

Шановні земляки, дорогі тульчинці!



Напередодні Дня міста вітаємо вас, керівництво місцевої влади, захисників України з цією подією!

Тульчин — місто історичне та водночас сучасне, мальовниче та неповторне. Тут живуть працьовиті люди, які дуже люблять його. Тульчин —

місто майбутнього, де здійснюються мрії, де серце наповнюється любов'ю до Батьківщини.

Бажаємо тульчинцям мирного неба над головою, натхнення та плідних успіхів у діяльності на благо рідного міста та України. Хай квітне рідне місто Тульчин! Слава Україні!

З повагою, Василь ПОДОЛЯН,
депутат Вінницької обласної ради, голова районної громадської організації «Тульчинське земляцтво», почесний громадянин міста Тульчина
Борис ХЕРСОНСЬКИЙ,
член ради районної громадської організації «Тульчинське земляцтво», почесний громадянин міста Тульчина
Дмитро ЗАБОЛОТНИЙ,
академік Національної академії медичних наук України, доктор медичних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, віцепрезидент Національної академії медичних наук України, директор ДУ «Інститут отоларингології ім. проф. О.С.Коломійченка НАМН України», почесний громадянин м. Тульчин
Володимир СМЕТАНСЬКИЙ,
голова Тульчинської міської організації ветеранів, почесний громадянин міста Тульчина, почесний ветеран України

Вітаємо Анну Лаврик з ювілеєм!

16 вересня відзначила свій ювілейний день народження наша активна громадська помічниця у творенні газети, відома волонтерка Анна Лаврик, котра за покликком своєї патріотичної душі й відчуттям відповідальності за долю України дуже багато робить для наших воїнів-захисників на фронтах російсько-української війни. Майже два роки поспіль її прізвище на сходиться зі шпальт «Вінниччини». Як представник народної журналістики, вона з номера в номер висвітлює сьогоденне життя їхнього бойового козацького екіпажу в поїздках на передову та в організації збору волонтерської допомоги в населених пунктах області та за кордоном.

Шановна Анно Олексіївно, Ваша громадянська позиція — приклад стійкості, мужності і неохитної віри в нашу Перемогу над окупантами. Ви йдете, падаєте, піднімаєтеся з колін і знову на ногах. Таке виснажливе напруження не під силу деяким чоловікам, а Ви витримуєте і надихаєте своїми вчинками людей, які поряд із Вами. На бойовому марші сьогодення Ви досягли життєвої мудрості і дорогоцінного досвіду.



З приємним задоволенням вітаємо Вас з особливою датою в житті. Щиро бажаємо, щоб подальші роки несли позитив, душа зберігала молодість та чарівність, не підводило здоров'я, а Господь Бог завжди посилав енергію добра та оптимізму. Зичимо продовжувати радіти кожному дню, нехай друзі та близькі дарують Вам компліменти, турботу та кохання!

З води й роси Вам, ювілярко! Многая літа!

З повагою, колектив газети «Вінниччина»

З ЦІЄЇ нагоди відбулась низка культурно-мистецьких заходів, спрямованих на збереження культурної спадщини, згуртування суспільства та підтримку захисників України.

Одним із яскравих дійств, приурочених цього року до Дня міста, був XI фестиваль «VinBookFest», що відбувся на вул. Грушевського та Європейській площі біля вежі під гласом «Книга — єднає! Вінниця — читає!». Участь у фестивалі взяли відомі українські автори: письменник, видавець, журналіст, лауреат Національної премії ім. Тараса Шевченка Мирослав Дочинець; письменники і сценаристи Андрій Кокотюха та Люко Дашвар; письменниця, художниця і викладачка Марина Павленко, письменниці Людмила Охрімченко та Айя Нейя, письменник, казкар і телеведучий Сашко Лірник. Відбувалися творчі зустрічі, виступи,



автограф-сесії та збір книжок для бібліотек міста Ізюм, що на Харківщині.

Також у Вінниці відбувся XVII «ВІННИЦІЯНСЬКИЙ ФЕСТИВАЛЬ» — другий рік поспіль під символічним гаслом «Незламний», підкреслюючи стійкість українського народу та українського мистецтва. На благодійному аукціоні під час фестивалю вдалося зібрати на підтримку захисників понад 401 тис. гривень для 120-ї бригади ТрО.

Так, одним із лотів благодійного аукціону була надана відомим артистом Віктором Андрієнком статуетка персонажа з мультфільму «Острів скарбів», в якому він озвучував Біллі Бонса і ще низку героїв. А народна артистка Ольга Сумська надіслала для благодійного продажу авторську ляльку-мотанку. Участь у фестивалі взя-

ли також відомі коміки Олег Філімонов, Володимир Жогло, артисти Віктор Бронюк, Ігор Юрковський, дует «Кохана - Коханий», гурт «Аскер», ансамбль «Вербиченька» та інші митці й колективи.

У програмі Дня міста були також лекція Тетяни Кароєвої про художні промисли, виставка робіт юних художників «Рідне місто моє», фестиваль талантів у бібліотеці Вінницьких Хуторів, майстер-класи, частування смаколиками та ще чимало цікавого.

«Війна змінила багато чого, але не змінила нашої любові до рідного міста та нашої віри в краще майбутнє. Цьогорічний День міста не такий, як в мирний час, але свято залишається сповнене глибоким змістом. Цього дня ми вшануємо не лише історію та досягнення нашої громади, а й непохитний дух кожного вінничанина, кожного, хто, попри всі випробування, продовжує працювати, допомагати одне одному, захищати місто й державу», —



сказав міський голова Сергій Моргунов з нагоди відзначення 661-ї річниці Вінниці, подякувавши захисникам та всім, хто робить внесок у Перемогу України.

Юрій СЕГЕДА



Вінниця відзначила День міста



В останню путь провели воїна-захисника в Ладжині

Віддав життя за Україну військовослужбовець Володимир Шмиганівський.

Володимир Петрович народився 14 лютого 1978 р. в Ладжині. Навчався в Ладжинській школі №1, яку закінчив у 1994 році. Пішов працювати, потім був призваний на строкову службу до армії. Після закінчення служби працював на Одеській залізниці, заводі з виробництва силікатної цегли, Ладжинській ТЕС.

8 травня 2024 р. був мобілізований до лав Збройних Сил України, служив водієм-механіком відділення аерозольного маскування взводу радіаційного, хімічного, біологічного захисту.

Життя Володимира Шмиганівського обірвалося 7 вересня 2024 року в лікарні міста Шепетівка Хмельницької області.

«Траурна церемонія прощання з захисником відбулась на площі Фонтанів. Від імені громади і міста співчуття матері, брату, сину, рідним, близьким, друзям та побратимам загиблого Героя висловив викону-



ючи обов'язки міського голови Ладжина Олександр Коломієць, – зазначили на сторінці міськради. – Болюча й непоправна втрата для родини, громади та всієї країни...». Вічна пам'ять і слава Герою. Щирі співчуття його рідним та близьким.

Герой-десантник поліг на Сумщині

Євген Глоба мобілізувався до Збройних Сил України влітку цього року. Разом із побратимами 95-ї окремої десантно-штурмової Поліської бригади воював на північно-східному напрямку. Загинув наш земляк 4 вересня в районі села Бездрик Сумської області. Воїну навично 36 років...

Народився Євген Олександрович Глоба 7 грудня 1987 р. у Вінниці. Навчався в школі №8, потім у Вінницькому фаховому коледжі будівництва, архітектури та дизайну КНУБА. Здобув вищу освіту у Вінницькому національному технічному університеті. До мобілізації у військову працював за спеціальністю у фірмі «ЕкоДім».

«Євген багато часу приділяв професійному зростанню: багато читав спеціальної літератури, удосконалював свою майстерність на різних навчальних інтернет-платформах, – розповідає мати полеглого воїна пані Лідія. – А у вільний час перевагу віддавав спорту. У сім'ї ж був



гарним сином. Любив проводити вечори з батьком та зі мною...».

Церемонія прощання з захисником Євгеном Глобою відбулась 10 вересня. Поховали полеглого воїна на кладовищі «Підлісне».

Щирі співчуття рідним та близьким. Вічна пам'ять і слава Герою!

Віддав життя за Україну воїн з Іванівської громади

Мирослав Анатолійович Подшумляк самовіддано боронив українську землю та давав відсіч ненависному ворогові, разом із побратимами відстоював незалежність України та її територіальну цілісність. Та, на жаль, жорстокий і підступний ворог перервав усі мрії воїна, усі надії та сподівання, забравши його життя...

3 вересня 2024 року Герой прийняв свій останній бій, зазнавши осколкового поранення в голову, та був доправлений до лікарні, де 07.09.2024 року поповнив Небесне військо воїнів світла. До останнього подиху наш земляк залишався відданим військовій присязі та вірним українському народові.

Від усієї Іванівської громади висловлюємо щирі співчуття родині загиблого Героя. У цю гірку мить поділяємо ваше горе та схилиємо голову в глибокій скорботі. Ми завжди пам'ятатимемо подвиг Мирослава та всіх українських військових, які загинули, захищаючи від ворога нашу Україну.



Вічна, світла пам'ять і шана нашому Герою... Царство Небесне і вічний спокій...

Живим Коридором Слави зустрічали земляки полеглого захисника Мирослава Подшумляка вулицями сіл Байківка та Жигалівка до будинку матері загиблого. Чин поховання воїна відбувся 11 вересня.

Важке горе знову спіткало Калинівщину



У ці вересневі дні одразу кількох відважних земляків-захисників втратила Калинівська громада.

5 вересня на Донеччині загинув житель с. Котюжинці Сергій Кузьменко. У жовтні Герою мало б виповнитися 27 років, але ворог безжалюдно обірвав молоде життя.

Як повідомила Калинівська міська рада, народився Сергій Кузьменко 16 жовтня 1997 р. в Котюжинцях. Навчався у тамтешній початковій школі, потім – у Дружелюбівці. Продовжив навчання в Гушинецькому ВПУ №32, працював за кордоном.

Після початку повномасштабної війни Сергій відразу повернувся в Україну і, попри проблеми зі здоров'ям, у серпні 2022 р. став на захист Батьківщини. Про свої важкі контузії, нелегку армійську службу мало розповідав рідним, тишився маленьким сином, заради якого повернувся і взяв до рук зброю. Щоранку синок телефонував батькові, але тепер телефон мовчить...

Поховали полеглого захисника Сергія Кузьменка в рідних Котюжинцях. Вічна йому пам'ять і слава.

Також під час виконання бойового завдання на Донеччині загинув мужній захисник України Ігор Мазур, якому навіки залишиться двадцять вісім років.



Народився Ігор Мазур 6 серпня 1996 р. у Вінниці. Згодом родина переїхала до Павлівки. Тут минули його роки дитинства та юності. Після закінчення місцевої школи навчався у Вінницькому ВПУ №7. До війни працював на будівництві, був гарним майстром, надійним другом та помічником.

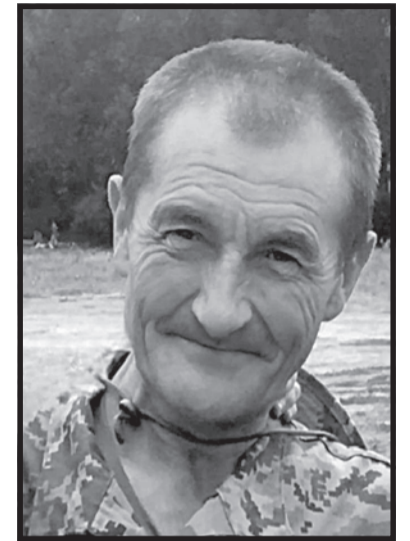
У 2017-му на долю Ігоря Мазура випало важке випробування – лікарі виявили у юнака серйозне захворювання. Тоді вся громада допомагала йому подолати хворобу, збирала кошти на операцію, і завдяки допомозі благодійників та силі волі Ігоря хворобу вдалося подолати.

Він був справжнім патріотом, тому з початком повномасштабної війни пішов добровольцем у ТЦК, а отримавши відмову, повторив спробу та наприкінці січня 2023 р. став на захист рідної землі. І загинув смертю Героя.

У полеглого воїна залишилися батьки, дружина, п'ятеро братів та дві сестри. Добрий, світлий спомин про Ігоря Мазура назавжди залишиться у пам'яті рідних, колег, усіх, хто знав його, любив та шанував...

З глибоким сумом і скорботою повідомляємо про загибель ще одного нашого земляка – захисника України Олега Козака.

Олег Іванович Козак народився 1 жовтня 1970 р. в селі Радівка, де



і минуло його дитинство та юність. Навчався в місцевій школі, а згодом в Іллінецькому радгосптехнікумі, здобувши спеціальність зоотехніка. Протягом всього життя Олег Іванович залишався вірним рідному селу, працюючи водієм у ПП «Радівське».

22 липня 2024 р. Олег Іванович був призваний до лав Збройних Сил України. Він із честю і відвагою виконував свій військовий обов'язок. А вже 12 вересня загинув у Покровському районі, виконуючи бойове завдання.

Олег Іванович залишив по собі спогади як про добру і милосердну людину. Його життєве кредо – «Сам погитай, але друзів виручай!» – відображало його ставлення до життя і людей. Попри все, він завжди знаходив час для родини, особливо любив своїх онуків, якими пишався.

В Олега Івановича залишилися мама, дружина, двоє синів, двоє онуків і одна внучка. Родина втратила чоловіка, батька і дідуся, брата, а село Радівка втратило дорогого і шанованого земляка.

Висловлюємо щирі співчуття родинам і близьким полеглих воїнів Сергія Кузьменка, Ігоря Мазура та Олега Козака. Вічна пам'ять і слава Героям, які віддали свої життя за наше майбутнє.

За інформацією Калинівської міської ради

Липовеччина прощалася з полеглим захисником Романом Дяченком,

старшим сержантом, старшим оператором – вогнеметником загону спеціальних операцій 8-го полку Сил спеціальних операцій ЗСУ

Народився Роман Володимирович Дяченко в сім'ї хліборобів 24 січня 1989 р. в с. Попівка. Після школи вступив до Вінницького торговельно-економічного університету. Здобувши освіту, працював у Польщі на будівництві, згодом у Києві.

Створив сім'ю, з дружиною Інною виховували двох дітей – сина Іванка та донечку Міланку, які виповнилося лише пів року... У липні 2022-го був мобілізований і служив у військах спеціального призначення.

«Роман був мужнім і відважним бійцем. Завжди відповідально ставився до всього, за що брався, чесність і сумління – такі його головні риси... 10 вересня, при виконанні бойового завдання, Роман Володимирович Дяченко загинув

поблизу населеного пункту Часів Яр, що на Донеччині, – повідомили на сторінці Липовецької міськради. – Друзі, побратими та родина запам'ятали Романа життєлюбом, який любив родину, рідну землю, цінував справжню дружбу. Він був справжнім патріотом, який мріяв про мирне небо над Україною та щасливе дитинство для діточок... Без сина залишилися батьки Любов Захарівна та Володимир Іванович, вдовою – молода дружина Інна, втратили батька неповнолітні дітки, брата – сестра Тетяна. Світлий, добрий спомин про захисника України Романа Дяченка назавжди залишиться у наших серцях!».

Поховали відважного захисника 15 вересня на сільському цвинтарі його рідного села Попівка. Вічна



пам'ять і слава Герою. Висловлюємо щирі співчуття його рідним та близьким.

План Перемоги. Що пропонує Україна

Президент України Володимир Зеленський на другому Саміті миру представить План Перемоги, який примусить росію до дипломатичного завершення війни, розповіли в партії «Слуга Народу»

У партії «Слуга Народу» зазначають, що Україна йде до перемоги у війні з росією двома шляхами — військовим і дипломатичним.

«Україна дуже хоче, щоб війна закінчилася якнайшвидше, але справедливо», — постійно підкреслює Президент України Володимир Зеленський на всіх публічних майданчиках — як міжнародних, так й українських.

