



СПОКОНВІКУ БУЛО СЛОВО...

№6 (790), 12 лютого 2021 року

ВІСТІ КАЛУЩИН

ІНФОРМАЦІЙНА ГАЗЕТА КАЛУЩИН

Монахині із Войнилова — 95!

У вівторок, 9 лютого, у селищі Войнилів мати Василя (ЧСВВ з Провінції Пресвятої Тройці) відсвяткувала свій 95-ий день народження.

З ювілеєм її вітає Генеральна курія Сестер Чину Святого Василя Великого: «Щиро дякуємо за її жертвенне служіння, особливо за провід сестрами Василянками в Україні під час підпілля (Протоігуменя від 1982 по 1988 рік). Нехай Господь благословить Вас, дорога Мати Василю, усіма потрібними ласками».

Мати Василя (Аріадна-Марія-Олена Миколаївна Николайчук) отримує у ці дні численні вітання і побажання.

Многая літа!



У номері:

- **Магда Яцишин: “Коли закриється книжка мого земного життя, сподіваюся, що Ісус Христос на брамі до Раю зустрине мене як четвертого грішника”** ⇒ стор. 2
- **Блогерка Надія Руско: “Я молюся, ходжу до храму і пишу про це у Facebook”** ⇒ стор. 3
- **Смертельне ДТП у Павлівці: двоє загинили, 13 травмовано** ⇒ стор. 7

У Калуші збільшили кількість ліжкомісць для хворих на COVID-19

У калуських медзакладах збільшили кількість ліжкомісць для хворих на коронавірусну недугу — із 280 до 300.

Станом на ранок четверга, 11 лютого, зайнято 111 ліжок (саме стільки є пацієнтів із пневмоніями), із 155 кисневих точок використовується 92. Із 111 хворих у 75 підтверджено коронавірусну недугу, 11 з них — іногородні.

Загалом з початку епідемії на Калущині було зареєстровано 3131 лабораторно підтверджений випадок коронавірусної хвороби, померли 133 людини (з них 91 особа — це калушани). Наразі очікують результати лабораторних аналізів 72 особи.

Як зауважив міський голова Андрій Найда, у порівнянні з попереднім тижнем на Калущині збільшилася кількість хворих — на 108 осіб.

У ліцях Калуської ТГ на самоізоляції через COVID-19 перебувають вісім класів

У закладах загальної середньої освіти Калуської міської територіальної громади станом на 10 лютого на дистанційному навчанні перебувають 189 школярів.

Як повідомила начальниця управління освіти Калуської міської ради Ірина Люклян, на карантин через захворювання на коронавірус вчителів відправили один 9-ий клас у Тужилівському ліцеї, три класи (5-6-ті) у Голинському ліцеї та два класи (2-В і 7-В) у Калуському ліцеї №4.

Також на самоізоляцію через захворювання на коронавірус учнів пішли 7-А клас у Калуському ліцеї ім. Д. Бахматюка та один 11-ий клас у Калуському ліцеї №7. У закладах дошкільної освіти міста наразі працюють всі групи.

Служба порятунку проінспектує готелі, пансіонати, хостели, будинки для людей похилого віку та осіб

Згідно з дорученням Прем'єр-міністра України від 27.01.2021 стосовно здійснення заходів державного нагляду (контролю) за додержанням вимог законодавства у сфері техногенної та пожежної безпеки суб'єктами господарювання, у власності, користуванні яких перебувають готелі, пансіонати, хостели, будинки для людей похилого віку та осіб з інвалідністю, інспекторський склад Калуського міськрайонного відділу УДСНС здійснює перевірки таких об'єктів на території Калущини. За результатами перевірки керівники об'єктів та відповідальні посадові особи можуть бути притягнуті до адміністративної відповідальності згідно із чинним законодавством у випадках порушення правил пожежної безпеки.

ОГОЛОШЕННЯ

Пишіть:
kl.visti@gmail.com
Телефонуйте:
0964231794

ЗАКУПОВУЄМО

свої відходи та половинки
СОЮ КУКУРУДЗУ

НАДАМО ТРАНСПОРТ
(098) 650-75-51

Пенсії перерахують вже в березні: кому додадуть 1 тисячу гривень, а хто залишиться без надбавки

В Україні з 1 березня почнуть проводити щорічну індексацію пенсій. Цього року розмір надбавки складе до 11%. Частина пенсіонерів не отримає нічого, інші ж можуть розраховувати на надбавку в розмірі понад 1 тис. грн.

Як проведуть індексацію?

Під час осучаснення на 11% підвищать розрахунковий розмір середньої зарплати за три роки, на підставі якої рахується пенсія. Однак підвищуватимуть тільки розрахунковий розмір. Тобто без урахування надбавок за стаж, доплат для окремих категорій і т.д.

Розмір індексації (11%) — половина від динаміки зростання середніх зарплат за минулі три роки плюс половина від минулорічної інфляції. Дані точної статистики з'являться тільки в березні, але чиновники вже підрахували, що це буде близько згаданих 11%.

Хто нічого не отримає, а кому додадуть більше тисячі гривень?

Ті українці, які зараз отримують пенсію в розмірі 9090 грн можуть розраховувати на надбавку близько 1 тис. грн. Зовсім без надбавки залишаться:

тих, хто за формулою заробив на пенсію, розмір якої менше 11% від мінімальної; ті, хто зараз отримує максимальну пенсію.

Навіщо проводять індексацію?

Пенсії в Україні рахуються за такою формулою:

Середня зарплата за останні три ро-



ки (по країні) * співвідношення власної зарплати до середньої по країні * стаж у роках * 1%:

Справа в тому, що перший показник щорічно старіє. Зарплати зростають швидше, ніж підвищують пенсії. Це призводить до того, що «старі» пенсіонери з кожним роком стають біднішими, а «нові», які з таким же рівнем зарплат і стажем виходять на заслужений відпочинок, отримують значно більше. Щоб виправити ситуацію, ще минула влада вирішила щорічно рівень середньої зарплати за три роки у формулі підвищувати на коефіцієнт. Цей коефіцієнт рахується як сума 50% інфляції за минулий рік і середньої динаміки зростання зарплат за минулі три роки.

У січні у Калуському ДРАЦСі зареєстрували 35 хлопчиків та 25 дівчаток: які імена найпоширеніші

В першому місяці 2021 року Калуський міськрайонний відділ ДРАЦС зареєстрував 60 народжень дітей, з них 35 дівчаток та 25 хлопчиків.

50% батьків скористалися комплексною послугою Є-Малятко та за однією заявою отримали обрані ними послуги:

- державна реєстрація народження дитини,
- реєстрація дитини у державному реєстрі фізичних осіб-платників податків,
- внесення інформації про дитину до Єдиного дер-

жавного демографічного реєстру з присвоєнням унікального номеру запису у реєстрі,

- призначення допомоги при народженні дитини,
- реєстрація місця проживання дитини,
- внесення даних дитини до Реєстру пацієнтів.

До слова, народився в Калуському пологовому бу-

динку першим хлопчик, однак до відділу ДРАЦС першою надійшла заява про реєстрацію народження дівчинки Вікторії.

Часто обирають батьки такі імена як Софія, Дарина, Матвій, Давид, Артур.

Тепер в нас підрастають і маленькі Аполінарія, Аріна, Аміра, Даніель, але такі імена поодинокі.

Магда Яцишин: “Коли закриється книжка мого земного життя, сподіваюся, що Ісус Христос на брамі до Раю зустрине мене як четвертого грішника”

Магду Яцишин із Добровлян можна назвати пісенною легендою. У її скарбниці — пісні до всякого випадку, події, обряду, коліскові, козацькі, стрілецькі, повстанські, запальні коломийки й тужливі балади.

Весілля чи інші святкові події, де п. Магда була гостею, назавжди всім закарбувалися у пам'яті. Їй за щастя було розділити з людьми радість, брати участь в усіх обрядах весільного дійства і кожен із них прикрасити піснями. Хто ж ще знає у Добровлянах їх більше, ніж Магда! А власне Магдине весілля запам'яталося добровлянцям на десятиліття. Вони, як згадує голова сільської “Просвіти” Марія Василів, ніколи не чули, щоб так молода, як ота юна красуня з Підмихайля, виспівувала на своєму весіллі. А коли Магда стала жити в Добровлянах, то багатьох зачаровувала своїми піснями, часом такими, що ніхто й раніше не чув. З відродженням у Добровлянах “Просвіти” талант Магди Яцишин засяяв новими гранями. Щедро ділилася насправду народна співачка своїми піснями скарбами з усіма охочими, зокрема з учасницями фольклорного ансамблю “Добровляночка”.

Юний талант підмихайлівської “Просвіти”

Народилася Магда 17 квітня далекого 1929 року у Підмихайлі у великій родині. Магда була шостою дитиною у сім'ї. Її мама Пелагія (у дівоцтві Штогрин) після загибелі на фронті І світової війни чоловіка Дивона Семаньківа ще зовсім молодою, у 24 роки, залишилася вдовою з трьома маленькими синовцями: Івасем, Дмитриком та Михайликом. Коли вже трохи віти біль утрати, щоб діти мали батька, а хата — господаря, Пелагія вийшла заміж вдруге — за Володимира Олевича. Від цього шлюбу народилося троє донечок: Марія, Анна та наймолодша — Магдаліна. Ще змалечку доводилося Магді росити ноги, коли пасла худібку, допомагати старшим у полі, а щоб швидше час проминав, співала.

“Мною мама, мабуть, встидалася, бо я була пізньою дитиною, старші — вже були дорослими. Але якось, як згадувала мама, одна жінка,



в котрої не було дітей, попросила, щоб мене віддали їй. Після того мама розмислила, що я така ж дитина, як усі її діти, і вже мене всюди з собою брала, — розповідає Магда Яцишин. — Я була ще зовсім маляською дівчинкою, коли підмихайлівська “Просвіта” запрошувала мене виступати з піснями, віршами на всі свої концерти.

Хата-читальня тоді у Підмихайлі була маленькою, тож коли відбувалися концерти, вона не могла помістити всіх глядачів, слухачів. Пам'ятаю, як на двір виносили стіл. Ставили мене на стіл. Він для мене був сценою. Частіше після концертів мене брали на руки, несли до склепу і казали: “Вибирай, що хочеш”, — згадує п. Магда. — Як нині пам'ятаю вірш, який я часто розповідала напам'ять тоді:

«Україно нещасная, чом плачеш-ридаєш, Немов би та сирітка спокую не маєш?..»

“У 1933 році я вже виступала в Станіславові, — продовжує свої спогади п. Магда. — Пам'ятаю велику сцену, панську публіку. І я — така маленька, файно вбрана, у біленьку сукеночку. Здається, що й нині чую “Молитву” у виконанні хору з Підмихайля. А ще тоді ми з одним хлопчиком танцювали. Наша вчителька нас вчила танець у супроводі мелодії скрипки. А в Станіславові замість скрипки музикант грав на роялі. Але ми танцювали, не розгубилися. Коли закінчили танець, то чуємо — шквал оплесків.

