

«ДДС» запускає конкурс на Великдень

Автор найкращого рецепта отримає подарунок

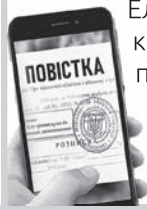
с. 13



Міністерка соціалістики Оксана Жолнович побувала у Глобиному

с. 2

Актуально про мобілізацію



Електронний кабінет, зниження призовного віку й виїзд за кордон

с. 3

У ветеранів Кременчука з'явився помічник

Чим він займається та як отримати послуги



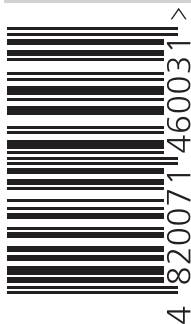
с. 4

Рецепт продовження життя

Прості компоненти для гарного самопочуття



с. 14



Ціна 10 грн.

№15 (1146), 11 квітня 2024 року

Для ДОМУ і сім'ї®

«Кременчуцький Телеграфъ» «Для дому і сім'ї плюс»



КАБМІН ЗАТВЕРДИВ РОЗМІРИ ОДНОРАЗОВИХ ВИПЛАТ ДО ДНЯ НЕЗАЛЕЖНОСТІ УКРАЇНИ

Кабмін затвердив розміри одноразових виплат до Дня Незалежності України для ветеранів війни та осіб, на яких поширюється дія законів «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» і «Про жертви нацистських переслідувань»

Зокрема, разову грошову виплату до Дня Незалежності України виплачуватимуть до 24.08.2024 у таких розмірах:

- особам з інвалідністю внаслідок війни та колишнім малолітнім в'язням концентраційних таборів, гетто, інших місць примусового тримання, визнаних особами з інвалідністю від загального захворювання, трудового каліцтва та з інших причин: I групи – 3100 грн; II групи – 2900 грн; III групи – 2700 грн;
- учасникам бойових дій, постраждалим учасникам Революції Гідності та колишнім неповнолітнім в'язням концентраційних таборів, гетто, інших місць примусового тримання, а також дітям, які народилися в зазначених місцях примусового тримання їхніх батьків, – 1000 грн;

- особам, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною, – 3100 гривень;

- членам сімей загиблих (померлих) ветеранів війни, членам сімей загиблих (померлих) захисників і захисниць України, дружинам (чоловікам) померлих осіб з інвалідністю внаслідок війни, які не одружилися вдруге, дружинам (чоловікам) померлих учасників бойових дій, учасників війни та жертв нацистських переслідувань, – 650 грн;
- учасникам війни та колишнім в'язням концентраційних таборів, гетто, інших місць примусового тримання, особам, яких було насильно вивезено на примусові роботи, дітям партизанів, підпільників, інших учасників боротьби з націонал-соціалістичним режимом у тилу ворога – 450 грн.



Таким чином, кошти, зокрема, виплачуватимуть членам сімей загиблих ветеранів війни, особам з інвалідністю внаслідок війни, в'язням концентраційних таборів та іншим.



ПЕРЕДПЛАЧУЙ ГАЗЕТУ -

і ніколи не прогавиш найцікавішого!

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС

01600

ПОЛІКЛІНІКА «НАФТОХІМІК»

БЕЗПЕЧНЕ ЛІКУВАННЯ КАТАРАКТИ

(067) 744 21 21

вартість дзвінків тарифікується згідно тарифів вашого оператора

м. Кременчук, вул. Свіштовська, 3

* Ліцензія Серія АВ №565844 видана МОЗ України 22.10.2010 р.



САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

ОФТАЛЬМОЛОГІЯ В «ОКУЛЮС»

РОБИМО РОЗСТРОЧКУ

КРЕМЕНЧУК, вул. Героїв УПА 11-А (колишня вулиця Гвардійська) тел. 068-022-33-88



ЛІКУВАННЯ КАТАРАКТИ

ВІД 7500 ГРН

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

ПРЕД'ЯВНИКУ ЗНИЖКА 50 грн

КАДАСТРОВИЙ НОМЕР

ПРИВАТИЗАЦІЯ

ГЕОДЕЗІЯ

098 130 64 30

privatka.ua

ПОДАВАЙТЕ ОГОЛОШЕННЯ В ГАЗЕТУ НЕ ВИХОДЯЧИ З ДОМУ

privatka.ua



ФАСАД

салон вікон та дверей



- ВІКНА ТА ДВЕРІ
- ПІДВІКОННЯ
- ВІДЛИВИ
- УКОСИ
- ПРОТИМОСКІТНІ СІТКИ
- ЖАЛЮЗИ
- РОЛЕТИ

ЗАМІР БЕЗКОШТОВНИЙ!

с.м.т. Павлиш, тел. (067) 867-83-61
с.м.т. Онуфріївка, тел. (098) 098-86-01
с.м.т. Козельщина, тел. 068-922-19-56
068-698-44-67

fasad-vikna.com.ua
facebook.com/Fasadk

Віримо в ЗСУ та перемогу!

Інтера Люкс

ВІКНА ДВЕРІ

ВХІДНІ • МІЖКІМНАТНІ

НАТЯЖНІ СТЕЛІ

КОНДИЦІОНЕРИ

ЖАЛЮЗИ ТА РОЛЕТИ

ЗНИЖКИ, ЯКІ ЗІГРІВАЮТЬ!

РОЗСТРОЧКА БЕЗ % від виробника до 6 місяців

Instagram intera_lux

м.Кременчук, пр. Свободи 32

096 099 46 52 050 054 05 95

https://interalux.net

БУДІВЕЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

за найкращими цінами

OSB-10, ПРОФНАСТИЛ

КОЛЬОРОВИЙ,

ЦЕМЕНТ, ШИФЕР 8-ХВИЛЬОВИЙ ПЛОСКИЙ, ОЦИНК. ЛИСТ, ПРОФНАСТИЛ, МЕТАЛОЧЕРЕПИЦЯ, РУБЕРОЇД, ДВП, ГІПСОКАРТОН, ЦВЯХИ, ПІНОПЛАСТ, СІТКА РАБІТЦА, УТЕПЛЮВАЧ, САТЕНГІПС, ІЗОГІПС, ПРОФІЛЬНІ ТРУБИ, БРУС, ДОШКА, РЕЙКА, ПАЙКА, КАНАЛІЗАЦІЯ, ЕЛЕКТРОТОВАРИ, ТА ІНШЕ

с. Недогарки, вул. Київська, 136

(траса Кременчук-Київ)

067 535 89 05

УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ-БІЖЕНЦІВ У ПОЛЬЩІ ЗОБОВ'ЯЖУТЬ НАВЧАТИСЯ У МІСЦЕВИХ ШКОЛАХ

З 1 вересня всіх українських дітей, які зараз через війну перебувають у Польщі, зобов'язують піти до місцевих шкіл. Відповідний законопроект готує Міністерство освіти Польщі й він вже на завершальному етапі

Про це пише Радіо Свобода з посиланням на слова заступниці міністра Йоанни Мухи. Урядовиця зазначила, «що в Польщі 50-60 тисяч українських дітей не охоплені польською системою освіти».

Попередньо відомо, що для українських дітей у польських школах запровадять спеціальні уроки української мови. Для цього працюватимуть вчителів з України, для них запропонують спрощену процедуру нострифікації дипломів.

Ми поспілкувалися з кременчужанкою, яка нині проживає у Польщі разом із сином.

— Ми ходимо до польської шко-

ли. Я не хотіла мучити дитину, щоб він вчився зараз в українській школі. Ми давно планували переїзд у Польщу та йти у тутешній перший клас. Української мови буду вчити сина сама, коли він досконало вивчить польську.

У великих містах є українські школи. У деяких польських школах навіть є класи, в яких навчаються лише українці. У знайомій син ходить у школу в Кракові, там повноцінних 11 українських класів. В іншому місті подружка віддала доньку до 7 класу, в класі лише українці. А молодша донька відвідує третій клас із поляками, — розповідає Альона.

На думку кременчужанки, так польський уряд намагається асимілювати українців у Польщі.

— Є інша ситуація, коли дитина відвідує польську школу, але в кінці року складає атестацію ще й в українській школі. Мабуть, так роблять батьки, які планують повернутися додому, — зазначає Альона.

Роксолана ЖУКОВА

АГРОПІДПРИЄМСТВА ГЛОБИНЩИНИ РОЗЧИЩАТИМУТЬ РУСЛО РІЧКИ ХОРОЛ

Аграріїв Кременчуччини залучатимуть до зрошувально-землеробства та розчищення русла річки Хорол

Про це у своєму телеграм-каналі розповів начальник Полтавської облвійськкадрової адміністрації Філіп Пронін.

Область залучатиме до проведення робіт спеціалістів із досвідом, компанії з необхідною технічною базою, екологів Глобинської громади.

За словами Проніна, такий комплексний підхід і співпраця на всіх рівнях дадуть змогу аграріям отримати вдвічі більший урожай. А область своєю чергою отримає від цього нові робочі місця, наповнення бюджету та поліпшення екології.

Також в ОВА зазначають, що нині на Полтавщині працюють 11 зрошувальних та 36 осушувальних систем. Торік створили три організації водокористувачів, одна з яких отримала грант від USAID АГРО на модернізацію системи.

Яна ГУДЗЬ

ЦЕНТР ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ГЛОБИНОМУ МІСЦЕ, ДЕ БЕЗОПЛАТНО НАДАЮТЬ ДОПОМОГУ

Минулої середи, 3 квітня, Глобинський центр життєстійкості відвідала міністерка соціальної політики України Оксана Жолнович. Разом із міністеркою до центру прибули очільник Полтавської обласної військової адміністрації Філіп Пронін та начальник Кременчуцької районної військової адміністрації Олег Леднік

Проект реалізується Міністерством соціальної політики і є частиною Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» Першої леді Олени Зеленської. У Центрах життєстійкості працюють зі зверненнями громадян, скеровують їх до необхідних фахівців, надають психологічну підтримку та організовують сімейний простір.