Військовий шлях

У партії «Слуга Народу» акцентують, що непереможна українська армія вже неодноразово дивувала світ своєю сміливістю та рішучістю. Попри переважаючі сили та ресурси противника, ми перемогли в битві за Чорне море, просунулися на сході та на південному фронті, Сили оборони звільнили понад половину окупованих росією територій.

Втім, щоб перемагати ворога на полі бою, Україні потрібно багато сучасної зброї. За три роки війни ми вже маємо американські танки «Абрамс», німецькі — «Леопарди», французькі САУ «Цезар», далекобійні ракети АТАСМС та найкращі системи ППО «Патріот», винищу-

вачі F-16 та іншу зброю передових армій світу. Це результат успішної дипломатії Володимира Зеленського, команди Офісу Президента на чолі з його керівником Андрієм Єрмаком, урядовців та парламентарів, зокрема і народних депутатів від партії «Слуга Народу».

У партії «Слуга Народу» наголошують, що, окрім суттєвої міжнародної допомоги, Україна має певні успіхи і в розбудові власного оборонного комплексу. Так, українські військові вперше випробували далекобійну ракету-дрон «Паляниця», в радіусі дії якої два десятки російських військових аеродромів, а також власну балістичну ракету. Наша країна поступово стає світовим лідером у галузях безпілотників. Українські далекобійні дрони долітають до Москви та до Мурманська, знищують ворожі аеродроми, нафтобази та склади з боєприпасами, порушують логістичні шляхи ворога. Крім того, Президент України Володимир Зеленський розповів, що Україна вже будує власні підземні заводи з виробництва зброї, щоб забезпечити військових у разі

затримки військової допомоги з-за кордону.

План Перемоги Володимира Зеленського

На початку серпня Президент Володимир Зеленський анонсував, що Україна розробила український План Перемоги у війні з росією, який складається з чотирьох напрямків. Один із напрямків — перенести війну туди, звідки вона прийшла. Другий — це стратегічне місце України в безпековій інфраструктурі світу. Третій напрямок — це потужний пакет примусу росії до закінчення війни дипломатичним шляхом. І четвертий напрямок — економічний.

План Перемоги обов'язково потрібно представити на другому Саміті миру, щоб примусити росію до миру дипломатичним шляхом, — Президент України Володимир Зеленський.

За його словами, План Перемоги передбачає серйозне посилення

України. В його основі — психологічний і політичний тиск на росію, щоб примусити її закінчити війну. «Рано чи пізно путін відчужить тиск і захоче тільки одного — миру», — вважає Президент Володимир Зеленський.

У партії «Слуга Народу» зазначають, що невдовзі Глава Української держави покаже цей документ президенту США Джо Байдену, а також кандидатам у президенти Дональду Трампу та Камалі Гаррісу, адже він більшою мірою залежить від підтримки США. А пізніше План Перемоги буде представлений на другому Саміті миру.

Глобальний саміт миру

Тим часом Україна ретельно готується до другого Саміту миру. Наразі триває робота за 10 пунктами Формули миру Володимира Зеленського в тих групах країн, які взяли на себе таку ініціативу. Зокрема, в серпні понад 40 країн міжнародних організацій взяли участь у тематичній конференції щодо енергетики, у вересні представники 75 країн обговорили продовольчу безпеку. Також у жовтні в Канаді відбудеться нарада щодо обміну полоненими та повернення українських дітей, силоміць депортованих до РФ, розповідають у партії «Слуга Народу».

Україна зараз не тільки бореться за свою незалежність, ми пишемо нові правила глобального порядку, — очільниця партії «Слуга Народу» Олена Шуляк.

«Цього року нам потрібен результативний другий Саміт миру. Це означає максимальне залучення світу до виконання Формули миру. І максимальне посилення наших позицій, щоб зробити реальним, справедливим процес відновлення миру», — заявив Президент України Володимир Зеленський.

Він додав, що всі, хто працює над цим, мають розуміти, що «мир для України та справедливе закінчення війни є не просто історичною місією, але щоденною й дуже копіткою роботою». Президент упевнений, що Україна здатна виконати таку роботу — перемогти в цій війні та забезпечити мир.

Голова партії «Слуга Народу» Олена Шуляк вважає, що Україна зараз не тільки бореться за свою незалежність, а й пише нові правила глобального порядку. «Як Давид колись подолав Голіафа, так і ми маємо всі шанси перемогти агресора. Проте для цього нам потрібна підтримка всього демократичного світу», — наголошує Олена Шуляк.

Десятиріччя не загоїло душевні рани

На початку осені 2014-го на передовій тривало так зване перемир'я. З'явилась надія, що хоча б у цей час обійдеться без втрат. Бо тоді наша країна ще жила ілюзіями, що з примаскованими за донбасівськими колаборантами північно-східними сусідами-агресорами про щось можна домовитись...

І тут Іллінці пронизала печука звістка про втрату 12 вересня майора Олександра Багнюка — заступника командира батальйону із озброєння 72-ої окремої механізованої бригади. Його ось-ось мали порадувати званням підполковника, але вже присвоїли посмертно. А ще до численних відзнак на відмінну службу посмертно додався бойовий орден Богдана Хмельницького III ступеня.

Загибель будь-кого з наших захисників є неабиякою трагедією. А коли зразкова сім'я, родина хоронить в усіх відношеннях зразкового чоловіка й воїна, масштаби втрат стають особливо болючими й підтверджують думку, що в першу чергу на таких війнах у нас гине цвіт нації. Батьки полеглого Валентина Григорівна й Олександр Михайлович, як і все їхнє оточення, завжди користувалися заслуженою шанвою і в Іллінцях, і в сусідніх липовецьких селах Троща та Гордіївка, звідкіля вони родом.

Свого часу Олександр Багнюк старший здобув фах машиніста електровоза і працював у Шепетівці на Хмельниччині. Саме там їх син народився. Йому було лише кілька років, як сім'я перебралась в Іллінці. Батько працював електриком, а мати — бухгалтером у міськраді. Сашка та молодшу його сестричку Інночку виховували в любові, але не було й натяку на розбещення. Очевидно, звідси і його дисциплінованість, і його доброту.

Військовим він вирішив стати ще задовго до закінчення школи. Тому не лише звертав особливу увагу на профілюючі предмети, а й займався спортом, всебічно гартував себе. Закінчивши танкове училище в Ха-

рківську, почав служити в Білій Церкві. З початком антитерористичної операції побував з боями в усіх найгарячіших точках Донбасу. А його останній бій відбувся біля села Петрівське Старобешівського району Донецчини.

Свято шанують іллінчани світлу пам'ять Олександра Олександровича Багнюка. Меморіальну дошку встановлено біля входу долицею №2, який він закінчив, а також на вулиці, що носить його ім'я. Саме тут Багнюки наймали житло, поки обзавелися власним. І рівно п'ять років тому, коли вперше писав про цю вулицю, і нині помічаю, що вона



стає все красивішою, однією з найпривабливіших у місті.

Коли минало десять років з дня загибелі відважного танкіста, не лише його родина, а й чимало вдячних іллінчан несли квіти і на його могилу, і до меморіальних дощок. А в Іллінецькій міській мультимедійній бібліотеці відбувся захід із шанування полеглого Героя.

Після вступних слів ведучих першою виступила мати. Валентина Григорівна розповіла, що Сашко був дуже обов'язковим у стосунках з батьками. Щоранку і щовечора знаходив можливість зате-

лефонувати їм. Щоправда, якщо під час розмови починався обстріл, то для заспокоєння говорив, що це пускають сигнальні ракети. Не зателефонував лише тоді, коли вже не міг цього зробити. І рідні відчували щось недобре. А коли найгірші передчуття підтвердились, одразу ж виїхали на Донбас. Навіть забрати тіло Героя виявилось справою вкрай важкою — довелося польовими дорогами, бо навколо розперезались сепаратисти. Мати сказала, і батько це підтвердив, що за десять років не було жодного дня, щоб вони не згадали його.

жливості для спілкування з близькими людьми, підтримував їх. Приїжджав до Білої Церкви у відпустку, завжди рвався попрацювати на городі.

Сумлінний, дисциплінований, цілеспрямований і завжди акуратний — таким ще маленький Багнюк запам'ятався класній керівниці Вірі Іванівні Чопик, яка також поділилась своїми спогадами.

Від місцевої влади виступила заступник міського голови Людмила Трохимець, висловивши своє захоплення тим, як подружжя Багнюків виховало свого сина, який нині є взірцем для всіх іллінчан.

Ще коли Олександр навчався у Харківському танковому училищі, дружив із земляком Олександром Зварком. Після загибелі Героя мати друга Ольга Зварко приурочила його пам'яті вірша, який також прозвучав цього дня.

*Кричить душа, від болю
не вмирає,
І серце в грудях розривається
навпіл,
О, Господи, за що ж ти
так караєш
Україну, і солдатських
матерів?!
Чому ти забираєш в нас
найкращих
Від дітей, від згорьованих
батьків,
Чому так мало їм життя
відміряв,
Послав у вічність в розквіті
років?
А їм би жити і дітей ростити,
Садити сад і будувати дім,
Навіщо їм так рано сиротити,
Залишивши дітей на молодих
ще вдів?!
Матусю — земле, будь їм
тільки пухом,
Не падай тяжкою на груди
молоді,*



*Вони — герої, а герої
не вмирають,
Їх душі птахами літають
в висоті,
Давайте, українці, поклянемось,
Що будем вічно пам'ятати
тих,
Хто голови поклав за Україну,
Помолимося, помолимося за них.
Ми в своїй мрії будемо
вкладати
Нове, прекрасне, мирне
майбуття,
Щоб там, у вічності, могли
спокійно спати
Ті, що злягли за нас, заради
кращого життя.*

Свою шану родині Багнюків висловила й керівник місцевого народного аматорського фольклорного ансамблю української пісні «Надвечір'я» Людмила Левченко, а очолюваний нею колектив виконав кілька хвилюючих пісень.

**Микола КАВУН,
власкор «Вінниччини»
Фото Вікторії ФРОЛОВОЇ**

Щиро вітаємо козацьку Берегиню

Вінницьке обласне товариство Буго-Дністровської Січі УРК щиро вітає козацьку Берегиню, полковницю козацтва, відому військову волонтерку Анну Лаврик з повнолітнім ювілеєм та зичить міцності духу в подальшій активній громадянській позиції по допомозі війнам ЗСУ та розвитку сучасного українського козацтва.

Микола КРИЖАНІВСЬКИЙ,
головний отаман Вінницького обласного товариства, генерал козацтва,
Олександр GERKALYOK,
начальник штабу, генерал козацтва,
Володимир ПУНЬКО,
заступник отамана, полковник козацтва



Орден «Сила Жінки» за утвердження Закону, Честі і Правди



За представленням Вінницького управління ВСКБКОЗ за активну сумлінну й ділову співпрацю в утвердженні Закону, Честі і Правди, Всеукраїнська спеціальна колегія боротьби з корупцією та організованою злочинністю нагороджує відому волонтерку і справжню патріотку України Лаврик Анну орденом «Сила Жінки».

Бажаємо Вам, шановна Анно Олексіївно, Божого захисту на всіх життєвих дорогах, щоб ангели-охоронці берегли Вас і Вашу родину, щоб все задумане здійснювалося і Ваш вклад в захист рідної України збільшувався і множився однимудцями-волонтерами.

З повагою, Олександр ІЛЬН,
начальник Вінницького управління ВСКБКОЗ

«Ми йшли стежками одного поля...»

Позавчора справила свій ювілей нової юності Берегиня подільського козацтва, Мати-героїня, ветеран волонтерського руху, посестра на важкому і небезпечному шляху до Перемоги над оркопугами, коктейль ніжності, краси і мудрості в кришталевій прозорості душі, на піку сталевого серця Анна Лаврик.

Не пам'ятаю, де саме ми були ведені стежками до одного поля діяльності, але як козацтво, так і творчий потяг до мистецтва, поезії, музики, народної пісні єднав нас у пошуку великих цінностей життя.

Та раптом злам історії!!!
Майдан... АТО... плетиво сіток, збори та готування виїзду наших козаків-волонтерів на край миру...

Війна... 22 рік, який зв'язав полову від зерен, розділив батька з сином, а матір з дочкою... Пішов брат на брата, зомбований рашкою, але, як одне ціле — Аня Лаврик, Володимир Пунько і Сергій Стангріт з помічниками у волонтерстві, а ми з хлопцями, на нулі, стримували перші чорні навали. Без вас, бойових волонтерів, ми б довго не вистояли.

І там, на передньому краї, Анюта найшла свою Долю, міцного та ніжного, Олега-Воїна і поєднала з ним життя. На жаль, війна не жаліє, калі-

чить, тож кохані мужньо боряться з Його пораненнями, а ми будемо завжди поруч, щоб допомогти і ветеранам, і тим, хто сьогодні на передньому краї бореться за Свободу і Незалежність нашої України.

З днем народження, Анно!
Слава Україні!

Геннадій КОЛЯДКО,
захисник України

**«З тобою Анно, зрушим
твердь...»**

*Як описати відчуття,
що і не мовить, не сказати,
Те волонтерське
завзяття, і берегиня,
й добра мати.
Стиснувши біль, завжди
в строю.*

*Коли втрачати вже несила,
Ти волю вірності свою,
За нами, Прапором, носила.
Хоч ми й на попелищі, вщерть,
Та знаємо, що гримне Свято,
З Тобою, Анно, зрушим твердь,
До перемоги йдемо завзято!!!*

Володимир ПУНЬКО,
Сергій СТАНГРІТ,
члени бойового козацького
волонтерського екіпажу

«Газета стала моєю долею...»



окрім посади фотокора — починала коректором, була кореспондентом, завідувачою відділом, відповідальним секретарем, заступником редактора, з березня 2024 року — редактор. А перед нею два місяці «спробував» цього хліба молодий амбітний чоловік, хоча всю роботу за нього виконувала Тамара Дмитрівна. Вона знає «газетну кухню» так досконало, як відоме правило про іменник. «Життя мене вчило, шліфувало, і газета стала для мене моєю долею, а колектив — другою сім'єю...».

Задум відживити газету осінив Тамару Шаворську ще минулого року. Її ідею сприйняли в громаді неоднозначно: влада зразу відмежувалася, були скептики, які казали, що «це марна затія і нічого в тебе не вийде», але група однодумців підтримала: «давайте спробуємо, якось прорвемося, головне зрушити потяг з місця...».

— З кожним свіжим номером я бачу, як відновлюється довіра читачів до газети. Вони телефонують і пишуть листи, підказують теми для публікацій, радяться з нами. Газета стала базою практики для студентів різних вузів. Такий контакт із людьми додає моральної сили й впевненості в тому, що ми йдемо правильною дорогою. Попри всі труднощі, особливо фінансові, місцева преса має право на життя, має право бути в гуші подій там, де живуть наші читачі. А ми їх не підведемо, бо ще є порох у порохівниці — моєї енергії й завзятості ще вистачить надовго!

Вчора Тамара Шаворська відзначила солідну дату свого життя. Вітаючи її, кажемо: так тримати! Нехай все задумане здійснюється при міцному здоров'ї, підтримці друзів-однодумців і обов'язково під нашим мирним небом!

З днем народження, Тамаро Дмитрівно!

Віктор ЗЕЛЕНЮК,
власкор «Вінниччини»

Допомагають ЗСУ – гуртом і на постійній основі

Як і кожна громада, Якушинецька ТГ регулярно отримує запити від воїнів-земляків із проханнями допомогти придбати необхідне обладнання. «Допомагали, допомагаємо і будемо допомагати», – зазначають на сторінці громади і розповідають, як гуртом збирають кошти для підтримки ЗСУ.

Нещодавно Якушинецький сільський голова Василь Романюк передав військовослужбовцю Віктору Осавулюку, який із перших днів повномасштабного вторгнення боронить Україну, дві триніжки з моніторами для тепловізорів (вартістю 21 тис. грн). Ці прилади дають можливість нашим воїнам стежити за діями ворога, не виходячи з бліндажів. Віктор Осавулюк подякував за підтримку та зауважив, що на ці триніжки кріпитимуть тепловізори, які у підрозділ відправили теж від Якушинецької сільської ради.

