

Подільська Зоря

АКТУАЛЬНО

Президент України Володимир Зеленський прибув до штаб-квартири Організації Північноатлантичного договору (НАТО) у Брюссель. Зеленський у Telegram повідомив, що цей візит матиме важливе значення для стійкості України взимку. Відбудеться зустріч міністрів оборони країн-членів НАТО. Також у Брюсселі відбудеться засідання Контактної групи з питань оборони України ("Рамштайн-16"). "Проведу зустрічі з Генеральним секретарем Альянсу Йенсом Столтенбергом, міністром оборони США Ллойдом Остіном. Вперше офлайн візьму участь у засіданні формату "Рамштайн". Є важливе звернення до всіх присутніх міністрів оборони країн-учасниць цієї потужної коаліції", - повідомив глава держави.

Президент України Володимир Зеленський, розповів, за яких умов він би відмовився балотуватися на новий президентський термін. "Якби війна продовжувалася - так, якби війна закінчилася - ні. Я не можу втекти під час війни", - відповів Зеленський. Водночас він зазначив, що не знає, коли може закінчитися ця війна: "Я не можу вам назвати точну дату, я думаю, що ніхто не може. Я знаю, що ми йдемо в контрнаступ, що Росія піде з наших територій. Це останній етап війни. Це не його середина. Першим етапом була окупація, за якою пішла зупинка наступу та взяття ініціативи до своїх рук. Мені здається, ми в останній частині. У нас багато страхів: гроші, зброя... Але ми в останній частині, найскладнішій", - сказав Зеленський. Раніше Володимир Зеленський заявив, що чинне українське законодавство забороняє проводити вибори в період воєнного стану. Утім він додав, що готовий піти на цей крок, якщо союзники допоможуть виконати низку умов, зокрема з фінансуванням. Також потрібно буде організувати можливість голосувати для військових на передовій і українців, які наразі виїхали за кордон.

Німеччина надасть Україні новий пакет військової допомоги на загальну суму 1 мільярд євро. Про це заявив міністр оборони країни Борис Пісториус. Як повідомляє прес-служба Міністерства оборони Німеччини, це вже другий "зимовий пакет" для України. Щоб допомогти у захисті критичної інфраструктури та забезпечити подальшу підтримку, Німеччина надає Києву додаткові системи протиповітряної оборони: Patriot, IRIS-T вартістю близько 1 мільярда євро, а також зенітні самохідні установки Gerard. Крім того, найближчими тижнями в Україну прибудуть ще 10 бойових танків Leopard 1 A5, 15 броньованих машин і майже 20 броньованих санітарних автомобілів.

Служба безпеки України встановила особи двох зрадників, які скоригували російський ракетний удар по кафе у селі Гроза на Харківщині 5 жовтня. Як повідомляє СБУ, зловмисниками виявились двоє місцевих жителів - 30-річний Володимир Мамон та його молодший брат 23-річний Дмитро Мамон, які під час окупації регіону перейшли на бік загарбників. "За це фігуранти отримали "посади" у лавах окупаційного "управління внутрішніх справ військово-цивільної адміністрації Харківської області". Там одного з них призначили "водієм конвояної групи", іншого - "інспектором дорожньо-патрульної служби", - йдеться у повідомленні. За даними спецслужби, напередодні звільнення регіону обидва зрадники разом із родинами втекли до РФ, де продовжили працювати на користь країни-агресора. За вказівками російських окупантів вони дистанційно розпочали формувати власну мережу інформаторів на підконтрольній Україні території. "Дізнавшись точну адресу та час проведення мирного заходу, Володимир Мамон передав ці дані російським окупантам. Отримані відомості росіяни використали для здійснення прицільного удару по українському селу із застосуванням оперативно-тактичного ракетного комплексу "Іскандер М", внаслідок якого загинули 53 мирних жителів, серед них - малолітня дитина. Ще шестеро цивільних були поранені", - зазначили в СБУ.

Відтепер жителі Вінницької області зможуть записатись на прийом в обласну лікарню ім. Пирогова онлайн. Зробити це можна через сервіс Health 24. Все, що потрібно, це зареєструватись, обрати потрібну лікарню та лікаря і визначити зручний час. На ютуб-каналі MIC HEALTH 24 опублікували відеоінструкцію, як це зробити. Ті пацієнти, які хочуть записати до лікаря через реєстратуру - можуть це зробити, як і раніше. Онлайн-запис не скасовує роботу реєстратури медичного закладу, а є альтернативним способом запису для пацієнтів, які обирають більш сучасний спосіб.

Цьогоріч в Україні збільшили посівні площі під гречку. Зараз триває її активний збір - намолочено вже 173,8 тисяч тонн крупи, що більше ніж торік. Лідирує за кількістю збору Вінниччина.

Віддали життя за Україну



3 жовтня Лука-Мелешківська громада попрощалася із захисником, морським піхотинцем - **Олександром ТОТОКОМ**, 1994 року народження.

Загинув захисник 3 липня 2023 року на Донеччині отримавши поранення несумісне з життям під час бойового завдання.

У сільському храмі села Яришівка відбувся чин відспівування загиблого, поховали його з усіма військовими почестями на кладовищі, де відбулась громадська панахида. Люди віддали шану воїну, представники від громади висловили слова підтримки та співчуття родині захисника.

Із лютого 2017 року по березень 2021 року брав участь в антитерористичній операції на сході України.

У перший день війни він прибув до міста Подільськ, а вже 25 лютого - у місті Одесі, де вступив до лав ЗСУ. На вмовляння батьків не йти, він сказав: "Це мій обов'язок!!!".