У Глобинському осередку життєстійкості зазначають: отримати підтримку, поговорити з фахівцем сюди йдуть як літні люди, так і маленькі діти.

— Ми вже надали послуги понад тисячі особам. Центр і не зупиняв свою роботу, бо ми є комплексним надавачем послуг у різних напрямках. Ремонтні роботи тут обійшлися в 1 млн 119 тис грн, все — коштом бізнесу та благодійників. Сьогодні наш найменший отримувач послуг, це трирічна дівчинка. Вона завітала до нас із мамою та братом на сімейне консультування. Відвідує нас люди й «срібного віку», — констатувала Світлана Грицай, директор комунальної установи «Центр надання соціальних послуг Глобинської міської ради».

За словами міністерки Оксани Жолнович, в Україні зараз мало подібних центрів.

— Насправді дуже важливо, щоб із людиною можна було поговорити. Щоб у людини було місце, де вона може розповісти про свій біль, отримати підтримку, обговорювати спільні проблеми. Таким чином легше знайти вихід із різних ситуацій. Моя мрія і задача, щоб у кожній громаді України був такий Центр життєстійкості, — зазначила Оксана Жолнович.

За словами Філіпа Проніна, на Полтавщині планують відкрити сім Центрів життєстійкості. Це будуть Кобеляки, Лубни, Миргород, Нові Санжари, Полтава, Пирятин та Шишаки.

Про біль переміщених осіб

Своїми проблемами з міністеркою Оксаною Жолнович поділилися внутрішньо переміщені жінки, які приїхали до Глобиного з Харкова та Торецька, Донецької області. Жінки стверджують, що прагнуть адаптуватися у новій громаді, втім це не завжди вдається.



— Я представник військово-цивільної адміністрації міста Торецьк, начальник відділу реєстрації, працюю віддалено. Тут роботу знайти дуже важко. Ми адаптуємося, але не завжди виходить. Прописатися у цій громаді ми не можемо, діти, коли вступають, у них вимагають якісь довідки. Отримати компенсації за зруйноване чи пошкоджене майно не можемо, бо комісія має обстежити майно. Під обстрілами та на лінії зіткнення це неможливо. У мій будинок прилітало двічі, ми не можемо нікуди звернутися, — розповіла міністерці пані Мелітта.

Жінки, для яких Кременчуцька територіальна громада стала вимушеним домом, зазначають, що на рівні держави є багато питань, які потребують вирішення. Це й здобуття освіти дітьми, й прописка, й відшкодування за зруйноване житло, й працевлаштування.

Свою підтримку та працевлаштування ВПО пообіцяли представники бізнесу регіону, вони зазначили, що зараз багато вільних вакансій, на які дуже потрібні люди, й запросили охочих працевлаштовуватися.

Про долю будинку дитини

Відповідаючи на питання журналістів, міністерка розповіла про долю будинку дитини у Кременчуці, адже ширяться чутки, що в ході реформи його можуть закрити.

— Будинок дитини належить до сфери управління закладу охорони здоров'я. У тих випадках, коли маленька дитина опиняється без батьків або родичів, вона потрапляє до такого закладу. Чи корисно бути такої маленькій дитині в такому закладі? Навіть якщо там найкращий ремонт та фахівці. Я думаю, що працює «не брати дітей на руки» всі знають. Ми маємо відходити від такої форми догляду за дітьми, адже для них місяць проживання в такому закладі тягне за собою тримісячну затримку розвитку. Що раніше вони опиняться в сім'ї, то краще, — розповіла пані Оксана.

За її словами, перший місяць покинутих дітей, та тих, що лишилися без опікунів, поміщатимуть у лікарню, щоб обстежити стан здоров'я. А далі діти мають бути передані в патронатну родину.

— Зараз ми подали на розгляд Кабміну постанову, бо держава фінансує роботу таких родин. Я сподіваюся, що постанова буде підтримана, і ми розвинемо величезну мережу патронатних родин і в нас буде одразу сімейне оточення, перш ніж дітей усиновлять або вони перейдуть у прийомні родини, — каже міністерка.

Але також вона запевнила, що будинки дитини не закриватимуть, доки всі діти, які там є, не знайдуть родину або інше сімейне виховання.

Миросяла УКРАЇНСЬКА

ГРОМАДИ КРЕМЕНЧУЦЬКОГО РАЙОНУ ПІДПИСАЛИ МЕМОРАНДУМИ З ПОЛІЦІЄЮ ПОЛТАВЩИНИ

У Глобиному відбулося підписання меморандумів про співпрацю між трьома громадами Кременчуцького району та поліцією Полтавщини. Про це повідомляють у пресслужбі Головного управління Національної поліції у Полтавській області

До реалізації проєкту Національної поліції України «Поліцейський офіцер громади» приєдналися Семенівська, Оболонська та Глобинська громади. Відповідні документи про співпрацю та партнерство у стінах відділу поліції № 1 міста Глобине

підписали заступник начальника обласної поліції Віталій Мельничук, перший заступник голови Семенівської селищної ради Юрій Стеценко, голова Оболонської громади Борис Пустовойтов та голова Глобинської міської ради Станіслав Джузь.

Кожна громада вже активно готується до роботи поліцейських офіцерів на своїй території. Зокрема, у Глобинській громаді буде працювати двоє поліцейських офіцерів, а в Семенівській та Оболонській — по одному. Також представники місцевого самоврядування активно працюють над облаштуванням поліцейських станцій та комфортних умов для роботи.

Яна ГУДЗЬ

СТАЛО ВІДОМО, ЩО...

... у Кременчуцькому перинатальному центрі вітаміни для вагітних. Медичний заклад отримав чергову партію полівітамінних комплексів для вагітних виробництва KIRK (США) із розрахунку на шість місяців. Абсолютно всі вагітні, які стоять на обліку в Центрі жіночого здоров'я або лікуються у відділеннях Кременчуцького перинатального центру, безплатно отримують вітаміни. Незалежно від терміну вагітності, місця проживання та реєстрації. Єдина умова безплатного отримання — облік по вагітності за адресами: вулиця Майора Борищака, 20/3 та вулиця Київська, 14.



... на Полтавщині СБУ викрили трьох прихильників «рашизму». «Фігуранти виправдовували дії країни-агресора, прославляли Путіна та російське військо», — передає пресслужба СБУ. Двоє жінок та чоловік називали українські міста «ісконно руськими», чекали на їхнє захоплення росіянами. «Путіністка» називала українських захисників «фашистами» та розмішувала некрологи загиблих росіян у себе на сторінці, говорячи про них як про «героїв Новоросії». Усі затримані виправдовували напад росії на Україну. Прихильникам Путіна загрожує до восьми років позбавлення волі.



... за останні три місяці 76% українців додали гроші на ЗСУ: жінок більше на 3%, ніж чоловіків. Активно скидає на банки молодь 18-35 років — 86%. Трохи старше покоління 36-50 років — 81%. Українці 51+ — 66%. Щодо географії донатів, то показники майже всюди однакові: у західних регіонах — 80% жертвують гроші на воїнів, у центрі — 77%, на півдні — 73% і на сході — 69%.



АКТУАЛЬНО ПРО МОБІЛІЗАЦІЮ

ЕЛЕКТРОННИЙ КАБІНЕТ, ЗНИЖЕННЯ ПРИЗОВНОГО ВІКУ Й ВИЌЗД ЗА КОРДОН

Минулого тижня прийнято кілька ключових рішень щодо питань мобілізації

Про зниження призовного віку

Президент України Володимир Зеленський підписав закон про зниження призовного віку до 25 років. Йдеться про чоловіків, які не проходили строкову службу чи навчання на військовій кафедрі.

У Міноборони, яке готувало цей законопроект, пояснили, що він дозволить закликати на військову службу під час мобілізації більшу кількість придатних до неї громадян — зокрема молодь із 25 років. Адже перебування на військовому обліку призовників під час дії воєнного стану призводить до того, що значну кількість придатних до військової служби віком до 27 років, які не мають статусу військовозобов'язаних, не можна було призивати під час мобілізації.

Крім того, ці призовники щороку прибувають до військкоматів, зокрема для проходження медоглядів, що призводить до додаткового навантаження на медпрацівників та збільшення черг для проходження ВЛК. Тоді як призов на строкову військову службу під час воєнного стану не проводиться.

Про електронний кабінет військовозобов'язаного

Президент України Володимир Зеленський підписав закон про електронний кабінет військовозобов'язаного. Про це йдеться на сайті Верховної Ради.

Зазначається, що 2 квітня президент України повернув до парламенту з підписом Закон «Про внесення змін до деяких законів України щодо удосконалення порядку обробки та використання даних в державних реєстрах для військового обліку та набуття статусу ветерана війни під час дії воєнного стану» (реєстраційний номер — 10062).

Зокрема, за цим документом буде створено реєстр військовослужбовців ЗСУ і можна буде онлайн отримати статус учасника бойових дій.

