

БУЧАНСЬКІ НОВИНИ

№ 33

(753) 15 серпня 2019 року «Бучанські новини» – ваш путівник у житті громади, друг і порадник на кожен день! | Тел.: (04597) 48-305 | buchanevents@ukr.net

19 СЕРПНЯ - ДЕНЬ ПАСІЧНИКА УКРАЇНИ

Лікують бджоли



Стор. 3

ГОТУЄМОСЯ ДО НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

Огляд шкільних базарів



Стор. 4

ПУТІВНИК ПО МІСТУ

Фотостудія – і мистецтво, і розвага

Стор. 7

НА ЧАСІ

Як ввести в експлуатацію приватний будинок

Стор. 9

ОФІЦІЙНО

10 років, що змінять громаду

Це документ, який визначає роль, місію і бачення громади на свою перспективу розвитку до 2029 року.

– Як показує досвід розвинених країн світу, стратегічне планування є важливим компонентом сталого розвитку будь-якої управлінської системи, тим більше територіальної громади, – зазначив Бучанський міський голова **Анатолій ФЕДОРУК**. – Стратегія розвитку – це компас, за допомогою якого громада мусить визначитися, в яких стратегічних напрямках їй рухатися, а інвестори мусять розуміти, у що вкладати свої ресурси та інвестиції.

Детальніше читайте на стор. 2



м. Буча, 2019

АКТУАЛЬНО

Підготовка до опалювального сезону

Літо добігає кінця, не за горами холоди та морози. Тож тепло у різноманітних закладах, а крім того впровадження енергоефективності, нагальна тема для влади.



Хід виконання плану заходів щодо підготовки до опалювального періоду бюджетних установ, житлово-комунальних підприємств району, житлового фонду знаходиться на постійному контролі.

Закінчення на стор. 2

ПОСЛУГИ СТАЮТЬ БЛИЖЧИМИ

Тренінг для підвищення якості обслуговування

Співробітники Центрів надання адмінпослуг вчилися та тренувалися діяти ще більш професійно з урахуванням новітніх впроваджень.



Прошли тренінги у межах програми «U-LEAD з Європою» в частині створення у громаді ЦНАПів, де поряд з адміністративними надаватимуться і соціальні послуги.

Закінчення на стор. 2

СВЯТО

У єдності – сила громади



Відзначити день села в гостинній Луб'янці зібралися не лише місцеві мешканці, а й жителів інших населених пунктів Бучанської ОТГ, щоб привітати зі святом людей, які своєю працею творять розвиток села і громади загалом.

Закінчення на стор. 6

З СЕСІЙНОЇ ЗАЛИ

Ухвалено важливі рішення

Відбулося засідання позачергової сесії Бучанської міської ради, яке провів Бучанський міський голова **Анатолій Федорук**.



У роботі взяли участь виконавчий директор Асоціації міст України **Олександр Слобожан**, виконавчий директор Київського регіонального відділення АМУ **Гаррі Мартін**, в. о. старост населених пунктів громади, члени виконкому, керівники громадських організацій, підприємств, молодіжна рада, громадськість.

Розпочали з розгляду питання затвердження Стратегії розвитку Бучанської ОТГ на період до 2029 року.

Відповідно до запланованого, депутати розглянули та ухвалили рішення про проведення повторних земельних торгів у формі аукціону земельної ділянки, про внесення змін до рішення БМР, Плану соціально-економічного розвитку Бучанської ОТГ, Програми розвитку та функціонування освіти, про прийняття на співфінансування об'єктів, що фінансуються за рахунок бюджетної програми «Реалізація надзвичайної кредитної програми для відновлення України» та інші.

Перший Спас Медовий – будьте всі здорові!



14 серпня православні християни святкують **Маковія або Медовий Спас**. З цього дня починається черговий багатоденний піст – **Успенський**, який триватиме до 28 серпня.

Це перший із трьох Спасів, які не лише нагадують нам про шанування релігійних звичаїв, а й натякають, що осінь зі своїми щедрими дарами вже на порозі. Другий Спас або Яблучний, він же Великий, настає 19 серпня. У цього свята є ще одна назва – **Преображення Господнє**. Третій, або **Горіховий**, він же **Хлібний Спас**, відзначають щороку 29 серпня, після завершення Успенського посту. У ці дні в усіх церквах громади традиційно відбувається богослужіння.

Головними продуктами, які святять у церкві на **Маковія**, є мак, мед і вода. Також цього дня до церкви традиційно несуть освячувати букети-обереги. Такий букет називають **маковійчик**. У нього входять польові трави і квіти: калина, соняшник, материнка, м'ята, буркун, колоски вівса, ласковець, полин і обов'язково **макові** головки.



Стежте за новинами на сторінках БН у соцмережах



та



10 років, що змінять громаду

13 серпня на позачерговому засіданні сесії БМР схвалено Стратегію розвитку Бучанської міської об'єднаної територіальної громади до 2029 року.

Десять місяців робоча група разом із партнерами працювала над цим надважливим документом.

Виконавчий директор Асоціації міст України **Олександр Слобожан** привітав громаду з прийняттям Стратегії та зазначив, що Бучанський проект переміг у конкурсі серед 100 поданих документів з усієї України і був відібраний для підтримки Європейськими інституціями.



– Бучанська громада чесно на конкурсних засадах виборола право участі в Проекті АМУ і сьогодні затверджує основоположний документ державного планування, на основі якого буде розвиватися громада. Цей документ є важливим як у бюджетному процесі, так і загалом в житті громади. Приєднані громади мають знати, що їх розвитком опікуються, – наголосив О.Слобожан.

Окрім того, Стратегія дасть можливість на рівних говорити зі світовими

партнерами. Важливо, що документ не нав'язаний зверху, а розроблений членами робочої групи, яка налічує понад 40 фахівців.

– Громади відбиралися за таким принципом: головне, щоб громада була активною і впроваджувала проект, – розповіла експерт АМУ **Людмила Даменцова**. – У Бучанській громаді завжди є ідеї, ініціативність, вона готова їх впроваджувати. Стратегія – це ваше майбутнє.

Стратегію розвитку Бучанської ОТГ на період до 2029 року презентував перший заступник Бучанського міського голови **Тарас Шапранський**. Він зазначив, що у процесі розробки Стратегії проект «Сприяння стратегічному розвитку територіальних громад малих міст», який реалізується ВАОМС Асоціація міст України спільно з Німецьким товариством міжнародного співробітництва (GIZ) та фінансується Урядом Федеративної Республіки Німеччина і Європейським Союзом, здійснював методичне забезпечення, експертний аналіз даних і результатів досліджень, отриманих під час здійснення процесу планування.

Стратегія розвитку громади на сьогодні це швидше не «дорожня карта», а документ, який «musthave» (повинен мати – ред.) громада, – сказав доповідач. У ньому міститься коротка характерис-



СТРАТЕГІЧНЕ БАЧЕННЯ

Бучанська ОТГ – це:

- громада високої духовної культури та активної громадськості.
- громада, що сприяє розвитку малого та середнього бізнесу, впровадженню інновацій. Де працює відкрита, відповідальна влада.
- курортний центр Київщини, громада з чистою екологією, де впроваджуються енергоощадні технології.
- громада, з розвинутим водним, фестивальним, спортивним та зеленим туризмом.
- громада, де безпечно та хочеться жити молодому поколінню.

Стратегічними напрямками розвитку громади визначено: комфортні умови життя людини та розвиток місцевої економіки.

тика стану соціально-економічного і просторового розвитку громади, а також йдеться про стратегічні бачення та місію, пріоритетні цілі, звітність перед громадою, фінансові джерела та інструменти реалізації стратегії.

– У цьому документі враховано по суті побажання і проекти не лише виконавчих структур, – роз'яснив Тарас Шапранський. – До цього процесу була залучена безпосередня кількість громадськості, організацій, проведені соціологічні опитування. І проблемні питання, які потребують розв'язання в межах стратегії, були сформульовані завдяки комплексному баченню.

Ознайомитися зі Стратегією можна на офіційному сайті Бучанської міської ради.

Пресслужба БМР

АКТУАЛЬНО

Підготовка до опалювального сезону

Попередні підсумки відповідно до затвердженого графіка підбили на нараді, яку провів Бучанський міський голова **Анатолій Федорук**.



впровадженню енергоефективних заходів у медичних та освітніх закладах».

Всі бюджетні установи оснащено приладами обліку споживання паливно-енергетичних ресурсів. Тому відповідальні працівники на місцях проводять систематичний контроль кількості споживання енергоносіїв і ефективності теплозбереження безпосередньо в приміщеннях.

Робота з підготовки до сталого функціонування господарств району в осінньо-зимовий період 2019-2020 років продовжується.

«Під час підготовки господарсько-го комплексу громади важливо проінспектувати кожен заклад, – наголосив **Анатолій Петрович**. – Це все повинно відбуватися паралельно з аналізом тарифної політики, подальшим

ПОСЛУГИ СТАЮТЬ БЛИЖЧИМИ

Навчалися для підвищення якості обслуговування



Закінчення. Початок на стор. 1

Учасників привітав Бучанський міський голова **Анатолій Федорук**, який наголосив на важливості впровадження електронних послуг, наближення їх до споживачів. Не обійшов увагою і важливу реформу децентралізації, її важливості в загальному процесі реформування країни.

Тренери говорили про роль місцевого самоврядування в обслуговуванні громади, реалізації власних та делегованих повноважень у сфері надання адмінпослуг.

Розглядали типові проблеми під час надання послуг, параметри їхньої якості, що і зробить роботу адміністраторів якісною для відвідувачів.



ДЕНЬ НЕЗАЛЕЖНОСТІ

Дзвони, що об'єднують країну, і діти в центрі уваги

Вшанування пам'яті героїв, сто ударів дзвона, гімн а капела, музично-хореографічний флешмоб, святкова хода та Марш захисників України за участі ветеранів – в Офісі Президента узгодили план заходів до 28-ї річниці Незалежності України.

Цього року святкування 28-ї річниці Незалежності України пройде в новому форматі. Головний акцент урочистостей – діти як майбутнє країни.