Похований 3 жовтня 2023 року у селі Яришівка, куди сім'я переїхала за місяць до загибелі сина. Саші назавжди 28..." - пишуть друзі захисника в соцмережах.

Світла пам'ять тавічна шана Героям.

Страшна звістка знову сколихнула Вінницько-Хутірський старостинський округ - загинув мужній воїн, житель с. Писарівка-Максим Петрович ПРІТУЛА. Хлопцю назавжди 22.

Максим з перших днів повномасштабного вторгнення захищав наші землі, отримав важке поранення, після лікування знову пішов в пекло війни.

На жаль, люта війна не щадить нікого, забирає гідних, найкращих синів та дочок України.

Із пекучим сумом та гірким болем висловлюємо найщиріші співчуття родині та близьким людям.



Довгожителька села Лаврівка відзначила 95-й ювілей

Знана і шанована людина, жителька села Лаврівка **Надія Антонівна ЗАРЖЕВСЬКА** відзначила свій 95-річний ювілей.

У цей день поважну ювілярку вітали її родичі, діти, онуки та правнуки, які злетілися до рідної домівки. Привітати іменинницю з поважною датою також завітали Стрижавський селищний голова Михайло Демченко, та начальниця відділу соціального забезпечення Ольга Тютюнник. Гості побажали ювілярці міцного здоров'я, щастя, радості, наснаги і затишку в родинному колі, благополуччя та ще довгих років життя в такому ж оптимістичному настрої.

Народилася 28 вересня 2023 року. Дитинство та молодість ювілярки проходили в буремні довоєнні та воєнні часи, багато трагічних подій випали на її долю: голодні 30-ті роки, Друга світова війна, Попри всі пережиті негаразди і прикрощі нелегкої долі, ювілярка зберегла в своїй душі віру в Бога і любов до церкви, оптимізм, тягу до життя.

Багато років свого життя працювала ланковою на полі. Була передовою в колгоспі рідного села та отримала медаль. Також була депутаткою в місцевій селищній раді, та у Вінницькій районній раді. Виховала три доньки, має семеро онуків. І має за щастя бути прабабусею аж для тринадцяти правнуків.

Щиро хочеться побажати Надії Антонівні та всій дружній родині відмінного здоров'я, безмежного щастя та безхмарного неба. Нехай подальший життєвий шлях буде легким і світлим, а всі труднощі залишаться позаду в історії, яку вона змогла гідно прожити.



100 тисяч на дрон Mavic

Вчергове колектив Якушинецької сільської ради під керівництвом голови громади Василя Романюка зібрали кошти та долучилися до купівлі дрону Mavic з тепловізором.

Прилад необхідний для виконання завдань на одній із найгарячіших ділянок фронту, підрозділом де проходить службу житель громади із села Зарванці Денис Гусляков.

Василь Романюк передав 100 тисяч гривень представнику частини 3028 Нацгвардії України Віталію Дашуку для закупівлі дрона.

Ми не маємо права втомлюватися допомагати, адже наші воїни не втомлюються захищати нас та відвоювати крок за кроком нашу землю в окупантів.

«Через декілька днів вже отримали зворотній зв'язок від воїнів із подякою за закуплений дрон, який допомагатиме їм виконувати бойові завдання», наголосив Василь Романюк.

Разом до Пермоги!



Привітали з днем народження та подякували за багаторічну громадську діяльність



Кінець вересня та початок жовтня для поважного жителя села Зарванці **Миколи СИТАРА** видався рясним на свята. Він вже багато років поспіль, із 2006 року, опікується людьми поважного віку у Якушинецькій громаді, очолюючи місцеву ветеранську організацію. Завжди разом із головою сільської ради Василем Романюком вітають сивочолих ювілярів нашої громади, відвідуючи їх та віддаючи шану і засвідчуючи повагу. Також Микола Петрович очолює обласну організацію інвалідів війни.

29 вересня Микола Петрович відзначав свій день народження, цими ж днями родина Миколи та Надії Ситарів відзначали 50-років спільного подружнього життя, а ще 1 жовтня в Україні - Міжнародний день літніх людей та ветерана.

Тож голова громади Василь Романюк завітав до Миколи Петровича привітати його з днем народження та подякувати за багаторічну громадську

діяльність та активну позицію стосовно ветеранів та літніх людей.

"Прийміть найщиріші вітання із усіма святами, бажаю Вам та Вашій родині міцного здоров'я, довгих років життя, продовжуйте зберігати свою активність та дякую за Вашу діяльність у ветеранській організації. Принагідно вітаю із визначною подією у Вашому подружньому житті та бажаю ще багато років у щасливому шлюбі", - зауважив Василь Романюк.

Микола Ситар народився далекого 1949 року у Немирівському районі, його дружина Надія Тихонівна місцева із Зарванець. Мають Ситарі за своє життя на двох 84 роки трудового стажу. Микола Петрович працював на різних посадах із них 23 роки на залізниці. Надія Тихонівна 44 роки трудилася на одному робочому місці молодшою сестрою в Чорнобильській лікарні. Родина Ситарів має двоє дітей, троє онуків та одну правнучку. Вдячні рідним, близьким та друзям за увагу та турботу.

10 жовтня - День ментального здоров'я

Щорічно 10 жовтня у всьому світі відзначається День ментального здоров'я.

Ментальне здоров'я - універсальне право людини. Це не лише відсутність розладів. Це внутрішні ресурси для того, аби жити життя. Реалізувати свої здібності. Працювати. Піклуватися про інших, не забуваючи про себе.