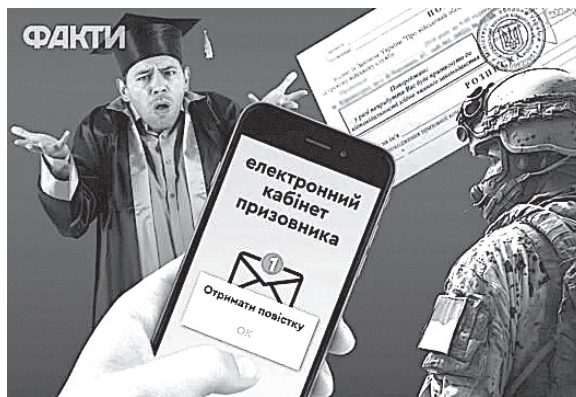
Законопроект надає міністерству оборони можливість посилити кіберзахист та право розміщувати свої ІТ-системи у військових хмарних сховищах НАТО.

Крім того, документ передбачає удосконалення реєстру призовників, військовозобов'язаних та резервістів, зокрема в частині налагодження взаємодії між реєстрами, використання даних щодо військового обліку. Законопроект про електронний кабінет запроваджує можливість створення і використання цифрового військового-облікового документа (сертифіката).

Про виїзд студентів за кордон

Уряд ухвалив рішення, яке дозволить студентам-хлопцям тимчасово виїжджати за кордон для навчання чи стажування. Але мова лише про 18-22-річних юнаків. Наразі через воєнний стан у програмах академічної мобільності можуть брати участь лише дівчата. Про це повідомив міністр освіти та науки Оксен Лисовий.

Для перетину кордону з метою навчання на програмах академічної мобільності необхідно мати: е-квиток студента; направлення від закладу освіти; засвідчену копію договору з іноземним університетом про прийняття на програму академічної мобільності; військово-довідковий документ від ТЦК.



Жодних особливих дозволів МОН не видаватиме.

— Уряд ухвалив рішення, яке дозволить хлопцям ставати учасниками закордонних навчальних програм — строком на один семестр. Йдеться лише про студентів віком від 18 до 22 років, які вчаться на бакалавраті за денною формою (або ж на магістратурі медичного, фармацевтичного або ветеринарного спрямування), — йдеться у повідомленні.

Міністр освіти пояснює, що програми академічної мобільності — це певною мірою «свіжий ковток повітря і для студентів, і для університетів». Аби взяти участь, необхідно мати високі бали і виконати низку вимог, які встановлюють засновники програми.

Про медогляд обмежено придатних

Президент підписав законопроект № 10313 щодо забезпечення прав військовослужбовців та поліцейських на соціальний захист. У ньому виключена норма щодо обмеженої придатності військовозобов'язаних, а залишена лише норма про придатність чи непридатність до проходження військової служби.

Як роз'яснили в Полтавському обласному ТЦК та СП, обмежено придатним військовозобов'язаним не потрібно повторно проходити ВЛК (лише один раз на рік).

«В медіапросторі відслідковуються трактування, що відтепер громадяни, які рішенням військово-лікарських комісій були визнані обмежено придатними до військової служби, мають повторно пройти ВЛК. Звертаємо увагу, що подібні зміни стосуються статті 14 (Приписка громадян України до призовних дільниць) та статті 26 (Звільнення з військової служби) Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу». Тобто зміни стосуються допризовників і військовослужбовців, але не військовозобов'язаних громадян. Крім того Закон набуває чинності лише через місяць, а нормативно-правові акти, необхідні для реалізації цього Закону, будуть змінені ще через три місяці», — йдеться у повідомленні.

«Я НЕДАРЕМНО ЖИВУ НА ЦІЙ ЗЕМЛІ» – КРЕМЕНЧУЦЬКА РЕЖИСЕРКА ПРЕЗЕНТУВАЛА КНИГУ

У неділю, 7 квітня, у читальній залі філії № 2 бібліотеки на Соборній відбувся творчий вечір кременчуцької режисерки, акторки, авторки, керівниці народного театру «Арлекін» Тетяни Широкої. В рамках вечора відбулася презентація автобіографічної книги «Я не даремно живу на цій землі»



«У кожної людини своя доля, своє життя, але іноді зустрічаються люди, які грають у твоєму житті велику роль. Це як у театрі: у кожного — своя роль. Але хтось, весь час граючи, підказує тобі, куди слід йти і що і як правильно зробити. Ось про таких людей, які відіграли велику і важливу роль у моєму житті, я й розповім у цьому виданні», — такими словами починається нова книга авторки. Саме про них та про саму Тетяну йшла мова протягом усього вечора.

Ведуча заходу завідувачка бібліотеки Любов Карпова розповідала про різні періоди життя Тетяни Іванівни: про її дитинство, юність, про її творчість і роботу. Про всіх тих людей, хто провів цю талановиту жінку стежками і крутими дорогами її творчого життя.

— Я щаслива, що на моєму шляху зустрілися чудові люди, які залишили в моєму житті незабутній слід. Я вдячна всім, хто мене оточував турботою та увагою, а головне — допомагав, щоб я змогла розкрити свій творчий потенціал, показати свої вміння. Я вдячна тим, хто бачив у мені артистку, культпрацівника та виховував у мені особливі неповторні нотки творчого підходу до улюбленої справи, — каже Тетяна Широка, згадуючи людей, із якими йшла по життю.

Велику роль у її становленні передусім зіграла мама Лариса

Ігорівна Познанська, яка повірила в доньку і завжди надихала працювати та збагачувати культуру Кременчука та Полтавщини.

З любов'ю та повагою теплими словами згадує жінка режисера Володимира Ілліча Каргіна й керівника народної агітбригади «Кремень» Бориса Наумовича Шеймана, які розгледіли талант ще зовсім юної Тетяни. Про них вона пише в одному з розділів книги.

Авторка згадала й про вокально-інструментальний ансамбль «Борисфен», розповідала, як святкували «золотий» ювілей клубу Котлова, про її роботу в театрі клубу й у цілому про своє театральне життя.

Протягом творчого вечора вона жартувала, розповідала різні байки з життя акторів, згадувала свята, які були наповнені різноманітною творчістю й залишалися в пам'яті на багато років.

Тетяна Широка розповіла про народження театру «Арлекін», про свою роботу в педучилищі ім. А.С. Макаренка, про дитячий табір «Чайка» та багато іншого, що й зробило її яскравою, самобутньою, неповторною.

Присутні на вечорі отримали справжнє задоволення від спілкування з Тетяною Широкою й наприкінці зустрічі зробили спільне фото, яке буде нагадувати про ще одну яскраву подію в житті цієї талановитої жінки.

Мирослава УКРАЇНЬСКА

ПРАЦЮЄ «ЄДИНА ВЕТЕРАНСЬКА ЛІНІЯ»

Єдина ветеранська лінія — це спеціальна телефонна лінія для надання консультацій та підтримки для ветеранської спільноти, членів їхніх сімей та родин загиблих Захисників і Захисниць. Її запущено у тестовому режимі командою Мінветеранів спільно з Червоним Хрестом України

За телефоном **0 800 505 217** кваліфіковані фахівці нададуть консультацію з: психосоціальної та юридичної підтримки, пільг, житлових питань, грошової допомоги та компенсації, медичних питань.

За необхідності фахівці зможуть скерувати звернення до суб'єктів надання ветеранських послуг, зокрема психологічної допомоги тощо.

У період тестового режиму також збирають пропозиції та зауваження



на до роботи сервісу, аби визначити об'єктивне навантаження та оперативно вживати заходи для поліпшення ефективності роботи «лінії».

Дзвінки на «Єдину ветеранську лінію» 0 800 505 217 є безоплатними.

СТАЛО ВІДОМО, ЩО...

... у 2024 році безкоштовне перевезення кременчуцьких пенсіонерів до садових-городніх масивів триватиме протягом шести місяців, у період «дачного сезону».

На відшкодування проїзду перевізникам із місцевого бюджету планують витратити 7 млн 838 тис. грн. Про це стало відомо зі змін до програми «Турбота» на 2024-2026 роки 2 квітня. У документі вказано, що транспорт курсуватиме за 17 маршрутами, двічі на тиждень і двічі на день, тобто вранці та ввечері (всього чотири рейси). Середня протяжність маршруту складатиме 20 км.



... середня тривалість життя українців за час війни скоротилася на 10 років.

Так, у 2023 році середній вік серед чоловіків становив 66,4 роки. У 2023 — 57,3 роки. У жінок цей показник склав 76,2 роки в 2020 році, а у 2023 — 70,9 років. За оцінкою інституту демографії, до 2051 року населення нашої держави може зменшитись до 25,2 млн людей. Станом на серпень 2023 року чисельність населення складала 36,3 млн осіб, із яких на підконтрольній Україні території — 31,5 млн.



... на Полтавщині відкрили ще одне «Вікно життя».

Відтепер «Вікна життя» діють у кожному регіоні Полтавщини. Чергове «Вікно життя» з'явилося у Лубнах, повідомив керівник Полтавської обласної військової адміністрації Філіп Пронін. «Відкриття «Вікон життя» є ініціативою Полтавської ОВА. Там батьки можуть анонімно залишити дитину, від якої вирішили відмовитися, без кримінальної відповідальності за такий вчинок», — зазначає Філіп Пронін.



У ВЕТЕРАНІВ КРЕМЕНЧУКА З'ЯВИВСЯ ПОМІЧНИК

За оцінкою Мінветеранів, після перемоги в Україні буде близько 4 мільйонів громадян, які здобули досвід бойових дій, та членів сімей ветеранів війни й загиблих воїнів. Усі вони потребуватимуть особливої уваги та турботи. Вже зараз держава намагається створити для ветеранів комфортні умови для переходу від військової служби до цивільного життя. Саме для цього Міністерство у справах ветеранів України, спираючись на закордонний досвід, започаткувало новий сервіс для ветеранів війни та членів їхніх сімей. У складі територіальних громад запроваджується інститут помічника ветерана

Пілотний проєкт стартував у чотирьох областях влітку минулого року, а восени до них долучилися ще шість регіонів, серед яких і Полтавська область. Цього року цей проєкт має охопити вже всю Україну. З 1-го січня такий фахівець з'явився і в Кременчуці. До речі, наше місто стало першим на Полтавщині, де почав працювати помічник ветерана.