Ранок 24 серпня розпочнеться з ушанування пам'яті героїв, які віддали життя, захищаючи свободу та незалежність країни.

Під час церемонії, яка стартує о 9:30 біля пам'ятного Хреста на місці загибелі Героїв Небесної Сотні, буде проголошено загальнонаціональну хвилину мовчання. На знак того, що Україна та українці пам'ятають своїх героїв, пролунають сто ударів дзвона, які підхоплять

інші міста держави. Вони символізуватимуть сто ударів серця кожного з полеглих Героїв Небесної Сотні.

У пам'ятному заході разом з Президентом України Володимиром Зеленським та його родиною візьмуть участь рідні та близькі полеглих захисників Незалежності України, ветерани АТО, діти. Вони покладуть квіти на місці загибелі Героїв Небесної Сотні та пов'яжуть синьо-жовті стрічки навколо.

Під звук дзвонів на майдані Незалежності буде піднято Національний прапор. Військовий хор виконає Гімн України а капела.



У межах святкування на головній площі країни також відбудеться музично-хореографічний флешмоб: прозвучать знакові українські пісні у сучасному аранжуванні, які виконають оркестри та відомі музиканти.

Близько 9:50 розпочнеться нагородження українців, які досягли успіхів у різних сферах.

На завершення урочистостей – святкова хода та Марш захисників України за участі ветеранів.

Бабинці Новий майданчик

Свята в громаді відзначають майже щотижня. І кожен населений пункт готується зустрічати гостей та порадувати місцевих.

У Бабинцях не за горами свято селища, і активні його жителі вже почали по-господарськи готуватися: новий майданчик потішить мешканців і гостей. Це ще не всі заплановані зміни. Далі буде!



Гаврилівка



Нова котельня для малюків

Житлово-комунальне господарство Бучанської ОТГ повідомляє, що у селі будується нова котельня в дитячому садочку.

Загалом відбувається оптимізація та модернізація системи теплопостачання.

ДОБРА СПРАВА

Серце відгукнулося, а навзаєм отримало щиру подяку

Пам'ятаєте акцію «Відгук серця»? Завдяки участі громади в цій акції, «Школа самостійності» змогла влаштувати екскурсію на катері величезним Дніпром!



– Це лише завдяки вашій підтримці. Квиточки, пальне і поїхали! – із задоволенням написали в громадській організації інвалідів «Відгук». – Бо все інше вже є завдяки нашим постійним партнерам – Бучанській міській раді!



19 СЕРПНЯ - ДЕНЬ ПАСІЧНИКА УКРАЇНИ

– Григорію Михайловичу, чому ви обрали таке захоплення і скільки часу займається цією справою? Чи було це сімейною традицією?

– Бджільництво – це дуже благородна справа. Споконвіку вважалося, що пасічник – це господар. Багато секретів цього ремесла мені розповідав мій батько, який був пасічником, і з раннього дитинства я виконував його вказівки, як правильно поводитися з бджолами. Мені завжди цікаво було те, чим він займався. І тому ця справа дісталася мені, можна сказати, у спадок. Так з дитинства з'явилася мрія займатися бджолами. Пасіка – це моє хобі вже 40 років. Не уявляю себе поза бджільництвом. Немає такого дня, щоб я не думав про бджілок і не зробив для них щось хороше. Я можу годинами розповідати про них.

– З чого варто починати тим, хто хоче займатися бджільництвом?

– Обов'язково потрібно читати спеціальну літературу, багато спілкуватися із досвідченими пасічниками. А ще уважно спостерігати за бджолами, щоб вивчати звички цих розумних комах. Ми не повинні змушувати бджолу робити щось через силу. Це нам треба прилаштовуватися під її потреби. Перед тим, як почати займатися бджільництвом, треба зрозуміти, як ти взагалі ставишся до цієї справи: чи просто подобається, чи хочеш зробити собі бізнес. Справжні пасічники не працюють заради грошей.

– Які якості повинен мати справжній пасічник?

– Ну, перш за все, треба мати добру душу, любити бджіл, любити те, чим займаєшся. Ну і, звичайно, це має бути трудолюбива людина. Пасічник повинен бути подібний до бджіл. Рано вставати і пізно лягати. І весь час працювати.

– Кажуть, працює, як бджілка. Коли ж бджолі відпочивають? Чи є щось, чого варто людям навчитися у бджіл?

– У бджіл немає такого поняття, як відпочинок. Вони працюють майже весь час. Щоб добути кілограм меду, бджолі повинні зробити до 4500 вильотів і відвідати приблизно 10 млн квітів. Саме через це в літній період вони живуть 30-35 днів. Обов'язки в них розподілені. Молоді бджолі виконують одні функції, старші – інші. Ось такі вони, маленькі трудівниці. А деяким людям, на мою думку, не вистає працьовитості бджіл.

– Григорію Михайловичу, розкажіть, які ж умови мають бути для бджіл? Чого вони бояться?

Лікують бджоли

Ще із сивої давнини людина користується дарами бджіл. Мед є харчовим та лікувальним продуктом, що позитивно впливає на організм людини, зміцнює його. Напередодні Дня пасічника журналістам Бучанських новин вдалося поспілкуватися із заслуженим працівником сільського господарства, Почесним пасічником України - Григорієм Приймаком, який відкрив нам деякі бджолярські секрети.

– Для знищення шкідливих комах фермери постійно обробляють поля гербіцидами та отрутохімікатами. За фахом я агроном, свого часу навчався в аграрному університеті, то розумію, що це необхідно робити для хорошого врожаю. Проте бджоли, які збирають отрутний пилок, гинуть. А ще вони бояться вологи та протягів. У зимовий час у вулику слід підтримувати температуру +14 °C.

– А які сорти меду на Вашу думку вважаються найбільш цілющими і чому?

– Існує понад сто сортів меду і кожен з них має свої унікальні смакові якості. Проте я вважаю, що найкорисніші сорти меду – це акацієвий, липовий і гречаний. Акацієвий мед корисний для тих, хто страждає від будь-яких захворювань травної системи.



Також його можна використовувати як чудовий снодійний засіб. Без липового меду взимку взагалі не можна обійтись, адже він гарно розправляє з хвороботворними мікроорганізмами. До того ж, цей мед благотворно впливає на імунітет. Гречаний мед незамінний при залізодефіцитній анемії,



тому що збагачений залізом. А взагалі кожен мед має свою цінність. Це подібно до лікарських рослин: одна лікує одне захворювання, інша – друге.

– Які ще продукти бджільництва корисні?

– Продукти бджільництва входять до складу багатьох ліків, а в народній медицині вважається, що всі недуги можна виликувати медом. Надзвичайно корисна перга – це квітковий пилок, законсервований у стільниках бджолиного гнізда. Перга підвищує імунобіологічні властивості та зменшує стомлюваність організму. Маточне молочко має регенеративні властивості. Його вживання поліпшує зір, пам'ять, апетит. Дуже корисний прополіс. Він має чудові бактерицидні властивості і є природним антибіотиком. Його слід використовувати під час лікування дихальних шляхів. Також велику цінність мають і вулики-лежаки, де можна лежати людині. Там відбувається лікування біополем.

– Розкажіть, чи можна відрізнити справжній мед від підробки?

– Чесно кажучи, виявити мед-підробку дуже складно. Але є певні моменти, на які варто звертати увагу при купівлі цього продукту. Натуральний мед має бути густим, тягучим. Протягом року він має хоч трошки почати кристалізуватися. Якщо такого не відбувається, це вже привід задуматись. Потрібно не забувати, що мед повинен мати однаковий колір, а якщо відрізняється, то він змішаний, або розведений із

чимось. Але, звичайно, найкраще підробку можна виявити лише в лабораторії. Отож моя порада – мед бажано купувати в знайомих.

– Григорію Михайловичу, а це правда, що у пасічників є певні прикмети чи заборони?

– Пасічник протягом дня спостерігає за бджолами. Вони – чудові синоптики. Якщо вранці бджолі дружно летять у поле, значить удень не буде дощу. В давнину вважалося, що на вході до пасіки на дерев'яному стовпі обов'язково повинен висіти оберіг із черепа коня, аби відігнати від бджіл «злих духів». Можливо цьому слід вірити (сміється).

– Чи маєте Ви професійні таємниці? Вам, як досвідченому пасічнику, є чим поділитися з іншими колегами?

– Я ніколи не відмовляю тим, хто хоче більше дізнатися про пасіку, бджіл, тому при зустрічі з колегами-пасічниками завжди розповідаю про якийсь свій цікавий досвід. Я колись сам про все дізнавався із багатьох джерел, тому зараз радо ділюся всім, що знаю, якщо це комусь цікаво.

– Григорію Михайловичу, а чи є у Вас ще хобі?

– Так. Люблю займатися видавничою діяльністю. Я член Національної спілки журналістів України, доцент Національного аграрного університету, академік Української Академії Наук, автором 30 монографій із бджільництва і 16 книжок (скромно посміхається). Із задоволенням співпрацюю з редакціями журналів «Дім, сад, город», «Пасіка», «Будьмо здорові» та маю публікації в багатьох інших виданнях.

– А є серед Ваших книжок найулюбленіша?

– Так. Її я написав у 1993 році. Це «888 запитань та відповідей по бджільництву». Я вклав у неї всю душу. Вона моя улюблена реліквія.

– Як Ви зазвичай святкуєте День пасічника?

– В цей день я їду в Київ в ННЦ «Інститут бджільництва ім. П. І. Прокоповича» УААН. Там збирається багато пасічників з усіх регіонів України. Відбуваються виставки-ярмарки, де можна побачити і придбати не лише багато різних видів меду, обладнання та інвентар для бджільництва, а й засоби лікування бджіл та спеціальну літературу. Це все проходить цікаво і на високому рівні. З нагоди свята хочеться побажати всім бджолярам, щоб їхня праця була затребуваною!

– Дякуємо Вам за цінні поради і вітаємо з прийдешнім Днем пасічника!

Спілкувався Владислав ОРЕХОВ

АКТУАЛЬНО

ОСВІТА

Міністерство освіти і науки України спіралось на дані аналітичних досліджень Державної служби зайнятості станом на липень щодо середнього заробітку за різними класифікаціями професій.