Пізніше поляки (мій тато був поляком) заманили мене виступати в польську читальню. Сестра Марія була переконаною українка, переконала мене, тому скептично поставилася до моїх виступів перед поляками. Я дуже

скоро вивчила польські пісні, вірші. За мої виступи мені платили злоті. Мама дуже тішилася, бо могла за ці гроші щось купити до хати”.

“Магда Олевич — найкращий співак”

Магдаліна Володимирівна продовжує оповідати історію свого творчого життя: “Коли я піросла, пішла до школи, мої виступи стали серйознішими. Вчитель Пулко, який був на квартирі в о. Підлісецького, ставив співані вистави — дитячі опери. У “Хорі Ангелів” я виконувала роль Сироти. На очах дорослих бриніли сльози, коли я співала: «Нема що їсти. Змилюйтесь, люди, змилюйтесь, просим. Та дайте, як є що у вас. Сам Бог не забуде. Полюблять вас люди, Бог вам утрое віддасть.»

Директор школи хвалив мене, казав: “Магда Олевич — найкращий співак”.

Пізніше я грала роль Сестрички-Синички у співаній виставі за твором Марійки Підгірянки “У чужому пір'ї”. У підлітковому віці я грала ролі у драматичних виставах. У виставі “Назар Стодоля” я була за Стеху. У цій виставі грали Андрій Семаньків, Анна Штогрин, Анна Пробоїв, Іван Кучерак, Микола... дай Боже пам'яті згадати його прізвище. Майже всі вже на тім світі, а Магда живе й співає”, — каже п. Магда.

“Дякую тобі, донцю, що ти мене врятувала!”

“Одного разу я пасла худобу. Тоді якраз була облава, — знову поринає у спогади жінка. — Бачу: йде втомлений партизан. Лежить тримається на ногах. Чути гавкіт псів. Я здогадалася, що партизан переслідують енкаведисти. Я сказала партизанові, щоб лягав на

землю, а дітям, щоб лягли на нього. Я скачу і кричу: “Купа!Купа!”. Пси втратили слід, бо було багато худоби і дітей. Енкаведисти пройшли, не побачивши партизана. Чоловік встав і каже: “Дякую тобі, донцю, що ти мене врятувала!”

Був ще такий випадок. Зібралася молодь у нас відсвяткувати свято Миколая. Чуємо: гавкають пси. Загасили ми ліхтар. Стукіт у двері і голоси: “Аткруйте, а то кінемо гранату!” Всі залягли за стіл. Ніхто не хотів відкривати, бо боялися. Довелося мені. Руский вистрілив у хаті ракетницею, перевірів документи у хлопців. На щастя, всі їх мали. Тоді енкаведист каже: “Ета пацанка вас спасла”.

“Віра в Бога допомагає вистояти у найважчих ситуаціях”

“Багато на своєму віку я пережила, — підсумовує жінка. — Пам'ятаю, як наближалися німці до села. Всі тікали — хто куди. Я — у ліс. Бігла-бігла і опинилася аж у Завою. Вдома дуже переживали. Мама побивалася, де я. І дуже втішилася, що я жива-здорова нарешті повернулася додому”.

Були нелегкі часи. Змінювалися окупаційні режими. Талановиту дівчинку запрошували виступати і поляки, й українці, а за радянської влади відправили на олімпіаду до Калуша декламувати “Пісню трактористки” Павла Тичини. А там були рядки: «Доки мене будуть мучити ваші рясини і церкви».

“А я кожної неділі — в церкві, на самому переді стояла, — каже п. Магда. — Після олімпіади клич мене наш священник о.Підлісецький і питає, чи я комсомолка. Відповіла, що ні”.

Все життя Магда щиро каялася за ту олімпіаду і той вірш, просила прощення у Бога, щиро молилася і робила все, щоб інші люди мали можливість спільно просити у Бога благословення і ласки.

“У Добровлянах церкву закрили у 1962 році, але люди вирішили самі відкрити церкву, — згадує п. Магда. — Отець Богдан Челядин на прохання Яким Федоровича дав нам дозвіл охороняти святиню і самим відспівувати Службу Божу, без священника. Ми сходилися громадою і відспівували Службу Божу. Я особисто кілька років відспівувала Службу Божу. Нас багато років розганяли управителі. Приїжджали із псами, руйнували, забирали церковні святині

і майно. Але ми вистояли і дочекалися відкриття церкви. Я особисто 5 разів була у райвиконкомі. Ми писали скарги в Москву, їздили до Івано-Франківська. Нарешті у 1988 році нам дозволили відкрити нашу церкву і призначили священником о.Григорія Токарика”.

“Я ще жодного разу не лягла і не встала, щоб не помолитися до Бога, до Ангела-Хоронителя. Віра в Бога, чесність, совість допомагає вистояти у найважчих ситуаціях”, — переконана п.Магда.

“Співай, Магдо, співай...”

Магда закінчила 7 класів. У школі мала добрі оцінки, тож хотіла вчитися далі, здобути професію, але життя, історичні обставини диктували свої умови. “Про моє життя, пані, можна писати книжку. Думаю, що її назва мала б бути “Украдене щастя”, — посміхаючись каже п. Магда. — У 18 років мене видали заміж за Петра Яцишина з Добровлян. Він працював на залізниці разом з моїм братом Дмитром. Багато нам довелося з чоловіком пережити. І те, як загнали в колгосп, і те, як його побили біля могили у центрі села з окриками: “Бандерівець!”. Був і інший візит, бо хтось доповів, що я нібито не в такому хорі співала і не на тій сцені виступала. Але мені тоді на поміч прийшов станичний Петро “Орлик”, сказав: “Магдо, заспівай мені ту пісню, мою улюблену”. І я заспівала: «Чорніють гори, вже смеркає, на синє небо зійшла зоря...»

Як закінчила я співати, старший, який вже навіть протокол на мене мав у кишені, каже: “Хлопці, шкода людини, вона ще нам у пригоді стане”.

Колгоспні будні були як каторга. Робили тяжко, все вручну: і сапали, і жали, і врожай збирали. Тоді, на початках, нам нічого не платили. Робили ми за паличку-трудодень у журналі. Ой, наспівалася за ці 27 років у ланці! Жінки казали: “Ви співаєте, бо вам легко”. А я в піснях виливала свою тугу і жаль. Серце плакало, а душа співала. Працювала в колгоспі і вдома, вихо-

увала разом з чоловіком трійкою дітей: Анну, Василя, Володимира. І співала, співала...”

Заново розквітнув талант п.Магди як співачки і оповідачки наприкінці 80-х — початку 90-х років, коли у Добровлянах відродилася “Просвіта”. Магдині виступи стали окрасою вечорниць, вона ніби із скарбниці діставала з пам'яті народні традиції, обряди, пісні, вірші. Коли читала Магда Яцишин у Завою “Розриту могилу”, то плакали навіть чоловіки.

“Петро, — згадує п. Магда, — завжди відпускав мене на репетиції, концерти. Здається мені, що він передбачив свою смерть. Сказав підготувати святкову одягу, принести капелюх і все покласти біля ліжка... І знову, як колись, попросив заспівати свою улюблену пісню: «Раз козак у похід вибирався і коня вороного сідлав». Петро завжди мені казав: “Співай, Магдо, співай”.

“Все життя співаю на славу Божу і на радість людям”

На запитання про те, скільки п.Магда знає пісень, віршів напам'ять, вона відповідала: “Не знаю, як ті пісні і вірші закарбовуються у пам'яті, і скільки їх я знаю. Знаю напам'ять вірші на десятки куплетів і Шевченкову “Катерину”. Час від часу відкриваю валізу і переглядаю свій найбільший скарб — рукописи пісень, віршів, молитовники. Я не перестаю співати, любити людей. І думаю, коли закриється книжка мого земного життя, на брамі до Раю, Ісус Христос зустрине мене як четвертого грішника.

— Чому четвертого? — запитую.

— А пам'ятає, як сказав четвертий грішник: “Я не годував Тебе, коли Ти був голодний, не напував, коли мав спрагу, не одягав, коли був нагий”. І що йому Ісус Христос відповів? “Ти мене розвеселив”. Отак і я все життя співаю на славу Божу і на радість людям.

Галина Когут
«З архіву Вістей Калущини»



Фольклорний ансамбль «Добровляночка» з сумом сповіщає про смерть учасниці колективу

ЯЦИШИН Магдаліни Володимирівни

і висловлює щире співчуття рідним і близьким покійної.

Нехай наше співчуття полегшить біль втраченої дорогої людини.

Блогерка Надія Руско: “Я молюся, ходжу до храму і пишу про це у Facebook”, пишу про те, чим живу і що відчуваю

Як молода вчена із Підмихайля опановує різні професії і розширює свої таланти, розповіла сайту докторка філософії Надія Руско.



Ім'я відомої блогерки Надії Руско у багатьох асоціюється саме із текстами на релігійну тематику. Про сакральне вона публічно говорить у соціальній мережі, і щоразу її публікації збирають сотні і тисячі читачів. Втім, Надія не лише пише про Бога, але регулярно буває у храмі, веде духовний спосіб життя. За яких обставин п. Надія Руско почала писати на духовні теми? Про це більше — «В Ексклюзивних новинах».

— **Надіє, розкажіть, що для Вас означає слово “писати” і як Ви усвідомили, що це – Ваше покликання?**

— Письмо раптово стало для мене способом жити. Близько 10 років тому я почала працювати над книгами, а згодом над дисертацією. Писала сотні статей у газети і журнали. А ось деє років 5 тому вийшла в інтернет простір, адже більшість людей тут проводять свій вільний час. З того часу щодень я дивлюсь на світ власне крізь призму письма. Як? Я спостерігаю за всім, аби потім про це написати, намагаюсь помічати більше і бути уважною до світу. Що важливо — я роблю це мимоволі. Чомусь те, що зі мною відбувається, дуже часто любить стати текстом. Моя сторінка у фейсбуці — це мій щоденний вербалізований досвід жити. Різний досвід; великою мірою — духовний, метафізичний. Чи письмо — це моє покликання? Не знаю. Це звучало б гарно, звісно, але я тільки знаю, що мені нецікаво жити без письма, і те, що я переживаю, коли пишу, емоційно не може замінити ніщо інше. Найбільше за день мене звеселяє думка про те, що зараз я зможу сісти щось писати.