«Раніше також передали кошти (15 800 грн) нашому колезі Василю Захаревичу, який нині служить в Силах оборони України, адже у зв'язку з наближенням зимового періоду потрібно було придбати зимові шини на автівку, – розповідають на сторінці сільради. – Також цими днями відправили через волонтерів від Якушинецької громади нашим захисникам «сухі борщі» та захисні сітки. Ще наші господиньки вчоргове наготували смачні домашні страви для воїнів, що перебувають на реабілітації у місцевих лікарнях».



Після публікацій «У школі мені найбільше подобаються перерви» та «Чи можуть бухгалтер та продавець бути заступниками міністра освіти, а сам міністр – гончарем-бібліотекарем?», надрукованих в попередніх номерах «Вінниччини» відповідно 4 і 11 вересня, у мене з'явилась думка: «А якщо я помиляюсь? Якщо тільки моє таке, можливо, упереджене ставлення до Міністерства освіти і науки України (МОН) та української освіти сьогодні? Якщо лише мені одній, наче отій білій вороні, нічого не

подобається?»

Тому зайшла на офіційну сторінку МОН у соціальній мережі Фейсбук і поцікавилась коментарями. Адже соціальні мережі, поряд з іншими масмедіа, вже давно стали джерелом інформації. І ця інформація, в силу того, що користувачів всесвітньої «павутини» сила-силенна, подекуди якнайкраще може показати ставлення суспільства до тієї чи іншої ситуації, продемонструвати його точку зору стосовно якогось питання чи проблеми.

Сторінками соціальних мереж, або Фейсбук нам у поміч

Учитель фізики та астрономії з київського ліцею і вчителька англійської мови з Харкова, викладач Одеської військової академії, посадовець Кіцманської райдержадміністрації, голова Торецької міської організації профспілки працівників освіти і науки України, доцент Національної академії статистики, обліку та аудиту, мати Тарасика з Чернівців, бабуся близнят Оксани і Катрусі з-під Львова... Перелік усіх, хто висловив своє враження на офіційній сторінці МОН у Фейсбукі лише під його крайніми постами, може зайняти цілу сторінку газети. Це люди різного віку, різних спеціальностей та вподобань, різного соціального статусу, які проживають в різних регіонах України. Можливо, різної національності та віросповідання. Але об'єднує їх одне - абсолютний негатив до того, що зараз відбувається в системі української освіти та до самого міністерства, разом з його очільником. Друкується мовою оригіналу.

су 2000 грн, і це під час війни! Вибачте, воїни, ми вам не можемо задонатити, бо треба донатити на школу!

Олена Ільїна: «Ваша думка - наш орієнтир, щоб рухатися в правильному напрямку». Наша думка, що ваш орієнтир - рухатись у напрямку відставки!!!

Анатолій Кривошеев: Ви вірите, що хтось з цих ліквідаторів Української освіти буде все це аналізувати і прислухатись до думки громадян?

Vika Vika: ... я не бачу виходу, окрім платних освітніх послуг, але ж тоді нащо Міністерства ті, від яких немає сенсу. Що це об'єднувати, коли і так не зрозуміло, як навчатись дітям.

Роман Аблязов: Який жах... паралельна реальність... вчителі масово звільняються, а ті, що працюють, примусово відправлені у простій. Так ми виходимо у новий навчальний рік: без грошей і принижені до самого краю. До речі, горезвісна програма з Громадянської освіти у 7 класі НУШ відсутня, підручники теж - а накази є.

Олександр Константиюк: Це трагедія для освіти!

Oleksandr Sokyrko: Це не Міністерство освіти, а Міністерство знущання з освіти. На чолі з міністром-«професіоналом».

Коментарі під постом «конференція – 2024» Вартують окремої уваги

Алла Капанюк: Має вигляд креативної освітянської вечірки, варто взяти й собі на олівець! От тільки одна проблема: хто б оплатив таку «тусовку»? Підкажіть джерела фінансування, хочемо запозичити й собі такий яскравий формат проведення педрад, методоб'єднань, семінарів.

Tatyana Ischenko: Замість того, щоб забезпечити дітей необхідними матеріалами для навчання в НУШ, вони вечірки влаштовують! За чий кошти тусовка? Теж за батьківські, як і в школі?

Наталія Волошенко: По регіонам світла немає, відсутня можливість нормально підготуватися до роботи, а тут - дивися!!! Яскраві софити, щасливі обличчя і абсолютно віддалені від школи люди...

Iryna Krasnopolska: А це міністерство якої країни? Бо я в українській освіті працюю, то щось у нас все не так весело та оптимістично.

Василь Чорний: Ви гуляєте, ... а тим часом вчителі і науковці чи не щодня звільняються з роботи.

Валентина Лось: «Якісний діалог... те, що вдалося зробити» - поговорили і похвалили один од-



ного. Говорити - не мішки носити.... Казкарі... по факту ваших розмов, якісно для учасників освітнього процесу нічого не змінилося... це й насильно вивели в офлайн цьогоріч ... «укриття» здебільшого і дупу не прикривають....

Iryna Zinevich: Між вчителями та МО просто Галактика.

Valeri Kirichuk: Якісна освіта в Україні: це 62.5 відсотків учнів, що ненавидять школу, це кожний третій ізольований або відторгнутий однокласником, це більше половини випускників з хронічними захворюваннями. Цей список можна продовжити за більше ста критеріями особистісного розвитку наших дітей. Якісна освіта в Україні?! За останні двадцять років з жодного критерію немає позитивної динаміки! На жаль, але про це на конференції ні слова. Молодці, допрацювались.

Валентина Завдун: Гарні картинки... Шкода, що тільки картинки.

Віряна Панічевська: Красиве шоу.

Ksenia Smirnova: Слів нема. Ганьбище для МОН. За 33 роки незалежності Української держави такого невігластва і цинізму ще не транслювало міністерство, яке дійсно є стратегічним у країні!

Анна Ерофєєва: Величезна кількість вакансій вчителів і так багато нікому не потрібних чиновників, які поняття не мають про реальну освіту.

Олена Лавренко: Цікаво, коли закінчатся постановочні шоу і почнуться реальні позитивні зміни?

Тамара Куцтик: Скільки дронів можна закупити на гроші ... які витрачені для проведення цієї вистави ?

Iryna Rogozhina: Люди, які абсолютно далекі від освіти у будь-якому її прояві, роблять розумний вигляд і вирішують долю освітян та дітей... Про яке реформування кожної ланки йде мова? У нас, як завжди, все на папері і настільки за межами реальності, що просто зла не вистачає... В освіту треба вкладати гроші, а не папірці переписувати!!!!

Zoryana Pazyuk: Порозпильовали гроші, пофоткалися, а на місцях брак всього і чекатиме скоро повний крах...

І як не поділитись коментарями під оголошенням про вебінар «як використовувати оновлену типову освітню програму для 5-9 класів», призначеного на 16.00 ... 28 вересня.

Алла Кульша: А чого так рано цей семінар проводиться? Треба було 1 вересня провести.

Ira Romanchuk: Якщо вже зробили цю колотнечу з годинами, то хоч чітко пояснить: резервні години з освітньої субвенції? Вони мають відношення до варіативної? Бо на місцях по-різному трактують.

Олег Варбанец: А можна 1 вересня?

Ольга Муравская: Як вчасно проводять вебінар щодо роз'яснення, коли до навчального року залишилися лічені дні.

Олена Ковтун: Чому одразу у пояснювальній записці не розписали все? Вже заклади сформували плани, готові до тарифікації, а тепер дізнаємося, як потрібно було робити. За два дні до початку навчального року.

Ippa Orlova: ... От розвантажили дітей. Я вже не говорю про те, що для викладання гро-



мадянської освіти нічого немає...

Лариса Марущак: 28 серпня о 16.00 години - це дуже пізно. Коли розподіляти години, складати тарифікацію, розклад ??? Знову до ночі і без вихідних.

Туркба Римма: Зверніть увагу на Захист України. Коли починаємо? Бо осередки ще не сформовані.

Віктор Мисан: Кого це цікавить, чи сформовані вони, чи ні. Головне, щоб все було на папері!!!

Яна Соболь: Ви знущаєтесь??? А коли ж тоді робити розклад, освітню програму?

Iryna Sorokolita: Це якийсь капець. А рекомендації з предметів коли з'являться?

Тетяна Герасим'як: Дуже добре, що 28 серпня, а не так десь, 5 вересня.

Алла Мухомедова: Що робити з громадянською освітою у 6-7 класах, якщо немає навчальних програм?

Максим Білецький: Дуже цікавить 0,5 год. Громадянської освіти в 7 класі, для якої немає не те що підручника, а й навіть програми.

Оксана Кулик: А самі діти в змозі в такому віці сприймати матеріал з цього предмета?

Оксана Кулик: А це щоб нам не скучно було. А то ж лише розібралися з оцінювання у 5-6 класах, створили освітні програми на 2024-2025 н.р., зробили календарні планування на «рекомєндовану» кількість годин і тут «бац» МОН щось прислалося і воно вирішило з нами погратися, щоб не було коли думати про підвищення зарплати. Хоч би ще й це платили.

Особливо вражає неймовірна кількість запитань від викладацької спільноти. Чи то МОН не може чітко та ясно пояснити свої нововведення, чи то самі не розуміють, що вони нововводять, не знаю. Але факт залишається фактом: в коментарях у Фейсбукі всі питання, які мали освітяни напередодні нового навчального року, щодо оновлення програм і нових вимог оцінювання, усі негативні точки зору про «Конференція-2024» та стан освіти в Україні вкупі з «компліментами» і «теплими» побажаннями на адресу МОН, на шпальти газети навряд чи помістилися б. І це лише на сторінці міністерства під крайніми постами. Скільки таких коментарів та публікацій на різних платформах соціальних мереж – важко навіть уявити. Задля об'єктивності хочу зазначити, що схвальні відгуки теж мають місце. Але тих схвалень настільки мало, що вони просто тонуть в океані критики.

В країні, де уряд працює для людей, на людей та заради людей, таке міністерство пішло б у відставку в повному складі вже давно. На жаль, Україна до таких держав не належить.

(Далі буде)

Інна ФРІДКІНА

м. Шаргород

Лише віра і надія укріпляють нас

Точних статистичних даних у нас немає, і ніхто їх не дасть під час війни. Але, напевно, десь близько мільйона бійців ЗСУ щодня невтомно виборюють наше право на життя, нашу свободу, нашу незалежність у боротьбі з агресором росією.

Щоб перемогти клятого ворога, нам потрібно постійно надавати всебічну гуманітарну допомогу фронту. Тил має нарощувати свої сили, а не видихатися. Проте ми спостерігаємо по нашому екіпажу тенденцію, що багато людей перестають допомагати, вони відсторонюються, деякі знаходять способи і покидають Україну, виїжджаючи за кордон, деякі просто спостері-

гають, деякі як мовчали, так і мовчать, бо їм «какаяразніца»...

І думаємо, а що з людьми? А з ким ми тут залишимося? А хто буде допомагати, якщо війна буде затяжною, на роки, а ми так само, як і бійці, не вічні. Хто буде допомагати потім фронту, якщо зараз вже тил втрачає сили? Хочеться вірити в краще, тому що лише віра і надія укріпляють нас і ведуть вперед.

Друзі, з кожного куточка країни йдуть благодійні надходження, а не тільки з одного нашого міста. До речі, містяни менше донатять, ніж друзі з інших сіл, міст чи країн - це статистика. Донати по крупинці роблять свою благу справу. Питання по черзі закриваються, і робота

триває. Єдине, що не вистачає часу в дні. 24/7 мало, треба 124/7. І рук не вистачає, які б безкоштовно працювали і ремонтували автомобілі.

Дякуємо всім, хто чекає зарплати, пенсії чи якогось тимчасового заробітку, щоб задонатити на ЗСУ. Ці люди - надійний тил! Вони завжди в строю, вони не полишають вірити в нашу перемогу і допомагати воїнам. Для них - це свята справа.

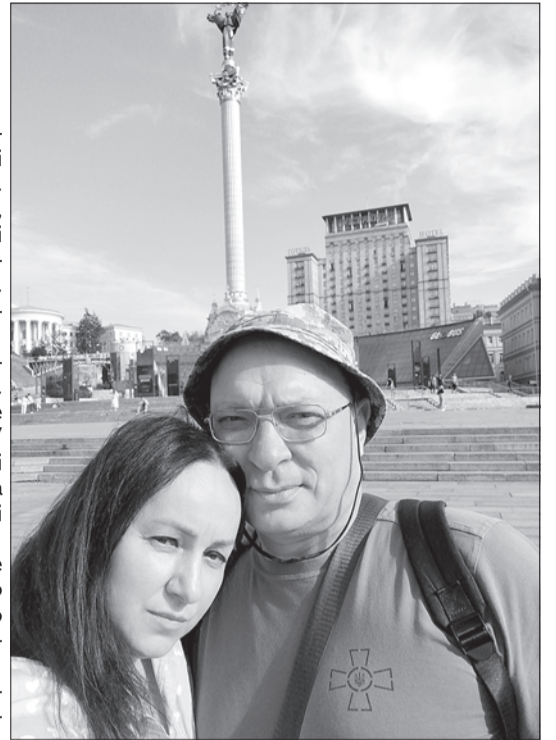
Допомога ЗСУ - понад усе, бо люди знають, що війна може в будь-який момент «ввірватися» в їх буденний ритм життя, і тоді будні стануть не такими, як сьогодні, а в підвалах, в окопах, в бліндажах... Потім будні будуть іншими...

Хто «мріє» про війну вдома, не донатять і не допомагають нічим. Інші добродії донатять, щоб жити і щоб всі жили. Тож обирайте - жити вам чи не жити. Все в ваших руках і головах.

Повільно, але впевнено повземо вперед. Хочеться бігти, але не виходить чомусь... У людей є, напевно, інші блага справи... А війна для них десь далеко і з екранів телевізорів.

Проте, як бачимо, не всі однакові, все одно є ті, хто донатить, хто допомагає, хто працює.

Наші помічники і помічники ЗСУ це: Тамара Кашук, Сергій Бурлака, Іван Кіфа, Сергій Кіфа, Андрій Миколаїв, Ольга Бондаренко, Інна Солодчук, Альона Кордонська, Раїса Андрійченко, Микита Крючков, (Мукута Крючков), волонтери БО «БФ Волонтер-1» (м. Вінниця), Наталя та Олександр Кравчуки, ПП Віталій Вітвіцький, Сергій Пироговський, Лариса Конарська, Віктор Михальчук, мешканці села Сліди на чолі з Іриною Максимчук, волонтери з с. Шендерівка - Олена Войцех, Тетяна Савицька, Маргарита Пийвода, Лариса Скрипник, Лариса Черепуляк, Марина Крохмалюк та ін., Олена Вітер, Ганна Бурковська, Сергій Врона, Олександр Наушенко, Л. Михайлова, Світлана Трикуліч, Тетяна Кульчицька, Я.Б. Шоп'як (м. Вінниця), Наталя Черватюк, Юлія Харченко, Олександра Параконна, С. Сабадаш, Галина Пухліченко, Олександр та Ірина Сінчишені, Руслана Коваленко, Валерій Пунько, Г. Мазур, Анатолій Корсунь (с. Немія),



Людмила Щерба, Олександр Глушков, Володимир Ліцемирський, Сергій Сінок, Сергій Малиновський, таємні та небайдужі помічники-благодійники.

Дякуємо вам, люди! Ви - справжні!

А також щиро дякуємо нашим захисникам за героїчну боротьбу за незалежність України на всіх можливих фронтах! З Україною у наших патріотичних серцях!

Наші реквізити для благодійної допомоги захисникам України:

Приват банк
4149 6293 5038 6801

Отримувач:

військовий волонтер

Володимир Іванович ПУНЬКО.

З повагою і вірою в нашу перемогу, ваші військові волонтери Анна ЛАВРИК, Володимир ПУНЬКО, Сергій СТАНГРІТ

м. Могилів-Подільський



Повертайтеся живими!