До ТОП-10 професій із високим заробітком увійшли:

- Вишкомонтажник - середній рівень зарплати 20 тис. гривень;
- Машиніст трубовигинальної установи пересувної - 19 тис. гривень;
- Забійник на відбійних молотках - 17 тис. 250 гривень;
- Крановий електрик - 15 тис. гривень;
- Лицювальник-мармурник - 15 тис. гривень;
- Шоколадник - 15 тис. гривень;
- Обвалювач морепродуктів - 10 тис. гривень;
- Головний касир - 10 тис. гривень;
- Бісквітник - 9 тис. 387 гривень;
- Водій тролейбуса - 9 тис. 973 гривень.

«У професії ви маєте можливість за 1,5-3 роки отримати прикладну професію, за якою можна заробляти непогані

МОН: найбільш оплачувані професії

У міністерстві повідомили, що середня зарплата фахівця із професійною освітою нині становить не менше 7 тисяч гривень на місяць, а для деяких професій – від 15 до 20 тисяч. Та нагадали, що наразі у профтехах триває «гаряча пора», коли найбільша кількість вступників приносить документи до приймальних комісій та складає випробування. Тож озвучили, які професії варто обирати перед вступом, враховуючи рівень заробітної плати?

гроші. Українські роботодавці зацікавлені брати на роботу кваліфікованих випускників, які вміють працювати сучасним обладнанням та розуміють особливості праці на виробництві. І раджу вступникам робити вибір, зживши всі переваги та недоліки», – і креслила гендиректор директорату професійної освіти МОН Ірина Шумік.

Вона також зазначила, що вже кіл років поспіль традиційно добре оплачуваними професіями є ті, які стосуються аграрного та будівельного секторів, а кож сфери обслуговування. Разом з тим дефіцитні професії або професії з особливими умовами праці. Вони також мають високий рівень оплати на ринку праці.

Варто знати, що йдеться про усереднені, офіційні показники від роботодавців, які звернулися до Служби зайнятості.



ЗДОРОВ'Я

БЕЗ ВАКЦИНАЦІЇ – Ні ДО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Міністерство охорони здоров'я України повідомляє, що Верховний Суд України своїм рішенням підтвердив, що вакцинація є обов'язковою, а невакцинованим дітям не можна відвідувати дитячі садочки.

У постанові Верховного Суду від 17 квітня 2019 року зазначається, що держава має забезпечити дотримання оптимального балансу між реалізацією права дитини на дошкільну освіту та інтересами інших дітей. Коли індивідуальний інтерес протиставляється загальному інтересу суспільства, загальне благо на безпеку та охорону здоров'я має перевагу.

Батьки можуть обирати форму навчання дитини, але держава встановлює певні правила реалізації такого права, щоб враховувались не лише права дитини на дошкільну освіту, а й забезпечувалась безпека та здоров'я всіх дітей.

Це рішення є остаточним у справі, яка розглядається в судах різних інстанцій ще з 2016 року, та не підлягає оскарженню. Тоді до суду звернулася матір, чия невакцинована дитина відмовилася приймати в садочок. Жінка вбачала в цьому порушення права свого сина на освіту, а робити щеплення відмовилася «через недовіру до вакцин». І хоча спочатку Славутський міський районний суд Хмельницької області задовольнив її позов, садочок оскаржив це рішення.

РОЗ'ЯСНЕННЯ ВІД УРЯДУ

Міністерство охорони здоров'я та Міністерство освіти і науки закликали батьків до 1 вересня зробити дітям усі необхідні за Національним календарем щеплення. Невакциновані діти, за винятком тих, які мають медичні протипоказання щодо вакцинації, не зможуть відвідувати дитячі садки та школи з іншими учнями.

ГОТУЄМОСЯ ДО НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

Огляд шкільних базарів

Літо ще в розпалі, а батьки школярів вже готуються до навчального року. Краще продумати і купити все заздалегідь, щоб нічого не забути, крім того буде можливість розділити фінансові витрати на кілька частин.



Журналісти «Бучанських новин» провели власне дослідження «Що, де і за скільки можна купити», про результати якого далі піде мова.

У магазинах Бучі можна придбати кулькові ручки від 2,50 грн, прості олівці – від 3 грн, набір лінійок купити за 24 грн і більше, альбоми для малювання на 20 аркушів – від 20 грн, кольорові олівці 12 штук за найменшою вартістю – 35 грн, акрилові фарби 12 кольорів – від 35 грн. Ціни різняться залежно від якості та виробників. Крім того, будьте готові до того, що товар з цікавим та яскравим дизайном буде коштувати на порядок дорожче.

Великий вибір канцелярії до ваших послуг у «Книжковому магазині», що в центрі на вулиці Енергетиків. Магазин приємно радує різноманітністю щоденників – тут вони на будь-який смак та гаманець. Ціна одного щоденника від 18 грн з м'якою обкладинкою і вище, зокрема є на патріотичну тематику, з яскравими малюнками для

На території ТК «Варшавський» є спеціалізований магазин спортивного одягу, де можна придбати як спортивний костюм, так і окремо футболку чи штани.

Щоправда щодо розміру знайдуть щось собі лише старшокласники. Серйозні поціновувачі спорту можуть придбати футбольні форми відомих клубів та збірних.

Продавець магазину одягу для школярів ділиться спостереженнями:

– Особливого попиту на спортивні костюми немає. Частіше для дітей запитують саме окремо спортивні штани чи легінси та футболки, адже в шкільних спортзалах тепло навіть у зимку.

найменших школярів, стильні для старшокласників. Також у «Книжковому» великий вибір зошитів від 3 грн за 12 аркушів, від 10 грн за 48 та від 18 грн за 96 аркушів.

Рекордно низька ціна на зошит 12 аркушів в ЕКО-маркеті – 2,25 грн. Зошити прості без малюнків, але з іншого боку саме такі підходять для першачків, адже вони не будуть відволікати увагу дитини. Щоправда, якщо ви хочете купити все в одному місці, то більше підійдуть для цього спеціалізовані магазини.

Не прогадаєте, якщо за рюкзаком підете в магазин «Машенька», що на міському ринку. Для школярів 1-4 класів представлено спеціальні каркасні моделі, які забезпечують комфортне навантаження на дитячі спинки. Ціни на них коливаються від 650 до 1300 грн. До уваги школярів 5-го класу і старших є різні варіанти від 600 до 1200 грн. Також в магазині можна придбати сумки для спортивного одягу вартістю від 50 до 195 грн. Очі розбігаються від вибору пеналів, ціни на які коливаються від 45 до 250 грн.

Непоганий вибір спортивних костюмів для школярів на міському ринку. Середня ціна 500 грн, хоча інколи трапляються і варіанти з минулих колекцій за 400 грн. Окремо спортивні штани можна придбати за 140-200 грн. Бюджетний варіант спортивного костюма за 240 грн можна знайти в магазині низьких цін «Азія», що біля міського ринку ближче до центру міста. Разом з тим середня ціна на спортивні костюми тут також 500 грн. Порадував магазин тим, що в одному місці зібрано майже повний перелік одягу, необхідного для школярів: блузки, сорочки, футболки, жилети, спортивні костюми, кросівки, спідниці, светри та інше. В асортименті речі для дітей будь-якого віку. В магазині зручні примірочні.

Як варіант можна купити необхідне для школи в інтернет-магазинах. Перевага в тому, що там на порядок нижчі ціни, ви робите покупки вдома, заощаджуєте свій час, але з іншого боку продукцію не можна роздивитися, колір на фото може відрізнятися від реального. Також слід враховувати до загальної ціни вартість доставки і попередження правоохоронців щодо покупок в інтернеті.

Приємних покупок!

Надія КИРИЛЮК

СОЦІУМ

Реалізуй себе в Україні!

Вперше в Україні стартував соціальний інноваційний проект Освітній Хаб міста Києва: територія нових можливостей для кожного. Будь-хто у будь-якому куточку країни, де є інтернет, може навчатися та отримати практичні навички, які потрібні кожному, незалежно від віку, статі та роду діяльності.

Організатори проекту впевнені, що він створює реальну можливість українцям реалізувати себе у своїй країні, зупинивши масовий відтік громадян України за кордон у пошуках кращої долі.

Місія Освітнього Хабу міста Києва – реалізувати концепцію Навчання Впродовж Життя (Life Long Learning) на рівні цілого міста, надавши можливість всім охочим безкоштовно отрима-

ти або покращити «м'які навички» (soft skills), які потрібні кожному та які наразі є вкрай затребувані на ринку праці. Передбачається, що після навчання збільшиться вірогідність знайти роботу своєї мрії, просуватись кар'єрними щаблями, відкрити власну справу або просто саморозвиватися.

Як повідомляють організатори, кращі тренери-практики Асоціації інноваційної та цифрової освіти створили відеолекції та тести за навичками, які міжнародні експерти Світового економічного форуму в Давосі визнали найзатребуванішими у 2020 році: позитивне мис-

лення, емоційний інтелект, ефективні продажі, вміння керувати людьми та проектами тощо.

А для того, щоб відпрацювати ці навички на практиці, застосували інноваційну модель змішаного навчання (blended learning), що поєднує онлайн навчання та практичні тренінги у Хабі.

Портал Освітнього Хабу міста Києва <https://eduhub.in.ua/>. Заходьте, отримуйте навички, прямуйте до своєї мрії.

Проект реалізує департамент освіти і науки Київської міської державної адміністрації спільно з Асоціацією інноваційної та цифрової освіти.

Понеділок • 19 серпня

UA-ПЕРШИЙ

6:00 М/с «Вруміз».
6:30,7:00,8:00,9:00,9:25,13:00,15:00,18:00,21:00,2:00,5:15 Новини.
6:35,7:05,8:05,9:05 Доброго ранку, Країно!
9:30,11:05 Т/с «Галерея Вельвет».
10:50,14:15 Телепродаж.
12:30 Д/с «Аромати Південної Африки».
13:10 Бюджетники.
13:45 #ВУкраїні.
14:30 Д/с «Аромати Перу».
15:15 Х/ф «Грозовий перевал», 2 с. (16+).
16:30 Д/с «Особливий загін».
17:30 Перша шпальта.
18:25,2:25 Тема дня.
19:30 Разом.
19:55 Д/с «Боротьба за виживання».
21:30 «Зворотній відлік».
23:30,5:40 Своя земля.
23:50 Погода.
0:00 Телепродаж Тюсю.
3:20 Схеми. Корупція в деталях.
3:45 Розсекречена історія.
4:45 Спільно.