— **Чому Ви вирішили писати на релігійні теми? Чи був певний поштовх до цього?**

— Я ніколи цього не вирішувала. Ці історії народились у Фейсбуці ненароком, як народжуються всі історії. Вони не сплановані навмисно. (Та й хто б планував писати про Бога в мережі, де фешн-фотографії та знімки їжі у пріоритеті?) Релігійні тексти не були стратегією чи спеціальним інструментом здобути якийсь умовний успіх, стати цими історіями іншою,

нетиповою блогеркою чи білою вороною. (І білою вороною бути, до слова, непросто. Навряд чи хтось би хотів нею бути з доброї волі.) Просто, де б я не була, з ким би не була, я є собою. В Фейсбуці — теж. Бог є частиною мого життя, то чому я маю деє від Нього відрікатись? Кажу ж — я завжди пишу про те, чим живу, і відчуваю. Великою мірою мій блог — це життя-онлайн. Зараз, наприклад, я пишу монографію, і пишу про це в Фейсбуці. Я молюсь, ходжу до церкви, живу духовним життям — і пишу про це в Фейсбуці.

— **Чи була у Вашому житті якась особлива людина (а, можливо, трапилось щось особливе), яка допомогла Вам побудувати стосунки з Господом?**

— Є така. Скажу лиш: мій духівник. Мої читачі добре знають, хто це. В мене є історія «Духівник» у п'яти частинах, яку я хочу згодом опублікувати. Вона багато пояснює. Нехай це стане спонуккою прийти до мене і все з'ясувати.

— **Як, на Вашу думку, знайти серед інформаційного шуму час для духовного розвитку? Чи маєте свій рецепт?**

— Ми живемо в час, коли духовно розвиватися можна власне серед інформаційного шуму. Ера технологій може допомагати. От бачите, у тому ж Фейсбуці можна читати ненав'язливі тексти про Бога. Або, наприклад, я знаю

отця, що в цій контрверсійній мережі веде прямі ефір-молитви, і можна помолитись разом з ним. Є чудово наповнені інтернет-сайти. Тепер розклад Служб Божих можна дивитись на сайті храмів, то що казати про інше? Нехай інформаційний шум стане не завадою, а інструментом.

— **Що б Ви порадили молодій людині, яка зіштовхується з численними викликами сучасності (суб'єктивізмом, атеізмом, культурним тиском), щоб зберегти свою ідентичність в Бозі та стосунки з Ним?**

— Я якраз не дуже давно писала про це пост у блозі, бо сама знаю, про що Ви. Я не люблю радити і не люблю, коли мені щось радять, тому просто поділюсь своїм досвідом — раптом він стане комусь цікавим.

Після закінчення сільської школи я приїхала до великого міста — і вперше побачила, що так, як живемо ми з бабою і дідом при церкві, живуть не всі. Є ті, що заперечують мою віру, і це їм вдається робити дуже переконливо.

Справді, вірити нині не дуже модно. Модно бути агностиками та атеїстами, казати, ніби Бога немає, стверджувати, що ті, хто вірує, — слабкі, бо не здатні брати на себе відповідальність за те, що відбувається в їхньому житті; каліки, що потребують милости; немічні, що не можуть впоратись самотужки.

Але найгірше, що ми з вами можемо зробити — піддатись моді/часові/товариство-ві/обставинам.

Коли я — сільська дитина — побачила у великому місті, що атеїсти мешкають не лише у підручниках з релігієзнавства, а й на яву, мене це приголомшило, але не зрушило мого світогляду.

Мій Бог актуальний і в місті, і в селі, і у віртуальному, і у реальному вимірі. Бог не залежить від обставин, у яких я перебуваю. Бог — зі мною Бог — в мені.

Звісно, в еру інформаційних технологій можна казати, ніби Бога немає, але від того Він не перестане бути. Бог не залежить від часу, у який ми живемо. Він — поза часом.

— **Ви знаєте, якою є Ва-**

ша читацька аудиторія? Хто ці люди переважно?

— Знаю, бо зараз опція статистики профілю в фейсбуці дозволяє відстежувати все. Мене читають переважно дівчата і жінки (хоч, за статистикою, дівчата і жінки більше читають не лише мій блог, а й загалом). Також священнослужителі, майбутні богослови, науковці.

Лева частка перебу-

го присутність.) Мені нецікаво писати, якщо цей текст не прочитають, тому ніколи я не писала у шухляду і вже навряд чи зможу. Думаю, то зле. Так не має бути. Літераторові, мабуть, байдуже, бо мистецтво — заради мистецтва. Але формат блогу узяв мене від миттєвого відклику, коментарів, критики або похвали. Якщо б читач зник — я б зникла разом



ває в діапазоні 21- 35 років, хоч є багато читачів, яким за п'ятдесят. Підлітків ці тексти не дуже цікавлять. І я розумію чому. В мене аудиторія, яка вже здобула освіту. Але передусім, мені здається, це дуже тонкі і чуйні люди, виховані, — вони завжди дуже зворушливо, обережно та активно коментують ці тексти. Я люблю кожного, без лукавства. Багато з ними спілкуюсь — тільки так можу подякувати їм за те, що витрачають на мене і мої тексти свій час (його в нас так мало!).

— **Ви часто писали, що без читача Ваших текстів не було б. Як Ви вважаєте, що важливіше: писати про те, про що хочеш сказати, чи про те, що хочуть почути?**

— Без читача моїх текстів не було б, справді. (Мабуть, саме тому я дуже ціную йо-

з ним. Я не змогла б писати — не бачила б сенсу. Пишу у мережі, у цьому полягає небезпека для мого письма, але дуже скоро сподіваюсь вийти поза межі мережі. Але читачі часто стають співтворцями цих текстів. Ми багато спілкуємось — приватно та у коментарях — і читач мимоволі часто подає добру ідею на новий текст, хоч сам про це не підозрює. Знову важливо — мимоволі!

Бо я не вмю писати на замовлення. Часом читач мене просить про щось написати, але мої історії певною мірою є літературними (це інтернет-есеї), а такі не народжуються тому, що хтось цього хоче. Щоб виник будь-який текст, мусить спершу виникнути імпульс. Мусить щось дуже приголомшити, зворушити. Ніколи не можеш передбачити, коли це з тобою станеться, тому я сама ніколи не знаю, яким буде наступний текст. Треба тільки на нього чекати. Мені видається, що в тому й смак цього письма і для мене, і для читача, — воно завжди несподіване.

— **Ви згадували про написання своєї книги і читач неодноразово цікавився цим питанням. Чи є вже конкретні плани та ідеї?**

— Можливо.

— **Наскільки важливими є тексти про Бога в сучасній українській літературі?**

— Скажу зараз крамольну річ — в сучасній українській літературі вони є не більш, і не менш важливими, ніж будь-які інші. Наперед даруйте за навмисну тавтологію, але важливо інше: наскільки ці тексти є важливими для кожного з нас.



Харчування взимку: лікарка радить, які продукти та вітаміни потрібно додати до свого раціону

Правильно підібраний зимовий раціон дозволяє легше пережити короткий світловий день, холод, тривале перебування в приміщенні та залишатись здоровим і бадьорим. У повсякденному харчуванні обов'язково мають бути: білки, жири, вуглеводи, вітаміни, мінеральні речовини, клітковина, вода. Правильні поради — від Галини Жабровець, лікарки-гастроентерологині Калуського міського центру первинної медико-санітарної допомоги.

Коли їжа є корисною їжа корисна, якщо вона:

- максимально натуральна,
- різноманітна, низькокалорійна,
- багата вітамінами та фітохімічними речовинами.

Фітохімічні речовини є природними антиоксидантами, які захищають клітини організму від інфекцій, передчасного старіння, мутацій та розвитку раку.

Корисні продукти Цільні злаки:

- вівсянка,
- коричневий рис,
- гречка,
- пшоно.

Порада. Починайте свій ранок із вівсянки.

Бобові:

- квасоля,
- сочевиця зелена,
- сочевиця червона,
- нут.

Порада. Квасолю можна вживати як основну страву або додавати в супи

Овочі та зелень:

- картопля
- морква
- буряк
- капуста білокачанна
- селера
- гарбуз
- будь-яка доступна вам зелень (салат, шпинат, можна заморожені).

Порада. З гарбуза можна готувати не лише суп — додавайте його в салати чи готуйте з нього основну страву.

Горіхи і насіння:

- будь-які горіхи,
- насіння Chia.

Фрукти і сухофрукти:

- апельсини,
- мандарини,
- гранати,
- ківі,
- лимони,
- авокадо,
- хурма,
- фініки,



- банани,
- яблука,
- заморожені ягоди (брусниця, журавлина, чорниця).

Інше

- рослинна олія (кукурудзяна, кокосова, рапсова)
- цільнозернове борошно,
- цільнозерновий хліб або хлібці.

Спеції:

- морська сіль,
- куркума,
- чорний перець,
- паприка,
- цибуля,
- часник,
- імбир,
- кориця.

Порада. Додайте корицю та імбир в чай.

5 вітамінів для оздоровлення

Вітамін D у готовому вигляді міститься в жовтках, печінці тріски, вершковому маслі (не менше 82% жирності), кисломолочних продуктах (сметана, вершки, кисломолочний сир). Вітамін D має накопичувальний ефект, який дозволяє використовувати організмом вітамін в міру необхідності.

Вітамін C впливає на активність імунних клітин — макрофагів, що веде до зміцнення загального імунітету. Найбільше вітаміну C містять: сушена шипшина, капуста, петрушка, солодкий перець, цибуля. Їх потрібно вживати сирими чи у

вигляді салату щодня, в невеликій кількості. Вітамін C не може накопичуватися в організмі, тому його запас потрібно поповнювати щодня з їжею.

Білок потрібен для будівництва нових клітин, зокрема, імунних (варене м'ясо, яйця, риба, бобові, кисломолочні продукти).

Омега-3 покращує стан крові, попереджує утворення тромбів та запальних процесів, дозволяючи зменшити вірогідність захворювань (жирна морська риба, горіхи, насіння льону).

Квашені продукти. Обов'язковим у зимовий період має бути вживання квашених продуктів. Понад 70% нашого імунітету залежить від роботи кишечника. Ці продукти містять молочну кислоту, яка живить корисні кишкові бактерії, стимулюючи ріст корисної мікрофлори і утворюючи сильний захист, який не дозволяє проникати токсичним речовинам, вірусам та бактеріям в організм.

Збалансоване харчування взимку особливо важливе. Якщо розділити тарілку на 3 частини, дві з них мають займати овочі, сирі та термічно оброблені, незначна кількість фруктів, далі білкові продукти і каші. Це дозволить не тільки підтримувати рівень корисних вітамінів та біологічних активних речовин для кращого самопочуття, а й навіть оздоровитись.

Психологиня про те, як захищати особисті кордони і не порушувати простір інших

Особисті кордони — це межа, яка відділяє одну людину від іншої. Такі кордони є необхідними для кожної людини і позначають відмінності між її світоглядом і світом іншої людини. Особисті кордони є межею дозволеності у взаємодії з іншими людьми.

Люди багато спілкуються один з одним на різну тематику. При цьому вони можуть розповідати щось про себе, про інших, а також запитувати один одного про щось. Саме тоді, найчастіше, можуть порушуватися особисті кордони.

Наприклад, вам ставлять запитання про особисте, на які ви не бажаєте відповідати. В цей самий момент зробили спробу порушити ваші особисті кордони.