У День міста в Липовецькій громаді вшанували ветеранів-учасників 1-х обласних спортивних ігор «Незламні Вінниччини», провели велопробіг пам'яті полеглих липівчан та збирали кошти на підтримку ЗСУ.

Міський голова Віктор Бичков відзначив силу духу ветеранів-спортсменів, їхню міць і віру в завтрашній день. Важкі поранення не завадили їм змагатися на повну силу. Команда у складі чотирьох липівчан випробувала себе у різних видах спорту, виявила неабияку волю до перемоги і показала чудовий результат. Сформована вона з військовослужбовців Євгена Залого, Василя Караса, Олександра Клименка та Олександра Рижого, які зазнали поранень внаслідок бойових дій. Міський голова відзначив також нещодавнього срібного призера Всеукраїнських

спортивних ігор ветеранів - нашого земляка Ярослава Фіногенова.

Напередодні Дня фізкультури і спорту в Україні, у День міста Липовець, відбувся також велопробіг під гаслом «Ви назавжди у наших серцях». Учасники велопробігу відвідали місця поховань липівчан, які загинули у розв'язаній росією загарбницькій війні, вклонились їхній світлій пам'яті та поклали квіти на могили.

Завдяки мужності, силі духу, стійкості та героїзму наших оборонців в Україні продовжується спортивне життя та тренування, які дозволяють українським спортсменам демонструвати високі досягнення на спортивних змаганнях усіх рівнів. Кожен успіх, кожна перемога є доказом нашої сили та незламності, нашого впевненого руху до спільної Перемоги. Кожного разу, коли на змаганнях підіймається

наш Державний Прапор, світ бачить: Україна є, бореться, перемагає!

Загалом у День міста, 13 вересня, в Липовецькій громаді відбулось чимало заходів. Серед них прийом делегації з Молдови; благодійна акція «Повертайтеся живими», спрямована на підтримку ЗСУ; вручення автомобіля для бійців 1-го батальйону оперативного призначення «Ягуар» 14-ї бригади Національної гвардії України «Червона калина»; велопробіг; майстер-класи для дітей із плетіння, тістоплічення, боді-арту; спортивні змагання, конкурси на міському стадіоні, території активного парку, спортивній залі ДЮСШ тощо. Всі вони були націлені на об'єднання наших сил в боротьбі проти спільного ворога.

А в понеділок, перед початком щотижневої наради, яку проводить міський голова, до зали завітала



пані Світлана, мама нашого захисника Олександра Шикера. Вона прийшла подякувати міському голові, а в його особі усій громаді, керівнику Геннадію Терлецькому та усьому складу Волонтерської групи «Разом ми сила» за допомогу, надану бійцям у вигляді автомобіля.

У День міста була проведена чергова благодійна акція зі збору коштів на підтримку ЗСУ. Перебуваючи у відпустці, боєць Олександр, який у складі батальйону оперативного призначення «Ягуар» Національної гвардії України «Червона калина» захищає Україну на Покровському напрямку, звернувся

за допомогою. Військове формування, у якому він служить, буквально за кілька днів втратило кілька бойових автомобілів і вкрай потребувало заміни...

І зібрані під час акції кошти (27 тис. 432 грн) стали часткою суми, за яку волонтери придбали для бійців авто. Загальна вартість цього автомобіля - понад 200 тис. гривень, це вже одинадцять авто на рахунок ВГ «Разом ми сила».

Під час заходів, приурочених до Дня міста Липовець, автомобіль було вручено Олександру Шикеру. Боєць уже прибув до військової частини і авто пройшло перше випробування.

Мама бійця від сім'ї і від захисників щиро дякувала міському голові та начальнику відділу культури, молоді та спорту за оперативне вирішення питання і вручила подяки від командування 1-го батальйону оперативного призначення.

Валентина ТРАЦУК



Тут допоможуть зберегти душевну рівновагу

У двох громадах області відкрили простори психологічної допомоги та психосоціальної підтримки «Дбаю про себе», створені за підтримки проекту USAID «Розбудова стійкої системи громадського здоров'я» в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», ініційованої першою леді України Оленою Зеленською.

«Завдяки співпраці з міжнародними організаціями та партнерами, які невпинно підтримують Україну під час цього складного періоду, надали не лише фінансову, а й експертну підтримку для відкриття просторів у Бершадській та Жмеринській громадах.

Психічне здоров'я під час війни — наш спільний пріоритет. Сьогодні, коли Україна переживає повномасштабну війну, збереження психічного здоров'я стає життєво важливим питанням для кожного. Війна приносить із собою не лише фізичні втрати, але й глибокі психологічні травми, які можуть впливати на кожного з нас... Збереження психічного здоров'я — це не лише пи-

тання особистого благополуччя, але й запорука стійкості нашого суспільства. Сильна людина — це та, яка здатна долати труднощі не лише фізично, але й психологічно, зберігаючи внутрішній спокій і готовність рухатися далі, — зазначила регіональна координаторка з психічного

здоров'я у Вінницькій області Аліна Кобець, подякувавши громадам, які надали необхідну допомогу для організації приміщень і залучення місцевих фахівців, директорці Бершадської амбулаторії загальної практики сімейної медицини Світлані Дудник, заступниці Жмеринського



гополуччя. Ці простори є безпечними і надійними для тих, хто стикається з емоційними труднощами через військові дії, втрати чи стрес. Адже країна відновиться лише з відновленням людей...

Бершадський міський голова Віталій Драган повідомив, що у просторі психосоціальної підтримки «Дбаю про себе», відкритому в Бершадському ЦПМСД, можна отримати консультацію психологів, здійснюватиметься психосоціальна підтримка для дітей та підлітків, також проводитимуть групові заняття для подолання стресу та тривоги.

У Жмеринці аналогічний простір відкрито на базі Комунальної установи «Інклюзивно-ресурсний центр» Жмеринської міської ради, що на вулиці Училищній.

«Важливість та особливість такого простору полягає в тому, що тут можна буде отримати комплексну підтримку. Допомогу надава-

тимуть психологи, лікарі, соціальні працівники, представники Товариства Червоного Хреста, а також тифлопедагоги та дефектологи. Ми впевнені, що створення у Жмеринці простору «Дбаю про себе» дасть змогу підтримати кожного жителя громади та надати необхідну психологічну підтримку», — сказала заступниця міського голови з питань діяльності виконавчих органів ради Ольга Боровська та наголосила, що особливо важливим сьогодні є надання якісних послуг психосоціальної підтримки родинам загиблих військових-земляків, сім'ям воїнів, які захищають Україну, військовим, які повернулись та повернуться до звичного життя після завершення служби.

Важливо наголосити, що всі послуги фахівців простору «Дбаю про себе» будуть надавати безкоштовно.

Підготував Юрій СЕГЕДА



міського голови Ользі Боровській, фахівцям з ментального здоров'я Олені Гулько, Ларисі Гончарук, Ларисі Рубанській, Світлані Санто, Аллі Шевчук, регіональній координаторці з ментального здоров'я Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» Олені Бессарабі, першій заступниці начальника Вінницької ОВА Наталі Заболотній, начальниці ГУ Нацсоцслужби Наталі Квят та багатьом іншим, хто долучився до цієї важливої справи.

Як розповідають представники проекту, простори «Дбаю про себе» у Жмеринській та Бершадській громадах покликані стати тим місцем, де кожен може знайти підтримку, розуміння та допомогу у відновленні свого психічного бла-

Тепер можна не лише почитати, а й роздрукувати



Соціально відповідальний агробізнес на постійній основі підтримує сільські громади. Так, нещодавно бібліотека села Козинці отримала принтер від агрокомпанії, яка обробляє землі в Липовецькій та сусідніх громадах.

«Наш принтер давно вийшов з ладу, що значно ускладнило усю роботу. Ми маємо гарну програму та багато мешканців Козинець-

кої громади відвідують нашу бібліотеку — хтось почитати, хтось поспілкуватись і усі, аби надрукувати або отримати копію необхідних документів. Ми щиро дякуємо «ТАС АГРО ЗАХІД» за гарний подарунок та постійну підтримку, адже лише разом ми можемо підтримувати гідний рівень життя у селах», — розповіла завідувачка бібліотеки Лілія Заболотна.

Липовецька громада активізує співпрацю з молдовськими партнерами

У День міста Липовець у громаду прибула делегація з міста Єдинці Республіки Молдова. До її складу увійшли примар (міський голова) Константин Кожокару, віце-примар Рубелія Васильков, головний бухгалтер Лілія Стрімбану. Метою приїзду делегації стало вітання Липовецької громади з Днем міста та активізація діяльності в рамках угоди про дружбу і співпрацю.

Молдовська делегація вшанувала пам'ять загиблих захисників України з Липовеччини, взяла участь у благодійній акції на підтримку ЗСУ та відвідала з ознайомчим візитом декілька підприємств громади.

В ході урочистої частини заходів, приурочених Дню міста, Віктор Бичков та Константин Кожокару



підписали оновлену угоду про співпрацю. Укладання угоди з м. Єдинці відбулось за сприяння ГО «Євро регіон Дністер», яку очолює Сергій Татусяк.

Як відомо, наразі Україна та Молдова є кандидатами на вступ до Європейського Союзу. Для муніципалітетів у Молдові діють європейські програми фінансування проектів розвитку. Через співпрацю з молдовськими та румунськими громадами українські муніципалітети можуть також бути залучені до реалізації подібних програм. Укладання угоди з містом Єдинці є кроком у цьому напрямку і відкриває для Липівця додаткові можливості для розвитку.

Валентина ТРАЦУК

Щоб хата усміхалась...

У селі Соколова Хмельницького району відбувся мистецький захід народного малярства

Як гарно й лагідно лягли одне до одного слова, яка велика у них сутність: щоб хата усміхалась... Добре, коли є хата, коли в ній тепло й затишно, коли кличе до неї подих світлих і приємних споминів... А ще як вона до ладу змайстрована та ще й прикрашена автентичними малюнками, то це справжня тобі Великодня писанка!

Вочевидь саме такими думками-роздумами керувався дванадцять років тому відомий скульптор, художник і письменник, заслужений вчитель України Микола Крижанівський, якого Бог благословив на особливу роль – бути біля витоків відновлення на Поділлі давньої традиції нашого народу – настінних розписів будинків.

— Тієї весни 2012 року я розмалював стіну старенької хатини на перехресті вулиць в центрі свого рідного села Сліди, що в Могилів-Подільському районі, — розповідає Микола Миколайович. — Звернув увагу, що жінки старшого віку, йдучи до церкви, чогось ставали молитися до тієї хатини. Це сильно вразило. Працював разом із своїм другом із Києва Сергієм Кушніром. Наше малювання побачив тодішній голова Могилів-Подільської райдержадміністрації Михайло Вдовцов. Він запитав: «А що далі?» — «Будемо розмалювати все село...», — впевнено відповів я. Через два місяці керівник району підтримав ідею проведення в Слі-



санівка, Довжок, Гонтівка Могилів-Подільського району, Носиківка Жмеринського, а цього року працювали в Хмельницькому районі.

За словами Миколи Крижанівського, «Мальована хата» це не просто малярство заради забави, а культурологічно-мистецький проєкт, який направлений на повернення людського зору до своєї генетичної пам'яті. Тому що українці наділені особливою рисою — жити в красі. Це нас тримає в цьому світі, бо ми духовно багатий народ.

У нас вже створена група митців-художників, до якої входять, окрім мене, ще Іван Горобчук, Оксана Городинська, Людмила Сорочинська, а цьогогоріч влилися свіжі творчі сили в особі молодих художниць Марії Моторної та Марії Черниш, а також художниці з Києва, членкині двох творчих національних спілок — митців і художників України Яни Власенко-Бернацької, — додає Микола Крижанівський. — Це означає, що наш проєкт має перспективу продовження. Своєю роботою ми заперечуємо відому тезу про те, коли гримлять гармати, музи — мовчать. Під час сьогоденної жакливої війни це наш внесок у підняття морального духу наших воїнів і населення України на відстоювання своєї свободи і права на

життя. Ми отримали насолоду від роботи і задоволення від того, що це подобається людям.

— Унікальний проєкт «Мальована хата» — це прообраз України майбутнього — квітучої, сильної, могутньої і духовної України, — так вважає директор обласного центру народної творчості, заслужений працівник культури України Тетяна Цвігун. — Тому у цей непростий час дуже важливим є збереження національної культури — складової нашої ідентичності, всього того, що вирізняє нас серед світової спільноти і є нашою візитівкою в світі. Саме тому такою важливою у цій справі є підтримка наших проєктів у громадах. Участь ще одного села, ще однієї громади у неповторній акції «Мальована хата» — це, безумовно, успіх, де один з етапів самоусвідомлення на шляху відродження традицій.

За це ми висловлюємо вдячність Миколі Юрчишину, голові Хмельницької міської громади. Спасибі за розуміння і за підтримку закладів культури за те, що попри труднощі воєнного сьогодення вони відремонтовані, за те, що люди мають можливість збиратися у будинку культури. Дякуємо старості Соколівського старостинського округу Андрію Титулі, а також всім працівникам культури на чолі з Юлією Цупринюк, які дбають про імідж громади, про втілення в життя культурно-мистецьких проєктів. Суть нашого проєкту — це також відродження декоративного настінного розпису, що споконвік побутовав на Вінниччині. Адже кожна жінка, яка вимальовувала піч чи стіни, робила це не лише заради краси. Вона твори-



ла оберіг своєї родини. Нині ми виплекали цілу когорту майстрів, які володіють технікою розпису. Відрадно, що ми повертаємо цю чудову традицію, притаманну саме українцям.

І хоч відійшли у минуле білі хати під стріхою, але з'явився простір для творчості на фасадах дитячих садочків, шкіл, закладів культури, адміністративних будівель, на автобусних зупинках, де цвітуть чорнобривці і коні мчать через століття, і козак Мамай на кобзі грає, і оживає наша історія в символах давніх і нових. А ще в тих малюнках оживає дерево Поділля, вазон, березина, орнаменти, що квітчастим килимом опускається на ворота і сучасні паркани.

Оце вам і арттерапія, і ментальне здоров'я, про яке заговорили нині, а ще поштово до того, щоб молодь знала свою культуру, щоб передавались ті знання від родини до родини, з покоління в покоління. Я бачила, як раділи діти, спостерігаючи за творчим процесом у селі Соколова, самі намагались розписувати. Отож ми є учасниками створення прекрасної України майбутнього, в тому числі завдяки проєкту «Мальована хата», аналогів якому немає у світі.

Мистецько-культурологічний симпозіум у селі Соколова тривав з 9 до 14 вересня. Художники залишили після себе тут гарну згадку в образах квітів, птахів, тварин, кетягів калини та інші узори, які колись можна було побачити у хатах наших предків.

На прохання власкора «Вінниччини» враженнями від участі в симпозіумі ексклюзивно поділилася художниця Яна Власенко-Бернацька: «...Я малювала, що зараз, під час війни, дуже проблематично, бо нахнення таке крихке і подумки усі на фронті з хлопцями... Я знайо-

мила з новими митцями та яскравими особистостями! Я спостерігала і вчилася! Бо я вважаю своїми скарбами не гроші і матеріальні речі, а саме спілкування з цікавими людьми! Оце справжні скарби!

Всесвіт мене почув, і я мала нагоду познайомитись і попрацювати пліч-о-пліч з неймовірними художниками. Миколом Крижанівським, потужно талановитим скульптором



та письменником, людиною яка мене вразила! Іваном Горобчуком, заслуженим художником України, який має чудове почуття гумору, Людмилу Сорочинською, самобутньою майстриною, яка розмалювала чудовий паркан, Марійкою Черниш, наймолодшою, але дуже талановитою дівчиною, з якою я продовжила мандри і спілкування, як ніби ми були давно знайомі, Марійкою Моторною, дівчиною мрій, дівчиною, яка перший раз малювала і не злякалась, а вклалась у роботу повною душею, і пані Оксану Горобинською, художницею, яка вразила мене своєю працьовитістю і талантом, а ще запала мені просто в душу!