До відзначення дня ментального здоров'я долучилася і наша громада. Практичним психологом Центру надання соціальних послуг Тетяною Литвинчук проведено інформаційно-роз'яснювальну роботу щодо психічного здоров'я



та методів його збереження для працівників Агрономічної сільської ради.

Також роз'яснено про Всеукраїнську програму ментального здоров'я "Тя як?". Крім того, проведено просвітницький захід з працівниками, обговорено низку важливих питань, у тому числі важливість ментального здоров'я та шляхи його збереження.

Будьте уважними один до одного та оберігайте власне ментальне здоров'я!

Не переплачуйте - сплачуйте рахунки в Укрпошті з мінімальною комісією

В Укрпошті - вигідно:

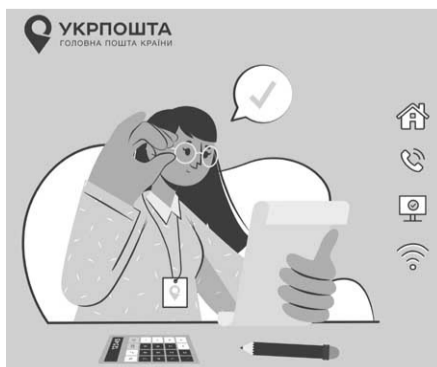
- комунальні, бюджетні, освітні й інші платежі з комісією від 10 грн незалежно від внесеної суми;
- можливість оплатити комунальні послуги без очікування паперових рахунків - є інформація про актуальну суму заборгованості вже після 10-го числа;
- поповнення рахунків будь-яких мобільних операторів України за декілька хвилин з комісією 7 грн.

А ще - просте оформлення страхового поліса як у відділеннях, так і на сайті.

Щоденно компанія надає поштові, фінансові й інші послуги у понад 27 000 населених пунктах України - і мегаполісах, і невеликих селах. Десь - у

стаціонарних відділеннях, десь - на новеньких автівках, проте завжди - поруч.

Обирайте Укрпошту!



Депутат інформує...

Олександр МАСЛЕННИКОВ,
Вінницька обласна рада

Нещодавно, під час зустрічі з педагогами Агрономічного ліцею, отримав звернення від Олени Непомнячої (вчителька трудового навчання) із проханням про електричну швейну машинку.

Звернувся із цим питанням до Романа Гавриша (ПРАТ "Володарка"), він одразу відгукнувся та надав необхідну техніку, за що йому дуже вдячний.

Швейну машинку уже доставив в школу та вручив педагогині для занять із дітьми.

За словами директорки закладу Наталії Ануфрієвої у ліцеї не було жодної працюючої машинки. Початок покладено...



Вихованці танцювального колективу "Сонечко" із Агрономічного запрошені представляти громаду та свій колектив на конкурс "Зірка Карпат".

У відповідь на звернення від колективу разом із головою громади Сергієм Ситарським надали кошти на оплату доїзду юних талантів на конкурс у Яремче. Дякуємо нашим воїнам за те, що діти мають можливість займатися улюбленою справою та популяризувати українську народну творчість. Бажаю сонечкам гарної подорожі та яскравих вражень.



Готують смаколики на передову



Струдлі та тефтели готують для оборонців на передову волонтерки села Тростянець Вороновицької громади. Збираються у когось із господинь вдома після роботи двічі на тиждень або ж за потреби. Продуктами та грошми допомагають односельці та мешканці сусідніх сіл, розповідає волонтерка Альона Марахович.

У неї вдома у печі випікають для захисників чергову порцію струдлів. За помічників у жінки четверо господинь.

"Я роблю балабушки, дівчата розкачують, змащують повидлом, закручують в струдлі", - каже Альона Марахович.

Рецепт - простий. Смачною здоба виходить, бо випікають у печі, каже Наталя Пилявець.

"Ніколи в духовці не пекла і не вмю, і воно мені з печі - є з печі. Два тижні воно буде стояти. І воно зачерствіє, присохне, але цвіллю не покриється, пліснявою не покриється. І воно буде: розломиш, кинеш в рот чи в чайок, намочиш - як тільки знову з печі", - розповіла Наталя Пилявець.

Наталі Пилявець - 69. Жінка говорить, що 30 років пропрацювала завідувачкою дитсадка. Російсько-українська війна в її дім прийшла ще до повномасштабного вторгнення: 2016-го на Донеччині загинув син Богдан. Тепер, каже, на фронті кожен оборонець - її син.

"Я цим і живу. Я уявляю, що привезли і хлопці їдять, хлопці п'ють із чаєм, вони частуються. Я знаю, що хлопці з'їдять. Я радію", - каже Наталя Пилявець.

Начинку роблять різну: тертий мак, повидло, вишня. Далі струдлі перекладають на деко та змащують олією.

Людмила Моргун розповіла, що по селу кілька кулінарних батальйонів.

"Якщо Василівна в нас каже: "Дівчатка, госпіталь" - ми пекли три чи чотири дня поспіль там на госпіталь. Фронт - значить, Оксана нам каже, кося на фронт пекти. Ми туди збираємося. Три чи чотири печі ми випікаємо", - розповіла Людмила Моргун.

А на кухні Любові Петренко для оборонців роблять тефтели.

"Ми їх тут обжарюємо, а потім морозимо. Приїжджає наша Оксана з Валерею, забирають. І вони везуть їх. Вони їх вакуумують в реторт-пакети. Вони теж хочуть чогось доброго", - каже Любов Петренко.

Серед тих, хто готує тефтели, Наталя Дубова. Жінка на пенсії. Розповіла, що 27 років пропрацювала на кухні, тож готувати вміє.