У вас є кілька варіантів дій. Перший і найефективніший — відповісти так, щоб ваш співрозмовник зрозумів: на цю тему ви говорити не бажаєте. Для цього варто відповідати на такі запитання прямо: «Я не бажаю про це говорити» і перенаправити вашу розмову в іншу тематику або поставити співрозмовнику якесь зустрічне запитання.

Якщо людина ненавмисне порушила ваші кордони, то вона зрозуміє і перестане ставити вам схожі, або ті самі запитання.

Проте часто в житті можна стикнутися з такими ситуаціями, коли люди продовжують запитувати і, навіть, вимагати від вас відповіді. Найчастіше це можуть робити (і роблять) близькі люди (батьки, родичі, друзі, діти, дружини, чоловіки), скоріше за все, несвідомо.

Мабуть кожному з вас доводилося чути: «Та скажи — я ж твій /твоя/ тато/мама /друг /брат /кум. Від мене в тебе не має бути жодних секретів». Або: «Ти мені можеш сказати» і тому подібне. В цей момент здійснюється натиск (свідомо або ні) на вас (на ваше почуття провини, обов'язку), мініпулюючи вашими стосунками.

То як в такому випадку відстояти свої границі? Варто відповісти: «Так, ти мій друг /син /мама /подруга /чоловік і я до тебе дуже добре ставлюся (поважаю/ люблю /ціную), але я не хочу про це говорити. Це моє особисте. Коли я захочу розповісти, то я тобі скажу».

На цьому значна частина людей розуміє і перестає тиснути і допитувати. Проте є складніші випадки, коли роблять спроби порушити ваші кордони — це, коли людина починає вас, ніби по-доброму, шантажувати: «Якщо ти мене любиш /поважаєш/ цінуєш» або «Якщо ти мені друг, то ти мені скажеш».

Ця ситуація дуже схожа на попередню, але здійснюється зі ще більшим натиском на ваше почуття провини. В цьому випадку головне не піддатися і дати аналогічний опір: «Якщо ти мені справді друг / якщо ти мене справді любиш, то не будеш примушувати мене відповідати на це запитання». На цьому моменті розмови,



більшість спроб порушити ваші кордони зупиниться.

Але якщо ваші кордони порушують надалі і людина не зупиняється, а наполягає, щоб ви їй розповіли про те, що ви не хочете, продовжуючи на вас словесно тиснути, то важливо задуматися: а чи не перебуваєте ви в токсичних стосунках з цією людиною?

Основне тут ваше усвідомлення того, що насправді відбувається, чи не приховується токсичність за любов'ю, опікою, турботою, дружбою. Як все ж таки зрозуміти, що спілкування з людиною є токсичним? Це досить легко зробити самостійно. Для цього зверніть увагу на своє самопочуття до спілкування з цією людиною і після.

Якщо ви відчуваєте після розмови себе виснаженими, втомленими, пригніченими, то, скоріш за все, таке спілкування є токсичним, і варто його припинити. Якщо це неможливо, то треба хоча б зменшити з цією людиною свої взаємодії.

Взагалі дуже важливо для себе зрозуміти, де проходять ваші власні кордони. Для цього вам варто прислуховуватися до себе і розуміти, що вам приємно, а що ні; що вам подобається чи не подобається; з ким вам приємно спілкуватися, а з ким ні; які ваші уподобання; про що вам хочеться говорити, а про що ні.

Коли ви будете усвідомлювати власні уподобання, бажання, потреби відчуття, то і зрозумієте свої власні кордони і, відповідно, швидше зможете зорієнтуватися, коли будуть спроби їх порушити.

Найчастіше порушуються кордони, коли люди вказують один одному, що їм треба робити, як жити, де працювати, з ким зустрічатись (дружити), куди піти, що відчувати і тому подібне. Чим ближчі стосунки між людьми, тим частіше порушуються кордони один одного. Через це кожен з нас стикається з цим явищем достатньо часто. Саме тому важливо навчитися бачити і захищати не тільки свої власні кордони, а й не порушувати кордони інших.

Юлія Когут, психолог

Інформація для отримання дозволу на викиди забруднюючих речовин в атмосферне повітря при спорудженні свердловин №№ 70, 71, 72, 73 Гринівського ГР АТ «УКРГАЗВИДОБУВАННЯ»

Майданчик для спорудження свердловин №№ 70, 71, 72, 73 Гринівського ГР, розташований в Калуському районі Івано-Франківської області на території Новицької сільської громади.

Основними джерелами викидів забруднюючих речовин на об'єкті є: дизель при воду лебідки та ротора Wola 71H12A; дизель приводу бурових насосів Wola 71H12A; дизель-електро-станція потужністю 200 кВт Volvo TWD 1010G; факельний амбар; ємність надземна, V=50м³; зварювальні роботи; блок приготування бурового розчину; шламовий амбар; авто-спецтехніка.

Забруднюючі речовини, які викидаються в атмосферне повітря: заліза оксид (у пере-

рахунку на залізо) — 0,03456 т/рік; марганець і його сполуки (у перерахунку на двоокис марганцю) — 0,00252 т/рік; азоту діоксид — 9,52756 т/рік; кремнію діоксид аморфний (аеросил 175) — 0,00232 т/рік; сажа — 24,8032 т/рік; ангідрид сірчистий — 4,7922 т/рік; вуглецю оксид — 73,6151 т/рік; фтористі сполуки газоподібні (фтористий водень, чотирифтористий кремній) у перерахунку на фтор — 0,00292 т/рік; фтористі сполуки добре розчинні неорганічні (фторид натрію, гексафторсилі-

кат натрію) у перерахунку на фтор — 0,01112 т/рік; фтористі сполуки погано розчинні неорганічні (фторид алюмінію, гексафторалюмінат натрію) у перерахунку на фтор — 0,00628 т/рік; бенз(а)пірен — 0,002116 т/рік; вуглеводні насичені C12-C19 (розчинник РПК-26511 та ін) у перерахунку на сумарний органічний вуглець — 32,794788 т/рік; пил неорганічний, що містить двоокис кремнію, в %: 70-20 (шамот, цемент та ін) — 0,05684 т/рік; пил вуглепородний — 0,00568 т/рік; каль-

цію карбонат — 0,1648 т/рік; кальцію гідроксид — 0,03412 т/рік та парникові гази.

Валовий викид за весь період спорудження складати-ме — 145,856104 т.

Вплив роботи підприємства на навколишню атмосферу визначається на підставі аналізу результату розрахунку розсіювання забруднюючих речовин в приземному шарі атмосферного повітря, який показав, що перевищення ГДК на межі житлової забудови та на межі СЗЗ по вмісту забруднюючих речо-

вин немає.

Скарги та пропозиції надавати до Калуської районної державної адміністрації за адресою: 77300, Івано-Франківська обл., м.Калусь, вул.Шевченка, 6. тел.: (03472) 6-02-09, факс: (03472) 6-00-23, rda@kalushrda.gov.ua.

За додатковою інформацією звертатися за адресою: 63304, Харківська обл., м.Красноград, вул. Полтавська, 86. Тел.: 05744-7-46-69.

Строк подання зауважень один місяць з дня опублікування.

Калушанка Марія Куневич здобула медаль на Чемпіонаті України із боротьби самбо

У п'ятницю-неділю, п'ятого-сьомого лютого, в Харкові відбувся молодіжний Чемпіонат України із боротьби самбо.

У змаганнях взяли участь 800 спортсменів з різних областей країни. Серед них — і вихованка Калуської дитячо-юнацької спортивної школи "Сокіл", студентка Тернопільського національного економічного університету, кандидат у майстри спорту України Марія Куневич. Змагаючись із суперницями у ваговій категорії до 59 кг, калушанка у фінальному поєдинку виборола золоту медаль і стала чемпіонкою України.

Тренує дівчину викладач Калуської ДЮСШ «Сокіл», володар чорного паска, 2 ДАН Василь Клим.

Нагадаємо, Марія Куневич вже не вперше здобуває високі нагороди. У листопаді 2020 року спортсменка стала срібною призеркою Молодіжного Чемпіонату світу з боротьби самбо серед дівчат до 18 років, який проходив у Сербії.

Наразі спортсменка у складі збірної України готується до Чемпіонату Європи із боротьби самбо. Адже Чемпіонат України у Харкові був відбірковим на чемпіонат Європи в цій категорії спортсменів.



У калушанки Марти Шпирко — перше місце у Міжнародному онлайн фестивалі «ZIRKA»

Вихованці Калуського центру художньої творчості дітей, юнацтва та молоді цього тижня здобули чимало перемог.

Марта Шпирко, вихованка гуртка "Конструювання та моделювання одягу" здобула перше у Міжнародному онлайн фестивалі "ZIRKA" Зірковий Олімп - 2020", який відбувся у Греції. Керівник гуртка — Олена Смолінська.

Вихованці гуртка виготовлення іграшок сувенірів "Чарівна голочка", керівником якого є Ольга Чолінська, перемогли у багатожанровому дистанційному фестивалю-конкурсі "Битва Титанів". У Вероніки Винник — два перші місця, у Тамілі Грицак — I місце, у Вероніки Грицак — I місце, у Богдани Нечитайлової — I місце, у Вероніки Яцишин — I місце, у Марії Чолінської — I місце.



Калуські школярі стали переможцями турніру «Кубок Львівського лицаря-2021»

Нещодавно, четвертого-п'ятого, у Львові відбувся традиційний турнір з футболу «Кубок Львівського Лицаря-2021» серед учасників команд 2007 року народження



У змаганнях взяли участь 15 команд із Львівської, Івано-Франківської, Рівненської, Волинської та Хмельницької областей.

У напруженій боротьбі

калуська команда ДЮСШ управління освіти виборола I місце. Калушани здобули перемоги у всіх іграх, не програвши жодного матчу.

Тренер команди — Сер-

гій Бурковський.

Юних спортсменів м. Калуша нагородили кубком, медалями та статуетками кращих гравців турніру.

Kalushnews.City

У Калуші рятувальники визволяли із криги лебедів

У неділю, сьомого лютого, допомога рятувальників знадобилася лебедям.

О 12.30 до рятувальників зателефонували калушани і повідомили, про лебедів, котрі можливо застрягли в замерзлій частині озера на вулиці Долинській у місті Калуші.

Працівники шостої державної пожежно-рятувальної частини відразу виїхали для надання допомоги. Під час наближення рятувальників на човні, птахи злетіли. Тим чином, вони уникли замерзання до поверхні зимового озера.

У понеділок, 8 лютого, на оперативній нараді міський голова Андрій Найда дав доручення управління з надзвичайних ситуацій зв'язатися з орнітологами, щоб отримати фахову консультацію, як діяти в різних ситуаціях, аби зберегти популяцію птахів. Заступник начальника-начальник відділу цивільного захисту Олег Тарбеев поінформував, що, окрім іншого, працівники ветеринарної ме-



дицини щодня виїжджають на озеро, щоб з'ясувати, чи не зменшується через замерзання водне плесо. На озері загалом є близько 70 птахів.