Я відчула себе за ці дні, як у родинному колі! І щиро дякую за тепло кожному, з ким звела мене доля за цей тиждень! Люблю вас усіх дуже ніжно! Дякую за теплий прийом у селі Соколова. Давно я не відчувала такої гостинності! Дякую за чудову організацію усім причетним до симпозіуму.

Бажаю подальшого розвитку такого важливого в наш час проєкту, який допомагає популяризувати українську культуру та народно-прикладне мистецтво! Бажаю натхнення усім українським художникам, які зараз тримають мистецький фронт завдяки тому, що наші хлопці на фронті боронять Україну і надають нам таку можливість, підтримувати свою ідентичність та зміцнювати народне мистецтво!

Слава Україні та низькій уклін усім воїнам, які захищають нашу землю!»

Віктор ЗЕЛЕНЮК,
власкор «Вінниччини»

Світлина із соцмережі



Сьогодні Тульчинської громади

21 вересня Тульчин відзначатиме 417 річницю з Дня заснування

Наша громада, незважаючи на всі труднощі, живе, працює, допомагає, співчуває та захищає. Кожен її житель своєю доброю справою наближає нашу спільну перемогу.

Війна продовжує ставити перед громадою нові завдання і виклики, але пріоритетом залишаються виконання бюджету, підтримка військових, безпека та соціально-гуманітарна сфера.

Враховуючи звернення військових частин та військових формувань, які протягом 2023 року надходили до Тульчинської міської ради, майже на кожній сесії міської ради приймаються рішення про виділення додаткових коштів для задоволення потреб військових. За рахунок коштів місцевого бюджету ми підтримуємо військові частини та підрозділи.

Постійно тримаємо зв'язок із нашими земляками-захисниками, знаємо про їхні потреби та надаємо їм необхідну допомогу. Також військовим передавалось продовольство, військове спорядження та майно як гуманітарна допомога через міжнародні благодійні фонди та гуманітарні штаби. Надавали транспортні засоби, генератори, тепловізори, рації, спальні мішки, взуття, побутові речі, продукти харчування, окопні свічки, маскувальні сітки та інше. Крім того, в громаді проводились благодійні заходи, ярмарки на підтримку військовослужбовців України.

Нещодавно в рамках акції Solidarity Ukraine наша громада отримала черговий гуманітарний вантаж із Німеччини — медичну автівку Mercedes-Benz Sprinter; медичне та комп'ютерне обладнання для відділення реабілітації Тульчинської центральної районної лікарні; медичні засоби. Для наших захисників отримали прилади нічного бачення та біноклі, які передаємо нашим воїнам на передову.

Щиро вдячні за постійну допомогу міським головам округу Вайльгайм-Шонгау — Martin Pape, Georg Malterer, Markus Bader, Eckhard Zimmermann. Особлива подяка Маркусу Бадеру, який особисто привіз в Україну цей важливий для нас вантаж.

Вдячні також депутату Вінницької обласної ради, голові ГО «Тульчинське земляцтво» Василю Васильо-

ки, проведено повний комплекс земляних робіт, на частині збудовано бліндажі, щілини та перекриття.

ОДНИМ із важливих питань сталого функціонування і розвитку громади було і залишається питання наповнення бюджету, кошти якого забезпечують можливість вирішення низки проблемних питань в утриманні бюджетної та соціальної сфери, дозволять покращити захист інтересів соціально вразливих верств населення. За січень-червень 2024 року обсяг доходів загального фонду бюджету Тульчинської міської територіальної громади за рахунок усіх джерел склав 220 916,5 тис.грн.

У першу чергу бюджетні кошти спрямовувались на фінансування

30 765,6 тис.грн, з них:

- передано субвенції військовим частинам та військовим формуванням — 27 364,6 тис.грн.

- спрямовано на заходи із нарощення інженерної інфраструктури — 1 655,0 тис.грн.

- субвенції іншим підрозділам сил безпеки і оборони — 1 650,0 тис.грн.

- придбано матеріалів для подальшої безоплатної передачі військовим частинам — 96,0 тис.грн.

На ремонт та облаштування укриттів у населених пунктах громади за звітний період використано 785,9 тис.грн.



соціально-культурної сфери: за відповідний період на зазначені цілі по загальному та спеціальному фонду використано 187 768,2 тис. грн, або 76,9% усіх видатків, у тому числі на:

- освіту - 143 950,7 тис.грн.
- охорону здоров'я — 9 914,0 тис. грн.

- соціальний захист - 24 674,5 тис. грн.

- культуру — 7 504,3 тис. грн.

- фізичну культуру і спорт — 1 724,7 тис. грн.

Видатки в сфері житлово-комунального господарства за звітний період профінансовані в обсязі 6 852,7 тис. грн, з них на:

- благоустрій населених пунктів громади — 5 877,2 тис. грн,
- ремонт та утримання доріг — 398,2 тис.грн.
- реалізація проєкту з вдосконалення процесів управління відходами — 478,0 тис.грн.
- відшкодування різниці в тарифах — 87,3 тис.грн.
- фінансова підтримка комунальних підприємств — 12,0 тис.грн.

На підтримку сил безпеки і оборони та заходи із територіальної оборони за I півріччя спрямовано



№2778 затверджена Програма підтримки військовослужбовців, учасників бойових дій (АТО/ООС, захисників та захисниць України), членів їх сімей, які потерпіли внаслідок військової агресії російської федерації проти України та зареєстровані або фактично проживають на території Тульчинської міської територіальної громади на 2024 рік.

З метою забезпечення організації заходів фінансової та іншої соціальної підтримки військовослужбовців, учасників бойових дій, захисників та захисниць України, членів їх сімей, які потерпіли внаслідок військової агресії російської федерації проти України та зареєстровані або фактично проживають на території Тульчинської міської територіальної громади, станом на 01.09.2024 року виплачено 1 особі;

4.1. Одноразова матеріальна допомога військовослужбовцям, учасникам бойових дій, захисникам та захисницям України, включаючи за місцем реєстрації внутрішньо переміщених осіб, на лікування внаслідок поранення, контузії, каліцтва, отриманих внаслідок військової агресії російської федерації проти України, які зареєстровані або фактично проживають на території Тульчинської міської територіальної громади (допомога надається в розмірі до 50 000 грн) - станом на 01.09.2024 року виплачено 155 особам на загальну суму 7610,0 тис грн;

4.2. Одноразова матеріальна допомога особі, яка зареєстрована і проживає на території громади і яка отримала Повідомлення про смерть військовослужбовця, учасника бойових дій, захисника та захисниці України, включаючи за місцем реєстрації внутрішньо переміщених осіб, який був зареєстрований або фактично проживав на території Тульчинської міської територіальної громади (допомога надається в розмірі 100000 грн) - станом на 01.09.2024 року виплачено 21 особі на загальну суму 2100,0 тис. грн;



вичу Подольну за підтримку та допомогу в логістиці, щоб гуманітарний вантаж якнайшвидше був доставлений до Тульчинської громади.

Щира подяка керівникам міжнародного фестивалю Operafest Tulchyn Irina Frenkel та Павлу Третьякову. Завдяки їх кропіткій роботі, яку вони проводять щодня, стало можливим надання гуманітарної допомоги для нашої громади.

На виконання наказу Тульчинської районної військової адміністрації «Щодо облаштування рубежів оборони району» від 08.08.2022 року № 79 по всіх земельних ділянках, вибраних для розміщення фортифікаційних споруд, складено відповідні акти з описом та план-схемами кожної земельної ділян-

4.3. Щорічна разова матеріальна допомога дітям до 18 років загиблих (померлих) військовослужбовців, учасників бойових дій (АТО/ООС, захисників та захисниць України) до Дня Святого Миколая, які були зареєстровані або проживали на території Тульчинської міської територіальної громади, передбачено 1000 грн, на облік перебуває 76 дітей;

4.4. Щорічна разова матеріальна допомога до Дня пам'яті захисників України членам сімей (батькам, дружині) загиблих військовослужбовців, учасників бойових дій (АТО/ООС, захисників та захисниць України), які зареєстровані або проживають на території Тульчинської міської територіальної громади і мають відповідний статус (допомога надається в розмірі 500 грн) - станом на 01.09.2024 року виплачено 114 особам на загальну суму 57,0 тис. грн;

4.5. Щорічна разова матеріальна допомога до Дня захисників та захисниць України учасникам бойових дій (АТО/ООС, захисникам та захисницям України), передбачено 500 грн, на облік перебуває 926 учасників бойових дій;

4.6. Відшкодування на поховання, в межах 7 тисяч гривень на одну особу, загиблих у бойових діях у зв'язку з військовою агресією російської федерації проти України жителів громади та внутрішньо переміщених осіб, які були зареєстровані або проживали і поховані на території Тульчинської міської територіальної громади, станом на 01.09.2024 року виплачено 1 особі;

4.7. Забезпечення компенсаційних виплат на проїзд в розмірі 200 грн на місяць членам сімей загиблих (померлих), ветеранів війни (АТО/ООС), сім'ям загиблих (померлих) захисників і захисниць України, які мають відповідний статус - на облік перебуває 140 осіб для отримання даної виплати, станом на 01.09.2024 року виплачено 41 особі на загальну суму 98,4 тис. грн;

4.8. Забезпечення та фінансування виплат одноразової матеріальної допомоги жителям громади, яких мобілізовано та зараховано на військову службу за контрактом до Збройних Сил України (допомога надається в розмірі 5000 грн);

4.9. Одноразова матеріальна допомога особі, яка зареєстрована і проживає на території громади і яка отримала Сповідження про зниклого безвісти військовослужбовця, учасника бойових дій, захисника та захисниці України, включаючи за місцем реєстрації внутрішньо переміщених осіб, який був зареєстрований або проживав на території Тульчинської міської територіальної громади (допомога надається в розмірі 5000 грн) - станом на 01.09.2024 року виплачено 16 особам на загальну суму 80,0 тис. грн;

4.10. Одноразова матеріальна допомога військовослужбовцям (членам їх сімей), мобілізованим у 2024 році до ЗСУ для захисту України від збройної агресії російської федерації, на придбання необхідного спорядження (допомога надається в розмірі 10000 грн) - станом на 01.09.2024 року виплачено 18 особам на загальну суму 180,0 тис. грн.

Підсумовуючи, хочу ще раз наголосити на тому, що в цей складний воєнний час ми наполегливо працюємо над забезпеченням стабільної життєдіяльності нашої громади, задоволенням основних потреб її мешканців та підтримки наших мужніх захисників України.

Валерій ВЕСНЯНИЙ,
голова Тульчинської міської ради



Популярний вітамін, пов'язаний із «подвійним» ризиком утворення каменів у нирках

Добавки у всіх їх формах обіцяють різний набір переваг для здоров'я. Однак з'являється все більше доказів того, що деякі вітаміни і мінерали вимагають обережності. При прийомі у великих дозах деякі добавки можуть надавати несприятливий вплив. В одному дослідженні загальний вітамін був пов'язаний з подвійним ризиком утворення каменів у нирках.

Вітамін С відіграє ключову роль у підтримці та відновленні сполучних тканин, шкіри та кісток. Добавки з поживними речовинами вважаються одними з найбезпечніших і ефективних. Однак, за даними Гарвардської школи громадської охорони здоров'я ім. Т. Х. Чана (HSPH), мегадозы вітаміну С можуть викликати токсичні реакції.

Ці реакції включали повідомлення про діарею або камені в анамнезі, підвищеному рівні сечової кислоти і підвищеному утворенні каменів у нирках у осіб з існуючим захворюванням нирок або наявні-

стю каменів в анамнезі.

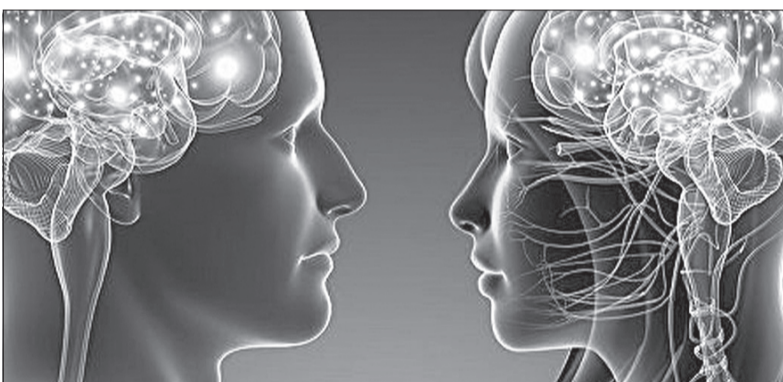
Камені в нирках можуть розвиватися в одній або обох нирках і найчастіше вражають людей у віці від 30 до 60 років.

«Вони досить поширені, від них страждає більше одного з 10 осіб. Камені в нирках зазвичай знаходяться в нирках або в сечоводі, трубці, яка з'єднує нирки з сечовим міхуром. Вони надзвичайно болючі і можуть призвести до ниркових інфекцій або неправильної роботи нирок, якщо їх не лікувати».

Дослідження показало, що чоловіки, які приймали високі дози добавок вітаміну С, подвоювали ризик утворення каменів у нирках.

«На закінчення, наші результати показують, що добавки з високими дозами аскорбінової кислоти — одного з найбільш часто використовуваних вітамінних препаратів — пов'язані з дозозалежним дворазовим збільшенням ризику утворення каменів у нирках у чоловіків».

Ризик інсульту: у якій кількості яйця знижують і підвищують його



Вчені нагадують: нездорове харчування збільшує ризик інсульту, сприяючи підвищенню артеріального тиску і рівня холестерину.

Такий продукт як курячі яйця викликає багато суперечок через вплив на рівень холестерину, який в свою чергу може визначати схильність до інсульту.

Деякі дослідження показали, що через високий вміст холестерину в жовтках яйця можуть бути потенційно шкідливою їжею для людей, схильних до серцево-судинних захворювань. Але також багато експертів вважають, що ризики, пов'язані з вживанням яєць, визначаються головним чином їх кількістю в раціоні, а також тим, як продукт готується (наприклад, смажені яйця шкідливіші за варені).

Автори дослідження, чий результат опублікував журнал *Frontiers of Health*, аналізували, як споживання яєць може позначатися на ризик інсульту. Ними були розглянуті дані, представлені в шістнадця-

ти наукових роботах, що включають 24 проспективних когортних дослідження.

Вчені дійшли висновку, що між споживанням яєць і ризиком інсульту певний зв'язок дійсно існує — даний продукт може зменшувати або збільшувати його, залежно від кількості споживання.

«Знижений ризик інсульту спостерігався при споживанні від 1 до 4 яєць на тиждень і підвищений ризик — при споживанні більше 6 яєць на тиждень. Особливо значним ризиком піддається інсульту ставав при споживанні 10 яєць і більше на тиждень», — повідомили експерти.

Схожий результат був отриманий при дослідженні, яке проводилося фахівцями Комплексного центру серцевої недостатності при Вюрцбурзькому університеті (Німеччина). Згідно з їхніми даними, вживання більшої кількості яєць пов'язане з 41-відсотковим підвищенням ризику геморагічного інсульту.

Продукти та напій для покращення сну

За словами дієтолога, те, чи їсте сніданок вранці, також може вплинути на ваш режим сну.

Є багато причин, чому важко спати ночами. Від хвороб і травм до стресу і занепокоєння багато хто з нас в якийсь момент відчуватиме безсоння. Дієта також може бути одним із чинників, попередив експерт.

Дієта може бути «шматочком головоломки, якого не вистачає», який допоможе вам заснути.

Банани перед сном

«Хоча багато людей з'їдають банан на сніданок, насправді ним корисно насолоджуватися перед сном. Банани — один із найкращих продуктів для сну, оскільки вони містять велику кількість магнію, який допомагає розслабити м'язи та заспокоїти тіло. Поєднання нарізаних бананів з натуральною горіховою олією — чудовий спосіб відрегулювати кров'яний тиск, розслабити м'язи та нерви та покращити якість сну», — каже лікар.