КАНАЛ «1+1»

6:30,7:10,8:10,9:10 Сніданок з «1+1».
7:00,8:00,9:00,19:30,5:35 «ТСН».
9:30 «Одруження наосліп».
11:00 «Міняю жінку».
13:45 «Сімейні мелодрами».
14:45 Т/с «Величне століття. Роксолана».
17:20 Т/с «Наречена зі Стамбула».
20:15,5:20 «Секретні матеріали».
20:45,22:05 Т/с «Свати».
23:30 Х/ф «Татусі без шкідливих звичок». (16+).
1:30 Т/с «Центральна лікарня».

ІНТЕР

5:35,22:00 «Слідство вели...» з Л. Каневським».
7:00,8:00,9:00,17:40 Новини.
7:10,8:10,9:20 «Ранок з Інтером».
9:30,18:00,19:00,1:45 «Стосується кожного».
11:25,12:25 Х/ф «Анж і Габріель».
12:00 «Новини».
13:50 Х/ф «Просто разом».
15:50 «Чекай на мене. Україна».
20:00 «Подоробиці».
21:00 Т/с «Слідчий Горчакова 2».
23:50 Т/с «Гетьман». (16+).
0:45 «Речдок».
2:30 «Орел і решка. Шопінг».
3:40 «Подоробиці» - «Час».
4:25 «Школа доктора Комаровського. Невідкладна допомога».
5:00 «Top Shop».

ICTV

4:05 Скарб нації.
4:15 Еврика!
4:25 Служба розшуку дітей.
4:30 Факти.
4:55 Т/с «Відділ 44». (16+).
5:40 Громадянська оборона.

6:30 Ранок у великому місті.
8:45 Факти. Ранок.
9:10,19:20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
9:55 Не дай себе ошукати.
10:50 Антизомбі. Дайджест.
11:15,13:20,16:20 Т/с «Контакт».
12:45,15:45 Факти. День.
16:55 Х/ф «Напролом». (16+).
18:45,21:05 Факти. Вечір.
20:20 Теорія змови.
21:25 Х/ф «Поліцейська академія».
23:20 Х/ф «Ейс Вентура. Детектив з розшуку тварин». (16+).
1:00 Т/с «Таємниця та брехня».
2:50 Стоп-10.

НОВИЙ КАНАЛ

3:10 Зона ночі.
4:50 Абзац.
6:35,7:55 Kids` Time.
6:40 М/с «Том і Джері».
8:00 Х/ф «Дев`ять життів». (12+).
9:50 Х/ф «Стартрек». (16+).
12:10 Х/ф «Стартрек: Відплата».
15:00 Х/ф «Пункт призначення 3».
16:50 Аферисти в мережах. (16+).
21:10 Х/ф «Завжди кажи «так»».
23:10 Х/ф «Знамення». (16+).
1:50 Т/с «Клініка». (16+).

СТБ

6:50 Т/с «Коли ми вдома».
9:10 МастерШеф. (12+).
15:50,18:00 Х/ф «Із 13 в 30».
17:30,22:00 Вікна-Новини.
18:50 Х/ф «Ціпочка».
21:00 Т/с «Кріпосна». (16+).
22:45 Т/с «Майор і магія». (16+).
0:45 Детектор брехні. (16+).

КАНАЛ «УКРАЇНА»

6:30,7:10,8:15 Ранок з Україною.
7:00,8:00,9:00,15:00,19:00,23:00 Сьогодні.
9:30,4:00 Зоряний шлях.
11:30,2:15 Реальна містика.
12:30 Т/с «Черговий лікар 4». (12+).
14:30,15:30 Т/с «Жіночий лікар 3». (16+).
19:50 «Говорить Україна».
21:00 Т/с «Віддай мою мрію», 9 і 10 с. (12+).
23:30,4:45 Агенти справедливості. (16+).
1:45 Телемагазин.

ТК «КИЇВ»

7:00 Київський ранок.
9:00 Телемагазин.
11:00 Ранковий гість.
11:20 М/с «Вруміз».
12:25 Д/с «Аромати Греції».
12:50 Д/с «Суперчуття».
13:30,17:00,19:00,20:30 Новини.
13:40 Обличчя регіону.
14:15 Розсекречена історія.
15:05 РадіоДень «Модуль знань».
15:55,22:05 Сильна доля.
17:10 Двоколісні хроніки.
17:35 Д/с «Дикі тварини».
18:10 Т/с «Еліза». (12+).
19:25,21:20 Тема дня.
19:50 #ВУкраїні.

Вівторок • 20 серпня

UA-ПЕРШИЙ

6:00 М/с «Вруміз».
6:30,7:00,8:00,9:00,9:25,13:00,15:00,18:00,21:00,23:15,2:00,5:15 Новини.
6:35,7:05,8:05,9:05 Доброго ранку, Країно!
9:30,11:10 Т/с «Галерея Вельвет».
10:50,14:15 Телепродаж.
12:35 Д/с «Аромати Південної Африки».
13:10 Країна на смак.
14:30 Д/с «Аромати Перу».
15:15 Своя земля.
15:30 Бюджетники.
15:55,2:25 «Зворотній відлік».
18:25 Тема дня.
19:30,4:20 #ВУкраїні.
19:55 Д/с «Боротьба за виживання».
21:25,23:40,5:40 UA:Спорт.
21:45 Наші гроші. Дайджест.
22:15 Д/с «Африка. Небезпечна реальність». (12+).
0:00 Телепродаж Тюсю.

КАНАЛ «1+1»

6:30,7:10,8:10,9:10 Сніданок з «1+1».
7:00,8:00,9:00,19:30,5:35 «ТСН».
9:30 «Одруження наосліп».
11:00 «Міняю жінку».
13:45 «Сімейні мелодрами».
14:45 Т/с «Величне століття. Роксолана».
17:20 Т/с «Наречена зі Стамбула».
20:15,5:20 «Секретні матеріали».
20:45,21:55 Т/с «Свати».
23:05 Комедія «Усі в захваті від Мері».
1:20 Т/с «Центральна лікарня».

ІНТЕР

5:30,22:00 «Слідство вели...» з Л. Каневським».
7:00,8:00,9:00,17:40 Новини.
7:10,8:10,9:20 «Ранок з Інтером».
9:50 Т/с «Вогнем і мечем».
10:50,12:25 Х/ф «007: Казино Рояль». (16+).
12:00 «Новини».
14:05 Т/с «Вірний засіб». (12+).
15:50,16:45,0:50 «Речдок».
18:00,19:00,1:40 «Стосується кожного».
20:00 «Подоробиці».
21:00 Т/с «Слідчий Горчакова 2».
23:50 Т/с «Гетьман». (16+).
2:25 «Орел і решка. Шопінг».
3:40 «Подоробиці» - «Час».
4:25 «Школа доктора Комаровського. Невідкладна допомога».
5:00 «Top Shop».

ICTV

4:15 Скарб нації.
4:25 Еврика!
4:30 Факти.
4:50 Т/с «Відділ 44». (16+).
5:35,20:20 Громадянська оборона.
6:30 Ранок у великому місті.
8:45 Факти. Ранок.
9:15,19:20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.

10:10 Теорія змови.
11:05,13:20 «На трьох». (16+).
12:45,15:45 Факти. День.
14:00,16:20 Х/ф «Тупий та ще тупіший».
16:40 Х/ф «Тупий та ще тупіший 2».
18:45,21:05 Факти. Вечір.
21:25 Х/ф «Поліцейська академія 2: Перше призначення». (16+).
23:10 Х/ф «Ейс Вентура 2: Поклик природи». (16+).
0:55 Х/ф «Оселя зла 6: Фінальна битва». (16+).

НОВИЙ КАНАЛ

3:20 Служба розшуку дітей.
3:25,2:50 Зона ночі.
4:50 Абзац.
5:45,6:45 Kids` Time.
5:50 М/с «Сімейка Крудс».
6:50 Т/с «Друзі».
8:00,17:00 Хто зверху? (12+).
9:50 Т/с «Секретні матеріали».
12:50 Гастарбайтери.
21:00 Х/ф «Оптом дешевше».
23:00 Х/ф «2:22». (12+).
1:00 Т/с «Клініка». (16+).

СТБ

6:55 Т/с «Коли ми вдома».
8:55 МастерШеф. (12+).
15:05 Ціпочка.
17:30,22:00 Вікна-Новини.
18:05 Х/ф «Відпочинок за обміном».
21:00 Т/с «Кріпосна». (16+).
22:45 Т/с «Майор і магія». (16+).
0:45 Детектор брехні. (16+).
2:00 Слідство ведуть екстрасенси.

КАНАЛ «УКРАЇНА»

6:30,7:10,8:15 Ранок з Україною.
7:00,8:00,9:00,15:00,19:00,23:00 Сьогодні.
9:30,4:00 Зоряний шлях.
11:30,2:25 Реальна містика.
12:30 Т/с «Черговий лікар 4». (12+).
14:30,15:30 Т/с «Жіночий лікар 3».
19:50 «Говорить Україна».
21:00 Т/с «Віддай мою мрію», 11 і 12 с.
23:20 Контролер.
0:00,2:10,4:45 Агенти справедливості. (16+).
1:40 Телемагазин.

ТК «КИЇВ»

7:00 Київський ранок.
9:00 Телемагазин.
11:00 Ранковий гість.
11:20 М/с «Вруміз».
12:25 Д/с «Аромати Греції».
12:50 Д/с «Суперчуття».
13:30,17:00,19:00,20:30 Новини.
13:40,19:25,21:20 Тема дня.
14:15 Розсекречена історія.
15:05 РадіоДень «Модуль знань».
15:55,22:05 Сильна доля.
17:10 Двоколісні хроніки.
17:35 Д/с «Дикі тварини».
18:10 Т/с «Еліза». (12+).
19:50 Спільно.
15:15,21:50 Своя земля.
20:50 Схеми. Корупція в деталях.