Лебедів і качок не можна годувати хлібом"

А ще нагадуємо, що лебедів і качок не можна годувати хлібом — у птахів від нього починається ентерит. Орнітологи рекомендують

підгодовувати птахів в період морозів тільки в тому випадку, якщо це сірий переліт, який ще не змінив оперення. Одному такому лебедю необхідний 1 кг комбікорму раз на три дні. Така порція не привчить птахів до штучного годування, але й не дасть загинути в холод. Також лебеді охоче їдять зерно, овес, кукурудзу, терті овочі та розмочене у воді сіно.

«Фламінго» здобув вісім призових місць на чемпіонаті сучасної хореографії «ART Winter Fest»

Вихованці зразкового театру танцю «Фламінго» (керівник Наталія Іванівна Маланчук) у суботу-неділю, шостого-сьомого лютого, представили свою творчість у Всеукраїнському чемпіонаті сучасної хореографії «ART Winter Fest».



Фестиваль відбувся у селищі Бояни Чернівецької області. У нелегкому змаганні «Фламінго» виборов всі призові місця: чотири — перші місця, три — другі місця та одне — третє місце.

Сектор освіти, молоді та спорту Калуської районної державної адміністрації повідомляє, що відповідно до розпорядження Калуської районної державної адміністрації №17 від 01.02.2021 року «Про припинення сектору освіти, молоді та спорту Калуської районної державної адміністрації шляхом ліквідації» прийнято рішення припинити юридичну особу публічного права — сектор освіти, молоді та спорту Калуської районної державної адміністрації (код ЄДРПОУ 02143531) шляхом ліквідації.

Кредитори можуть заявити свої письмові вимоги протягом двох місяців. Письмові вимоги приймають за адресою: 77301, м. Калуш, вул. Шевченка, 6.

Голова ліквідаційної комісії Любова Федорівна Луцан (тел.: 0347262469).

Сектор культури Калуської районної державної адміністрації повідомляє, що відповідно до розпорядження Калуської районної державної адміністрації №16 від 01.02.2021 року «Про припинення сектору культури Калуської районної державної адміністрації шляхом ліквідації» прийнято рішення припинити юридичну особу публічного права — сектор культури Калуської районної державної адміністрації (код ЄДРПОУ 02228405) шляхом ліквідації.

Кредитори можуть заявити свої письмові вимоги протягом двох місяців. Письмові вимоги приймають за адресою: 77301, м. Калуш, вул. Шевченка, 8.

Голова ліквідаційної комісії Тетяна Михайлівна Молдавчук (тел.: 0347262284).

ПОНЕДІЛОК, 15 ЛЮТОГО

UA: Перший
6.00, 3.00 Енеїда
6.30 М/ф «Лис і Дрізд»
6.40 М/ф «Найгоголівніший горобець»
6.50 М/ф «Чарівні окуляри»
7.00, 8.00, 8.55, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 0.05, 2.25, 5.25 Новини
7.05, 8.05, 12.00, 13.10, 18.20 Суспільна студія
9.00 Божественна Літургія Православної Церкви України
11.25 Телепродаж
15.10, 21.25, 0.30, 2.50, 5.50 Спорт
15.20 UA:Фольк
16.25 «Дикі тварини»
17.25 «Боротьба за виживання»
18.55 «Незвіданий океан»
19.55 «Світ дикої природи»
21.35 «Зворотний відлік»
23.30 Перша шпальта
0.50 Спорт. Аспект
0.55 Т/с «Гранд готель» (12+)
3.55 #ВУКРАЇНІ
4.25 Д/ф «Перехрестя Балу» (12+)

Канал «1+1».

6.30, 7.10, 8.10, 9.10 «Сніданок з 1+1»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 3.45 ТСН
9.25, 10.25 «Життя відомих людей 2021»
11.25, 12.20, 5.35 «Життя відомих людей»
13.15, 14.15, 14.50 «Сімейні мелодрами»
17.10 Мелодрама «Вітер кохання»
20.45, 21.45, 22.45 Комедія «З ким поведешся...»
23.45, 2.40 Комедія «Кухня»
0.45 «Голос країни 11»

Інтер.

6.05, 22.05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 17.40 Новини
7.10, 8.10, 9.20 «Ранок з Інтером»
10.05, 18.00, 19.00, 3.30 «Стосується кожного»
12.25 Х/ф «Французський жиголо» (12+)
14.10 Х/ф «Весільний переполох»
16.10 «Жди мене, Україна»
20.00 «Подорожці»
21.00 Т/с «Вешдок. Личное дело» (16+)
23.50 Т/с «Згадати молодість» (12+)
1.55 Х/ф «Вотергейт: Падіння Білого дому» (12+)
5.00 «Телемагазин»

ІСТV.

4.50 Скарб нації
5.00 Еврика!
5.05 Служба розшуку дітей
5.10 Громадянська оборона
6.00 Факти тижня
8.45 Факти. Ранок
9.15, 19.20 Надзвичайні новини з Костянтином Стогнієм
10.10 Анти-зомбі
11.40, 13.15, 1.50 Х/ф «Вбити Гюнтєра» (12+)
12.45, 15.45 Факти. День
13.55 Х/ф «Ультиматум Борна» (16+)
16.15 Х/ф «Безмежний обрій» (16+)
16.50 Х/ф «Напролом» (16+)
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Більше ніж правда
21.25 Т/с «Пес» (16+)
22.45 Свобода слова
0.00 Т/с «Контакт» (16+)
3.15 Я зняв!

СТБ.

5.40 Т/с «Комісар Рекс»
9.15 «Битва екстрасенсів. Таємниці екстрасенсів» (16+)
13.20, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+)
14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
15.40, 18.05 Т/с «Слід» (16+)
19.00 «Детектор неправди» (16+)
20.15, 22.50 Т/с «Щаслива попри все» (16+)
23.10 Т/с «Майор і магія» (16+)
1.05 Т/с «Анна - детектив» (12+)

«2+2».

6.00, 19.25 Т/с «Звонар»
10.00 Х/ф «Особлива думка»
12.50 Х/ф «Королі вулиць»
14.55 «Загублений світ»
18.00 «Секретні матеріали»
18.15, 2.20 «Спецкор»
18.50, 2.30 «Джедаї»
20.25 Т/с «Ментівські війни. Харків-2»
22.20 «Гроші»
23.35 «Дубинізм»
0.15 Х/ф «Хижак»
3.20 «Відеобімба»
4.10 «Бандерлоги 2017»
4.55 «Зловмисники»
5.45 Телемагазини

Новий канал

6.00, 7.30 Kids' Time
6.05 М/с «Том і Джеррі»
7.35, 15.00 Орел і Решка
8.30 Т/с «Надприродне» (16+)
10.20 Х/ф «Хлопці будуть в захваті» (16+)
12.20 Х/ф «Озброєні і небезпечні» (16+)
17.00, 19.00 Хто зверху? (12+)
21.00 Х/ф «Тварина»
22.50 Х/ф «Чоловік за викликом» (16+)
0.40 Х/ф «Шалений Будапешт» (16+)
2.40 Служба розшуку дітей
2.45 Зона ночі
5.00 Абзац

ВІВТОРОК, 16 ЛЮТОГО

UA: Перший.
6.00, 10.55, 3.15 Енеїда
6.30 М/ф «Парасолька на полюванні»
6.40 М/ф «Хто в лісі хазяїн?»
6.50 М/ф «Кривенька качечка»
7.00, 8.00, 9.00, 15.00, 18.00, 21.00, 0.05, 2.25, 5.10 Новини
7.05, 8.05, 9.05, 12.00, 18.20 Суспільна студія
9.30, 22.00 Т/с «Посольство» (16+)
11.25 Телепродаж
13.00 Біатлон. Чемпіонат світу. Індивідуальна гонка 15 км, жінки
15.10, 21.35, 0.40, 3.00, 5.45 Спорт

15.20 UA:Фольк
16.25 «Дикі тварини»
17.25 Схеми. Корупція в деталях
18.55 «Боротьба за виживання»
19.55 «Світ дикої природи»
21.55, 3.10, 5.55 Спорт. Аспект
23.30 #ВУКРАЇНІ
0.55 Т/с «Гранд готель» (12+)
4.10 Д/ф «Заміновані вірністю» (12+)

Канал «1+1».

6.30, 7.10, 8.10, 9.10 «Сніданок з 1+1»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 3.40 ТСН
9.25, 10.25 «Життя відомих людей 2021»
11.25, 12.20, 5.35 «Життя відомих людей»
13.15, 14.15, 14.50 «Сімейні мелодрами»
17.10 Мелодрама «Вітер кохання»
20.45, 21.45 Комедія «З ким поведешся...»
22.45, 2.50 Комедія «Кухня»
0.50 Комедія «1+1»

Інтер.

5.30, 22.05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 17.40 Новини
7.10, 8.10, 9.20 «Ранок з Інтером»
10.00 «Корисна програма»
11.05 Т/с «Мене звати Мелек» (12+)
12.25 Т/с «Колекція»
14.35, 15.30 «Вешдок»
16.25 «Вешдок. Особий случай»
18.00, 19.00, 3.25 «Стосується кожного»
20.00 «Подорожці»
21.00 Т/с «Вешдок. Личное дело» (16+)
23.50 Т/с «Згадати молодість» (12+)
1.50 Х/ф «Мисливці за головами» (16+)
4.55 «Телемагазин»

ІСТV.

4.15 Скарб нації
4.25 Еврика!
4.30 Факти
4.50 Т/с «Відділ 44» (16+)
5.35, 2.05 Громадянська оборона
6.30 Ранок у великому місті
8.45 Факти. Ранок
9.15, 19.20 Надзвичайні новини з Костянтином Стогнієм
10.05 Більше ніж правда
11.05 Х/ф «Правило бою» (16+)
12.45, 15.45 Факти. День
13.10, 21.25 Т/с «Пес» (16+)
15.30, 16.15 Х/ф «Зворотна тяга» (16+)
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Громадянська оборона Прем'єра
22.30 Т/с «Розтин покаже-2» (16+)
23.40 Х/ф «Спадок Борна» (16+)
2.50 Секретний фронт
3.40 Я зняв!

СТБ

3.00 «Найкраще на ТБ»
5.45 Т/с «Комісар Рекс»
9.25 «Битва екстрасенсів. Таємниці екстрасенсів» (16+)
13.25, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+)
14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
15.45, 18.05 Т/с «Слід» (16+)
19.05 «Таємниці ДНК» (16+)
20.15, 22.50 Т/с «Щаслива попри все» (16+)
23.10 Т/с «Майор і магія» (16+)
1.05 Т/с «Анна - детектив» (12+)

Канал «2+2».