Поєднання нарізаних бананів з натуральною горіховою олією — чудовий спосіб відрегулювати кров'яний тиск, розслабити м'язи та нерви та покращити якість сну».

Віддавайте перевагу жирній рибі

Дослідження показують, що жирна риба сприяє найкращому сну. Люди, які їли лосося тричі на тиж-



день протягом кількох місяців, краще спали та функціонували вдень. Жирна риба містить вітамін D та омега-3 жирні кислоти, які допомагають регулювати рівень серотоніну в організмі.

Перекушуйте жменькою горіхів

Горіхи, такі як волоські горіхи, мигдаль та фісташки, містять важливі мінерали, такі як магній та цинк, які необхідні для ряду функцій організму.

«Хоча люди зазвичай перекушують горіхами протягом дня, варто подумати, щоб залишити їх на другу половину дня, щоб покращити

свій сон. Попередні дослідження показали, що магній може зменшити запалення і рівень кортизолу, покращуючи якість сну у людей, які страждають на безсоння».

Пийте терпкий вишневий сік

«Незважаючи на те, що це дивно, терпкий вишневий сік — чудовий напій, який можна скуштувати перед сном, якщо ви щосили намагаетесь заснути або не спите вночі».

Сік містить поживні речовини, включаючи магній, фосфор та калій, а також велику кількість мелатоніну. Відомо, що сприяє сонливості, а мелатонін допомагає регулювати циркадний ритм.

Як повернути молодість Вечір

Ось і закінчився ще один робочий день, незалежно від того: чи в трудовому колективі, чи індивідуально на присадибній ділянці. Ви повертаєтесь додому втомлені — хочеться порозуміння, спокою, миру.

Загляньте у себе — що ви несете в душі до рідного порогу. Переступаючи його, побажайте здоров'я і благополуччя вашому дому, подумайте про те, що кожен із членів вашої родини теж повертає-

ся втомленим — хтось після роботи, хтось — після занять у школі чи іншому навчальному закладі, а хтось, можливо, із старших членів родини цілий день чекає вас із вечерею, виглядаючи щораз у вікно.

Будьте вдячними Всесвіту і рідним за ще один подарований день, незалежно від того, як він пройшов. Але він був у вашому житті — як перше кохання, як посмішка мами, як перший самостійний крок. Мудрі

повчали, що не буває двох днів однакових, мов два стільці. Кожен із них прийшов і піде за обрій. Вже ніколи не повернеться до нас. Тож пам'ятайте, що задушевні вечірні розмови в колі рідних людей — потужний стимул для відновлення біологія вже наступного ранку.

Своєю добротою оберігайте близьких вашому серцю від негативу, в тому числі — і від впливу сонячних і місячних затемнень, котрі відбудуться цієї осені (відповідно 18 вересня і 2 жовтня).

З найкращими побажаннями у кожному новому дні.

Раїса НИКОНОВА

Ямпільська громада

Найкорисніше для здоров'я та довголіття

Гастроентеролог Вілл Булсевич, який має ступінь доктора медичних наук, назвав найкорисніші продукти для здоров'я та довголіття.

Ферментовані продукти

Для різноманітності кишкової мікробіоти необхідно доповнити свій раціон ферментованими продуктами на кшталт кефіру, місо, кімчі та ін.

Фрукти

За допомогою фруктів можна знизити ризик виникнення діабету та втрати ваги. Проведене у 2021 році дослідження показало, що регулярне вживання цілісних фруктів знижує шанси на розвиток діабету другого типу.

Листова зелень

У ній багато вітамінів та антиоксидантів. Зелень відноситься до низькокалорійних продуктів. Вона корисна для людей, які стежать за артеріальним тиском та серцево-судинною системою.

Насіння та горіхи

За словами Булсевича, вони є джерелом корисних жирів. Насіння та горіхи слід вживати якнайчастіше.

Цільнозернові продукти

У цільнозернових продуктах міститься багато розчинної клітковини. Вони корисні для серцево-судинної системи.

Цибуля та часник

Ці овочі захищають організм від онкологічних за-



хворювань. Крім цього, вони корисні для серця та кишечника.

Бобові

Гастроентеролог назвав бобові продуктом №1 для здоров'я. Наприклад, для серця корисна квасоля. У цілому бобові сприяють довголіттю.

Гриби

У грибах міститься клітковина. Вони покращують роботу кишківника. Крім цього, гриби мають проти-запальні властивості.

Булсевич рекомендує включити наведені вище продукти до свого добового раціону. Вони сприяють зміцненню здоров'я та довголіттю.

САМОЛІКУВАННЯ НЕБЕЗПЕЧНЕ!

перед тим, як скористатися опублікованими в газеті порадами, обов'язково проконсультуйтеся з вашим лікарем.



Захист картоплі від фітофторозу

Фітофтороз — небезпечне захворювання картоплі, через яке значно знижується врожайність. Його збудник — фітопатогенний грибоподібний організм

Зараження бульб картоплі можливе з ранніх етапів їх формування до збирання врожаю. Воно відбувається декількома способами. Найчастіше:

- із дошовою водою;
- з ураженого бадилля;
- при контакті бульб із зараженим спорами ґрунтом при збиранні врожаю;
- з міграцією зооспор у ґрунт від уражених материнських бульб.

На приватних городах серед найчастіших причин, що сприяють розвитку фітофторозу, експерти виділяють такі:

- недотримання сівозміни;
- використання неякісного насінневого матеріалу або заражених насінневих бульб;
- сприятливі для розвитку фітофторозу кліматичні умови та погода.

Фахівці радять вибирати менш сприйнятливі до хвороби сорти

картоплі. Обов'язково вибракуйте бульби під час підозри на зараження. Використовуйте передпосадкове пророщування та озеленення бульб, що прискорить розвиток рослин, а врожай вдасться зібрати до основного періоду осінніх дощів, які підвищують ризик зараження фітофторозом. Також:

- проводьте передпосадкову обробку бульб;
- дотримуйтесь оптимальних термінів посадки для кожного сорту;
- садіть картоплю далі від помідорів, щоб уникнути можливого перезараження;
- висаджуйте культуру на добре дреноване місце, що швидко висихає після дощу;
- зменшити ймовірність проникнення спор до бульб під час дощів допоможуть високі та широкі грядки;
- не затримуйтеся із збиранням урожаю, не збирайте картоплю під час дощу.

Для стримування фітофторозу в період вегетації необхідно проводити обробку фунгіцидами. Запобігти цій хворобі легше, ніж вилікувати.

Через цю прикру помилку капуста тріскається і гниє



Поливати капусту у вересні потрібно хоча б двічі на тиждень. Авторка українського YouTube-каналу про садові та польові роботи «Городниця з Одеси» розповіла, чому у вересні потрібно й далі поливати капусту.

«Прибирати капусту у вересні ще рано, але при цьому одна прикра помилка — і ви абсолютно точно можете втратити врожай. І роблять цю помилку дуже багато людей, — зазначила блогерка. — Не робіть так зі своєю капустою, тому що після цього вона зберігатися точно не зможе».

За словами городниці, більшість

недосвідчених городників у вересні припиняє поливати капусту.

«А ґрунт у вересні дуже сухий, особливо там, де розташована основна частина кореневої системи капусти. Коли починаються дощі, качани починають розтріскуватися, бо після тривалого періоду посухи отримують надмірну кількість вологи. І якщо навіть не розтріскаються, то швидко почнуть гнити під час зберігання. Тому у вересні обов'язково продовжуйте поливати», — пояснила авторка відео.

Блогерка порадила поливати капусту хоча б двічі на тиждень.

Підготовка бджіл до зимівлі — це іспит для пасічника

Успіх кожного медоносного сезону залежить від правильної організації зимівлі бджіл. Саме тому восени необхідно підготувати пасіку до зимового періоду і закінчити сезон формуванням гнізд бджіл. Це необхідно для того, щоб комахи вдало перезимували в комфортних умовах.

— Підготовка бджіл до зимівлі — це іспит для пасічника на професійну придатність, — таку думку має досвідчений бджоляр із 31-річним стажем Станіслав Демидов із села Війтівка, що на Бершадщині. — Цю процедуру варто починати після відкачки меду. Після того, як медозбори відбулися, потрібно перш за все перевірити якість матки, взагалі її наявність. Дуже часто буває, що під час відкачки меду матки гинуть або стають неякісними. Тому треба перевірити і вибракувати їх, об'єднати ослаблені сім'ї. Якщо сім'я обсидає хоча б шість рамок, то це нормально, якщо 8-10 — відмінно. Слабкі сім'ї не пускаються в зиму, бо вони не можуть обігрівати мед, витримати необхідну температуру, швидко слабнуть і, як правило, гинуть. Тому їх об'єднують із сильними. Сильні сім'ї значно краще переносять низьку температуру та різкі її коливання. Бджолам для зимівлі потрібні гарні умови, сім'я має бути здоровою, не ураженою різними хворобами.

Станіслав Миколайович переконаний: дуже важливе питання — оздоровлення бджіл. Одна із найбільших загроз для працелюбних комах — кліщі. Вони сильно знижують їхню продуктивність, призводять до того, що ослаблені бджоли стають менш стійкими до хвороб. І якщо з кліщами не боротись, то вони за два роки повністю знищують бджолосім'ю.

— Для боротьби з кліщами є багато різних засобів. Я використовую фактично натуральний препарат КАС-81, до складу якого входять бруньки сосни і полину гіркого двох видів — весняного і літнього, — ділиться досвідом пасічник. — Заварюю і додаю його під час годівлі бджіл. Цей препарат вважається ефективним від кліща, але тільки цим методом я не обмежуюся — кладу також і нині популярні різноманітні види смужок, які просочені тим чи іншим лікарським засобом. Для ефективної боротьби з кліщами необхідно у вересні-листопаді застосовувати амітраз. Крім того, під час годівлі бджіл бажано використовувати трави, бджоліус та інші препарати, засоби для оздоровлення комах.

Ще один фактор впливу на успішну зимівлю бджолосім'ї — забезпечення їх достатніми кормовими запасами.

— Кожен пасічник знає, що у повній рамці 230 мм (як у мене) має бути до двох з половиною кілограмів меду, — продовжує розповідь Станіслав Демидов. — Для розрахунків я приблизно беру два кілограми меду на одну рамку, тож на середню сім'ю потрібно мінімум 12 кг, тобто шість повноцінних рамок має бути. Для сильної сім'ї потрібно 15 кг. Це з такою кількістю потрібно йти в зиму. Якщо стільки меду немає, то додають цукор, сироп. Крім того, необхідна певна кількість кормових запасів на витрати на той період, коли бджоли ще літають, іде розплід. Я намагаюся, щоб у мене було 7-8 повномедних рамок. Тоді це гарантовано, що бджолосім'я добре перезимує. Моя практика — 15 кг вистачає до кінця зими і весною на розвиток.



Пасічник із багаторічним стажем Станіслав Демидов

І ще після медозборів ставиться годівниця. Заливається сиропом у співвідношенні 1:1,5, де 1 — частка води, а 1,5 — частка цукру. Але я додаю води трохи більше, бо зараз дуже спекотно, великі випари. Варто пам'ятати: якщо годувати бджіл неправильно, тоді виникають проблеми. Я забув про це давно, адже достатньо залишаю корму.

Разом з оглядом стану сімей проводиться збірка гнізда бджіл на зиму. Формувати його необхідно так, щоб усім кохам було комфортно і вистачило їжі.

— Я відкачую мед і зразу складаю гніздо, — каже Станіслав Миколайович. — Мед у ньому має бути розміщений компактно. Якщо це вулики-лежаки, то варто обмежити кількість рамок до 8-10. Якщо стояки, то, можливо, скоротити до двох корпусів. Усе залежить від кількості рамок. У мене їх вісім, то я обмежую двома корпусами і нижній скорочую. У верхньому розміщую побільше медових запасів, а у нижньому — слабомедні, неповномедні рамки, й бажано, щоб у ньому був розплід, хоча частково він може бути і у верхньому корпусі.

Оскільки зимівля бджіл проходить на вулиці, необхідно не лише забезпечити їх достатньою кількістю корму, а й додатково утеплити і захистити вулики від вогкості та вітру, подбати про нормальну вентиляцію. Великої шкоди взимку можуть завдати миші, тому навколо вуликів треба розкласти мишоловки або отруєні приманки. Місце зимівлі бджіл потрібно періодично відвідувати, особливо під час зміни температури. У ці дні необхідно регулювати вентиляційні отвори (верхній льоток), щоб температура у вуликах не стала занадто високою або не опустилася нижче за необхідну.

— Коли у вересні-жовтні остаточно забираються зайві рамки, вже чітко сформовані клуби і бджоли припиняють літати, тоді їх необхідно періодично слухати, —

радить досвідчений пасічник. — Я навіть просто проходжу біля вуликів і дивлюся на льотки, перевіряю стан. Буває, що миші проникають у вулик і завдають великої шкоди — поїдають пергу, псувають соти, турбують бджіл. Усе це призводить до їх виснаження і загибелі. Якщо до вулика потрапила миша, потрібно розібрати корпус, вигнати її або ж знищити. З кінця грудня бджіл прослуховую. Можна використовувати фонендоскоп, але у мене звичайна трубка. Однією стороною прикладаю до льотка, другою — до вуха і прослуховую. Гул може бути різний. Якщо гул рівномірний, спокійний — значить, все в порядку. Коли слабкий гул — сім'я гине. Якщо комахи шелестять крилами — очевидно, вони голодні, не вистачає корму. Тоді треба відкрити і, можливо, підставити рамку до гнізда. Слідкуючи за станом сімей у такий спосіб, можна оперативно вирішити проблеми, які виникають. Попередня зима була дуже важка, випробувальна, адже бджоли гинули в багатьох пасічниках. Яка причина? Можливо, були бактеріальні хвороби бджіл. Одна із версій — не вистачило білка, бо літо було сухе, недостатньо пилку. Можливо, це стало причиною виснаження чи поганого розвитку жирового тіла бджіл, що вплинуло на їхню життєздатність.

Зимівля бджіл — один із найважливіших етапів їхнього життя. Від того, як вона пройде, залежить, наскільки продуктивно вони працюватимуть у період наступного медозбору. Після якісної зимівлі сім'ї добре розвиваються, швидко зростає кількість бджіл, і, як наслідок, медозбір проходить вдало.

Василь ВЕРБЕЦЬКИЙ
Фото надане
Станіславом ДЕМИДОВИМ
Бершадська міська територіальна громада



Стали «бронзовими» призерами

Четверо спортсменів з Вінниччини здобули «бронзу» Чемпіонату світу зі спортивної акробатики, який проходив в Португалії.

Про це повідомляє перша заступниця начальника Вінницької ОВА Наталя Заболотна та назвала імена наших спортсменів.

Це Володимир Репетій, Дмитро Борщевський, Микола Сорока та Микола Хасанов.

«За призові місця боролися 612 спортсменів з 32 країн світу! Вітаємо наших юних та наполегливих спортсменів! Пишаємося вами», - написала Наталя Заболотна та висловила подяку тренерам і хореографам за підготовку: ЗТУ Голяк Ю.Л., ЗТУ Ковальчук Г.В., ЗТУ Малініна Л., Ткачук О.О., Луценко А.О.

Срібну медаль чемпіонату Азії виборола юна боксерка Вероніка Голуб із Бершадщини

В Об'єднаних Арабських Еміратах відбувся чемпіонат Азії з боксу серед юніорів, школярів та школярок. Україна вперше брала участь у цьому чемпіонаті. Як повідомляє Федерація боксу України, дебютний виступ на цьому турнірі приніс нашій країні 5 золотих, 14 срібних та 18 бронзових нагород, а також друге загальнокомандне місце збірної України серед школярів та школярок і четверте загальнокомандне місце серед юніорів. Це неймовірний результат!

Наша землячка, восьмикласниця Бершадського ліцею, вихованка Уманської ДЮСШ та представниця боксерського клубу «Арес» Вероніка Голуб мала честь представляти українську юнацьку збірну з боксу на змаганнях такого рівня.