Середа • 21 серпня

UA-ПЕРШИЙ

6:00 М/с «Вруміз».
6:30,7:00,8:00,9:00,9:25,13:00,15:00,18:00,21:00,23:15,2:00,5:15 Новини.
6:35,7:05,8:05,9:05 Доброго ранку, Країно!
9:30,11:10 Т/с «Галерея Вельвет».
10:55,14:15 Телепродаж.
12:30 Д/с «Аромати Колумбії».
13:10 Енеїда.
14:30 Д/с «Аромати Перу».
15:15 Країна на смак.
16:15 Д/с «Світ дикої природи».
17:30 Наші гроші.
18:25,2:25 Тема дня.
19:30,4:30 Спільно.
19:55 Д/с «Боротьба за виживання».
21:25,23:40,5:40 UA:Спорт.
21:45 Бюджетники.
22:15 Д/с «Африка. Небезпечна реальність». (12+).
0:00 Телепродаж Тюсю.
3:25 Перша шпальта.
3:55 Схеми. Корупція в деталях.

КАНАЛ «1+1»

6:30,7:10,8:10,9:10 Сніданок з «1+1».
7:00,8:00,9:00,19:30,5:35 «ТСН».
9:30 «Одруження наосліп».
11:00 «Міняю жінку».
13:45 «Сімейні мелодрами».
14:45 Т/с «Величне століття. Роксолана».
17:20 Т/с «Наречена зі Стамбула».
20:15 «Секретні матеріали».
20:45,21:50 Т/с «Свати».
22:50 Комедія «Любов зла».
1:00 Т/с «Центральна лікарня».

ІНТЕР

5:30,22:00 «Слідство вели...» з Л. Каневським».
7:00,8:00,9:00,17:40 Новини.
7:10,8:10,9:20 «Ранок з Інтером».
9:50 Т/с «Вогнем і мечем».
10:50,12:25 Х/ф «007: Кулевидна блискавка».
12:00 «Новини».
14:00 Т/с «Вірний засіб». (12+).
15:50,16:45,0:50 «Речдок».
18:00,19:00,1:40 «Стосується кожного».
20:00 «Подоробиці».
21:00 Т/с «Слідчий Горчакова 2».
23:50 Т/с «Гетьман». (16+).
2:25 «Орел і решка. Шопінг».

ICTV

4:05 Скарб нації.
4:15 Еврика!
4:20 Служба розшуку дітей.
4:25 Студія Вашингтон.
4:30 Факти.
4:50 Т/с «Відділ 44». (16+).
5:35,10:10 Громадянська оборона.
6:30 Ранок у великому місті.
8:45 Факти. Ранок.
9:15,19:20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
11:05 «На трьох». (16+).
12:20,13:20 Х/ф «Ейс Вентура

молодший». (16+).
12:45,15:45 Факти. День.
14:45,16:20 Х/ф «Ейс Вентура. Детектив з розшуку тварин». (16+).
15:55 Х/ф «Ейс Вентура 2: Поклик природи». (16+).
18:45,21:05 Факти. Вечір.
20:20 Секретний фронт.
21:25 Х/ф «Поліцейська академія 3: Знову на навчання». (16+).
23:00 Х/ф «Тупий та ще тупіший».
1:15 Х/ф «Оселя зла 5: Відплата».
2:50 Стоп-10.

НОВИЙ КАНАЛ

3:00,2:30 Зона ночі.
3:40 Абзац.
5:25,6:45 Kids` Time.
5:30 М/с «Сімейка Крудс».
6:50 Т/с «Друзі».
8:10,17:00 Хто зверху? (12+).
10:00 Т/с «Секретні матеріали».
13:00 Гастарбайтери.
21:00 Х/ф «Оптом дешевше 2».
23:00 Х/ф «Пункт призначення 4».
0:40 Т/с «Клініка». (16+).
2:25 Служба розшуку дітей.

СТБ

6:50 Т/с «Коли ми вдома».
8:40 МастерШеф. (12+).
15:10,18:00 Х/ф «Відпочинок за обміном».
17:30,22:00 Вікна-Новини.
18:45 Х/ф «Розлучення по-американськи».
21:00 Т/с «Кріпосна». (16+).
22:45 Т/с «Майор і магія». (16+).
0:45 Детектор брехні. (16+).
1:55 Слідство ведуть екстрасенси.

КАНАЛ «УКРАЇНА»

6:30,7:10,8:15 Ранок з Україною.
7:00,8:00,9:00,15:00,19:00,23:00 Сьогодні.
9:30,4:00 Зоряний шлях.
11:30,2:25 Реальна містика.
12:30 Т/с «Черговий лікар 4». (12+).
14:30,15:30 Т/с «Жіночий лікар 3».
19:50 «Говорить Україна».
21:00 Т/с «Віддай мою мрію», 13 і 14 с.
23:20 Гучна справа.
0:00,2:10,4:45 Агенти справедливості. (16+).
1:40 Телемагазин.

ТК «КИЇВ»

7:00 Київський ранок.
9:00 Телемагазин.
11:00 Ранковий гість.
11:20 М/с «Вруміз».
12:25 Д/с «Аромати Греції».
12:50 Д/с «Суперчуття».
13:30,17:00,19:00,20:30 Новини.
13:40 «Зворотній відлік».
15:55,22:05 Сильна доля.
17:10 Двоколісні хроніки.
17:35 Д/с «Дикі тварини».
18:10 Т/с «Еліза». (12+).
19:25,21:20 Тема дня.
19:50 #ВУкраїні.
20:15 StopFakeNews.
20:50 Спільно.

АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА 19-25 СЕРПНЯ 2019 РОКУ



ОВЕН (21.03-20.04).

На цьому тижні розумно не звальювати весь тягар турбот на себе. Понеділок може виявитися складним днем. Успіх в діловій сфері залежатиме від уміння домовитися і використовувати зв`язки і знайомства. У середу не варто довіряти першим зустрічним, навіть якщо вони обіцяють золоті гори. У п`ятницю у вас з`явиться впевненість у власних силах.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05)

Головне завдання на цьому тижні - знайти взаєморозуміння з оточуючими. Перебуваючи в стані конфлікту, ви навряд чи зможете зробити хоч щось корисне для себе. Тиждень буде багатий на події, дозволить запастися цікавими враженнями, особливо якщо ви перебуваєте у відпустці. Нові справи на роботі краще починати в середу, тоді вас буде супроводжувати удача.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06)

Саме зараз ви можете досягти важливої мети, яку поставили в житті, і виконати свої найзаповітніші мрії. У вас будуть всі можливості для цього, вам навіть не доведеться прикладати особливих зусиль. Ви відчуєте, що сам всесвіт вам допомагає і направляє. На любовному фронті зірки обіцяють важливі і приємні події. Насолоджуйтесь сильними, взаємними почуттями.



РАК (22.06-22.07)

Не варто витрачати багато часу на будівництво повітряних замків. Подбайте про земне, тим більше, що вас чекає кар`єрний ріст. Саме зараз ви здатні перевернути гори, показати себе в усій красі. Зростає ваш авторитет і вплив на оточуючих. У другій половині тижня вам можуть доручити складну і відповідальну роботу, втім, ви з нею впораєтесь.



ЛЕВ (23.07-23.08)

Бажано реалістично оцінити свої сили. Понеділок буде вдалий для початку подорожей і поїздки на курорт. У середу своєчасна допомога друзів дозволить вам легко впоратися з проблемами. П`ятниця принесе вам не дуже приємну звістку, однак в результаті всі зміни виявляться у краще. У неділю неформальна зустріч відкриє перед вами нові перспективи.



ДІВА (24.08-23.09)

Ініціатива на цьому тижні каратися не повинна, навіть якщо ваші ідеї не будуть прийняті, ваше завзяття буде схвалено. Усе стане на свої місця, хоча й не так швидко, як ви очікуєте. Спроба форсувати події успіху не матиме, запасіться терпінням. В середу вкрай важливо стежити за своєю мовою, необережне слово загрожує стати причиною розбрату.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10)

Вам необхідний свіжий погляд на події, що відбуваються. Намагайтеся використовувати будь-яку можливість для відпочинку, відновлюйте свій енергетичний потенціал. Якщо ви ще не були у відпустці, добре б намітити її на найближчий час. І спробуйте менше говорити і більше слухати, і навіть беручи участь у суперечках, зберігайте нейтральну позицію.



СКОРПІОН (24.10-22.11)

На цьому тижні ви з легкістю вирішите будь-які проблеми і заливите час для того, що приносить вам задоволення. Настає гарний час для підвищення вашого інтелектуального рівня. У другій половині тижня ви будете налагоджувати контакти, викликати прихильність до себе потрібних і цікавих людей. У четвер вам необхідно буде прийняти серйозне рішення.



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12)

Спробуйте себе в чомусь новому, незнайомому для васх. Вам необхідно ще відшліфувати свій професіоналізм, на лаврах спочивати рано. Справи, за які ви візьметесь, необхідно доводити до кінця, не шукайте відмовки, щоб все відкласти. В середині тижня можлива конфліктна ситуація, якої можна легко уникнути, якщо проявите елементарну стриманість.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01)

На роботі ведіть справи грамотно, продумуйте кожну дрібницю, і тоді все вдасться. У вівторок краще не потрапляти на очі начальству, щоб уникнути конфліктної ситуації. Четвер - прекрасний день для прояву ваших талантів і реалізації сміливих ідей. Багато подій другої половини тижня будуть відбуватися навколо сімейного вогнища. Налагодяться стосунки з дітьми.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02)

На цьому тижні у вас з`явиться можливість розв`язати деякі проблеми. У вівторок бажано проявляти обережність як у словах, так і вчинках. Зберігайте нейтралітет, навіть якщо навколо вас киплять суперечки і пристрасті. Наприкінці тижня у вас з`явиться шанс вдало змінити роботу. У вихідні добре відпочиньте за містом.