6.00 «Джедаї 2019»
6.10 Т/с «Удар у відповідь-3»
8.00 Х/ф «На межі»
10.15 Х/ф «Рятівник»
13.00 «Загублений світ»
18.00 «Секретні матеріали»
18.15, 2.00 «Спецкор»
18.50, 2.30 «Джедаї»
19.25 Т/с «Звонар»
20.25 Т/с «Ментівські війни. Харків-2»
22.20, 0.10 Т/с «Кістки-9»
3.00 «Відеобімба»
4.10 «Бандерлоги 2017»
4.55 «Зловмисники»
5.45 Телемагазини

СЕРЕДА, 17 ЛЮТОГО

UA: Перший.
6.00, 10.55, 3.15 Енеїда
6.30 М/ф «Ниточка та кошеня»
6.40 М/ф «Чому зникла шапка-невидимка»
6.50 М/ф «Про кішку, яка упала з неба»
7.00, 8.00, 9.00, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 0.05, 2.25, 5.10 Новини
7.05, 8.05, 9.05, 12.00, 13.10, 18.20 Суспільна студія
9.30, 22.00 Т/с «Посольство» (16+)
11.25 Телепродаж
15.10, 21.35, 0.40, 3.00, 5.45 Спорт
15.25 Біатлон. Чемпіонат світу. Індивідуальна гонка 20 км, чоловіки
17.20 #ВУКРАЇНІ
18.55, 20.25 «Боротьба за виживання»
19.30 «Супер - чуття»
19.55 «Світ дикої природи»
21.55, 3.10, 5.55 Спорт. Аспект
23.30 #@[]?\$0 з Майклом Щуром (16+)
0.55 Т/с «Гранд готель» (12+)

Канал «1+1».

6.30, 7.10, 8.10, 9.10 «Сніданок з 1+1»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 3.45 ТСН
9.25, 10.25 «Життя відомих людей 2021»
11.25, 12.20, 5.35 «Життя відомих людей»
13.00, 14.15 «Міняю жінку»
17.10 Мелодрама «Вітер кохання»
20.45, 21.45 Комедія «З ким поведешся...»
22.45, 2.45 Комедія «Кухня»
0.50 Х/ф «Сонна лощина»

Інтер.

5.25, 22.05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 17.40 Новини
7.10, 8.10, 9.20 «Ранок з Інтером»
10.00 «Корисна програма»
11.05 Т/с «Мене звати Мелек» (12+)
12.25 Т/с «Колекція»
14.35, 15.30 «Вешдок»
16.30 «Вешдок. Особий случай»
18.00, 19.00, 3.20 «Стосується кожного»
20.00 «Подорожці»
21.00 Т/с «Вешдок. Личное дело» (16+)
23.50 Т/с «Згадати молодість» (12+)
1.55 Х/ф «Бойовий гіпноз проти кіз» (16+)
4.55 «Телемагазин»

ІСТV.

4.10 Скарб нації
4.20 Еврика!
4.25 Служба розшуку дітей
4.30 Факти
4.50 Т/с «Відділ 44» (16+)
5.35, 10.10, 1.40 Громадянська оборона
6.30 Ранок у великому місті
8.45 Факти. Ранок
9.15, 19.20 Надзвичайні новини з Костянтином Стогнієм
11.45, 13.10 Х/ф «Сліпа лють» (16+)
12.45, 15.45 Факти. День
13.55, 21.25 Т/с «Пес» (16+)
15.00, 16.25, 22.20 Т/с «Розтин покаже-2» (16+)
16.40 Х/ф «Страшили» (16+)
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Секретний фронт Прем'єра
23.30 Х/ф «Джейсон Борн» (16+)
2.30 Секретний фронт
3.15 Я зняв!

СТБ

5.45 Т/с «Комісар Рекс»
9.30 «Битва екстрасенсів. Таємниці екстрасенсів» (16+)
13.25, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+)
14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
15.45, 18.05 Т/с «Слід» (16+)
19.05 «Один за всіх» (16+)
20.15, 22.50 Т/с «Щаслива попри все» (16+)
23.10 Т/с «Майор і магія» (16+)
1.05 Т/с «Анна - детектив» (12+)

Канал «2+2».

6.00 «Джедаї 2019»
6.25 Т/с «Удар у відповідь-3»
8.20 Х/ф «Харлей Девідсон і ковбой Мальборо»
10.15 Х/ф «Старські та Гатч»
12.15 «Загублений світ»
18.00 «Секретні матеріали»
18.15, 2.00 «Спецкор»
18.50, 2.30 «Джедаї»
19.25 Т/с «Звонар»
20.25 Т/с «Ментівські війни. Харків-2»
22.20 Т/с «Кістки-10»
0.10 Т/с «Кістки-9»
3.00 «Відеобімба»
4.10 «Бандерлоги 2017»
4.55 «Зловмисники»
5.45 Телемагазини

Новий канал

6.00, 7.30 Kids' Time
6.05 М/с «Том і Джеррі»
7.35, 15.00 Орел і Решка
8.30 Т/с «Надприродне» (16+)
11.10 Х/ф «Тварина»
13.00 Кохання на виживання (16+)
17.00, 19.00 Хто зверху? (12+)
21.00 Х/ф «Джекси» (16+)
22.50 Х/ф «Третій зайвий 2» (18+)
1.00 Т/с «Відчайдушні домогосподарки» (16+)
1.50 Вар'яти (12+)
2.55 Служба розшуку дітей
3.00 Зона ночі
5.00 Абзац

ЧЕТВЕР, 18 ЛЮТОГО

UA: Перший
6.00, 10.55, 3.15 Енеїда
6.30 М/ф «Надприродне» (16+)
11.00 Х/ф «А ось і Поллі» (16+)
12.50 Кохання на виживання (16+)
17.00, 19.00 Хто зверху? (12+)
21.00 Х/ф «Однокласники» (16+)
22.50 Х/ф «Сестри» (16+)
1.30 Т/с «Відчайдушні домогосподарки» (16+)
2.55 Зона ночі
5.00 Абзац

Канал «1+1».

6.30, 7.10, 8.10, 9.10 «Сніданок з 1+1»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 3.45 ТСН
9.25, 10.25 «Життя відомих людей 2021»
11.25, 12.20, 5.35 «Життя відомих людей»
13.00, 14.15 «Одруження наосліп»
17.10 Мелодрама «Вітер кохання»
20.45 Комедія «З ким поведешся...»
21.45 «Право на владу 2021»
0.45 Комедія «Звільнити містера Дарсі»
2.30 «Ігри приколів»

Інтер.

5.25, 22.05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
7.00, 8.00, 9.00, 12.00, 17.40 Новини
7.10, 8.10, 9.20 «Ранок з Інтером»
10.00 «Корисна програма»
11.05 Т/с «Мене звати Мелек» (12+)
12.25 Т/с «Колекція»
14.35, 15.30 «Вешдок»
16.30 «Вешдок. Особий случай»
18.00, 19.00, 3.30 «Стосується кожного»

20.00 «Подорожці»
21.00 Т/с «Вешдок. Личное дело» (16+)
23.50 Т/с «Згадати молодість» (12+)
1.55 Х/ф «Щось не так з тобою» (16+)
5.00 «Телемагазин»

ІСТV.

4.15 Скарб нації
4.25 Еврика!
4.30 Факти
4.50 Т/с «Відділ 44» (16+)
5.35, 1.40 Громадянська оборона
6.30 Ранок у великому місті
8.45 Факти. Ранок
9.15, 19.20 Надзвичайні новини з Костянтином Стогнієм
10.10, 2.25 Секретний фронт
11.55, 13.15 Х/ф «Вуличний боєць» (16+)
12.45, 15.45 Факти. День
14.20, 21.25 Т/с «Пес» (16+)
15.20, 16.15, 22.30 Т/с «Розтин покаже-2» (16+)
16.50 Х/ф «Смокінг»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Анти-зомбі Прем'єра
23.40 Х/ф «Законослухняний громадянин» (18+)
3.10 Я зняв!

СТБ

5.40 Т/с «Комісар Рекс»
9.25 «Битва екстрасенсів. Таємниці екстрасенсів» (16+)
13.20, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+)
14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
15.45, 18.05 Т/с «Слід» (16+)
19.05 «Один за всіх» (16+)
20.15, 22.50 Т/с «Щаслива попри все» (16+)
23.10 Т/с «Майор і магія» (16+)
1.05 Т/с «Анна - детектив» (12+)

Канал «2+2».

6.00 «Джедаї 2019»
6.15 Т/с «Удар у відповідь-3»
8.10 Х/ф «Стукач»
10.15 Х/ф «Гра смерті»
12.10 «Загублений світ»
18.00 «Секретні матеріали»
18.15, 2.05 «Спецкор»
18.50, 2.35 «Джедаї»
19.25 Т/с «Звонар»
20.30 Т/с «Ментівські війни. Харків-2»
22.25, 0.15 Т/с «Кістки-10»
3.05 «Відеобімба»
4.10 «Бандерлоги 2017»
4.55 «Зловмисники»
5.45 Телемагазини

Новий канал

6.00, 7.30 Kids' Time
6.05 М/с «Том і Джеррі»
7.35, 15.00 Орел і Решка
8.30 Т/с «Надприродне» (16+)
11.10 Х/ф «Тварина»
13.00 Кохання на виживання (16+)
17.00, 19.00 Хто зверху? (12+)
21.00 Х/ф «Джекси» (16+)
22.50 Х/ф «Третій зайвий 2» (18+)
1.00 Т/с «Відчайдушні домогосподарки» (16+)
1.50 Вар'яти (12+)
2.55 Служба розшуку дітей
3.00 Зона ночі
5.00 Абзац

П'ЯТНИЦЯ, 19 ЛЮТОГО

UA: Перший.
6.00, 10.55 Енеїда
6.30 М/ф «Історія про дівчинку, яка настигла на хліб»
6.40 М/ф «Кульбаба - товсті шоки»
6.50 М/ф «Цап та Баран»
7.00, 8.00, 9.00, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 0.30, 2.25, 5.10 Новини
7.05, 8.05, 9.05, 12.00, 13.10, 18.20, 1.35 Суспільна студія
9.30 Т/с «Посольство» (16+)
11.25 Телепродаж
15.10, 21.35, 5.45 Спорт
15.20 UA:Фольк
16.25 «Дикі тварини»
17.25 Перша шпальта
18.55 «Супер - чуття»
19.55 «Боротьба за виживання»
21.55, 5.55 Спорт. Аспект
22.00 Д/ф «Майдан»
1.05 День Героїв Небесної Сотні. Поєззя гідності
3.00 «Зворотний відлік»
4.40 Схеми. Корупція в деталях

Канал «1+1».

6.00 Драма «Кіборги»
8.00 «Сніданок. Вихідний»
10.00 «Світ наживоріт»
18.20 «Світ наживоріт - 12 Пакістан»
19.30, 4.15 ТСН
20.30 Мелодрама «Близько до серця»
0.30 «Ігри приколів»
6.00 «Життя відомих людей»

Інтер.

