світловодського міськрайсуду. У заяві вона зауважила, що її клієнту завдана пряма шкода, яка полягає у його витратах на зубопротезування, і вина в цьому адміністрація лікувального закладу. Згідно з нормою ст. 13 Закону України «Про донорство крові та її компонентів» почесні донори України мають право, зокрема, на безоплатне зубопротезування у закладах охорони здоров'я, заснованих на загальнодержавній та комунальній власності.

Дослідивши всі матеріали справи, Світловодський міськрайонний суд 31 липня 2017 р. прийняв рішення, яким позов громадянина М. задовольнив повністю і стягнув зі Світловодської центральної районної лікарні на користь позивача матеріальні збитки і судовий збір у сумі 1280 грн.

## Чому треба укласти шлюбний договір

Розлучення, на жаль, така ж невід'ємна частина життя багатьох сімей, як і весілля. Однак, якщо момент одруження — урочиста і щаслива подія в житті родини, то розлучення супроводжується сльозами, нервами і цілим рядом проблем, одна з яких — поділ майна. Щоб уникнути подальших непорозумінь, юристи настійно рекомендують укласти шлюбний договір.

Шлюбний договір — письмова угода чоловіка і жінки, що розділяє майно, обов'язки та права. Документ можна скласти перед реєстрацією або вже в наявній родині. У першому випадку він набере чинності з моменту створення сім'ї, у другому — після нотаріального посвідчення.

# Євгенія Стародубцева: Кращого, ніж на свинячих ребрах, м'яса для борщу не буває

Євгенія Стародубцева – з тих щасливчиків, яким випало усе життя займатися справою, до якої лежить душа. Вона – кухар. За кулінарний талант Євгенію Володимирівну цінують не тільки в агрофірмі «Ніка», де вона готує обіди для працівників. Нерідко жителі Обознівки просять тітку Женю (так Стародубцеву зазвичай називають молодші односельці), щоб вона допомогла їм у приготуванні страв на велику кількість людей – з нагод як радісних, так і сумних.

Зустрівшись нещодавно з Євгенією Володимирівною, кореспондент «Нашої громади» розпитав у неї, і де вона навчилася куховарити, і які наїдки для неї – найулюбленіші.

– Родом я з Хмельниччини, – сказала пані Євгенія. – Моя мамка, Ольга Федорівна, працювала в колгоспі. Улітку сапала буряки, була ланковою. А як у кого в селі свайба, похорон чи іменини – її кликали, щоб приготувала обід. Мати мала хист до куховарства. Дуже смачні в неї виходили лежні. Це – ніби ватрушки, теж із сиром, але з кукурудзяного борошна. Мамка складала їх у глиняний глечик, заливала коров'ячим маслом і – в піч. І голубці смачні готувала. А який смачний хліб пекла! А капусту яку тушкувала! Зате печеню з картоплею на Хмельниччині готувати не заведено, як тут. Там картоплю не дуже й вирощують. Та й городи там малі. У нас біля хати всього-на-всього п'ятнадцять соток було.

Як розповіла тітка Женя далі, матір і привчила її до куховарства.

– У шостому чи сьомому класі я вже хліб пекла, – згадала жінка. – На Хмельниччині печуть батони білі і хліб житній. Ми, діти, намазували ті батони повидлом і, замотавши в рушник, брали їх у школу... Мати на кухні більше покладалася на мене, ніж на мою сестру Аню, старшу на два роки. Аня, коли виросла, бухгалтером стала. А я, закінчивши у Кам'янець-Подільському торговельно-кулінарний технікум, працюю кухарем.

В Обознівці Євгенія Володимирівна – з 1993 року. Перербравшись сюди, одразу ж влаштувалася в колгоспній їдальні. – Тут тоді харчувалися 170 чоловік, – пояснила. – В агрофірмі «Ніка» працівників, звісно, менше, але потреба в кухні для них є. Тут частенько забивають свиней. Готуємо з них і кров'янку, і сальтисони. А зараз ось курей тушкую...