"Фарш, рис. Ну, як кажуть, 10 кг фаршу, значить йде одна третя частина рису, приправа, перчик, морква, цибуля, яйця. Вкладаємо всю душу свою і вкладаємо любов нашим хлопцям, що вони захищають", - сказала Наталя Дубова.

Продукти приносять місцеві та жителі сусідніх сіл, каже Альона Марахович. Допомогають і грошми.

"Все зносять люди. Дуже велике спасибі людям, з округних сіл - Шендерів, Потуш, Марківка, Тростянець. Всі ці наші села. Люди, як можуть, так і допомагають: і борошно, і яйця, і повидло всякі - ну, хто, чим може, тим і допомагає. І молоко сусіди допомагають. Вони хороші", - каже Альона Марахович.

Струдлі та тефтели тростянецькі господині пакують в ящики та передають волонтерам ГО "Подільська ластівка". За словами її очільниці Оксани Іванькової, усе це разом з іншою провізією повезуть бійцям на Запорізький та Донецький напрямки.

За матеріалами Суспільного.

ЗА ВИСОКИМ ПАРКАНОМ

Людські долі інколи наповнені такими хитросплетіннями, що на початку шляху ніхто не відає, як він завершиться. Ось і Роман, здавалось йому, в 25-30-річному віці злетів високо - високо, а в 55 низько впав і так забився, що аж стогне від душевного болю ночами. Водій - далекобійник полюбляв на всі життєві сюрпризи відповідати жартом "Нас не наздоженуть!". Тепер вважає, що це кара Бога його таки наздогнала, але від того не стає легше...

Високий та стрункий Роман був справжнім красенем. Великі карі очі на смаглявому обличчі, густа чорна, мов смола, шевелюра, наснилися не одній сільській дівчині. Скільки мав прихильниць - не перелічити. Одружився ж у 23 роки на юній Тамарі за місяць після її випускного в школі. Добре заробляв, долаючи тисячі кілометрів за кермом, тож відразу взявся "для своєї цариці Тамари" палац споруджувати. З високим парканом, аби ніхто її не вкрав.

Про подальше навчання молододі дружини навіть слухати не хотів. "Яка професія тобі потрібна? Навіщо тобі працювати? Я ладен забезпечити кохану жінку і всю свою родину на найвищому рівні. Відпочивай, поки малечка не пішла!" - говорив.

Народився синок Павлик - Тамара вже не могла мріяти про улюблену справу. Турбота про малюка цілком лягла на її тендітні плечі, бо чоловік постійно в рейсах, а приїде додому - відсипається. Так і жили день за днем. - Я заробляю гроші, ти - дитину няньчиш. У нас такий розподіл обов'язків, - відповідав на її нарікання, що батько ніякої уваги п'ятирічному синові не приділяє. - Я - вільний птах, водій - далекобійник. Сьогодні - тут, завтра - там. А ти у нас берегиня сімейного вогнища.

Якось надвечір прямував через райцентр своїм автомобілем додому і на околиці край дороги побачив дівчину з валізою. Зупинився. Вибіг, допоміг підняти в кабінку речі. Глянув на пасажирку, коли та зручно всілася на сидіння, - і ледь не зомлів: яка ж вона гарна! Біляве пишне хвилясте волосся до плеч, ніжне личко з рожевими щічками й губками, бездонні блакитні очі. Потонув Роман у них відразу.

Довідався, куди супутниця їде. Виїхав, до його села на роботу бух-



галтером. Зізнався, що його шлюб жив себе, буде розлучатись. З дружиною давно не спить, хоч мешкають в одному домі. Отже, він - вільний козак. Ганнусю повірила, бо закохалася в красеня з першого погляду.

Кілька місяців тривав їхній бурхливий роман. Дискотеки, спільні поїздки у вихідні, плани на майбутнє. Дівчина почувалася, як в раю. Поки не... завагітніла. Ця новина ох і розгнівила Романа. Ось коли Ганна побачила справжнє обличчя коханого. Він приїхав, жбурнув на стіл пачку грошей на аборт і наказав більше його не турбувати, бо помирився з дружиною, у них спільний син росте.

Сильна духом дівчина не впала в депресію, не плакала, аби не нашкодити дитині. Мужньо терпіла осудливі погляди сільчан. Оформивши декретну відпустку, поїхала до батьків, які підтримали доньку, раділи народженню онука. У білявенької блакитноокої матусі народився карокий чорнявенький смаглявий малюк, точнісінька копія Романа. Коли повернулася в село на роботу через три роки з Русланчиком, всі одразу здогадалися, хто його тато. Романова дружина Тамара всього з місячною різницею народила дівчинку Олю, як дві краплі води схожу на Руслана. Сам Роман, побачивши хлопчика, до глибини душі вразив Ганну реплікою:

- З яким циганом ти це дитинча нагуляла?! Хто б що не теревенив, а це не мій син - і крапка!

Як важко не було мамі - одиначці, але він жодного разу не дав малому ні цукерки, ні навіть ламаного гроша.

Невдовзі Ганну, як висококваліфікованого спеціаліста, запросили на роботу в податкову службу в райцентрі,

життя потихеньку налагоджувалося.

Вже коли Русіку виповнилося чотири роки, доля звелася її з Андрієм, який після загибелі дружини з 5-річним сином Сергієм повернувся з Одеси до рідного села. Вони стали хорошою подружною парою. Виховували двох своїх дітей, родина поповнилась ще двома спільними синочками. Хлопці підростали і не могли зрозуміти, чому це дівчина Оля, донька дядька Романа і тітки Тамари, дуже схожа на їхнього брата Руслана. Довелось батькам розповісти їм правду.