РИБИ (20.02-20.03)

Сприятливий тиждень для кардинальних змін. Почати можна зі свого іміджу, продовжити - стилем спілкування і роботою. Вівторок - вдалий день для початку подорожей. У четвер на роботі можливий невеликий конфлікт, але він швидко вирішиться. Вихідні дні - гарний час для спілкування з ріднею і дітьми, вам вдасться обійтися без суперечок.

ПАНОРАМА ЖИТТЯ

У єдності – сила громади

Закінчення. Початок на стор.1

Вітаючи мешканців села, Бучанський міський голова **Анатолій Федорук** побажав розвитку, благополуччя громаді й кожній родині!

– Нехай кожен день, прожитий у Бучанській територіальній громаді дає впевненість в тому, що вибір, який ви зробили, правильний, якісний і сприяє тому, щоб громада процвітала, – підкреслив **Анатолій Федорук**.

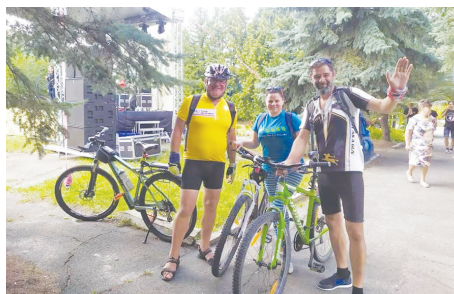
Село з давніми традиціями, а тому цього дня їх примножували і трішки «модернізували». Проте неможливо його уявити, аби не запросили тих, хто днями став щасливими батьками, хто прожив у парі 60 років, хто святкує особистий ювілей разом із мешканцями свого села...

В. о. старости Луб'янки **Анатолій Новиченко** висловив віру, що у складі Бучанської ОТГ село стане успішним прикладом для інших населених пунктів.

У своїх вітальних словах лідери сіл і селищ побажали, аби ця мрія невдовзі стала реальністю.

Урочисті миті пройшли під бурхливі оплески: щасливі мешканці, вітання, нагородження, гості...

ВЕЛІКани й бучанський велонароде першими почали свято: на честь Дня Луб'янки влаштували легенькі «покатеньки» по об'єднаній громаді, тож першими змогли покуштувати смаколики, які приготували луб'янські кулінари.



Яскраві атракціони захопили малечу своїми веселими розвагами. Для більш старших програма була різноплановою, насиченою і цікавою. Майстер-класи для бажаючих спробувати себе у незвичному ремеслі.



СВЯТО



Ярмарок смачних страв: сільські майстрині продавали власні вироби, господині пригощали варениками і салом, а королевою на столі була солодка кукурудза допоки не приготували у двох казанах куліш і рибну юшку.



Свій талант дарували аматорські колективи та професійні виконавці. Чуйні та веселі, народні та сучасні пісні звучали зі сцени для святкової аудиторії.

Наймиліші виступи – дітвори із місцевого садочку. Малеча у яскравих костюмах сміливо продемонструвала свої таланти!

Відомі гурти, вечірня дискотека... Свято продовжувалося, навіть коли на небі з'явилися зорі. Усі аплодували самотнім виконавцям, які запалювали музичний вечір над селом.



ВИСТАВКА

«Луб'янка, моя Полісянко»



До цього заходу почали готуватися майже за місяць. Фотографи, художники, майстри з вишивки, поети та письменники інші талановиті жителі готували роботи, діставали грамоти, листи, збірки... та принесли їх до сільської ради.

Удень свята цікаво оформлена експозиція радувала око та розповідала про село, його традиції та історію.



Зазвичай, аби скористатися такими послугами, мешканці нашої громади прямували до Києва. Але навіщо витрачати свій час? Адже зробити професійну фотосесію можна й у Бучі – у центрі міста облаштована єдина у нашому регіоні студія, яка має сім фотозон, оснащених освітлювальним обладнанням та різноманітними аксесуарами.

Журналісти «БН» поспілкувалися із засновницею фотостудії PhotoCourt Мариною.

– Чому вирішили відкрити саме фотостудію?

– У Бучі на той час, та і зараз, немає фотостудій. Виникло бажання запропонувати жителям міста цікавий вид відпочинку, який за відчуттями, як маленьке свято.

Зйомка у фотостудії – це не лише яскраві та якісні фотографії на пам'ять, але й чудові спогади, можливість гарно провести час із сім'єю чи друзями. Крім того, залишається пам'ять на все життя у вигляді гарних спогадів та красивих знімків.

– А пропонуєте ще якісь послуги?

– Інший цікавий напрям роботи студії – це послуги для фотографів. Можна сказати, що вже склалася певна фототусовка, коли є можливість майстрам знімків зустрітися, поспілкуватися, обмінятися досвідом. Періодично відбуваються май-

Фотостудія – і мистецтво, і розвага

Зробити фотосесію у професіонала в справжній студії, облаштованій різними тематичними зонами, – це не просто мода, це приємні спогади, закарбовані у високоякісних знімках. Їх можна розмістити у кімнаті, й щодня вони радуватимуть вас. Крім того, це цікаво проведений час, коли можна доторкнутися до високого мистецтва – не завжди випадає можливість по-бути фотомоделлю.



стер-класи, на яких запрошуємо професіоналів для невеликої лекції, а потім є можливість відразу попрактикуватися. Інший варіант – це workshop, коли є певна тема (наприклад, у нас відбувся workshop в стилі pin-up), і фотографи мають можливість зробити цікаві, оригінальні та якісні фото для свого портфолію.

Плануємо з 1 вересня відкрити фотосколу для всіх охочих. Обов'язковою умовою для участі є наявність власної техніки та бажання вчитися нового.

– На перший погляд, всі звикли фотографуватися на мобільний тут і зараз. І байдуже, яка якість цих знімків. Чи маєте клієнтів, які взяли участь у фотосесії в студії та повернулися знову?

– Фотосесія – це маленьке свято у вашому житті. Маєте можливість відчувати себе моделлю, спробувати себе в різних образах – романтичний, ретро, офіційний, елегантний, жіночний та інші. Для послуг клієнтів великий вибір суконь напрокат. Всі локації ми створюємо самостійно, продумуємо дизайн, та змінюємо їх двічі на рік.

Є в нас постійні клієнти, які звертаються до професійного майстра, щоб зберегти на фото основні моменти свого життя: випускний, love story з коханим,



вагітність, сімейні зйомки з маленькими дітьми. Популярними є тематичні фотосесії: новорічна, до Дня закоханих тощо.

– У чому ж переваги проводити зйомку саме в студії?

– Якщо ви обираєте фотосесію в студії, можете бути впевнені, що за будь-якої погоди вона відбудеться. Також це можливість підправити макіяж біля дзеркала з хорошим освітленням, перевдягнутися в інший образ тощо.

Секрет успіху, крім іншого, це гарна команда. Запорукою гарного образу є візаж. Наш майстер настільки вдало може зробити макіяж і зачіску, що всі, хто спробував, залишались задоволені.

До речі. Для гарного знімку немає вікових обмежень. Серед наших клієнтів як малюки, які досліджують повзком наші локації (саме тому чистоті приміщень ми приділяємо велику увагу), так і жінки у віці 75 років, які також оцінили переваги якісних студійних фотографій.

Цікаво, що пані швидше включаються в процес фотозйомки, тоді як у чоловіків бажання позувати розгорається ближче до завершення процесу.

Наше основне натхнення – це задоволені й щасливі клієнти.

Спілкувалася Надія КИРИЛЮК



ОЗДОРОВЛЕННЯ

Гарні спогади – корисні канікули

Закінчився відпочинок у райському куточку – Арабатській стрілці (село Стрілкове): сорок обдарованих спортсменів та дітей з багатодітних сімей були оздоровлені завдяки міській комплексній програмі підтримки сім'ї та забезпечення прав дітей.

Уже четвертий рік вихованці школи мають можливість відпочити і набратися сил.



Веселі морські пригоди

Відпочинок бучанців у «Веселці» цього року закінчилися: 79 дітей із громади вже повертаються додому.

Закриття зміни – це завжди сльози радості, дружні обійми і прощання до наступних канікул.



НАША ГОРДІСТЬ

Наші співочі зірочки у фіналі «Червоної рути»

Ірина Авдіюк і Кирило Свита вкотре довели, що вони мегаталановиті й безмежно працьовиті.

Бучанці отримали запрошення XVI Всеукраїнського фестивалю сучасної пісні та популярної музики, адже потрапили до фіналу, який відбудеться 17-22 вересня 2019 року.

Тепер разом вболіватимемо за двох зірочок сцени.



Про намір встановлення меж земельних ділянок
30 серпня 2019 року об 11:00 до 13.00 власники земельних ділянок Тишковец Василь Федорович, Литвиненко Надія Федорівна, Ломова Лариса Юріївна мають намір погодити межі земельних ділянок, які знаходяться за адресою: Київська область, Бородянський район, село Блισταвиця, вулиця Нова, будинок, 6 і Нова, 5. Просимо з’явитися усіх суміжних користувачів для погодження меж земельних ділянок.

30 серпня 2019 року об 11:00 відбудеться встановлення та погодження меж земельної ділянки в натурі (на місцевості) та закріплення межових знаків земельної ділянки за проектом землеустрою щодо відведення земельної ділянки за адресою м. Буча, на розі вул. Пушкінській та вул. Революції (поруч із земельною ділянкою кадастровий номер 3210945300:01:081:0028).
Просимо власників та землекористувачів суміжних ділянок з’явитись для погодження меж та встановлення межових знаків.

До уваги суміжних власників земельної ділянки в с.Блισταвиця по вул. Єдності,29.
27 серпня 2019 року з 14.30 до 16.00, землевпорядною організацією будуть проводитись роботи із закріплення межових знаків меж земельної ділянки в натурі (на місцевості) за адресою: с.Блισταвиця, вул. Єдності,29.

РОБОТА ДЛЯ ЖІНОК

Запрошуємо жінок віком від 19 до 38 років взяти участь у програмах:

СУРОГАТНЕ МАТЕРИНСТВО	винагорода до 620 000 грн
ДОНОРСТВО ЯЙЦЕКЛІТИН	винагорода до 25 000 грн

КОНФІДЕНЦІЙНІСТЬ ГАРАНТУЄМО!