На запитання, в чому секрет приготування страви на багато людей, Стародубцева відповіла так:

– Я розраховую усе по грамах. Наприклад, в борщі на людину має бути сто грамів картоплі. Але тільки розрахунок – замало. У страву ще й треба вкладати душу.

Кулінарні рецепти, засвоєні на рідній Хмельниччині (наприклад, рецепт згаданих вище лежнів), тут тітка Женя не застосовує.

– Чому? – перепитала жінка. – Не готую, та й все. А от борщ варю щодня. Його дуже любить син Василь, який в агрофірмі «Ніка» й працює. Який саме борщ я варю? На свинячій порібрині. Кращого м'яса для борщу не буває. А ще Васі дуже подобається хліб, який я печу в електричній чи газовій духовці. У селянській печі він вийшов би ще кращий, та де її взяти, ту піч?

До речі, про хліб. Випікаючи його, Євгенія Стародубцева дотримується одного заборону.

– Ніколи не печу хліб у п'ятницю і в понеділок, – зізнається. – Чому? Мати казала: хто в п'ятницю хліб пече, з того кров тече. А в понеділок не печу, бо це тяжкий день.

Що стосується страв, приготування яких для Євгенії Володимирівни – суцільне задоволення, це – хліб, пироги (з яблуками, зі сливами, з гарбузом – залежно від сезону) і голубці.

Вона й сама любить посмакувати своїми витворами. А з напоїв ця жінка найбільш поважає узвар.

– Мати варила його із сушених яблук та гудяних слив, – пригадала кухарка. – Гудяні сливи – це по-вашому копчені. Мати сама їх і гудила.

За словами Стародубцевої, вона цікавиться публікаціями в пресі на кулінарну тему.

– Таких газетних вирізків у мене – велика купа, – сказала на закінчення. – Наприклад, недавно вирізала замітку про те, як квасити капусту по-особливому – з червоним буряком, цукром, яблучним оцтом, олією. Спробую приготувати. Я ж звикла квасити капусту по-простому – з морквою, листям лавровим, перцем, сіллю. І в діжці.

Віктор ІВАНЕНКО

## Ваше здоров'я

### Харчування гіпертоніків

Для людей, у яких уже виникли проблеми з артеріальним тиском, а для хворих на гіпертонію особливо, помірність у їжі повинна стати звичкою, харчуватися слід потроху, але часто – 5-6 разів на день.



Вечеря легка, не пізніше ніж за 2 години до сну. При цьому потрібно звести до мінімуму (до 5 г на добу) споживання солі. Щоб присмачити несолону їжу, до неї додають журавлину, лимонну кислоту, кріп, петрушку. Суворі обмеження стосуються тваринних жирів і вуглеводів, перевагу слід віддавати олії та морепродуктам.

Калорійність добового раціону – до 3000 калорій. Їжу їдять підігрітою.

Раціон гіпертоніків досить різноманітний, до нього входить прісний, житній та пшеничний хліб, сухарі, галети, вівсяні, гречані, рисові, пшеничні каші, овочеві та молочні супи, пісні борщі, картопля, капуста білоголова та цвітна, свіжі огірки, помідори, кабачки, гарбузи, баклажани, морська капуста. Вельми корисні за гіпертонії родзинки, курага, чорнослив, персики, абрикоси, банани, ананаси, волоські горіхи, мигдаль. Із м'ясних виробів можна нежирну яловичину і свинину,

курку, індичку (у відвареному і запеченому вигляді), також нежирну рибу (відварену або запечену). Дозволяється з'їсти одне куряче яйце на день. Годяться для харчування людей із гіпертензією і незбиране молоко, кефір, домашній сир, кумис.

Замість цукру краще їсти мед (до 50 г на день).

Обмежити себе доведеться не тільки в кількості їжі, а й у рідині – не більше 1,5 л на добу. Улюбленими напоями повинні стати соки, квас, відвар шипшини, не міцний чай.