Минали роки. У Романовій сім'ї стосунки не ладилися. Набридли Тамарі чоловікові зради. Переживала за сина Павлика, який, закінчивши сільгоспінститут, не зміг знайти нормальну роботу за фахом і змушений був поїхати до Італії. Там пощастило добре влаштуватися, одружився на українці.

Примхлива донька Ольга мала іншу вдачу, все шукала сама себе. Рік навчалась в одному виші, рік - в іншому, а тоді кинула "грязти науки" й поїхала на заробітки спершу до Чехії, потім до Польщі.

Аби вирватися на волю з чоловікової "золотої клітки", Тамара умовила його відпустити її відвідати сина в Італії, побавити новонароджену онучку. Той нізачо не погоджувався, врешті, відпустив дружину на місяць.

Вона погостювала у Павловій родині, а тоді через агенцію офіційно влаштувалася доглядати стареньку бабусю. Заробила грошей, приїхала й купила собі в Одесі однокімнатну квартиру. Повернувшись назад до Італії, знову доглядала літню жінку, а коли та в 95 років померла - стала в агенції на облік як безробітна і отримує щомісяця соціальний захист. Тих коштів вистачило на хороший ремонт квартири та придбання меблів. Знову гостює в сина, радіє його сімейному благополуччю. Про Романа й чути не хоче.

А дружина ж йому тепер як ніколи потрібна, бо здоров'я сильно підводить. Про коханок думати забув. З сином і донькою, коли вдвома були, мало спілкувався, не відчували вони його любові. Тож тепер залишили рідний дім і забули про батька.

Все у нього є в просторому будин-

ку, тільки нікому зігріти своїм теплом. Ледь живого забрали коронавірусного Романа до лікарні, протягом двох місяців лікували пневмонію. Марив уві сні, до Тамари кликав, то Ганнусю, - казали чоловіки в палаті.

Не чула Тамара, спокійно живе собі "на волі". Ганна - тим більше. З Андрієм трудяться, в щасті купаються. Всі синочки виросли, мають професії. Руслан серед них особливою добротою, працелюбністю й чуйністю відзначається. Йому з малих літ хотілось довести татові, що й без нього він зможе вирости, здобути освіту й успіхів досягти.

Так і є. Він - провідний спеціаліст в одній з одеських фірм, придбав автомобіль, щоб до батьків, коли є можливість, їздити. У вихідні чи в свята накупить подарунків - і в дорогу.

А це підвозив днями чоловіка й жінку до села. Вони й розповіли, як бідує нині їхній сусід Роман, його біологічний батько. В свої 55 тяжко перерховів, повернувся додому кволий зовсім. У тому ж палаці нікого нема, щоб якийсь суп зварили, хоч склянку чаю подали.

- Мамо, тату, я тут випадково дізнався, що Роман Біленко занедужав. Мені його шкода, поїду, продуктів завезу, побачу, як йому живеться.

- Та їдь, звичайно, хіба ми проти? - почув у відповідь. - Ось борщик свіженький, гарчаченький ще візьми.

Руслан натис на дзвінок біля високої хвіртки. Вийшов Роман. Побачив хлопця з пакетами в руках - сльози затуманили очі. "Синку, невже це ти? Не чекав, не сподівався навіть... Я ж з тобою так по-свинськи вчинив, не визнавши за свого. Молодий був, зухвалий... Тепер сумління мучить вдень і вночі. Все думаю: міг же й гірше допомогати, й на машині навчити їздити... Міг, та нічого не зробив. Ти ріс в багатодітній сім'ї, нелегко, мабуть, було, - говорив крізь сльози розчулений Роман. - А бачиш, який молодець виріс, геть як я в молодості, й до ворожки не ходи. І освіту, кажуть, здобув, батькам допомагаєш..."

- Що ж тут дивного? Ми з братами просто вдячні їм за любов і турботу. Добре засвоїли й твій урок: ніхто з нас ніколи не залишить своїх дітей напризволяще...

Тайсія КРИСЬКО.

Натуральні освіжувачі повітря для дому

1. Аромат свіжості у будинку. Перед тим, як почати пилососити, змочіть кількома краплями лаванди шматочок вати і втягніть його пилососом. Пилосос шляхом свого прямування скрізь буде залишати ніжний «провансальський» аромат.

2. Дезодорація холодильника. Змочіть 1 краплю ефірної олії лаванди і 1 краплю ефірної олії лимона пористий камінь з обпаленої глини або звичайну марлю (у цьому випадку ефірні олії швидше випаруються) і помістіть їх на дверцята холодильника. Періодично оновлюйте ефірні олії.

3. Дезодорація сміттевого кошика. Вимийте та просушіть кошик для сміття, капніть 1 краплю ефірної олії лаванди та 1 краплю ефірної олії чайного дерева на аромакамень, шматочок марлі або ватний тампон і покладіть на дно.

4. Як «освіжити» мікрохвильову піч. Капніть 3 краплі ефірної олії лимона або м'яти в емність з водою. Поставте на 3 хвилини.

5. Ароматизація туалетів. Використовуйте невелику поличку, куди можна покласти 2-3 аромакамні розміром з маленьке печиво. Капніть на каміні кількома краплями ефірної олії лаванди, іланг-ілангу або сосни. Оновляйте олії щотижня. Ця проста процедура наповнює туалет ніжним запахом та оздоровлює атмосферу.