Кому та які послуги надає помічник ветерана

Завданням помічника ветерана є надання допомоги ветеранам війни в адаптуванні до мирного життя після звільнення з військової служби, а також в отриманні передбачених законодавством і місцевими програмами гарантій та пільг. Він консулює з питань соціального захисту та реабілітації, працевлаштування та навчання, допомагає ветеранам в оформленні документів та реалізації їхніх прав.

По допомогу до помічника ветерана можуть звертатися учасники бойових дій, особи з інвалідністю внаслідок війни, особи, звільнені з військової служби, які ще не встигли отримати відповідний статус, члени їхніх сімей, а також члени сімей загиблих захисників України.

Помічник ветерана — це окрема оплачувана посада у територіальній громаді на додаток до тих відділів у справах ветеранів, які створені в управліннях та департаментах соцзахисту. На цю посаду призначають людину, яка проходить ретельний відбір, відповідає певним вимогам, пройшла навчання та є або сама ветераном, або членом сім'ї ветерана війни. Тобто помічник ветерана працює за принципом «рівний з рівним».



Де знайти помічника ветерана в Кременчуці

Помічник ветерана у Кременчуці поки один — це Максим Лаврик. Він приймає відвідувачів у кабінеті № 4 в приміщенні Департаменту соціального захисту населення, який знаходиться на вулиці Небесної Сотні, 54. Його робочий телефон — 0955259332.

— Я працюю разом із фахівцями відділу у справах ветеранів Департаменту соціального захисту населення. Надаю допомогу ветеранам Кременчука, а за потреби готовий проконсулювати та надати послуги й ветеранам із нашого району. Двічі на тиждень буваю у шпиталі для ветеранів війни. Отже, перед тим як приходити, краще попередньо зателефонувати та домовитися про зустріч, — розповів помічник ветерана.

Максим Лаврик повідомив, що пройшов відбір та у складі групи з дев'яти осіб у грудні минулого року три тижні навчався у Національному університеті «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», де отримав фахову підготовку.

Через проблеми з фінансуванням проєкту та виділенням державної субвенції для оплати праці помічників ветеранів його колеги по навчанню поки в очікуванні працевлаштування в інших громадах області.

Ветеран допомагає ветеранам

Помічник ветерана Максим Лаврик і сам є ветераном війни. Він брав участь у АТО/ООС на Донбасі та відбитті повномасштабного вторгнення російської армії. З 2020 по 2023 рік проходив військову службу на посаді командира відділення 81-ї аеромобільної бригади ДШВ ЗСУ. За військовим званням — молодший сержант. З перших днів повномасштабної війни тримав оборону вздовж траси Київ-Житомир у Київській області, а з квітня 2022 року воював на Харківщині та Донеччині. Під Святогорськом отримав контузію, внаслідок якої був визнаний не придатним для проходження військової служби та минулого року звільнений із лав ЗСУ. Має статус особи з інвалідністю внаслідок війни.

— Я сам пройшов шлях адаптації до цивільного життя після трьох років військової служби. Тож вирішив, що зможу допомогти у цьому і своїм побратимам, — зазначив Максим Лаврик.

Він розповів, що за час своєї роботи надав уже понад півтори сотні різних видів послуг 50 ветеранам. Це насамперед консулювання, яке має забезпечити комфортний перехід ветеранів від військової служби до цивільного життя. Помічник ветерана інформує побратимів про норми закону «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту», розповідає про додаткові пільги та гарантії, які забезпечуються державними, регіональними та місцевими програмами. А також консулює з питань реалізації пільг, допомагає у підготовці документів, пояснює, куди звертатися, налагоджує комунікацію з різними міськими службами та надає первинну психологічну підтримку ветеранам.

— Після консулювання скеровую людей до ЦНАПу чи сервісного центру ПФУ, де вони здають документи для отримання відповідних пільг та гарантій. Ветерани краще розуміють, що та для чого, і спокійно та швидко все оформлюють, — пояснив Максим Лаврик.

Обласні та міські програми для підтримки ветеранів війни

Окрім закону «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту», в якому передбачені основні пільги та гарантії ветеранам, додаткові можливості передбачені в обласних та міських програмах. Це — Комплексна програма реабілітації, інтеграції та соціального захисту Захисників та Захисниць України, членів сімей загиблих Полтавської області на 2023 — 2025 роки, а також Комплексна програма соціального захисту населення Полтавської області на 2021 — 2025 роки.

У грудні минулого року була затверджена міська комплексна програма «Ветерани Кременчука» на 2024-2026 роки, яка передбачає низку додаткових пільг та виплат для ветеранів війни та членів їхніх родин.



Це, зокрема:

- одноразова щорічна матеріальна допомога ветеранам війни та членам загиблих Захисників України в розмірі від 4000 до 10000 грн залежно від статусу;
- допомога членам сімей загиблих (померлих) ветеранів війни на виготовлення та встановлення пам'ятників у розмірі 20000 грн;
- одноразова допомога членам сімей загиблих (померлих) Захисників та Захисниць України у розмірі 100 000 грн на сім'ю;
- надання пільг на оплату за комунальні послуги членам сімей загиблих (померлих) учасників АТО/ООС та Захисників і Захисниць України;
- відшкодування закладам вищої освіти освітніх програм для ветеранів;
- оплата пільгового харчування дітей ветеранів війни у дитсадках та загальноосвітніх навчальних закладах;
- додаткове фінансування на лікування та безкоштовне зубопротезування ветеранів та військовослужбовців у міських лікарнях;
- додаткове харчування військовослужбовців, які лікуються у закладах охорони здоров'я Кременчука;
- організація відпочинку ветеранів та фінансова підтримка діяльності їхніх громадських об'єднань.

Загалом ця міська програма передбачає фінансування заходів на суми понад 49 млн грн у 2024 році, 55,6 млн грн — у 2025 році та 62,8 млн грн — у 2026 році.

Пільги не надаються автоматично

Серед ветеранів війни найбільша за чисельністю категорія — учасники бойових дій (УБД). Вони та їхні родини мають право на пільги від держави, які регламентуються Законом України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту». Умовно їх можна розділити на медичні, транспортні, освітні та пільги для членів сімей УБД.

Варто розуміти, що пільги не надаються автоматично після отримання статусу — їх необхідно оформити.

Для отримання пільг ветеранам із вже оформленим статусом слід звернутися до органів Пенсійного фонду України. Треба подати дві заяви — про внесення особи до ЄДАРП (Єдиний державний автоматизований реєстр осіб, які мають право на пільги) та про встановлення пільги.

Ці заяви можна подати до будь-якого сервісного центру ПФУ (перелік діючих сервісних центрів) або надіслати їх поштою.

Подати заяви можна також через особистий кабінет на вебпорталі електронних послуг Пенсійного фонду України або через застосунок «Дія» (за наявності «Дія.Підпис»).

Для тих, у кого виникають питання з цього приводу та кому потрібна допомога в оформленні документів, саме і створили інститут помічника ветерана.

Віктор КРУК

ЯК САДЖАТИ КАРТОПЛЮ, ЩОБ НЕ БУЛО КОЛОРАДСЬКОГО ЖУКА

Якщо в минулому році на вашому городі був колорадський жук, швидше за все він з'явиться знову. Жук славиться своєю любов'ю до картоплі, розмножується стрімко, постійно виробляє імунітет до різних отрут, тому садівникам для ефективності доводиться комбінувати засоби боротьби із шкідником

Оскільки ручний збір цих шкідників і їхніх личинок з рослин досить трудомісткий процес, для полегшення завдання городники вигадали різні хитрощі.

Серед них: розсадження певних культур біля картоплі для відлякування колорадських жуків, для їх приманки, установка різноманітних пасток, розбризкування деяких настоянок і відварів, підключення до справи комах «союзників».

Жертовні рослини

Поруч із картоплею, по кутах грядки, можна посадити баклажани – колорадські жуки просто їх обожають, і неодмінно сповзуться до цих ласощів. Після потрібно зібрати шкідників із куців та їхніх личинки.

Крім баклажанів, можна посіяти квіти чорнобривці або календулу в середині посадки – вони також здатні відволікти жуків і прийняти удар на себе.

Пастки

Можна прикопувати між грядками кілька банок будь-якого літражу або консервних, щоб шийка була на рівні землі. Туди слід покласти нарізану шматочками бульбу, краї ємності теж змастити, щоб сік заманював. Колорад заповзе в банку і не зможе вибратися.

Городники також заливають у консервні банки зі шматочками картоплі міцний розчин сечовини (в пропорції 1 склянка сечовини на 1 літр води). Таку отруту для шкідників слід міняти раз на тиждень.

Для відлякування

Деревний опіл, цибулиння і бобові вважають ефективним способом відвадити колорадського жука від картоплі. При посадці овоча слід покласти в лунку разом із бульбою один боб або квасолю і жменю попелу або лушпиння цибулі. Для картоплі це послужить підживленням, а шкідника відлякає. Не переносять жуки і ялівець, який можна покласти при посадці бульби прямо в лунки.

Ще застосовують листя волоського горіха, які збирають восени і прикопують їх на грядках, де запланована посадка картоплі навесні. Якщо така стратегія не застосовувалася заздалегідь, то листя можна настояти у воді, процідити і потім таким настоем обприскувати сходи.