5.25 «Орел і Решка»
6.05 «Україна вражає»
6.55 Х/ф «Розправ крила»
9.00 «Готуємо разом. Домашня кухня»
10.00 «Корисна програма»
11.00 Х/ф «Ми жили по сусідству»
12.35 Х/ф «Мачуха»
14.20 Х/ф «З тобою і без тебе...»
16.50 Х/ф «Сдина»
17.50, 20.30 Т/с «Пристрасті по Зінаїді» (12+)
20.00 «Подорожці»
22.50 Т/с «Не було б щастя»
2.40 «Навіколо М»
4.20 М/ф «Мауглі»

ІСТV.

4.50 Скарб нації
5.00 Еврика!
5.05 Факти
5.35 Чорні тіні Майдану. Спецпроект
6.35 Острів небайдужих. Спецпроект
7.25 Секретний фронт
8.05, 10.20, 12.30, 13.00 Т/с «Пес» (16+)
9.15, 11.25, 1.40 Т/с «Таємні двері» (16+)
12.45 Факти. День

17.00 Х/ф «Кобра» (16+)
18.45 Факти. Вечір
19.10 Х/ф «Втеча з Шоушенка» (16+)
22.00 Х/ф «Зелена миля» (16+)

СТБ

4.00, 10.50 Т/с «Щаслива попри все» (16+)
7.55 «Неймовірна правда про зірок»
14.55 Т/с «Мама»
19.00 «МастерШеф Професіонали» (12+)
23.00 Х/ф «Привид» (16+)

Канал «2+2».

6.00, 7.30 Kids' Time
6.05 М/с «Том і Джеррі»
7.35 Орел і Решка
8.30 Т/с «Надприродне» (16+)
11.10 Хто проти блондинки (12+)
16.40 Х/ф «Шпигунка» (16+)
19.00 Х/ф «Піймай шахрайку, якщо зможеш» (16+)
21.20 Х/ф «Краля» (16+)
23.50 Х/ф «Солодкий листопад»
2.30 Служба розшуку дітей
2.35 Зона ночі

Новий канал

6.00 Т/с «Удар у відповідь-4»
7.55 Х/ф «Відповідь»
9.25 Х/ф «Вулкан»
12.00 «Загублений світ»
18.00 «Секретні матеріали»
18.15, 2.00 «Спецкор»
18.50, 2.30 «Джедаї»
19.55 Х/ф «Шакал»
22.00 Х/ф «Нічні яструби»
0.00 Х/ф «Хижак-2»
3.00 «Помста природи»
4.30 «Цілом таємно-2017»
4.55 «Зловмисники»
5.45 Телемагазини

СУБОТА, 20 ЛЮТОГО

UA: Перший.
6.00 Майдан гідності
7.00, 8.00

Смертельне ДТП у Павлівці: двоє загиблих, 13 травмовано

Восьмого лютого близько 23:30 на автодорозі державного значення Н-10 сполученням “Стрий-Чернівці - Мамалига” в селі Павлівка Ямницької сільської територіальної громади сталася ДТП з потерпілими.

На місце негайно прибули працівники групи реагування патрульної поліції Тисменицького відділення поліції, слідчі, патрульні поліцейські з Івано-Франківська, рятувальники, медики.

Слідчі попередньо встановили, що 20-річний водій автомобіля “Мерседес Бенц Атео”, виїжджаючи із другої рядної дороги на головну, не врахував дорожню обстановку, не надав переваги в русі, в результаті чого допустив зіткнення з пасажирським мікроавтобусом “Мерседес Спрінтер”. Мікроавтобусом керував 46-річний мешканець Калушини. Мікроавтобус з пасажирами їхав на нічну зміну до заводу ВО “Карпати”.

У поліції Івано-Франківської області поінформували, що від отриманих травм загинули двоє пасажирів мікроавтобуса: 53-річна та 54-річний мешканці Калушини.

Загинули мешканці Підмихайля. Як повідомила адміністрація державного підприємства ВО “Карпати”, це — в'язальниця схемних джгутів Іванна Гебура, та в'язальник Юрій Климишин, які працювали на заводі з 2016 року.

Також до медзакладу з травмами різного ступеня доставлено тринадцять пасажирів автобуса. Після обстеження дев'ятеро осіб госпіталізовано в Івано-Франківську обласну клінічну лікарню.



Станом на 8:00 9 лютого двоє громадян перебували у важкому стані (вночі прооперовані із травмами грудної клітки, черевневої порожнини та нижньої кінцівки), у сімох — стан середньої важкості.

На місці ДТП працювали 12 бригад екстреної медичної допомоги та 16 працівників управління ДСНС в області, повідомляє пресслужба Івано-Франківської ОДА,

Правоохоронці перевірили водіїв на стан сп'яніння — обидва керманичі були тверезими. Водія спеціалізованої вантажівки затримано в порядку ст.208 КПК України на місці аварії.

Поліція нагадує усім учасникам дорожнього руху дотримуватись ПДР та обов'язково враховувати погодні умови.

✓ СЛУЖБА 101 ІНФОРМУЄ: Що робити, якщо розбився термометр

Чи знали ви, що навіть 2 грами ртуті здатні забруднити 6 тисяч кубометрів повітря? Рятувальники пояснюють, що робити, якщо розбився термометр.

1. Виведіть із приміщення усіх людей, у першу чергу дітей, інвалідів, людей похилого віку.
2. Захистіть органи дихання, хоча б марлевою пов'язкою.
3. Одягніть гумові рукавички, щоб захистити шкіру рук.
4. Обмежте доступ до місця розливу. Ртуть прилипає до поверхонь і може бути легко рознесена на підшвах до інших ділянок приміщення.

5. Починайте збирати ртуть: збирайте спринцівкою великі кульки і відразу скидайте їх у скляну банку з розчином (2 гр перманганату калію на 1 літр води). Вода потрібна для того, щоб ртуть не випаровувалася.

УВАГА! Пам'ятайте, що збір крапель ртуті та осколків слід здійснювати від периферії до центру приміщення.

6. Дрібні крапельки можна зібрати за допомогою шприца, гумової груші, та аркушів паперу, лейкопластиру, скотчу, мокрої газети і теж скидайте в банку.

7. Вимийте забруднені місця мильно-содовим розчином (400 грамів мила, 500 грамів кальцінованої соди на 10 літрів води).

8. Зачиніть приміщення після обробки так, щоб не було сполучення з іншими приміщеннями, і провітрити його.

Якщо ртуть розлилася багато, слід виконати всі застереження щодо безпеки та негайно викликати фахівців Служби порятунку 101.

Чого робити не можна?

- Не можна викидати розбитий термометр у сміттєпровід.
- Не можна підмітати ртуть віником: жорсткі прутки тільки роздрібнюють кульки в дрібний ртутний пил.
- Не можна збирати ртуть за допомогою порохотяга: повітря полегшує випаровування рідкого металу. До того ж, порохотяг після цього доведеться одразу ж викинути.
- Не можна створювати протяг до того, як ви збрали ртуть, адже блискучі кульки розлетяться по всій кімнаті.
- Не можна спускати ртуть у каналізацію. Вона має властивість осідати в каналізаційних трубах. А витягти ртуть з каналізації — неймовірно складно.

Не дайте недопалку спровокувати пожежу

Однією з найрозповсюдженіших причин, через які стаються пожежі у житловому секторі, є необережне поводження з вогнем та куріння в житлових приміщеннях.

Часто люди, маючи таку згубну звичку як куріння, на вмання кидають недопалки на дерев'яні та легкозаймисті поверхні, а також речі, які під час контакту з вогнем можуть загорітися у лічені секунди.

Максимальна температура тліючого недопалку коливається в межах 300-400 градусів, час його тління — 4-8 хв. І цього може бути достатньо, аби змусити тліти речі чи поверхню, на якій залишили недопалок, а спровокований ним осередок тління призведе до пожежі.

Пам'ятайте:

- курити в квартирі чи будинку треба тільки в спеціально відведених для цього місцях;
- в місці для куріння завжди має бути попільничка.

Забораються:

- курити в ліжку;
- палити поряд з легкозаймистими речами, рідинами, аерозольними упаковками;
- викидати деінде непогашені недопалки і сірники;
- класти непогашені недопалки на дерев'яні чи легкозаймисті поверхні;
- викидати недопалки з балконів, лоджій, вікон.

Дуже сподіваємося, що ви також розумієте, до чого може призвести куріння у ліжку в нетверезому стані, викинутий недопалок з балкону (який може потрапити на сусідній балкон чи на дерево, і спровокувати там пожежу) чи на відкритій території у сухості.

Пам'ятайте — кожен повинен відповідально ставитися до правил пожежної безпеки! Не дайте полум'ю зруйнувати ваш дім, бережіть своє життя і здоров'я!

Василь Микитин,
начальник Калуського МРВ У ДСНС

Для чого сіяти насіння на розсаду?

Сіяти на розсаду велике насіння — гороху, квасолі, кабачків — не потрібно, адже вони дають великі і міцні паростки. А от рослини, в яких маленькі насінинки, дають маленькі й ніжні паростки, які при найменшому дискомфорті можуть загинути. Тому перець, помідори, капусту, огірки, квіти спершу вирощують у кімнатних умовах як розсаду, щоб висадити у ґрунт здорові молоді рослини, що будуть стійкі до різних погодних умов. Окрім того, розсада дозволяє отримати більш ранні врожай.

Орієнтовні дати посіву насіння на розсаду основних овочевих культур:

Томати. Кінець березня — початок квітня. Вік розсади — 45-50 днів, від посіву до сходів — 7-8 днів. Висаджування — кінець травня.

Перець. Середина лютого — початок березня. Вік розсади — до 70 днів, від посіву до сходів — 12-14 днів. Перець не переносить холоду, а найменші морози є згубними. Висаджування у відкритий ґрунт — у червні.

Баклажани. В кінці березня. Вік розсади — до 50 днів, від посіву до сходів — 20 днів. Висаджування на початку червня.

Огірки. В кінці квітня. Вік розсади — 25-27 днів, від посіву до сходів — 3 дні. Висаджування розсади — не раніше кінця травня.

Салат качаний. В кінці березня. Вік розсади — до 40 днів, від посіву до сходів — 4 дні. Посів та висаджування розсади у відкритий ґрунт — після 25 квітня.

Селера. В останні дні лютого.

того. Вік розсади — до 70-80 днів, від посіву до сходів — до 15 днів. Висаджування селери у відкритий ґрунт — в кінці травня.

Капуста. На початку березня. Вік розсади — до 50 днів, від посіву до сходів — 5 днів. Висаджування розсади у відкритий ґрунт — в кінці травня.

Гарбузи, кабачки, патисони. Посів насіння в парники на розсаду в травні. Вік розсади — 25-27 днів, від посіву до сходів — 4 дні. Висаджування — в червні.