6. Ароматизація білизни. Стає досить популярним додавати під час прання ефірні олії. Не варто обмежувати себе у виборі ароматів. Є два способи: або ви додаєте в сушарку для білизни махрову рукавичку, на яку капаєте 7 крапель лаванди, м'яти, троянди або евкаліпта (або будь-яке інше масло, ваше улюблене), або додаєте 3 краплі тих же масел у воду для додавання до праски. Нагадаємо: ефірні олії - не жирні та не забруднюють вашу білизну!

7. Очищення та дезінфекція будь-яких поверхонь. Додати 30 крапель



ефірної олії лаванди, чайного дерева та/або лимона (30 крапель - всього, а не кожного!) в один літр спиртового оцту. Як слід струсіть. Цей простий та економічний склад відмінно очищає та дезінфікує будь-які поверхні.

8. Видалення накипу в мийці, раковині, ванні, каструлях, електричний чайник. Використовуйте наведений вище склад (для очищення та дезінфекції будь-яких поверхонь): спиртовий оцет - найкращий засіб для видалення накипу. Він ефективніший при нагріванні, тому ви цілком спокійно можете налити рідину в чайник з киплячою водою і залишити «наполягати» від кількох хвилин до години. Ваш чайник буде в бездоганному стані без єдиного мікроба - завдяки ефірним маслам.

9. Дезодорант для кімнати. Налийте кілька крапель ефірної олії м'яти в пульверизатор з водою. Гарненько струсіть і обприскуйте кімнату.

10. Звільнення від комах. Чим використовувати токсичні інсектициди, шкідливі як для людини, так і для домашніх тварин, які до того ж погано пахнуть, краще розбризкувати в повітрі ефірні олії - лаванди, кедрової чи евкаліпта. Немає розпилювача? Тоді додайте кілька крапель у емність із гарячою водою або навіть на шматочки вати та розкладіть їх по кімнаті.

11. Будинок без молі. Додайте 5 крапель ефірної олії кипарису та 5 крапель ефірної олії лаванди на аромакамень, дерев'яний кубик або на шматок марлі (його потім покласти в мішечок тканини). Покладіть у шафу або в комод з білизною. Регулярно оновлюйте.

12. Будинок без мурах. Додайте 5 крапель ефірної олії лаванди та 10 крапель ефірної олії м'яти перцевої в пульверизатор з 250 мл води. Розбризкуйте склад по «улюбленим» маршрутам мурах і особливо у місці передбачуваного мурашника. Повторюйте процедуру кілька разів на день протягом кількох днів.

Як позбутися запаху у взутті

Якщо ноги пітніють - це, звичайно ж, не дуже приємно, але не смертельно. Воно, ніби й так, але навіть ця невелика проблема ніг додає людям дискомфорту.

Причини пітливості ніг

Головною причиною неприємного запаху від ніг вважається посилена пітливість. У ногах знаходиться близько тисячі потових залоз, що виробляють за день до 200 мл поту! А якщо ви ще й ведете активний спосіб життя, постійно на ногах, займаєтеся спортом, ноги пітнітимуть сильніше.

З'ясовано, що у складі поту тільки вода і сіль. Тож джерелом неприємного запаху є бактерії, що розмножуються.

Отже, появі неприємного запаху сприяють такі чинники: закриті і взуття зі штучного матеріалу, що «не дихає»; синтетичні шкарпетки; активний спосіб життя, що спричиняє посилене потовиділення; стреси, страхи, збудження, хвороби нервової системи додатково підсилюють потовиділення; відсутність можливості часто приймати душ, змінювати шкарпетки, довге носіння однієї пари взуття.

Як знизити пітливість ніг

- Щодня намагайтеся мити ноги антибактеріальним милом.

- Втирайте в стопи крем для нормалізації потовиділення, його нескладно знайти в крамниці або аптеці.

- Скористайтеся пастою Теймурова, вона здатна за кілька застосувань на довгий термін позбавити від неприємного запаху.

- Купуйте крем із дезодоруючими речовинами, користуйтеся дезодорантами-антиперспірантами для ніг, це зменшує потовиділення.

- Скористайтеся присипками, тальком або порошком борної кислоти, це дозволить абсорбувати запахи.

- Якщо пітливість дуже сильна, спробуйте щодня мити ноги блідо-рожевим розчином марганцівки або щодня робіть ванночки з теплою водою і склянкою столового оцту - усього 15-20 хвилин упродовж тижня.

- На ніч змащуйте стопи лавандо-



вою олією, потім вдягніть шкарпетки і лягайте спати. Лавандова олія не тільки перешкоджає розмноженню бактерій, а ще й приємно пахне.

Якщо перераховані поради не допоможуть, вам краще звернутися до лікаря, який виявить причини надмірної пітливості і призначить спеціальні препарати.

Народні методи

Для того, щоб позбутися запаху, рекомендують протирати кросівки зсерединою невеликою кількістю оцту.

Ще можна використовувати пакетики з чаєм. Покладіть їх під устілки, і вони зможуть позбавити вас від смороду шкарпеток.

Однак, це ще не все. Крім оцту, свої черевички і черевики ви можете протирати перекисом водню.

Також у цьому питанні вам допоможе сода. Насипте ввечері по одній столовій ложці соди в кожен черевичок, а зранку просто витрусіть її - і сморід зникне разом із порошком. Якщо в будинку раптом не знайшлося соди - не турбуйтеся. Замініть її активованим вугіллям. Покладіть у кожен черевичок по 5-7 пігулок вугілля, і до ранку запах вашого взуття кардинально зміниться.