МИ КОМПЕНСУЄМО ВСІ ЗАТРАТИ, ПОВ’ЯЗАНІ З УЧАСТЮ У ПРОГРАМІ

+38 (068) 876 44 74
+38 (093) 036 72 26

+38 (050) 024 14 22

Втрачений військовий квиток НК № 6244498, виданий Лубенським міським військовим комісаріатом від 25.11.1996 р. на ім’я Білоус Ігор Олександрович, вважати недійсним.

Втрачене посвідчення учасника бойових дій № 029744, видане 07 лютого 2019 р. на ім’я Сукач Ігор Васильович, вважати недійсним.



Нейробіологи перекодували мовні сигнали мозку в текст

Лікарі-вчені перетворили мозкові сигнали в текстові пропозиції. Мета цього дослідницького проекту – надати допомогу в спілкуванні пацієнтам із серйозними порушеннями.

Вперше в історії вчені продемонстрували, як намір сказати конкретні слова можна витягти з мозкової активності і перетворити на текст настільки швидко, щоб людина могла підтримувати природну розмову.

У своєму нинішньому вигляді нове програмне забезпечення працює тільки для певних пропозицій, на яких воно було навчено. Однак вчені кажуть, що це лише перша сходинка до створення більш потужної системи, яка зможе в реальному часі декодувати слова, які людина тільки має намір сказати.

Лікарі-нейробіологи з Каліфорнійського університету в Сан-Франциско хочуть створити продукт, який дозволить паралізованим людям спілкуватися більш жваво, ніж з використанням існуючих пристроїв, які вловлюють рухи очей і скорочення м'язів для управління віртуальною клавіатурою.

«На сьогоднішній день не існує мовної протезної системи, яка дозволяла б користувачам реагувати в найкоротші терміни природної людської розмови»,

– сказав Едвард Чанг, нейрохірург і провідний автор дослідження, опублікованого в журналі Nature.

ХІД ДОСЛІДЖЕННЯ

Дослідження, профінансоване компанією Facebook, стало можливим завдяки трьом пацієнтам з епілепсією, які мали пройти нейрохірургічне лікування. До проведення операцій всім трьом безпосередньо в мозок терміном на тиждень встановили крихітні електроди, які відображали походження судом пацієнтів.

Під час перебування в лікарні пацієнти, кожен з яких міг нормально говорити, погодилися взяти участь в дослідженні Чанга. Він використовував електроди для фіксації активності мозку, в той час як кожному пацієнту задали по дев'ять питань і запропонували прочитати список з 24 можливих відповідей.

Отримавши записи з електродів, Чанг і його команда створили комп'ютерні моделі, які навчилися зіставляти кон-



кретні моделі мозкової діяльності з питаннями, які чули пацієнти, і відповідями, які вони давали. Після навчання програмне забезпечення змогло за сигналами мозку майже миттєво ідентифікувати, яке запитання чув пацієнт і яку відповідь він дав, з точністю 76% і 61% відповідно.

Незважаючи на рудиментарність, система дозволяла пацієнтам відповідати на запитання про музику, яка їм подобалася; про їх самопочуття; про температуру й освітлені в їхній кімнаті; і про те, коли вони хотіли б знову побачити медсестру.

ЯК БУДЕ РОЗВИВАТИСЯ ТЕХНОЛОГІЯ

Щоб пристрій міг перетворювати сигнали мозку в більш різноманітну мову, потрібні будуть алгоритми, навчені на величезному обсязі записів розмов і відповідних їм даних про мозкові сигнали, які можуть варіюватися від пацієнта до пацієнта.

Інша мета – навчити програму читати «уявну мову», тобто пропозиції, виголошені в розумі. На даний момент система виявляє сигнали мозку, які надсилаються для руху губами, мовою, щелепою і гортанню – іншими словами, апаратом мови. Але для пацієнтів з травмами або нейродегенеративними захворюваннями цих сигналів може бути недостатньо.

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Правильне користування смартфоном може вберегти життя

У цьому матеріалі ми познайомимо вас з маловідомими функціями «розумного» мобільного телефону, які варто знати.



Більшість українців вже давно не виходять з дому без мобільного. Цей гаджет перш за все призначений для спілкування та розваг. Але з допомогою смартфона можна також впоратися з багатьма критичними ситуаціями. І навіть врятувати життя.

Таких випадків описано чимало. Наприклад, один 22-річний американець під час гострого нападу астми зумів викликати «швидку», але вже не зміг повідомити свою адресу. Його місцезнаходження рятувальники визначили за допомогою базових станцій мобільного зв'язку з точністю до 50 метрів. І допомога прийшла вчасно.

У Лондоні в 2017 році відбувся інший випадок зі щасливим закінченням. Маленький чотирирічний хлопчик помітив, що його мамі потрібна допомога – вона лежала на підлозі їхнього будинку, не рухаючись. Він взяв її iPhone, розблокував за допомогою відбитка

матері, і попросив голосовий помічник Siri викликати допомогу.

Втім, нерідко люди виявляються не готовими до неприємностей. І нічого не знають про корисні функції, які розробники програмного забезпечення вбудовують в сучасні смартфони за замовчуванням. Видання Cnet підготувало перелік рекомендацій, що потрібно робити, щоб смартфон не підвів у критичній ситуації.

ТРИМАЙТЕ ПІД РУКОЮ ЗОВНІШНІЙ АКУМУЛЯТОР

Якщо ви збираєтеся в похід місцевістю, де немає зовнішніх джерел електроживлення, то варто взяти із собою не один «павербанк». Залежно від ємності батареї мобільного телефону потрібно мати достатній запас, щоб повністю зарядити її три-чотири рази.

На ринку існує безліч моделей, які поміщаються не тільки в рюкзак, а й у

кишеню. Разом з цим потрібно уважно стежити за зарядом смартфона і вчасно його підживлювати.

Служби екстреної допомоги можуть використовувати для визначення місця розташування потерпілого прилегли базові станції. Відповідно, треба тримати мобільний телефон увімкненим. Адже в іншому випадку смартфон не буде посылати сигнали в мережу.

ПОДІЛИТЬСЯ СВОЇМ МІСЦЕМ РОЗТАШУВАННЯ З ДРУЗЬМИ

У разі, якщо є ймовірність загубитися в маловідомій місцевості або стан здоров'я може різко погіршитися, то краще зробити так, щоб хтось знав про ваше місце перебування.

Власники iPhone можуть використовувати Find My Friends. У налаштуваннях програми необхідно вибрати оповіщення найближчих родичів або друзів про своє місцезнаходження. Зверніть увагу, що час від часу потрібно оновлювати доступ.

В Google Maps є опція спільного розташування Trusted Contacts. Вона дозволяє ділитися не тільки місцем розташування, але і даними про заряд смартфона. Зі сторонніх розробок схожий функціонал має додаток Glympse.

НАЛАШТУЙТЕ ЕКСТРЕНІ КОНТАКТИ І МЕДИЧНУ ІНФОРМАЦІЮ

Всі телефони оснащені функцією екстреного виклику і можуть містити медичні дані.

На iPhone для цього потрібно відкрити вкладку Health і ввести всю необхідну інформацію. У тому числі і дані того, з ким потрібно зв'язатися в разі потреби. А також вибрати в налаштуваннях «Показувати, коли заблоковано». Тоді на заблокованому екрані з'явиться кнопка Medical ID.

Для телефонів Android кнопка «Екстрений виклик» може бути розташована внизу заблокованого дисплея. Цей сервіс дає можливість вказати номери телефонів своїх найближчих родичів або друзів, а також ім'я, прізвище, адресу, групу крові та інші медичні дані.

Підготуватися до всіх несподіванок неможливо. Але заряджений смартфон і «павербанк», а також знання, як діяти в умовах форсмажорів, значно збільшують ваші шанси вижити.

СТИХІЙНІ ЛИХА

Урагани та шквальні вітри можуть завдати значної шкоди, в тому числі й інфраструктурі. Наприклад, вивести з ладу лінії електропередач і вежі мобільного зв'язку. У таких випадках краще діяти наступним чином:

– Шліть SMS, а не дзвонить. Для проходження голосового дзвінка потрібно значно більше ресурсів, ніж для відправлення текстового повідомлення. При пошкодженнях електромережі це набуває особливого значення.

– Встановлюйте додатки, які допомагають відслідковувати погоду, попереджають про надзвичайні ситуації або повідомляють про місцезнаходження найближчих родичів або друзів. Щоб в темний час доби повідомити про себе місцевим рятувальникам, доцільно встановити додаток з «ліхтариком» (наприклад, Flashlight), який вміє посылати світловий сигнал SOS.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ЗАБЛУКАЛИ ДАЛЕКО ВІД ЛЮДЕЙ

Функцією GPS можна скористатися навіть в «режимі польоту». Але все ж, готуючись до походу, краще завантажити карти, що працюють в режимі офлайн.

Не завадить також список отруйних рослин з Wikipedia – також завантажений прямо на телефон, щоб його можна було переглянути без підключення до мобільної мережі.

На Android-смартфонах за допомогою Google Lens теж можна визначити отруйні рослини. При цьому не варто дуже вже покладатися на об'єктив смартфона, особливо під час збору грибів і ягід. Варто мати на увазі, що в режимі включеного об'єктива телефон буде розряджатися швидше.

Збираючись в якусь конкретну місцевість, можна пошукати додатки, присвячені саме цьому регіону.

Там, де відсутній мобільний зв'язок, краще перемикає телефон в авіарежим. Тоді він не буде витрачати дорогий заряд на пошук прилеглих базових станцій.

Вчені: мутації генів – поява уяви – сучасна мова – Homo sapiens

Американські науковці, спираючись на нові дослідження, висунули теорію виникнення уяви як основи сучасної мови і людської цивілізації. За їх припущенням, уява з’явилася близько 70 тис. років тому в результаті рідкісної мутації генів, що відповідають за розвиток мозку. Передбачається, що кілька дітей з цією мутацією генів «винайшли» під час спілкування деякі елементи сучасної мови і закріпили отриманий навик, передавши цю інформацію нащадкам.

Особливим створінням на Землі – людиною розумною – нас робить саме членороздільне мовлення.