ІКРА МІНТАЮ: ДЖЕРЕЛО КОРИСТІ

Цей продукт не тільки дешевший порівняно з червоною ікром, його ще й не підробляють. Цікаво, що ікра мінтаю дуже популярна на Сході, зокрема у корейській та японській кухні вважається вишуканим делікатесом

Лише в 15 грамах ікри мінтаю Аляски міститься рекордна кількість цінних вітамінів та мікроелементів. Наприклад, 3 г кальцію (що становить 254% добової норми), 1,7 мгк вітаміну В12 (71% добової норми), 3,35 г білка (6,7% добової норми). А ще 15 г цього морепродукту подарують вашому організму 350 мг жирних кислот Омега-3 – стільки ж, наприклад, міститься в 1

кг популярної риби пангасіус! Дивовижним властивостям Омега-3 присвячено тисячі статей. Але важливо пам'ятати головне: ці кислоти, необхідні для безперервної роботи нашого організму, не синтезуються в ньому і можуть надходити лише ззовні – з їжею. В ідеалі – з натуральними продуктами типу ікри, а не у вигляді купленої в аптеці харчової добавки.

Із солоної ікри мінтаю можна приготувати багато різних закусок. Наприклад, загорнути у слайси свіжого огірка чи обсмаженого кабачка. Змішати з копченим лососем і м'яким сиром, а потім викласти в таралетки або варені яйця, забравши з них жовток.

Можна викладати ікру мінтаю на готові страви, наприклад, пасту з морепродуктами або овочевого різотто. А ще спробуйте приготувати найпростіший салат із нарізаної дрібно білокачанної капусти, свіжого огірка, кількох гілочок петрушки та ікри мінтаю. Просто та неймовірно смачно.



Славиться серед городників спосіб опудрення картопляних куців деревним попелом або ж кукурудзяним борошном. Зазвичай це роблять на вологе листя (або після дощу, або по росі). Також посипають між рядами соснову тирсу.

Можна для відлякування колорадських жуків посадити між грядками кріп, календулу, настурцію або горох, квасолю, бобові.

Обприскування

Для захисту грядок картоплі від колорадів садівники також використовують відвар кульбаби та хвоща або полину. Роблять їх за таким рецептом: по 200 грамів свіжої зелені кип'ятять протягом 15 хвилин у відрі воді, потім слід дочекатися, доки вміст охолоне, і розбавляють 0,5 літра відвару в 10 літрах води.

Можна застосувати для розчину гірчицю, яка особливо згубна для личинок жуків. Готують розчин так: 100 грамів сухої гірчиці розводять у 10 літрах води та додають 100 мл 9%-го оцту, або можна розвести 100 грамів сухої гірчиці в 1 літрі води і додати трохи господарського мила.

Використовують і настоянку ялівцю проти колорадських жуків. Для цього кілька пагонів рослини замочують у 10 літрах води, потім треба почекати 3-4 години, процідити, і можна обприскувати посадки.

Природні вороги колорадських жуків

Сонечка чудово борються з цими шкідниками, і особливо ефективні проти личинок. Тому можна зібрати кілька «союзних» комах і помістити на посадках картоплі.

Ще люблять поласувати колорадом жаби, ящірки та шпаки, і якщо перших двох спеціально запросити на свій город досить проблематично, то встановити кілька шпаківень на дачі – не складно.

КОНКУРС ВІД «ДДС»!

АВТОР НАЙКРАЩОГО РЕЦЕПТА ОТРИМАЄ ПОДАРУНОК НА ВЕЛИКДЕНЬ

Весна на порозі, а разом з нею наближається свято Великодня (Пасхи) – час смачних традицій та кулінарних витребеньок



Шановні читачі газети, ми запрошуємо вас поділитися вашою улюбленою рецептурою для пасхальних делікатесів, позмагатися за звання справжнього кулінарного майстра й отримати подарунок на свято!

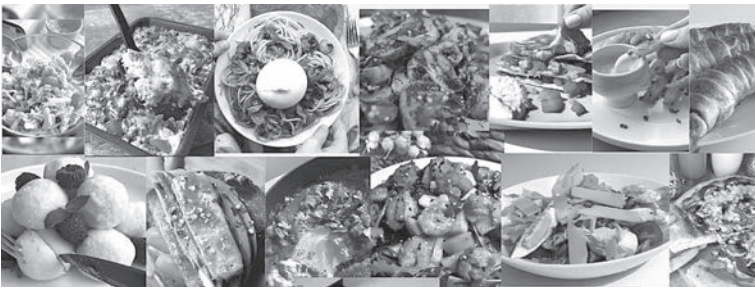
Запрошуємо вас взяти участь у конкурсі на кращий рецепт пасхальних смаколиків! Це чудова нагода поділитися вашими секретами створення смачних та оригінальних страв на святковий стіл.

Чим більше креативності та оригінальності у вашому рецепті, тим краще! Дозволено будь-яка кулінарна фантазія!

Надсилайте рецепти на адресу: місто Кременчук, вул. Шевченка, 50А (з поміткою на конкурс «ДДС») або в Телеграм на номер 098-124-84-90. Не забудьте додати фотографію вашого шедевра та докладний опис приготування.

Нехай цей конкурс стане справжньою весняною кулінарною феєрією! Бажаємо вам творчих успіхів та смачних експериментів!

Ваша редакція «ДДС»



СМАЧНІ РЕЦЕПТИ

САЛАТ «ДЖЕРЕЛО ВІТАМІНІВ»

Простий і освіжаючий рецепт салату зі свіжої зелені, яка вже з'явилася на городі

Складові:

- салатний мікс (листовий салат, шпинат, рукола, петрушка, міні-латук, кінза, пір'я часнику, цибулі тощо)
- 1 огірок, нарізаний тонкими кільцями
- 1 помідор, нарізаний на кубики або скибочки
- 1/2 червоної цибулі, нарізаної тонкими півкільцями (за смаком)
- 4 ст.л. оцту (необов'язково)
- 1/4 чашки оливкової олії
- 1 ст.л. гірчиці в зернах
- сіль та свіжомелений чорний перець за смаком
- насіння соняшника



У великій мисці об'єднайте салатний мікс, нарізаний огірок, помідори та червону цибулю.

Додайте оливкову олію та оцет, сіль та перець за смаком.

Повністю перемішайте салат, щоб усі інгредієнти рівномірно просочилися.

Перед подачею прикрасьте салат насінням соняшника або гарбуза для додаткової текстури.

Подавайте салат свіжим як окрему страву або як супровід до головної страви.

ПЕЧИВО «КАЛИ»

Це справді особливе печиво, рецепт якого дуже простий, але смак незабутній

Складові:

- борошно, цукор – по 250 г
- яйця – 4 шт
- мед
- вершкове масло – для змащування дека
- яблуко
- шкірки апельсина, лимона або м'якоть для прикраси



Столовою ложкою викласти тісто у вигляді коржиків на відстані 3-4 см.

Випікати п'ять-сім хвилин. Дуже швидко, поки коржі гарячі, лопаткою зняти з дека і склеїти один край, формуючи квітку.

Шкірки апельсина, яблука або лимона нарізати тонкими, довгими смужками. Занурити спочатку в мед і покласти смужку у кожне печиво.

ДОБОВІ КУРЧАТА
БРОЙЛЕР
М'ЯСО-ЯЄЧНІ
067-876-1000
050-876-1000

УТЕПЛЕННЯ
КВАРТИР
та БУДИНКІВ
ПОКРІВЛЯ
ДАХІВ
067-700-85-85

ВОРОТА
ХВІРТКИ
ЗАБОРИ
(цемент М-500)
СИПУЧІ
МАТЕРІАЛИ
097-240-76-03

РЕЦЕПТ ПРОДОВЖЕННЯ ЖИТТЯ

На жаль, рецепт безсмертя людству не відомий. Однак є кілька загальних порад, які можуть сприяти здоровому та тривалому життю

- 100 г ромашки
- 100 г звіробою
- 100 г безсмертника
- 100 г березових бруньок

Усе подрібнити, помістити у порцеляновий або скляний посуд. Увечері взяти 1 столову ложку цієї суміші, залити на 0,5 літра води (окропу), настояти 20 хвилин, потім пропустити через тканину. Налити одну склянку гарячої суміші й розчинити в ній 1 чайну ложку меду. Увечері випити після вечері, після чого не пити і не їсти.

Різно поліпшується обмін речовин, очищаючи організм від жирних і вапняних відкладень, а отже, запобігає інсульту, стенокардії, інфаркту, гіпертонії. Зникає шум у голові, відновлюється зір, омолоджується організм.

Також не забуваємо про здорове харчування. Споживання різноманітних фруктів, овочів, повноцінних зернових продуктів,



білків та здорових жирів може забезпечити ваш організм необхідними поживними речовинами для оптимального функціонування.

Регулярні фізичні вправи можуть підтримувати міцність та гнучкість м'язів, зміцнювати серце, покращувати кровообіг та сприяти загальному здоров'ю.

Відмова від куріння, помірне споживання алкоголю та уникання шкідливих речовин можуть допомогти зберегти здоров'я організму.

Дбайте про своє емоційне та психологічне благополуччя, знаходьте способи релаксації та зменшення стресу, наприклад, через медитацію.

Регулярні медичні обстеження та консультації з лікарем можуть допомогти вчасно виявляти та лікувати будь-які захворювання або проблеми зі здоров'ям.