Також для того, щоб ноги менше пітніли в щільних чоботях, дуже часто використовують тальк. Він не тільки висушує шкарпетки і черевички, а й рятує від мікробів і грибка. Тальк можна замінити звичайною дитячою присипкою, однак, вона буде менш ефективною.

Вітаємо ветеранів війни та праці

Цього тижня свій ювілей святкуватиме ветеран війни та праці:

95-річчя відзначає мешканець с. Оленівка - **Олександр Никифорович ПРИСЯЖНИК** (15 жовтня).

Від імені активу Вінницької районної та місцевих ветеранських організацій щиро зичимо сиво-чолом іменинникам міцного здоров'я, достатку й злагоди в родині, гідної пошани від суспільства та держави, довгих літ щасливого життя під мирним українським небом.

Із повагою,

Петро ВАСИЛИНИЧ,
голова Вінницької районної організації ветеранів.



Україна - країна нескорених

Під такою назвою у Вінницьких Хуторах до Дня захисників та захисниць відбувся патріотичний, літературно-мистецький захід.

Участь у ньому взяли найкращі колективи Вінницько-Хутірської ДШМ. Охочі мали нагоду насолодитися виконанням музичних композицій викладачами закладу у супроводі оркестру "Сузір'я" та вокального ансамблю "Гармонія", почути вірші відомої поетеси та волонтерки Ірини Малярської та переглянути виступи зразкового аматорського хореографічного колективу "Мальви".

Крім того, під час заходу всі охочі долучилися до майстер-класу з виготовлення воскових свічок, який провела учениця школи мистецтв Марія Корнійчук.

В межах благодійної акції під назвою "Зігріє серце воїна!" вихованці, педагоги закладу та місцеві жителі зібрали 3 800 грн. Кошти передали одному з медичних взводів ЗСУ.

Директорка школи мистецтв Тетяна Висоцька



підкреслила, що сьогодні кожен має допомагати військовим усім чим може, наближаючи Перемогу. Завдяки аурі мистецтва та патріотизму, організаторам вдалося надати присутнім відчуття причетності до великої справи.

ПЕРЕДПЛАТИТЬ «ПОДІЛЬСЬКУ ЗОРЮ»

ШАНОВНІ НАШІ ВІДДАНІ ЧИТАЧІ.

Продовжуємо випуск однієї із найстаріших газет краю, аби Ви дізнавалися новини з життя громад, району, області та України.

Сподіваючись на кращі часи продовжуємо передплату на 2023 рік.

Передплата з поштовими послугами (без заповнення квитанції) становить: **ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ (61487):** на місяць - 32,60 грн., на 3 місяці - 97,80 грн., 6 місяців - 195,60 грн.

для підприємств, установ й організацій (40699): на місяць - 32,60 грн., на 3 місяці - 97,80 грн., 6 місяців - 195,60 грн.

12 жовтня - хмарно, без опадів, t вдень +10...+14°C, вночі +7...+9°C. **13 жовтня** - хмарно, дощ, t вдень +15...+17°C, вночі +8...+10°C. **14 жовтня** - ясно, без опадів, t вдень +20...+23°C, вночі +10...+14°C. **15 жовтня** - хмарно, без опадів, t вдень +11...+16°C, вночі +6...+8°C. **16 жовтня** - хмарно, дощ, t вдень +5...+9°C, вночі +2...+4°C. **17 жовтня** - хмарно, без опадів, t вдень +6...+8°C, вночі +2...+4°C. **18 жовтня** - хмарно, без опадів, t вдень +4...+8°C, вночі 0...+2°C.



Вибороли призові місця

Днями у мальовничих Карпатах проходив Всеукраїнський фестиваль-конкурс хореографічних колективів "Мистецька мозаїка". Участь у конкурсі взяв зразковий аматорський хореографічний колектив Перлина ДШМ Вороновицької селищної ради.

Серед великої конкуренції юні таланти Вороновицької ТГ вибороли призові місця: Диплом лауреата II ступеню із українським танцем "Плес-

кач", та Диплом лауреата III ступеню із стилізованим танцем "Чичері". Крім конкурсної програми учасники конкурсу мали змогу відвідати 3 майстер-класи з хореографії. А також отримали багато задоволення від екскурсії по чудових Карпатах. Дякуємо самим головним поціновувачам таланту дітей, батькам за підтримку колективу у всіх починаннях.



ОВЕН (21.03-20.04). Приємні сюрпризи та прикри несподіванки очікуватимуть у роботі. Краще більше часу провести на самоті, займаючись справами. Вам будуть вдаватися будь-які завдання, можна поїняти роботу або дружне коло. Окреслиться позитивне зрушення у фінансовій сфері. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - понеділок.

ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Можливі несподівані зміни в питаннях кар'єри, але чи будуть вони позитивними, залежить лише від вашої ретельності. Будьте уважними, переконайтеся, що вас розуміють правильно, щоб уникнути ускладнень в майбутньому. На вихідні бажано не планувати великих покупок і угод. Сприятливий день - четвер, несприятливий - п'ятниця.

БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Особливої напруги на роботі не передбачається, тому з'являться більше вільного часу. Ви станете спокійнішими й позитивнішими, прокинеться інтерес до роботи. У вихідні чекає цікава подорож або важлива справа, що стане початком у ланцюзі великих досягнень. Сприятливий день - субота, несприятливий - середа.

РАК (22.06-23.07). Не беріть на себе чужих турбот, нічого не відкладайте на потім - інакше буде запізно. Знайомтеся з новими людьми, починайте нові проекти. Постарайтеся не зв'язувати себе обіцянками і зобов'язаннями. У вихідні сходіть в гості або прийміть у себе близьких друзів: приємно проведете час і довідаєтеся щось нове й корисне. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - п'ятниця.