— У її ваговій категорії — 43 кілограми — була дуже велика конкуренція, — розповідає мати юної спортсменки Олена Григорівна. — Ніка провела три поєдинки. Спочатку вона здобула перемогу у бою з представницею Шрі-Ланки і впевнено пройшла до наступного етапу турніру. Потім була ще одна перемога — донька впевнено здолала представницю Тай-Пею і вийшла у фінал. Найважчим був фінальний поєдинок, в якому Ніка, на жаль, поступилася представниці з Індії. У підсумку — срібна нагорода.

Рідні, знайомі, тренери, земляки вболівали за Вероніку Голуб і тримали за неї кулаки. Це високе досягнення юної спортсменки.

«Вітаємо нашу чемпіонку, ученицю Уманської ДЮСШ та боксерського клубу «Арес» Вероніку Голуб! Сьогодні «срібло», «срібло» історичного для нас чемпіонату Азії з боксу серед юначок! Ніка, але для всіх, хто вболівав за тебе, ти — чемпіонка! Ти краща! Ти наша надія. Віримо в тебе. Це тільки початок. Далі буде...» — написав у соціальній мережі один із її тренерів Віктор Петриченко.

Із вагомим здобутком вітали Вероніку Голуб і міська рада, усі шанувальники спорту, земляки. Вони пишуться нею. Ніка показала неймовірну майстерність та силу духу, своєю наполегливістю та високими досягненнями прославляє не лише нашу громаду, а й всю Україну.

Вероніка Голуб стверджує: у кожному поєдинку прагнула показати макси-



мальний результат. Звісно, їй хотілося вибороти «золото», але тепер буде над чим працювати, щоб у майбутньому реалізувати свої мрії на олімпійській арені. До речі, юна спортсменка відчула особливості європейського та азійського боксу, відмінності у техніці і тактиці.

Сподіваємося, важливий досвід, який Вероніка Голуб здобула на чемпіонаті Азії, неодмінно допоможе їй у майбутньому реалізувати свій талант.

Василь ВЕРБЕЦЬКИЙ
Фото надане Оленою ГОЛУБ

Бершадська міська територіальна громада

Свічка пам'яті

Роздуми дружини загиблого воїна Віталіна Пацалової

У який дивний час ми існуємо. Живемо завдяки тому, що хтось віддає своє життя за це... Бути дружиною загиблого воїна — не дати згаснути його свічці пам'яті.

Пробач, коханий, що не змогла вберегти тебе. Я думала, що моє кохання — це твій щит, але від цієї клятої війни немає захисту. Я б усе віддала, щоб ти був живий. Ти сонцем світив, тому тебе обрало небо.

*Небо подарувало тебе обрало,
Небу достатньо стало твоїх справ на Землі,
Небу достатньо, мені однозначного мало,
Дуже самотньо без тебе мені.*

Твоє велике серце, яке більше неба, назавжди зі мною. Ти навчив мене кохати, навчив боротися за кохання і цінувати кожну його хвилину. Ти мій найкращий чоловік, найрідніша людина, бо ти моя душа, мій Всесвіт і моє життя. Ти пишався мною, але я тобою в мільйон разів більше, бо ти найпрекрасніший, найкращий, мій Герою.

Ми мали мрію заспівати і заграти в дуеті. Ти із саксафоном, я — з акордеоном. Так і не встигли почути гру одне одного. Сонечко, ми так багато чого не встигли. Ти ж завжди поспішав, а тепер час зупинився. Мені так завжди хотілося бути ближче до тебе, коханий, але тепер між нами світи. Бог подарував мені такого золотого чоловіка, таке неземне щастя і так жорстоко передчасно забрав.

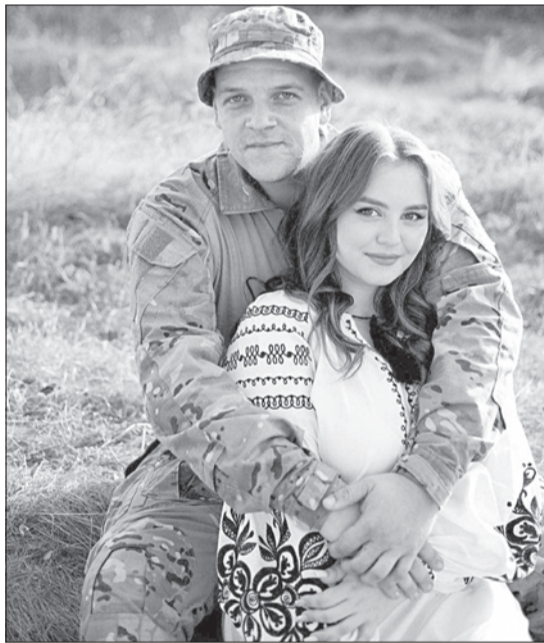
Ми були впевнені одне в одному, будували сім'ю на максимальній довірі та чесності. Ми вчилися жити разом, аналізуючи помилки кожного. Був випадок, коли ми поклялися у взаємному коханні, доки смерть не розлучить нас. Смерть розлучила, але не поборолла нашого кохання. Я тебе кохала вчора, кохаю сьогодні, кохатиму завжди. Поки я дихаю, ти житимеш у кожній клітинці мене.

Назавжди зі мною залишаться твої слова при нашій першій зустрічі: «Я тебе все життя шукаю!». Мені тебе катастрофічно не вистачає. Я не знаю, як далі жити. Пливу за течією. Ти продовжуєш жити в мені. Після того, як ти загинув, я вже нічого не боюся.

Мине багато років, але я ніколи не забуду, як опустила в поховальну яму тебе, людину, яку я кохаю найбільше у своєму житті. Не забуду, як жменю землі кидала в могилу на твою труну наостанок. Твоє поховальне місце для мене — місце болю, розпачу, сліз. Там у повітрі відчувається запах горя, втрат і величезної поваги до тебе і до всіх тих, на чий могилах майорять стяги відваги та героїзму.

Для кожного, хто тебе знав і пам'ятає, ти був завжди інакшим, особливим, потрібним. Дуже самотньо без тебе мені. Дякую тобі, мій вічний оберіг, за безмежне кохання.

Війна забрала найдорожче — твоє життя, коха-



ний. Мені так бракує твого мужнього плеча, твоїх рук, твого щирого сміху, твоїх обіймів та поцілунків — як сонця, як повітря.

Я звертаюся до неба з вірою, що ти мене слухаєш і завжди допоможеш у скрутну хвилину, як те було за твого життя. Знаходжу тебе в співі пташок, у теплом вітерці й в усьому прекрасному, що навколо мене.

Для мене ти скрізь, повсюди бачу тебе. Продовжую кохати, мій Янголе, більше за все на світі. Через тебе я дякую небесним воїнам світла і добра, бо всі вони Герої. Болить душа за кожного, за когось, хто боровся за нашу свободу, проливши власну кров. Пам'ятаю про них, як і про тебе, мого чоловіка Олександра Пацалова, нестиму завжди. Що б не сталося, але берегти пам'ять про наших полеглих Героїв на багато поколінь вперед — це наш обов'язок.

Наші Небесні воїни, уклін вам доземний!

Довідка про полеглого бійця Олександра Ігоревича Пацалова. Дата народження: 23 вересня 1996 року. Місце проживання: селище Кирнасівка Вінницької області. Позивний на війні: «Лев». Місцевість і дата поранення: Запорізька область, біля села Вербова — 11 жовтня 2023 р. Дата смерті: 17.10.2023 р. (поранення було несумісне з життям). Місце поховання нацгвардійця: село Кирнасівка Тульчинського району, Вінниччина.

Записала **Наталія ЮНІЦЬКА**

Раптово обірвалося життя знаного рятувальника Олександра Довгого

Прощання з 47-річним підполковником Служби цивільного захисту Олександром Петровичем Довгим, який тривалий час очолював колектив рятувальників Немирівщини, відбулось у Немирові 17 вересня — в День рятувальника.

Олександр Довгий народився 10 вересня 1977 р. в місті Липовець у багатодітній родині. Батько працював водієм на Півночі, мама — хірургічною медсестрою. В родині, крім Олександра, зростали ще троє братів.

Закінчивши Липовецьку школу №1, Олександр Довгий вирішив продовжити династію рятувальників, адже його дідусь В.А. Копитко тривалий час працював на посаді водія в місцевій пожежній частині, мамині брати теж служили в державній пожежній охороні в різних областях України.

Юнак вступив до Черкаського пожежно-технічного училища. Після його закінчення у 1997 році лейтенант Олександр Довгий був призначений на посаду начальника варту Самостійної державної частини м. Немирів (нині ДПРЧ №13, яку Олександр Петрович згодом очолював).

У 2002 р. закінчив профільний виш — Черкаський інститут пожежної безпеки. Далі були роки сумлінної служби, під час яких теорія підкріплювалась практикою. Пожежі та інші надзвичайні події, дорожньо-транспортні пригоди на трасі міжнародного значення М-12... Згадував, зокрема, загибель одразу десяти паломників в одному мікроавтобусі — тоді молодому офіцерові з побратимами було ніяково і соромно діставати тіла з понівеченої автівки за допомогою ломів та сокир, адже якісного обладнання не було...

Значні зміни в ДСНС, отримання нової техніки, поліпшення умов служби чергових караулів, обладнання за сучасними стандартами будівель, депо та приміщень пожежно-рятувальних частин, створення добровільних поже-



жних команд і центрів безпеки у громадах — усе це відбувалося за активної участі та сприяння Олександра Петровича Довгого. Остання його посада — керівник районного управління цивільного захисту.

Він пишався і своєю службою, і своєю родиною, в якій разом із дружиною Лілією виховував трьох дітей. Старша дочка Аліна викладає іноземні мови, Марина обрала навчання в Київському національному економічному університеті, а син Максим продовжив династію рятувальників, ставши курсантом Львівського університету безпеки життєдіяльності.

Олександр Довгий був професіоналом високого рівня, доброю та щирою людиною, не відмовляв нашій газеті в коментарях щодо актуальних подій та діяльності очолюваної ним частини, також і сам не раз був героєм наших публікацій. Зокрема, три роки тому ми розповідали про його цікаве захоплення — колекціонування моделей різноманітної пожежної техніки, яке почалося з моделі пожежного автомобіля, подарованої одного разу коханою дружиною на професійне свято.

Вічна пам'ять справжньому рятувальнику та хорошій людині. Висловлюємо щирі співчуття рідним і близьким.



Затримано рецидивіста за побиття та пограбування старенької, яка його прихистила

Злочин був скоєний у Хмельницькому районі. За попередньою інформацією слідства, 73-річна жінка прихистила у своєму домі 42-річного чоловіка, який тимчасово мешкав у Хмельницькому районі, та його співмешкankу. Останні проживали в одній із кімнат будинку потерпілої та мали допомагати їй у хатніх справах. Якось чоловік зайшов до кімнати власниці домогосподарства, схопив її за шию та двічі вдарив кулаком в обличчя. Після чого зловмисник забрав мобільний телефон та 1 600 гривень й втік у невідомому напрямку. За декілька годин поліцейські розшукали та затримали грабіжника

біля автовокзалу Вінниці. Фігурант мав намір виїхати з міста, аби уникнути відповідальності. Слідчі вилучили викрадене майно в повному обсязі. Як з'ясували правоохоронці, 42-річний чоловік провів за ґратами 12 років за убивство у Миколаївській області. Також фігурант є обвинуваченим у скоєнні майнового злочину, вчиненому у Козятині. Слідчі повідомили затриманому про підозру. Санкція статті передбачає до 10 років позбавлення волі. Суд обрав запобіжний захід у вигляді тримання під вартою. За матеріалами поліції Вінницької області

Допомагав втекти за кордон

За 3600 доларів США зловмисник повинен був забезпечити військовозобов'язаному незаконний перетин держкордону під виглядом волонтера — водія гуманітарної допомоги благодійного фонду, ким насправді той не був, задля ухилення від військового призову. Повідомляє поліція Вінницької області. 11 липня 2022 року після передачі грошових коштів фігуранта затримали правоохоронці. Також провели ряд обшуків, зокрема, у приміщеннях військових комісаріатів та одного з благодійних фондів. Злочинну діяльність чоловіка задокументували слідчі обласного главку спільно з працівниками Служби безпеки України за процесуального керівництва Спеціалізованої прокуратури у військовій та обо-

ронній сфері Центрального регіону. Днями Барський районний суд визнав чоловіка винуватим у вчиненні злочинів, передбачених ч. 2 ст. 369-2 (Зловживання впливом) та ч. 3 ст. 332 (Незаконне переправлення осіб через державний кордон України) Кримінального кодексу України й призначив йому покарання у вигляді восьми років позбавлення волі з конфіскацією майна. Досудове розслідування кримінального провадження проводили слідчі слідчого управління, оперативний супровід надавали працівники УСБУ, підтримання публічного обвинувачення забезпечувала Вінницька спеціалізована прокуратура у сфері оборони Південного регіону. Із соцмережі

Засудили агента рф, який «зливав» дані про розташування ЗС

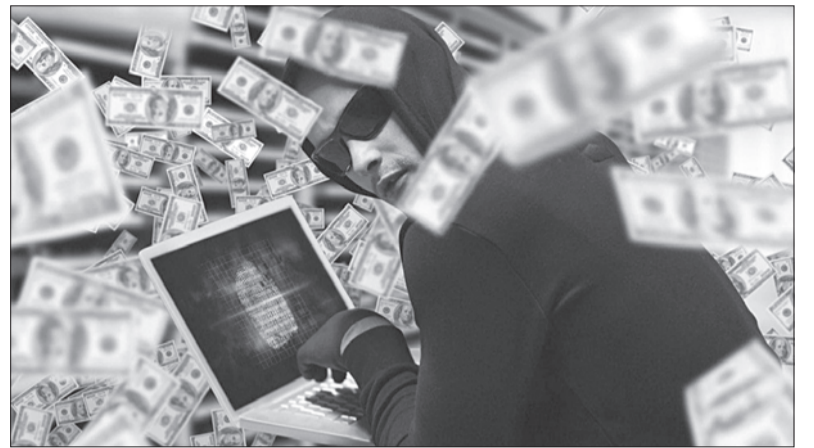
До 15 років ув'язнення засуджено донеччанина, який був учасником ворожої агентурної мережі. За публічного обвинувачення прокурорів Вінницької обласної прокуратури за державну зраду заочно засуджено учасника ворожої агентурно-інформаторської мережі, громадянина України (ч. 2 ст. 111 КК України). Про це повідомляє пресслужба Вінницької обласної прокуратури. «Вироком Вінницького міського суду Вінницької області йому призначено покарання — 15 років позбавлення волі з конфіскацією майна. Прокурорами у суді доведено, що 43-річний виходець з Донецчини, мешкаючи у м. Санкт-Петербурзі рф, у березні 2022 року увійшов до складу агентурно-інформаторської мережі,

яка була організована на тимчасово окупованих територіях Донеччини та діяла в інтересах спецслужб рф. Обвинувачений онлайн підтримував дружні відносини з донеччанами, яких і залучив до виконання завдань розвідувального характеру щодо переміщення та розташування Сил оборони України. Отриману деталізовану інформацію він передавав представникам російських спецслужб, які використовували її для здійснення вогневого ураження по українських позиціях. Завербовані агенти на місцях також звітували про наслідки згаданих ворожих атак», - написали в прокуратурі. Наразі вирок не набрав законної сили. **Аліна МЕЛЬНИК**

Фінансовий обман: українців попередили про нову шахрайську схему

Спеціалісти розповіли про певні кроки, які вам допоможуть уберегтися від шахраїв, захистити себе й свої гроші. В Україні аферисти вигадали нову схему, аби викрадати гроші у людей. Злочинці нібито обіцяють фінансову допомогу від міжнародних організацій чи уряду України. Однак замість цього вони лише отримують доступ до ваших коштів. Про це повідомляє поліція Запорізької області.