КОРИСНА ШПАРГАЛКА ПО КАШАХ

Ми склали рейтинг корисності популярних каш

1 місце – гречана каша (найвітамінніша) – 120 ккал у 100 г

2 місце – вівсянка (найрозумніша каша) – 160 ккал у 100 г

3 місце – перлова (найкрасивіша, її називають «кашою краси») – 88 ккал у 100 г

4 місце – горохова – (найоптимальніша) – 80 ккал у 100 г

5 місце – кукурудзяна – 86 ккал у 100 г

6 місце – рисова (очищувальна каша) – 144 ккал у 100 г

7 місце – пшоняна (найкраща для серця каша) – 89 ккал у 100 г

8 місце – манна (найшкідливіша каша, через вміст у ній крохмалю та клейковини) – 100 ккал у 100 г

ХВОЯ ДЛЯ ПОЛІПШЕННЯ ЗОРУ

Хвоя корисна для здоров'я очей через вміст певних поживних речовин, таких як вітамін С, каротиноїди і флавоноїди. Багато хто зазначає, що після регулярного вживання чаїв із хвої значно поліпшується зір

«Мені тоді було вже понад 60. Я пила хвою сосни – вона лікує багато хвороб і поліпшує зір. Збирала наприкінці вересня хвою і протягом зими готувала відвар із неї: 5 столових ложок подрібнених голок хвої заливала 500 мл окропу, витримувала на водяній бані 20-30 хвилин, залишала на ніч на плиті. Вранці проціджувала і пила по столовій ложці 3-4 рази на день після їжі. Пила дві зими. Раніше носила окуляри +3,5. Тепер ось уже багато років читаю без окулярів. Мені зараз 76 років. Пити хвою продовжую», – написала читачка газети.

Також можна використовувати хвою для купання. Додайте декіль-



ка гілок хвої в гарячу ванну. Вдихайте пари, які виділяються хвоею, це може допомогти поліпшити кровообіг і зволожити очі.

Компреси з хвої можуть допомогти зменшити запалення та знеболити. Зробіть настій із хвої (просто залийте гарячою водою) і застосуйте у вигляді компресів на закриті очі. Застосуйте хвою у вигляді компресів або ванн для очей після тривалої роботи за комп'ютером або читання. Це допоможе зняти напругу з очей і покращити їхнє самопочуття.

Додавання хвої до певних страв, таких як супи або інші страви, може допомогти отримати корисні речовини, які сприяють здоров'ю очей.

ЯК ПРАВИЛЬНО МИТИ ВОЛОССЯ?

Частота миття залежить від типу волосся. Якщо ваше волосся не дуже жирне чи дійсно сухе, миття два-три рази на тиждень буде достатньо. Жирне волосся? Можливо, потрібно мити його щодня

Чи потрібно наносити шампунь двічі

Навіть якщо ви чули правило «спіньте, змийте, повторіть», ви можете сумніватися, чи дійсно потрібно робити саме так. Усе залежить від вашого способу життя. Якщо ви проводите багато часу на дворі чи використовуєте багато засобів для стайлінгу, подвійне нанесення шампуню допоможе змити накопичені часточки бруду та засобів для стайлінгу.

Якщо ви маєте волосся майже щодня, тоді краще наносити шампунь лише один раз — занадто велика кількість шампуню може змити з волосся природні захисні олії і зробити його вразливим до пошкоджень.

Чи потрібні спеціальні засоби фарбованому волосся

Коротка відповідь: так. Часте фарбування може спричинити пошкодження волосся, роблячи його сухим і тьмяним. Шампунь для фарбованого волосся зі спеціальною технологією живить волосся, зберігаючи колір яскравим надовго.

Що таке шампунь «2 в 1»

Бувають моменти, коли шампунь «2 в 1» використовувати зручно. Наприклад, миття волосся у спортзалі чи використання під час подорожі. Але щоденне використання такого засобу не буде найефективнішим. Такі засоби містять інгредієнти для кондиціонування волосся, але їхня ефективність не зрівняється зі спеціалізованим кондиціонером.



Для щоденного використання вам слід обрати належний кондиціонер. Він живить волосся та розплутує його. З ним легко робити зачіски і надати волосся захист від впливу зовнішніх негативних факторів.

Чи слід користуватися різними шампунями влітку і взимку

Як і наша шкіра, наше волосся потребує різних підходів для догляду, коли пори року змінюються. Протягом зими волосся стає сухим і починає електризуватися через низьку вологість. Тому спробуйте мити волосся зволожуючими засобами.

Аналогічно влітку — волосся страждає від впливу сонячних променів. Щоб уникнути появи посічених кінчиків, шукайте засоби, які надають важливого UV-захисту, щоб мінімізувати пошкодження від сонця.

Чи є спосіб збільшити час між регулярними процедурами миття

Іноді ми просто не можемо скоротити графік миття волосся. На щастя, сухий шампунь може миттєво зробити стан волосся кращим між процедурами миття. Він адсорбує надлишки олій і надає об'єму від коренів, робить волосся чистішим на вигляд.

РЕКЛАМА. ОРИГІНАЛ-МАКЕТ ЗАМОВНИКА

ЧАСУ НЕ ГАЙТЕ, ДО ЛІКАРЯ ПО ДОПОМОГУ ЗАВІТАЙТЕ!

Кожен день практикуючий лікар має багато випадків, коли пацієнти звертаються по допомогу. Це може бути гостра ситуація з виразним болем та стражданнями або хронізована проблема, як клубок різнокольорових ниток. Таку проблему розв'язати значно складніше. Коли розумієш, що і де зараз турбує



ЛІЦ. МОЗ УКРАЇНИ АЕ 571070

Щодня до практикуючого лікаря звертаються по допомогу різні пацієнти. Це може бути гостра ситуація з виразним болем та стражданнями або хронічна проблема. Таку проблему розв'язати значно складніше, адже вона як клубок різнокольорових ниток.

людину, то одразу з'являється алгоритм вирішення цієї гострої ситуації. Це не складно. А ось коли поєднані в одному флаконі виразні кісткові деформації хребта, суглобів, множинні продуктивні артрозні зміни з кістковими розростаннями, звуженням (стенозом) спинномозкового каналу у декількох сегментах, та ще й додатково стан, обтяжений вторинним синдромом, таким як синдром грушоподібного м'яза, то це дещо складніше. Дивлячись на додаткові методи обстеження, такі як МРТ, лікар має зрозуміти той патологічний процес, із якого народився цей стан хвороби пацієнта. У кожної людини він свій. Додайте у цю «збірну солянку» ще й супутні хронічні хвороби, які незмінно є з віком у кожного. Це гіпертонія, порушення мінерального обміну, цукровий діабет, атеросклероз, серцево-судинні порушення, остеопороз, ендокринні порушення та багато інших станів, які можуть ускладнити картину хвороби, маскуючи її прояви.

З боку пацієнта, який прийшов на прийом та не має жодного стосунку до медицини, можливо, це виглядає набагато простіше. Але для лікаря, мета якого не просто знеболити, а максимально та надійно, безпечно пролікувати, з ефектом на довгий час, вибір діагностики та методів лікування пацієнта є кожного разу

своєрідним викликом. Викликом для його професійності, досвіду, фаху. Треба все зважити, врахувати.

Іноколи дивись на знімок МРТ... Людина має вже сісти у візок, а вона ще активно рухається. Але турбує біль, обмеження рухів. І ось тут у нас стає досвід лікаря. Аналізуючи по краплях ситуацію, ставлячи необхідні запитання, з'ясовуючи історію перебігу хвороби, проводячи огляд спини та суглобів руками, порівнюючи з тисячами подібних випадків за десятки років практики – народжується правильне рішення. Якщо інформації не зо-всім достатньо, то потрібне дообстеження, яке дасть усі остаточні відповіді на запитання. А якщо все зрозуміло, то не треба гаяти часу. Час починати лікування. Яке саме? Лікар розповість на першій зустрічі. Не треба чекати дозволу сімейного лікаря. Можна звернутися до лікаря-фахівця з питання проблем хребта чи суглобів за вашим бажанням. Ви отримаєте консультацію, огляд, професійний аналіз вашої ситуації, прогноз, а головне – ДОПОМОГУ. Допомогу, яка одразу зніме біль, відновить м'які тканини хребта та суглобів до нормального стану, якщо ще не запізно для того. Тому не гайте часу на пігулки та мазі. Довіртеся сучасним методам відновлення, якими користуються сучасні європейські клініки та весь світ.

РЕКЛАМА. ОРИГІНАЛ-МАКЕТ ЗАМОВНИКА

АМЕДА ГРУП
ЗАКУПІВЛЯ
МЕДУ ОПТОМ

(050) 63-68-017
(098) 71-97-199

КУПЛЮ
МЕД
від 400 кг

(096) 569-58-50
(066) 989-99-80

Прийом веде лікар **Владимиров Роман Романович** за новою адресою:
м. Кременчук, вул. Лікаря Богаєвського 13-А.
Попередній запис за номером: (073) 431-31-03, (066) 431-31-03

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

ЦІКАВІ ФАКТИ ПРО УКРАЇНУ,
ЯКІ ВИ МОГЛИ НЕ ЗНАТИ

Україна має багатовікову історію і за час свого існування пройшла багато етапів становлення, які закарбували характер та світосприйняття сучасних українців. Крім цього, багата культурна спадщина та дивовижна природа роблять Україну унікальною