А от продукти, про які краще забути: жирне м'ясо, сало, міцні бульйони, міцний чай і кава, перець, редька, копченості, гострі і солоні страви, шоколад, алкоголь. До цього списку також входять печінка, нирки, серце – все, що колись називали тельбухами, а тепер субпродуктами – у будь-якому вигляді: вареному, печеному і смаженому.

### Яке борошно вибрати?

Фахівці в галузі дієтології та правильного харчування стверджують, що найкориснішим для організму є борошно грубого помелу. У ньому міститься більше клітковини і потрібних організму речовин. Єдиний недолік: приготувати з нього пухку випічку, на жаль, не вдасться. Тому його навряд чи можна використовувати для бісквітів, а ось для панірування або як інгредієнт соусу – такому борошну немає рівних. Якщо ви дотримуетесь дієти або бажаєте харчуватися «правильно», з такого борошна слід пекти хліб або хлібці, у які можна додавати також пророщену пшеницю.

Якщо говорити про види борошна, то найпопулярнішим, безумовно, є пшеничне. Друге місце посідає житнє борошно. Проте корисніше використовувати в їжу

гречане і ячмінне. У ячмінному борошні міститься бета-глюкан, який знижує холестерин, тим самим захищаючи серце й судини. Але випічка з нього не надто пухка, тому ліпше змішувати його із пшеничним. А гречане борошно допоможе швидше схуднути і налагодити обмін речовин.

### Якщо набрякли коліна

Набряклі коліна можуть бути одним із симптомів розвитку ревматоїдного артриту, підкреслюють фахівці. І людям дуже важливо не втратити часу, аби почати терапію якомога раніше.

Ревматоїдний артрит розвивається в організмі через надмірну реакцію імунної системи. Ця реакція спричиняє запалення, жар, біль та опухання суглобів. У групі особливого ризику перебувають жінки старші 40 років. При цьому експерти вважають, що безліч людей живе з артритом і навіть не знає про його існування. Це відбувається через те, що пацієнти ігнорують симптоми хвороби. А якщо не реагувати на них більше трьох місяців, то в суглобах можуть розвинути серйозні ушкодження. Збільшується ризик тривалої інвалідизації та хронічного болю – будь-які рухи стануть украй болісними. Крім того, без своєчасно розпочатого лікування внаслідок хронічного запалення збільшується небезпека інших проблем зі здоров'ям, включаючи і хвороби серця. Як показали досліджен-



ня, майже 60% пацієнтів із артритом на початковій стадії хвороби ігнорували симптоми, вважаючи біль і запалення суглобів нормальним наслідком старіння. А третина списувала це на надмірне захоплення домашнім господарством або роботу на городі.

Лікарі нагадують: перші 12 тижнів розвитку ревматоїдного артриту є критично важливими. Якщо почати агресивне лікування в цей період, то в подальшому ризик ушкодження суглобів зменшується кількарізово, так само як і небезпека обмеження рухливості.

### Користь – в овочевому бадиллі

Як правило, в їжу ми вживаємо лише самі коренеплоди. Проте в бадиллі деяких овочів міститься не менша кількість цінних і корисних речовин, ніж у коренеплодах.

Одним із лідерів щодо користі бадилля є буряки. У ньому містяться цинк, залізо, фтор, йод, калій, фосфор, магній, кальцій, а також такі вітаміни, як А, В, РР, С. У бадиллі моркви також міститься чимало корисних речовин. Його рекомендують вживати за чиститу. Жувати морквиння зовсім не обов'язково – з нього можна приготувати відвар, який слід випивати потрохи протягом дня. У бадиллі ріпи міститься велика кількість кальцію, а також цілий набір вітамінів. Крім того, кухарі відзначають, що бадилля ріпи досить смачне. Оскільки в ньому багато кальцію, його рекомендують за хвороб кісток і крові, зокрема за рахіту в дітей.

Зверніть увагу: для того щоб уникнути ризику потрапляння в організм мікробів, бадилля бажано ошпарити окропом перед вживанням. Морквиння можна навіть залишити в окропі на 15 хвилин, за цей час зникне гіркота, і воно стане приємнішим на смак.