Яка схема діє по Україні
Даний вид обману набув популярності після початку повномасштабного вторгнення. Шахраї публікують у соціальних мережах оголошення про фейкову допомогу, а деякі люди отримують такі повідомлення у форматі SMS. Аферисти закликають перейти за посиланням і ввести дані вашої картки, ніби для отримання допомоги. Насправді їхня мета — вкрати ваші гроші.
Як уберегтися від шахраїв та захистити себе й свої гроші:



- не відкривайте жодні посилання в месенджерах, соціальних мережах, SMS;
- не поспішайте вірити заголовкам, які обіцяють вам якісь виплати;
- пам'ятайте, що інформацію про програми підтримки від держави завжди публікують офіційні джерела під доменом «gov.ua», також такі сповіщення з'являються

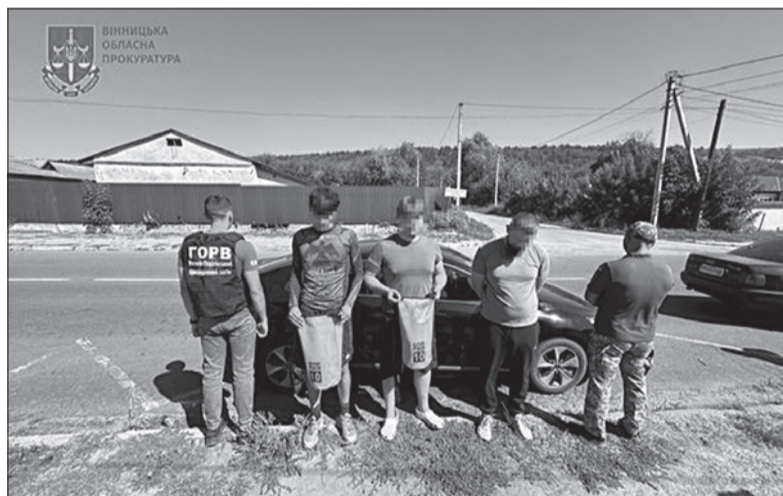
в «Дії»;

- не вводьте на сторонніх сайтах дані своєї картки.
- Як зрозуміти, що ви переписуєтесь з шахраєм**
Пересічним громадянам треба одразу звернути увагу на такі ознаки:
- Неочікувані повідомлення. Ви отримуєте повідомлення з пропозиціями допомоги або виграшу, про які раніше не чули.
- Підозрілі посилання. Вас просять перейти за посиланням і ввести особисті дані або дані вашої картки.
- Надмірний поспіх. Відправник наполягає на швидких діях або ставить вас у ситуацію терміновості.
- Помилки у тексті. Повідомлення можуть містити граматичні по-

милики або виглядати непрофесійно.

- Запит на особисті дані. Відправник просить вас надати конфіденційну інформацію, таку як номери банківських карток, паролі або інші дані, які зазвичай не запитують у повідомленнях.
- Невідомий відправник. Ви не знаєте або не впізнаєте відправника повідомлення.
- Використання відомих імен. Шахраї можуть прикидатися працівниками відомих організацій або служб, але їхні контактні дані не збігаються з офіційними.
- Завжди будьте обережними й перевіряйте інформацію перед тим, як реагувати на подібні повідомлення. Якщо цього не робити, то є велика ймовірність, що ви залишитеся без грошей.

Злочинний бізнес батька і сина



За процесуального керівництва Могилів-Подільської окружної прокуратури повідомлено про підозру 2-м жителям Вінницького району в організації незаконного переправлення осіб через державний кордон України, сприяння їх вчиненню вказівками, наданням засобів та усуненням перешкод, вчинене щодо кількох осіб, з корисливих мотивів (ч. 3 ст. 332 КК України). Підозрюється, що 38-річний чоловік спільно зі своїм 70-річним батьком, організували незаконне, поза визначеними пунктами пропуску, переправлення 2-х громадян України призовного віку через

державний кордон України до Республіки Молдова. Свої послуги вони оцінили у 25 000 гривень. На залізничному вокзалі у Вінниці один із підозрюваних зустрів жителів Києва та Харкова, які мали намір незаконно переправитися через державний кордон України, та об'їзними шляхами перевіз до автодороги у напрямку Могилева-Подільського. Після цього чоловіки пересіли до автомобіля під керуванням іншого фігуранта — сина підозрюваного, який в об'їзд наявних блокпостів перевіз чоловіків до берега річки Дністер в напрямку державного кордону України. Там

військовозобов'язані мали намір незаконно переправитися через Дністер на територію Республіки Молдова. Затримали чоловіків під час руху в напрямку державного кордону. Наразі судом задоволено клопотання прокурора та судом до підозрюваних застосовано запобіжні заходи у вигляді тримання під вартою та цілодобового домашнього арешту. За вказаний злочин передбачено покарання до 9 років позбавлення волі з трирічним позбавленням права обіймати певні посади чи займатися певною діяльністю та конфіскацією майна. Досудове розслідування здійснюється слідчим відділенням Могилів-Подільського РВП Головного управління Національної поліції у Вінницькій області, оперативний супровід здійснювали прикордонники Могилів-Подільського прикордонного загону. **Примітка:** відповідно до ст. 62 Конституції України особа вважається невинуватою у вчиненні злочину і не може бути піддана кримінальному покаранню, доки їй не буде доведено в законному порядку і встановлено обвинувальним вироком суду. **Тетяна СВИРИДА, прокурор Могилів-Подільської окружної прокуратури**

Браконьєрив на річці Рів

Із соцмережі стало відомо, що житель Барської територіальної громади, використовуючи заборонене знаряддя лову, а саме три рибальські сітки, перебуваючи на руслі річки Рів, що знаходиться в адміністративних межах села Широке Жмеринського району, здійснив незаконний вилов та здобув рибні біоресурси в загальній кількості 157 особин. Коли улов порахували, то стало

відомо, що у сітці браконьєра потрапили 146 екземплярів карася срібного на загальну суму 230 926 гривень, дев'ять екземплярів щуки звичайної на суму 31 212 гривень та два окуні звичайних вартістю 3 162 гривень за один екземпляр. Тим самим чоловік здійснив вилучення водних живих ресурсів із природного середовища на загальну суму 268 тисячі 362 гривні.

В разі доведення винуватості у скоєнні інкримінованого кримінального правопорушення перед судом чоловіку загрожує покарання у виді обмеження волі на строк до трьох років. Отака вона, браконьєрська удача! Всього тільки — захотілося свіженької дармової рибки. **Віктор ЗЕЛЕНЮК, Барська громада**

«Три площини Барської кераміки»

Артрезиденція під такою назвою пройшла в місті Бар

За підтримки Українського культурного фонду на базі КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського» відбулася Всеукраїнська артрезиденція «Три площини Барської кераміки». Організаторами заходу стали ГО «Народний музей Барської кераміки», ГО «Барський МХАТ» у співпраці з Вінницьким обласним художнім музеєм, Вінницьким обласним центром народної творчості та ГО «Кращий художник».

Метою резиденції є створення простору із ресурсами для творчої самореалізації, відновлення та провадження індивідуальної мистецької діяльності, обміну досвідом, професійного росту та популяризації в Україні та за кордоном представників гончарного, образотворчого та фотомистецтва з різних регіонів України, створення мистецьких робіт, об'єднаних однією темою навколо елементу нематеріальної культурної спадщини Вінниччини — Барської кераміки.

Заявки на участь у Всеукраїнській артрезиденції подали 138 майстрів з 20 регіонів України за трьома мистецькими напрямками: гончарне, образотворче та фотомистецтво (курують напрямки знані в Барі митці Максим Бінковський, Надія Іванисько та Тарас Щерба). До участі у проєкті відібрали 45



кращих майстрів з різних областей нашої держави.

Учасників резиденції організатори безкоштовно забезпечили проживанням, харчуванням, необхідними матеріалами для роботи, а також щодня влаштовували для них різноманітні активності та знайомили з містом.

На урочисте відкриття резиденції, що відбулося у виставковій залі БГПК ім. М.Грушевського, окрім, власне, майстрів, завітали поважні гості. Після мистецького вступу від Юлії Залевської та Ірини Дєдової привітала учасників начальник управління культури та креативних індустрій Вінницької обласної військової адміністрації Ольга Дернова. Вручила подарунки майстрам директор Вінницького обласного центру народної творчості (який є партнером реалізації проєкту), заслужений працівник культури України Тетяна Цвігун. Заступниця директора з наукової роботи Вінницького обласного художнього музею (ще однієї організації-партнера проєкту) Ольга Романишена

вручила подяку головному організатору резиденції — громадській організації «Народний музей Барської кераміки».

Варто зазначити, що у жовтні в обласному художньому музеї та центрі народної творчості відкри-



ються виставки робіт, створених у рамках проведення резиденції. Звернувся із вітальним словом до присутніх і директор БГПК ім. М.Грушевського, кандидат педагогічних наук Петро Савчук.

Про важливість відродження народної культури та збереження традицій у своєму виступі зазначив заслужений діяч мистецтв України, етнограф та дослідник Володимир Титаренко, який понад 40 років мріяв про відродження Барської кераміки. На щастя, за підтримки Українського культурного

фонду та в результаті понад 6-річної роботи команди проєкту «Відродження традицій Барської кераміки», це нині стало можливим. І всеукраїнська артрезиденція, що діятиме в Барі до кінця вересня, яскравий тому приклад.

Дякували гостям та дарували подарунки і організатори — директор ГО «Народний музей Барської кераміки» Роман Григор'єв та заступниця директора — головна режисерка Барського міського художнього аматорського театру Ірина Дєдова. А керівник артрезиденції, громадсько-культурний діяч Артур Цицюрський передав вітання від очільника іще однієї партнерської організації проєкту — ГО «Кращий художник», народного художника України Володимира Козюка.

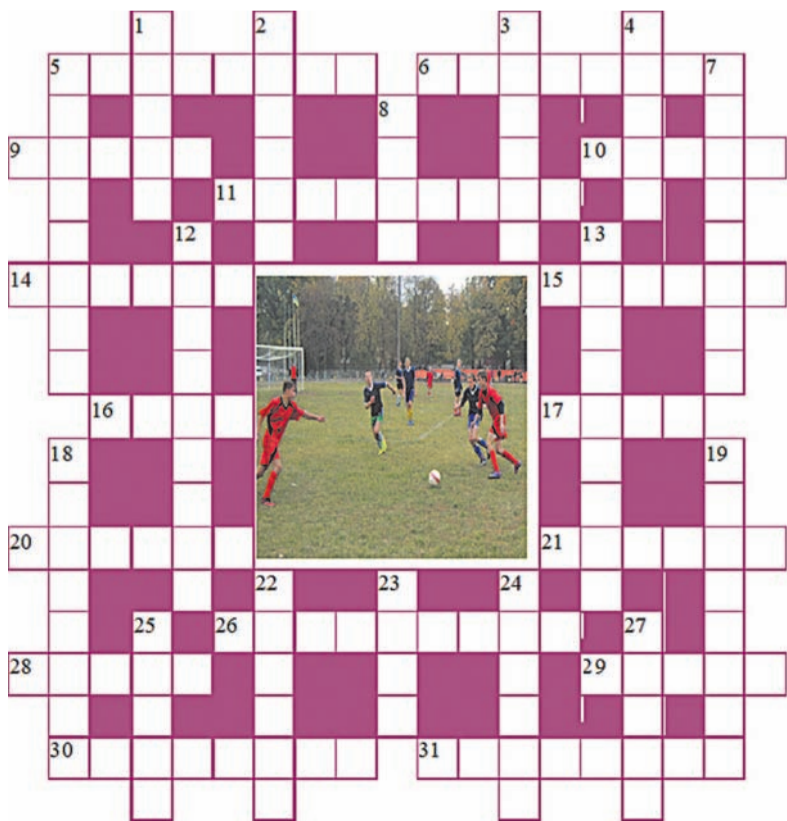
Наразі перший заїзд резиденції уже завершив свою роботу, потішивши високохудожніми мистецькими творами, які скоро можна буде побачити на виставках у Вінниці та Барі. На черзі другий і третій заїзди майстрів. Тож побажаймо митцям плідної праці задля відродження вітчизняної нематеріальної культурної спадщини, яскравим феноменом якої є Барська кераміка.

Підготував **Віктор ЗЕЛЕНЮК**
Фото **Олени ПОПОВСЬКОЇ**
і **Тараса ЩЕРБИ**



Кросворд «Планета спорту»

Склав **Василь ВЕРБЕЦЬКИЙ**



По горизонталі: 5. Спортивний снаряд (мотузок, шнурок із ручками на кінцях, через який стрибають) для фізичних вправ дорослих і дітей. 6. Часті удари гравця по м'ячу (шайбі) рукою, ногою чи предметом у русі або на місці. 9. Трикошаний спортивний костюм, який щільно облягає тіло. 10. У боксі — проміжок часу (звичайно три хвилини), протягом якого відбувається бій. 11. Шаховий хід, при якому туру переміщують впритул до короля, який ще не рухався з місця, а короля переносять через туру й ставлять поряд. 14. Тонкий стрижень із загостреним кінцем або гострим наконечником, який використовують для стрільби з лука. 15. «Жовта ...» — символ попередження у спорті, зазвичай паперовий або пластиковий прямокутник жовтого кольору. 16. Тверда хірургічна пов'язка із вапнякового мінералу білого або жовтуватого кольору, що використовується при переломах та вивихах. 17. Оббита шкірою колода на чотирьох ніжках для гімнастичних вправ. 20. Японське бойове мистецтво, створене як синтез фізичної вправності, філософії; спирається на перенаправлення енергії атакуючого проти нього самого. 21. Головна фігура в шахах.

26. Спортивна гра в м'яч між двома командами, учасники якої повинні руками закидати м'яч у «кошик» (сітку), що висить на стовпі. 28. Найшвидший спосіб плавання на грудях, під час якого плавець по черзі викидає над водою то одну то другу руку вперед за голову. 29. Результат у матчі чи партії, де ніхто не виграв. 30. Спеціально обладнана ділянка для випробування автомобілів, а також для автомобільних змагань. 31. Вид командних змагань з бігу, плавання тощо, у якому члени команди передають на визначених етапах із рук в руки паличку, поки останній не доставить її до фінішу.

По вертикалі: 1. Шашка, яка після завершення свого ходу по шашковій дошці набуває права пересуватися на необмежену кількість кліток. 2. Вид лижного спорту — швидкісний спуск із гір на лижах за звивистим маршрутом, який позначається контрольними віхами, прапорцями. 3. У боксі — удар. 4. Фігура найнижчої цінності у грі в шахи. 5. Бігун, плавець на коротку дистанцію. 7. Змагання, при якому слабшому учасникові надається певна перевага в умовах гри для урівноваження шансів на успіх. 8. Важкий металевий спортивний снаряд для штовхання, що має форму кулі. 12. Міжнародні спортивні змагання, які влаштовуються раз на чотири роки за зразком олімпійсь-

ких ігор у стародавній Греції. 13. Спортивна гра з воляном і ракеткою. 18. Спортивний човен із закритим верхом, в якому є отвір для одного або двох гребців, що гребуть дволопатевиими веслами. 19. Система фізичних вправ, спрямованих на виховання в людини спритності, сили, витривалості. 22. Колюча зброя з довгим і гнучким чотиригранним клинком та державкою; тепер використовується тільки у навчальному та спортивному фехтуванні. 23. Частина матчу в деяких видах спорту (наприклад, у тенісі). 24. Точно визначена частина поля спортивної команди, яку вона захищає, граючи у футбол тощо з іншою командою. 25. Винагорода за виконану працю, послугу тощо. 27. Особа або група осіб, що йде першою у якому-небудь змаганні.

Відповіді на кросворд:

По вертикалі: 1. Дамка. 2. Слалом. 3. Директ. 4. Пішак. 5. Спринтер. 6. Фетер. 7. Гандикап. 8. Ядро. 9. Тріпліт. 10. Раунд. 11. П'ятак. 12. Міжнародні олімпійські ігри. 13. Каноє. 14. Картка. 15. Карточка. 16. Гіт. 17. Кінг. 18. Батлінгтон. 19. Батлінгтон. 20. Акідо. 21. Кольчак. 22. Ракета. 23. Ракета. 24. Борота. 25. Плата. 27. Лідер.