- Україна – одна з найбільших країн у Європі за територією, займає 603 550 км².
- У Києві розташований один із найстаріших університетів у Східній Європі, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, заснований у 1834 році.
- Україна є світовим лідером у вирощуванні соняшнику та є однією з найбільших експортерів соняшникової олії.
- Карпатські гори в Україні мають неймовірну різноманітність флори та фауни, а також величезну кількість термальних джерел.
- Українська кулінарія славиться своєю смачною їжею, такою як борщ, вареники та сало, які стали справжніми смаковими скарбами національної кухні.
- Україна має найбільший глибоководний порт у Чорноморському басейні – порт Одеса.
- На території України розташовані понад 95000 різнних озер, серед яких Лебедине, Світязь та Ялпуг.
- Найстародавніша у світі мапа, вибита на кістці мамонта, а також найстародавніше поселення Homo Sapiens знайдені в Україні – у селі Межиріччя Рівненської області. Їм 14,5-15 тисяч років.
- Із 12 лавр світу чотири знаходяться в Україні: це Києво-Печерська лавра, Почаївська лавра, Свято-Успенська Святогірська лавра та Свято-Успенська Унівська лавра студійського уставу.
- На території України знаходиться цивілізаційна колицка світу, старша за Єгипетські піраміди та Стоунхендж – комплекс Кам'яна могила у Запорізькій області.
- Україна має найбільший запас марганцевої руди у світі – 2,3 млрд тонн, або близько 11% від усіх покладів на Землі.
- Українська печера Оптимістична є найдовшою гіпсовою печерою у світі та другою за протяжністю після "Мамонтової печери" в США.
- На території України зосереджено чверть усіх запасів чорнозему на Землі.
- Єдина у світі підводна річка знаходиться у Чорному морі. Якби вона була на суші, то посідала б шосте місце за обсягами води, що переносить (22 тис кубічних метрів на секунду).
- Першу пісню, що прозвучала у космосі – «Дивлюсь я на небо та й думку гадаю», заспівав український космонавт Павло Попович на кораблі «Восток-2» спеціально для конструктора космічних кораблів українця Сергія Корольова.
- Українці – одна з найосвіченіших націй планети за кількістю громадян із вищою освітою.

КІМНАТНІ РОСЛИНИ — ДРУЗІ ЧИ ВОРОГИ?

Кімнатні квіти роблять квартиру затишнішою і теплішою. Але, напевно, ви чули, що деякі рослини небезпечні, вони в прямому сенсі можуть нашкодити вашому здоров'ю, незважаючи на всю їхню красу

Азалія — її листя містить отруйні речовини — глікозид і андромедотоксин. Інші частини рослини також отруйні. Тому в жодному разі не ставте таке задоволення на своє підвіконня.

Дифенбахія здатна прикрасити будь-яку кімнату, робочу зону або вітальню завдяки своєму вишуканому великому листю. Однак вона може викликати набряк тканин при потрапленні до ротової

порожнини. Легко може викликати отруєння у дитини або домашньої тварини, якщо вони проковтнуть її листок. Крім того, потрібно бути обережним при пересадці або обрізанні листя. У цьому випадку ви можете обпектися соком. Таку ж небезпеку становить і філодендрон.

Кротон і олеандр є сильними алергенами, а фікус посідає своє почесне третє місце.



Монстера — підживлюється енергією ззовні. Тому може виявитися небажаним сусідом: забираючи енергію, вона послаблює організм, знижує тонус. Але якщо в будинку є місце, де рослини цвітуть погано, люди хворіють, де скупчується негативна енергія, саме там монстера знадобиться. Вона вбере ворожу енергію без шкоди для себе й очистить приміщення.

МІСЯЧНИЙ КАЛЕНДАР

15 КВІТНЯ. 8 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 10.26
МІСЯЦЬ У РАКУ

Перша чверть наст. о 22.14. Сьогодні не варто приміряти на себе чужі ролі, представляти себе на місці інших – добре б розібратися зі своїми проблемами. Не відмовляйтеся від запланованого.

16 КВІТНЯ. 9 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 11.38
МІСЯЦЬ У ЛЕВІ (5.27)

Зростаючий Місяць. Якщо цей день не складається вдало, якщо все валиться з рук, це означає, що терміново треба щось міняти – і швидше не в зовнішніх обставинах, а в собі.

17 КВІТНЯ. 10 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 12.51
МІСЯЦЬ У ЛЕВІ

Зростаючий Місяць. Сьогодні важливо проявляти самостійність у рішеннях, витримку і характер, не піддаватися на провокації, уникати чужих впливів. Небажано активно спілкуватися, бувати в місцях скупчення людей.

18 КВІТНЯ. 11 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 14.03
МІСЯЦЬ У ДІВІ (17.12)

Зростаючий Місяць. Працюйте з інформацією, слухайте свій внутрішній голос. Намагайтеся не піддаватися метушні, менше розмовляйте і більше слухайте.

19 КВІТНЯ. 11 МІС. ДЕНЬ (ПРОДОВЖ.)
ПОЧ. 15.13 МІСЯЦЬ У ДІВІ

Зростаючий Місяць. День, коли потрібні обережність і уважність у виконанні будь-якої справи. Не кидайте почате, обов'язково доведіть усе до кінця.

20 КВІТНЯ. 12 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 16.21
МІСЯЦЬ У ДІВІ

Зростаючий Місяць. Період сприятливий для ділових переговорів – ви зможете порозумітися з оточенням. Милосердя і співчуття сьогодні просто необхідні.

21 КВІТНЯ. 13 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 17.29
МІСЯЦЬ У ТЕРЕЗАХ

Зростаючий Місяць. Краще не рватися вперед, а озирнутися назад: багато ситуацій цієї місячної доби повторюються, повертаються, як погано виконані уроки: на виправлення, доопрацювання і переробку.

АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ ІЗ 15 ДО 21 КВІТНЯ

ОВЕН

У багатьох сферах життя цього тижня у вас все буде вдало. Ви багато чого можете встигнути зробити і навіть одержати суттєві плоди діяльності.



ТЕЛЕЦЬ

Вам пощастить у справах, де необхідно проявити ініціативу, напористість і рішучість. Спробуйте запобігти конфлікту в суперечці з друзями.



БЛИЗНЮКИ

Ви опинитеся в центрі подій і будете практично скрізь затребувані як душа компанії і неординарна особистість. Знайдеться вдалий вихід зі складного становища.



РАК

Протипоказані важкі перевантаження на роботі. Середина тижня передбачає конфлікти. Будьте обережніші, оскільки не виключені різного роду втрати.



ЛЕВ

Тиждень може дезорієнтувати своєю непередбачуваністю. Ви маєте зосередитися, перш ніж стати до роботи, буде складно виконати будь-які обіцянки.



ДІВА

Особливо яскраво проявляться такі ваші якості, як цілеспрямованість і самодисципліна. Проявіть трохи більше уваги і доброти до оточуючих.



ТЕРЕЗИ

Не варто чіплятися за звичне лише тому, що воно давно знайоме, час рухатися вперед. Утримайтеся від дуже різких рухів в особистих відносинах.



СКОРПІОН

Ваша інтуїція дозволить вам знайти корисні зв'язки і зробити серйозний професійний вибір. Вам необхідно віднайти душевну рівновагу. Прагніть уникати конфліктних ситуацій.



СТРЕЛЕць

З'явиться можливість завершити давній проєкт і отримати від цього не лише моральне, але й матеріальне задоволення.



КОЗЕРІГ

Нагальні проблеми, по суті, – не більше ніж ілюзії. Головне для вас – не прогавити дійсно перспективні справи. Не варто ховати себе вдома.



ВОДОЛІЙ

Намагайтеся не піддаватися на умовляння ризикнути. Чим тихіше і спокійніше проведете ви цей тиждень, тим вдалішим буде ваше найближче майбутнє.



РИБИ

Реалістично оцінюйте ситуації, що виникли. Шукайте шляхи для гармонійної самореалізації. В деяких випадках має сенс почати все заново. Розраховувати вам варто лише на свої сили.



ПОРАДИ ПСИХОЛОГА

Психологиня Вікторія Миколенко
розповіла про панічні атаки**– Що таке панічна атака та чи загрожує вона життю?**

– Це раптове відчуття сильного страху без реальної небезпеки чи очевидної причини. Напади часто відбуваються, коли людей щось непокоїть або вони пережили складний чи стресовий досвід. Також вони можуть бути наслідком перенесених хвороб. Панічна атака може тривати до 30 хвилин.

Панічні атаки не загрожують життю. Проте з ними важко впоратися самотійно. Крім того, без професійної допомоги вони можуть із часом посилитися. Якщо епізоди панічних атак повторюються, обов'язково зверніться до фахівців. Причиною панічних атак може бути багато чинників – як зовнішніх, так і внутрішніх. Тільки фахівець може визначити, як можна допомогти.

До проявів панічної атаки належать: прискорене серцебиття; задуха, прискорене або ускладнене дихання; оніміння або тремтіння рук і ніг; нудота та дискомфорт у шлунку; запаморочення, світло здається яскравішим та інтенсивнішим; сльози, незмога перестати плакати; відчуття, ніби людина «застигла» та не може рухатися.

– Що викликає панічні атаки?

– Причини панічних атак можуть бути різні, зокрема проблеми зі здоров'ям. Тому варто проконсультуватися не лише з психологом/психотерапевтом, а й із лікарем, щоб виключити всі ризики.

– Як допомогти людині, яка переживає панічну атаку?

– З панічною атакою можна впоратися самотійно, знаючи потрібні прийоми й техніки. Але знати інтенсивність симптому не означає назавжди його позбутися, тому важливо звернутися до фахівця.

Техніки, що впливають на цикл панічної атаки: думки – поведінка – тілесні відчуття – емоції. Для того щоб розірвати коло чи цикл панічної атаки, можна впливати на кожен із цих елементів. Під час панічної атаки людина може відчувати, що втрачає контроль. Ви здатні допомогти їй «заземлитися» за допомогою дихальних вправ або інших відволікаючих, перемикаючих увагу на щось інше вправ. Наприклад, можна шукати предмети одного кольору, рахувати вголос кроки до чогось, потерти ніс, розтерти руками тіло, попити води, рахувати від 1 до 10 й навпаки.