Погода на тиждень у Калуші

П'ятниця 12 лютого	Субота 13 лютого	Неділя 14 лютого	Понеділок 15 лютого	Вівторок 16 лютого	Середа 17 лютого	Четвер 18 лютого	П'ятниця 19 лютого
мін. макс. -13° -10°	мін. макс. -11° -5°	мін. макс. -6° -2°	мін. макс. -8° -6°	мін. макс. -15° -10°	мін. макс. -21° -11°	мін. макс. -21° -13°	мін. макс. -18° -8°

Чайний гриб: покращує травлення, лікує діабет і виразку шлунка, захищає печінку від токсинів

Чайний гриб відомий з давніх часів. Батьківщиною чайного грибу вважають Цейлон, звідки він перекочував до Індії, а потім до Китаю. В Китаї, його називали еліксиром здоров'я та безсмертя. Про східне походження чайного гриба свідчить і інша його назва — комбуча.

Тіло гриба утворене штамами мікроорганізмів, і вкрито на шарованою плівкою, яка існує у живому середовищі. Це тіло — результат симбіотичних стосунків різного роду дріжджоподібних грибів і бактерій. Потрапляючи в солодку сферу, дріжджі починають бродити, утворюючи етиловий спирт і вуглекислоту. Тому напій стає слабо газованим. Гриб може рости, заповнюючи весь простір ємкості, в якій плаває. Тіло гриба зазвичай дископодібної форми. Верхня частина гладка, блискуча, нижня — паросткова зона, складається з звисаючих ниток з колоніями бактерій. Середина тіла гриба — колонія грибів і бактерій, які й займаються переробкою цукру.

Цілющі властивості чайного гриба

Настій чайного гриба містить глюконову, лимонну, молочну, оцтову, яблучну кислоти, ферменти, етанол, вітаміни групи B, вітаміни C і PP, цукор, кофеїн.

Чайний гриб знижує рівень холестерину в крові і підтримує його оптимальне значення. А там, де низький рівень холестерину, чисті судини і здорове серце.

Чайний гриб допомагає при лікуванні цукрового діабету. Вчені стверджують, що комбуча стимулює підшлункову залозу діабетиків, сприяє підтримці нормального рівня глюкози в крові, захищає печінку і нирки, знижуючи концентрацію сечовини в плазматичній мембрані. Щоправда, якщо у вас діабет, потрібно готувати не надто солодкий настій комбучи.

Глюкозамін, що містяться в напої з чайного гриба, допомагають при лікуванні артриту, а також корисні для профілактики. Справа в тому, що глюкозамін стимулює вироблення гіалуронової кислоти, яка покращує еластичність суглобів і вироблення суглобового мастила.

Депресія відступає при регулярному вживанні напою. Високий вміст алкалоїдів (теобромін, кофеїн, теофілін), амінокислот і вітамінів корисний для боротьби з кортизолом, гормоном стресу. Зменшення кількості кортизолу покращує настрій і підвищує концентрацію уваги. Відзначено, що регулярне вживання чайного квасу покращує сон і зміцнює психічне здоров'я.

Крім антиоксидантів, комбуча, містить речовини, що згубно діють на патогенні мікроорганізми, включаючи стафілококи, сальмонелу,



лістерію та ін. Також чайний гриб лікує тканини шлунка.

Покращує стан шкіри, волосся, лікує вугрі

Ополіскування волосся настоем з чайного гриба зміцнить та покращить його загальний стан. Настій з чайного гриба має тонізуючий вплив на шкіру, покращує кровообіг та запобігає появі зморшок. Підліткові вугрі перестануть бути проблемою, оскільки гриб володіє не тільки протизапальними властивостями, але і створює захисну плівку, запобігаючи потраплянню патогенних мікроорганізмів. Потрібно протирати шкіру ватним тампоном два рази на день.

Коли гриб буде шкідливим

Як і будь-які ліки, чайний гриб у великих кількостях може нашкодити організму. Це пов'язано зі збільшенням вмісту оцтової кислоти, яка згубно впливає на слизові тканини. При вживанні великої дози оцтової кислоти викликає порушення роботи нирок, дистрофію печінки.

Оскільки чайний гриб — це напій бродіння, його краще не пити натщесерце. Також, комбучу не варто пити під час або одразу після споживання їжі. Ідеальний час для споживання — за 1-2 години після їжі. Міцна комбуча, на відміну від чаю, містить незначну кількість алкоголю, що може бути зафіксовано сучасними тестами, на це теж слід зважати.

Як виростити чайний гриб

Щоб правильно приготувати чайний гриб, потрібно дотримуватися певної технології. Розмножується чайний гриб шляхом поділу на шари. Шматочок материнського гриба промивають, поміщають у банку з кип'яченою водою приблизно на добу. Через добу воду зливають, а ємність заповнюють солодким розчином теплої чаю. Закрийте банку марлею, складеною

в кілька шарів і поставте в темне тепле місце. Через деякий час відросток почне підніматись до поверхні та виробляти смачний і корисний напій.

Обережно! Не слід додавати цукор безпосередньо на чайний гриб, це може обпалити його, що призведе до швидкої загибелі. Готовий напій потрібно акуратно злити в чисту ємність через марлеву серветку і зберігати в холодильнику.

Правила догляду визначають, що найкращою температурою для життєдіяльності гриба вважається 24 градуси. Банка з чайним грибом повинна знаходитися в затемненому місці, подалі від прямих сонячних променів. Щоб чайний гриб готувався правильно, необхідно (кожні 2-3 тижні) робити промивання чистою водою кімнатної температури. Приготовлений настій чайного гриба на смак нагадує міцний хлібний квас.

Щоб гриб не захворів

Якщо тіло гриба залишається тривалий час на дні банки і не спливає, значить, він захворів. Чайний гриб любить свіже та поживне середовище. Це важливо пам'ятати, і ніколи не перетримувати гриб у старому настої, який втратив поживні властивості. Не можна використовувати для підгодовування чай з пакетиків і заміники цукру, позбавляючи його необхідних речовин для харчування та росту. Чайні листочки та нерозчинені часточки цукру також є шкідливими для гриба, тому поживне середовище потрібно готувати в окремій ємкості. Краще всього чайний гриб росте у 3-літровій банці, заповненій рідиною на 2/3.

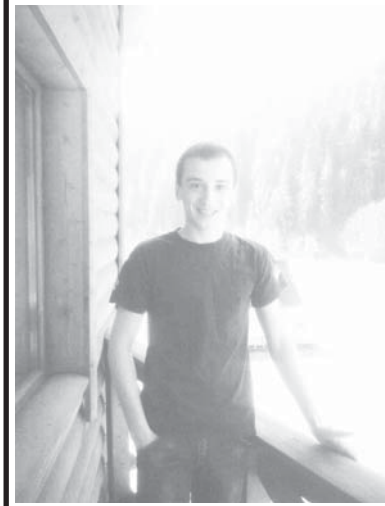
РЕКЛАМА

Пишіть:
kl.visti@gmail.com

Телефонуйте:
0964231794

Пам'яті Андрія Барнича

Дорогий наш Андрійку!



13 лютого Тобі мало б виповнитися 27 років. Але за волею Божою Тебе з нами вже немає. Для нас, Андрійку, Ти — живий і завжди поруч: у спогадах, у мріях і в серцях.

На небі стало більше Янголом одним.

І це ми точно знаєм.

Сьогодні, завтра і усе життя

Сумуєм, любим, пам'ятаєм.

Рідні, близькі і друзі Андрія Барнича

Гороскоп на тиждень

А що віщують нам зірки з 15 до 21 лютого?



Овен. На цьому тижні навряд чи вдасться прийняти правильне рішення в питаннях, що вимагають творчого підходу, а також пов'язаних з фінансами. Може ускладнитися взаєморозуміння з друзями.



Тілець. На цьому тижні можуть погіршитися партнерські стосунки. Це не найкращий час для професійної діяльності, ведення переговорів та контактів із впливовими людьми.



Близнюки. Можуть виникнути труднощі в навчанні і в інших видах інтелектуальної діяльності. Також ви можете відчувати, що не встигаєте виконати заплановані проекти.



Рак. Закоханим, можливо, доведеться зіткнутися з труднощами у стосунках. Якщо ви спробуєте розібратися в ситуації якомога об'єктивніше, то зможете зробити висновки, які дозволять подолати труднощі. У вихідні ви зацікавитесь філософськими і релігійно-моральними темами.



Лев. З'явиться бажана динаміка, зросте число подій, а також людей у вашому житті. Однак рекомендується об'єктивно оцінити, куди ведуть зміни. Може, це рух не вперед, а назад.



Діва. Безлад на роботі і вдома негативно відіб'ється на вашому самопочутті. Зараз не слід ставити перед собою надто амбітні цілі.



Терези. Маленькі діти можуть вийти з-під вашого контролю. Наприклад, ви можете помітити, що дитина намагається вас обдурити або щось приховати від вас. Не слід відразу ж піднімати паніку.



Скорпіон. Якщо ви вільні від зобов'язань, тиждень пройде без ускладнень. Якщо ж ви пов'язані сімейними узами, ваші вчинки будуть негативно сприйняті рідними.



Вихідні дні варто провести весело і безтурботно, присвятивши вільний час творчості, відпочинку та розвагам.



Стрілець. Можливе посилення напруги у стосунках з близькими людьми. Слід проаналізувати і вирішити, чи потрібно вам і далі підтримувати настільки широке коло спілкування.



Козеріг. Можуть виникнути фінансові труднощі. Наприклад, ви виявите, що вам не вистачає грошей на плановану покупку. Це не найкращий час для зустрічей з друзями і заняття громадською діяльністю.



Водолій. Можливо, ви зіткнетеся з перешкодами, які стануть причиною вашої невпевненості в собі і своїх здібностях. Спробуйте підійти позитивно до труднощів, спокійно і об'єктивно проаналізувати власну поведінку.



Риби. Ведіть активний спосіб життя. Це особливо стосується тих, хто схильний до депресій. Перебування на самоті може спровокувати у вас розвиток психологічних комплексів.

ОГОЛОШЕННЯ

Верхнянська сільська рада ОТГ оголошує конкурс на заміщення вакантної посади вчителя-логопеда «Інклюзивно-ресурсного центру».

Вимоги: вища педагогічна (логопедична) освіта, стаж роботи за фахом — не менше двох років

Прийом документів здійснюється за адресою: м.Калуш, вул.Чорновола,12 кабінет «Інклюзивно-ресурсного центру» з 08.00 до 15.00. до 12.03.2021 р.

Довідки за телефонами: 0957589893, 0667734569

НАШІ ЦІНИ

Розміщення оголошення:

1 стор. — 6,50 грн (за кв. см),

2-8 сторінки — 5,00 грн (за кв. см).

Вітання — 200 грн з фото, 150 грн без фото, від юридичних осіб — відповідно до площі.

Співчуття — 50 грн, некролог — 100 грн, з фото — 150 грн, від юридичних осіб — відповідно до площі розміщення.

Оголошення про втрачені документи — 50 грн.