ЛЕВ (24.07-23.08). Бажано стримати бійцівський запал і працювати в команді. Якихнебудь непередбачених проблем не передбачається. Реалізація намічених планів відбудеться на гарному рівні. Щоб не зіпсувати стосунки з начальством, не беріть нічого на віру, пере-

Астрологічний прогноз на 16 - 22 жовтня

віряйте отриману інформацію. У вихідні неординарна ідея здатна дати поштовх, що дозволяє витягти максимальну користь з ситуації, яка зараз скалалася. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - вівторок.

ДІВА (24.08-23.09). Ваші задуми будуть реалізовуватися досить легко, але тільки якщо ви знайдете однодумців. Досить велика ймовірність бути заміненим начальством й гідно оціненим. Може виникнути ситуація, коли доведеться відповідати не тільки за себе, але й за інших. У вихідні постарайтеся не розпоршуватися на дрібниці. Сконцентруйте всі зусилля для досягнення однієї, головної на даний момент мети. Сприятливий день - четвер, несприятливий - субота.

ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Доведеться багато часу присвятити роботі, можливі зміни в особистому житті й на службі. Однак, пожинаючи плоди своєї праці, постарайтеся не розслаблятися, інакше ваші плани виявляться побудованими на піску. Вияв'яте терпіння й не сперечайтесь з колегами, не бійтеся взяти на себе відповідальність, від чого ви тільки виграєте. А от в особистому житті, перш ніж прийняти нову пропозицію, переконайтеся, що це не обман. Сприятливий день - середа, несприятливий - понеділок.

СКОРПІОН (24.10-22.11). Ви будете схильні до творчого підходу при вирішенні будь-якої проблеми. І це правильно, зможете зробити життя прекраснішими й цікавішими. Намічена поїздка може зірватися через певні фінансові ускладнення. У вихідні постарайтеся відпочити, вирушити в подорож. Така поїздка буде дуже вдалою й залишить приємні враження. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - субота.

СТРЕЛЕЦЬ (23.11-21.12). Ваша інтуїція дозволить діяти рішуче, вибираючи при цьому найбільш удалі напрямки для докладання зусиль. Ситуація може повернути вас до невіршених раніше проблем, постарайтеся знайти інші варіанти, якщо старі не спрацювали. У вихідні зможете порадувати себе якимось придбанням. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - середа.

КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Приємно відчувати себе значимою людиною, повага надає впевненість у власних силах. Починають зміцнюватися ваші позиції на роботі й у бізнесі. Але справлятися з проблемами та труднощами, що виникають вам доведеться самому, без сторонньої допомоги. У вихідні будьте уважними до всіх вступних пропозицій, не упустіть своє щастя. Сприятливий день - вівторок, несприятливий - четвер.

ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Є небезпека розчаруватися в старих бізнес-партнерах, ваші стосунки можуть зайти в глухий кут. Чи не час змінювати роботу? Бажано обережно ставитися до емоцій близьких, ви можете занадто легко їх скривдити. У вихідні можливі зустрічі зі старими друзями. Сприятливий день - п'ятниця, несприятливий - середа.

РИБИ (20.02-20.03). Очікує багато роботи, доведеться забути про відпочинок і спокій. Різноманітні події будуть стрімко змінюватимуть одна одну. Якщо бажаєте впоратися з цим і використати ситуацію на свою користь, від вас будуть потрібні незвичайна рішучість і швидка реакція. Не наплюгайте на негайних змінах. У вихідні перш ніж що-небудь сказати, спочатку гарненько подумайте. Сприятливий день - понеділок, несприятливий - вівторок.

"ПОДІЛЬСЬКА ЗОРЯ"

Вінницька регіональна газета.

редактор

Ф.І.БЕЖНАР

ПЕРЕДПЛАТНІ ІНДЕКСИ
ПЕРІОДИЧНОГО ВИДАННЯ:
ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЙ - 40699;
ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ - 61487

Газета зареєстрована
Головним територіальним
управлінням юстиції у
Вінницькій області
15.03.2019 р.
Реєстраційне свідоцтво
ВЦ №1051-409 ПР.
Засновник: Трудовий
колектив Товариства з
обмеженою
відповідальністю "Редакція
Вінницької регіональної
газети "Подільська зоря"

Газета виходить щочетверга,
видається українською, а також
російською мовами. Спосіб
друку - офсетний, обсяг 3
друковані аркуші. Формат А-3.
Розповсюджується
у Вінницькій області.
Видавець: Товариство з
обмеженою відповідальністю
"Редакція Вінницької
регіональної газети
"Подільська зоря".

Редакція не завжди підлягає точку
зору авторів публікацій. Відповідаль-
ність за надруковані та вкладені в
газету листівки, матеріали, рекламу і
оголошення несуть автори та
рекламодавець. Редакція залишає за
собою право редагувати та скорочу-
вати текст. При передруці матеріалів
посилання на "Подільську зорю"
обов'язкове. Матеріали, позначені
публікуються на правах
реклами.

РОЗРАХУНКОВИЙ РАХУНОК:
№UA65302076000026007300901415,
Вінницьке обласне управління АТ
«Ощадбанк», МФО 302076,
інд. код 02471361,
Адреса редакції:
21100, м. Вінниця,
вул. Брацлавська, 31.
Телефон редакції:
27-77-07.

Зам. №232841.

Наклад - 1500.

Газета віддрукована
у ТОВ "Прес
Корпорейшн
Лімітед",
м. Вінниця,
вул. Чехова, 12-б.
Тел. (0432)
55-63-97.