Треба розуміти, що це екстрена допомога, тому важливо шукати можливість впливати на причину цієї атаки.

Зараз дуже багато безоплатних консультацій фахівців, тому обов'язково звертайтеся по допомогу! Бережіть своє ментальне здоров'я.

ТВОРЧІСТЬ НАШИХ ЧИТАЧІВ

ВИШИВАНКА

Символ родоводу – рідна вишиванка.
І душа від того радістю цвіте.
Знак добра і сили. Я у ній панянка!
Оживає в серці літо золоте.

За туманом сивим, навіть за бідою
Літ моїх щасливих я не розгублю.
Одягну на свято – горе стороною.
Одягну у будні – збудуся жалю.

Мова таємнича вишитих узорів
Здавна об'єднала безліч поколінь.
Символи сакральні, наче у дозорі,
Показали світу спадщини глибін.

Одягну з любов'ю диво рукотворне.
Покажу нащадкам нації красу.
Батьківщина мила сонячно пригорне:
Ймення УКРАЇНКА з гордістю несучу!

Вікторія СОПІЛЬНЯК

«ДДС» ШУКАЄ ВІДПОВІДЬ

“ Хто та за яких умов може розраховувати на житлову пільгу пенсіонерам, які працювали в сільській місцевості? ”

– Skorистатись пільгою в розмірі 100% знижки на оплату житлово-комунальних послуг, придбання твердого та рідкого пічного побутового палива і скрапленого газу в межах встановлених норм можуть пенсіонери окремих професій, які працювали в сільській місцевості та продовжують там проживати після виходу на пенсію.

Зокрема, це: педагогічні працівники; медичні та фармацевтичні працівники; спеціалісти із захисту рослин; працівники музеїв, бібліотек; працівники державних і комунальних закладів культури, закладів освіти сфери культури.

Водночас пенсіонерам, які раніше працювали за такими професіями, для отримання пільги потрібно мати не менше трьох років відповідного стажу роботи і на момент виходу на пенсію працювати на посадах, що дають право на пільгу.

Пільга надається, якщо середньомісячний дохід сім'ї за попередні шість місяців у розрахунку на одну особу не перевищує величину доходу, що дає право на податкову соціальну пільгу (у 2024 році це 4240 грн). Пільга надається протягом дванадцяти місяців з місяця звернення, але не довше ніж до кінця поточного календарного року.

На членів сім'ї пільговика зазначена пільга не поширюється.

“ Які є підстави для відмови в оплаті листка непрацездатності? ”

– Допомога по тимчасовій непрацездатності не надається:

- 1) у разі одержання застрахованою особою травми або її захворювання при вчиненні нею кримінального правопорушення;
- 2) у разі навмисного заподіяння шкоди своєму здоров'ю з метою ухилення від роботи чи інших обов'язків або симуляції хвороби;
- 3) за час перебування під арештом і за час проведення судово-медичної експертизи;
- 4) за час примусового лікування, призначеного за судовим рішенням;
- 5) у разі тимчасової непрацездатності у зв'язку із захворюванням або травмою, що сталися внаслідок алкогольного, наркотичного, токсичного сп'яніння або дій, пов'язаних із таким сп'янінням;
- 6) за період перебування застрахованої особи у відпустці без збереження заробітної плати, творчій відпустці, додатковій відпустці у зв'язку з навчанням;
- 7) за період тимчасової непрацездатності, зазначеної у листку непрацездатності, визнаному необґрунтованим.

Застраховані особи, які в період отримання допомоги по тимчасовій непрацездатності порушують режим, встановлений лікарем, не виконують інструкцій, рекомендацій фа-

хівців з реабілітації, необхідних для надання реабілітаційної допомоги відповідно до індивідуального реабілітаційного плану, погодженому цією особою, або не з'являються без поважних причин у призначений строк на медичний огляд, у тому числі лікарсько-консультативною комісією чи МСЕК, втрачають право на таку допомогу з дня допущення порушення на строк, що встановлюється рішенням органу, який призначає допомогу по тимчасовій непрацездатності.

“ Чи має право батько, котрий виховує дитину без матері, на неповний робочий час? ”

– Відповідно до статті 56 Кодексу законів про працю України, на прохання жінки, котра має дитину віком до 14 років або дитину з інвалідністю, роботодавець зобов'язаний встановлювати їй неповний робочий день або неповний робочий тиждень. Стаття 186-1 передбачає таку ж гарантію й для одинокого батька.

“ Відмовився від газопостачання з фізичною «відрізкою» труби, демонтажем газових приладів і лічильника ще у 2020 році, але за кілька років отримав платіжки за газ із боргом у майже 14 тисяч гривень. Що робити? ”

– Як пояснили в ГазПравді, газопостачальна компанія щомісячно формує нарахування за газ усім своїм абонентам на підставі отриманих даних від оператора ГРМ про їхнє фактичне споживання газу в натуральній величині, тобто у кубометрах. За умови механічного від'єднання абонента від газорозподільної системи в 2020 році, газопостачальна компанія мала б щомісячно отримувати від місцевого постачальника газу дані про нульове споживання.

Найімовірніша причина ситуації, що склалася, – технічна помилка. Передусім треба перевірити саме цей варіант. Для цього варто звернутися спершу до Нафтогазу (через чат-бот, телефон – більш оперативні методи, або офіційним листом – більш довготривалий метод, однак більш дієвий). Якщо газопостачальна компанія виключить факт саме їхньої помилки, тобто підтвердить, що саме від міськгазу були отримані певні фактичні обсяги споживання даного абонента, на підставі яких і був виставлений рахунок за газ, то наступний крок – це звернення до місцевої постачальної компанії. Можливо, облгаз теж помилково передав некоректні дані, та на підставі звернення абонента відкоригує подані раніше цифри до газопостачальної компанії та скасує борг.

Ще один ймовірний сценарій – документально газопостачання фактично не припинено. Можливо, облгаз «загубив» акт на відключення газу домогосподарству, тому в базах даних немає позначки про припинення газопостачання за даною адресою.

Такий Акт складається у двох екземплярах, один із яких має обов'язково залишитись у оператора ГРМ. У такому випадку,

не отримуючи щомісячно дані про покази лічильника газу, облгаз самостійно розраховував «фактичний об'єм спожитого газу» на рівні планового об'єму споживання на відповідний місяць, що обчислюється відповідно до Кодексу ГРМ.

Далі ці кубі передавали до Нафтогазу, який і нараховував плату за спожитий газ на підставі отриманої інформації. Тому міг набиратися чималий борг.

У такому випадку доведеться надати облгазу усі підтверджуючі матеріали про факт відрізки від газопостачання: копію Акта, фото-відео матеріали за їх наявності. Якщо облгаз не визнає свою помилку, то варто звертатися зі скаргою до регулятора – НКРЕКП.

ПОРАДИ ЧИТАЧА

Добрий день усім читачам газети! Хочу розповісти свій метод боротьби з радикулітом. Він дієвий і перевірений роками

Причин загострення радикуліту може бути кілька: переохолодження, нервова або фізична перенапруга. А внаслідок остеохондрозу радикуліт може взагалі перейти у хронічну форму.

При переохолодженні треба взяти в однаковому співвідношенні кору верби, листя мати-й-мачухи, траву материнки. Столову ложку збору залити 0,5 л окропу, настояти в термосі годину. Приймати по 100 г тричі на день до їди.

Для розтирання можна приготувати такий настій. Наповнити півлітрову банку квітами та листям акації (в зимовий період – гілочками або корою), залити 70% спиртом і настоювати 2-3 тижні. Втирати 2-3 рази на день. Після процедури тепло закутатися.

В результаті нервового перенавантаження треба взяти по дві частини кореня дягелю (дяглиця, дудник), шишок хмелю, кореня валеріани, листя берези, по одній частині листя білої омели і кори жостеру. Столову ложку збору залити 200 г окропу, настояти годину, пити по 100 г тричі на день.

Для розтирань можна використовувати настоянку звіробію в пропорції 2:1 або олію, виготовлену зі свіжої сировини.

Наслідки фізичного навантаження лікуємо так: столову ложку полину звичайного залити 1 склянкою окропу, настояти годину і пити по 2-3 столові ложки кілька разів на день.

Для розтирання можна використовувати настоянку полину звичайного або гіркою.

З повагою, постійна читачка
Марія Петрівна, Щербаків

ФОТО З АРХІВУ СІМ'І

ШАНОВНІ ЧИТАЧІ!

Кожен із вас має вдома альбоми, в яких зібрані сімейні фото. Це не просто портрети, це подорож у минуле, в якому залишилися роки юності, маленькі діточки, друзі, колеги та багато спогадів про події того часу.

Гортаючи сторінки сімейного альбому, здається, поринаєш у ті роки і знов на мить стаєш тим самим парубком, який так ніжно поглядав на дівчину, яка згодом стала дружиною, чи весело святкував Новий рік у компанії друзів.

Ми пропонуємо вам поділитися спогадами з земляками та надіслати фото зі своїх сімейних архівів. Ми їх обов'язково опублікуємо.

Фото з підписом, описом зображеного та роком зйомки надсилайте на адресу gazetakremenchuk@gmail.com, або в Телеграм за номером **+38098-124-84-90**. Також фото можна надсилати до редакції за адресою: **м. Кременчук, вул. Шевченка, 50А**. Усі фото повертаємо власникам.



Футбольна команда колгоспу «Зоря»
з Онуфрієвського району

ФОТО З АРХІВУ ВАЛЕНТИНИ ДЕРЕВЯГІНОЇ