Лікар, нейронауковець із Бостонського університету Андрій Вишедський припускає, що розвитку мови з логікою (рекурсивна) – унікальної можливості людського розуму, сприяло виникнення уяви, пише про нові дослідження Neuro science News.

Вчений стверджує, що в усіх сучасних мовах зміст повідомлення передається не тільки за допомогою синтаксису і граматики, а також за допомогою здібності людини протиставляти об’єкти і явища у своїй уяві – так званого префронтального синтезу.

Саме префронтальний синтез формує закінчені образи в нашому розумі, що дозволяє правильно розуміти прості речення, в яких однакові слова даються в різному порядку («ми не раби» і «раби не ми») і складні описові конструкції («змія на скелі ліворуч від високого дерева за тим пагорбом»). Таку гнучкість словесних конструкцій лінгвісти називають рекурсією, а всі сучасні людські мови – рекурсивними. Лікар Вишедський і його колеги досліджували розвиток уяви в сучасних дітей.

Вчені припускають, що для виникнення рекурсивного мовлення мав пройти критичний період засвоєння мови, а це стало можливим завдяки генетичній мутації, яка сповільнила розвиток префронтальної кори головного мозку.

Науковці зазначають, що мутація трапилась у двох або більшій кількості



дітей 70 000 років тому. Вони мали довго розмовляти між собою.

Нова теорія отримала назву «Ромул та Рем», на честь легенди про братів-засновників Риму, яких виховала вовчиця.

Багато археологічних знахідок переконали палеоантропологів, що мовленнєвий апарат був схожий на апарат сучасних людей вже 600 000 років тому, коли люди (Homo sapiens) ще не відокремились від неандертальців.

Отож вже тоді люди теоретично могли успішно спілкуватися між собою.

Але з іншого боку, плоди людської уяви, такі як малюнок, ритуали поховання, костяні голки з вушком для нитки та будівельні конструкції з’явилися не раніше, ніж 70 000 років тому.

Проміжок у пів мільйона років між появою комунікації та народженням уяви – це те, що давно збивало дослідників з пантелику.

Вишедський вважає, що мутація генів, яка відповідає за розвиток мозку, привела до остаточного оформлення Homo sapiens в окремий вид і поклатла початок цивілізації на землі.

СЕКРЕТ ПРИГОТУВАННЯ ІДЕАЛЬНИХ МЛИНЦІВ

Новозеландські вчені-фізики знайшли метод приготування ідеально рівних і круглих млинців. Для розв’язання поставленої задачі фахівці застосували рівняння з розрахунком руху тіста по сковороді.

Кожна господиня під час випікання млинців намагається знайти власний метод приготування тіста і розподілу його на сковороді, щоб добитися найбільш задовільного результату. Ця задача непроста, оскільки температура поверхні кухонного начиння і в’язкість заготовки для млинців не дозволяють домогтися рівної товщини страви.

Вчені трансформували завдання випікання в оптимальне управління, склавши рівняння з урахуванням температури сковороди, відстані до її стінок, положення тіста, в’язкості, сили тяжіння і ще деяких факторів. Далі фізики визначали оптимальні рухи, щоб тісто ідеально розподілилося по поверхні, не залишаючи незаповнених країв.

У результаті метод приготування млинців виглядає так: тісто наливають по центру сковороди, потім слід нахилити її на 10 градусів і зачекати поки маса досягне стінки. Далі посуд повертається, що дозволяє тісту рівномірно заповнити всю поверхню. Не припиняючи рух по колу, сковорода повертається в початкове положення. У підсумку повинен вийти ідеально рівний за товщиною млинець, який має круглу форму.



Хеві-метал гарно впливає на здоров'я фанів

Шанувальники цього «важкого» жанру щасливіші. Про це йдеться у публікації на Neuro science News.



Попри негативну репутацію та часто насильницький ліричний зміст у деяких композиціях цього музичного напрямку, нещодавно опубліковані дослідження показали: фанати не стають чутливими до насильства, а це ставить під сумнів раніше передбачувані негативні наслідки тривалого прослуховування такої музики.

Виявилося, що хеві-метал не тільки не шкодить своїм шанувальникам, але і приносить їм користь.

ЗДОРОВ’Я

Насіння – корисно чи небезпечно?

Мабуть, кожен любить насіння. Його можна не вживати місяцями, але, щойно Вас пригостили, відірватися від цієї смакоти неможливо, поки не перелускаєте всі зернятка. Одні кажуть, що насіння корисне, інші розповідають страхи про запалення апендициту тощо. Тож як насіння впливає на наше здоров'я?

ЗМІЦНЕННЯ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ

Якщо щодня вживати 50 грамів насіння, людина отримує добову дозу вітаміну Е. Це сильний антиоксидант, який допомагає захиститися від атеросклерозу і зберігає здоров'я серця. Також в насінні є багато магнію, що теж позитивно впливає на роботу серцево-судинної системи. І нарешті, насіння є джерелом моно- і поліненасичених жирів, що також рятє серце.

НОРМАЛІЗАЦІЯ КИСЛОТНО-ЛУЖНОГО БАЛАНСУ

Завдяки насінню можна поліпшити роботу шлунка. Адже воно нормалізує кислотно-лужний баланс слизових оболонок цього органу і є чудовим засобом від печії.

ЗБЕРЕЖЕННЯ МОЛОДОСТІ І КРАСИ

Знову-таки в цьому питанні дуже корисний вітамін Е, а також А, D і групи В, безліч ненасичених жирних кислот. Завдяки цьому складу насіння уповільнює процес старіння, чудово впливає на зір, стан шкіри, волосся і нігтів.

ПІДТРИМКА ОРГАНІЗМУ В ТОНУСІ

Навіть незначні дози насіння можуть вплинути на тонус організму. Вони нормалізують жировий обмін, дозволяють зберігати в порядку нервову та ендокринну системи. До речі, процес споживання насіння дуже часто порівнюють з медитацією. Це допомагає заспокоїтися, відволіктися від проблем і труднощів, позбутися безсоння і заглушити тягу до сигарет і солодкого.



НАБІР ВАГИ

Але не потрібно думати, що насіння має лише плюси. Є й негативні наслідки для здоров'я. Наприклад, насіння дуже калорійне – в ньому міститься близько 600 калорій на 100 грамів. Це, звичайно, подарує необхідну організму енергію, але може негативно позначитися на фігурі.

НАЯВНІСТЬ КАДМІУ

У насінні може міститися кадмій, який потрапляє в продукт з ґрунту, повітря і води. Важкий метал накопичується в організмі і призводить до різних патологій, зокрема впливає на нирки. Якщо регулярно їсти насіння, вже через пару років здоров'я може погіршитися.

АПЕНДИЦИТ

Так, запалення апендикса у разі вживання насіння можливе. Це може статися в тому випадку, якщо їсти його разом з шкіркою у великій кількості. Лушпиння здатне засмічувати шлунок і кишечник, в результаті чого може виникнути запалення апендициту.

РУЙНУВАННЯ ЗУБІВ

Зуби – ось що страждає при споживанні насіння. Руйнування емалі, утворення тріщин, карієс – ці проблеми зі здоров'ям цілком реальні. Тому не варто занадто захоплюватися, якщо хочете мати гарну посмішку.

ЗАЛЕЖНІСТЬ

Медики запевняють, що як такої залежності від насіння, на зразок нікотинової або алкогольної, не існує. Однак достеменно відомо про психологічну залежність. Швидше, це розвиток звички, яка може згубно позначитися на здоров'ї.

Іншими словами, насіння можуть бути корисне для здоров'я, але важливо дивитися і на якість, і на кількість. Не варто споживати в день більше 150 грамів насіння, причому краще не їсти його щодня – не більш як двічі на тиждень.

Вітаємо з Днем народження!

ДЯДИК НАТАЛІЮ ОЛЕКСАНДРІВНУ,
директора Дошкільного навчального закладу
(ясла-садок) комбінованого типу № 4 «Пролісок»
БМР Київської області

ЯКУБЕНКА ВІТАЛІЯ АНАТОЛІЙОВИЧА,
депутата БМР

ВОЗНЮК ВІТУ ВІТАЛІЙВНУ,
адміністратора ЦНАП БМР

КОЧІГІД ВІКТОРІЮ МИКОЛАЇВНУ,
начальника ділянки благоустрою КП «Бучазеленбуд»

ТЕРЕМЧУК МАРІЮ ОРЕСТІВНУ,
юриста-кадровика КП «Бучазеленбуд»



ВІТАЄМО З 90-РІЧНИМ ЮВІЛЕЄМ Боярчука Миколу Акимовича!

Бажаємо міцного здоров'я, щастя,
радості, наснаги, тепла і затишку
в родинному колі, благополуччя,
миру та довгих років життя.

Сім'я Ляшенків



**ПРИЙДИ
ТА ПІДТРИМАЙ КОМАНДУ!**

ФУТБОЛ

**ОБОЛОНЬ
БРОВАР-2
(Буча)**

ФК «КАЛУШ»

Стадіон «Ювілейний» вул. Нове шосе, 10

дата: 16 серпня час: 17.00

ВХІД ВІЛЬНИЙ

**FAVORIT
SPORT**

**ДРУГА ЛІГА
УКРАЇНИ**

obolonbrovar fc_obolon_brovar fcbrovar.obolon.ua

МІДИНГ ОБОЛОНСЬКА ПРОЗОР КОМІНКО ЗЕРКАНІСЬКА 77 ЛІВІНІН КВАС SMART СОДА ЖАС

ДЕРЕВООБРОБНОМУ ПІДПРИЄМСТВУ НА ПОСТІЙНУ РОБОТУ ПОТРІБНІ:

Працівник в цех (учень), з/п від 8000 грн

Шпонувальник (пошив сорочок, бажано дівчина), з/п від 10000 грн

Шпонувальник на прес (шпонування плит на гарячих пресах), з/п від 10000 грн

Кромковщик (верстат Brandt, криволінійноручний верстат), з/п від 10000 грн

Столяр-мебляр (столярно-фрезерні роботи, присадки під меблеву фурнітуру), з/п від 15000 грн



Вік від 20 до 50, умови оплати після випробувального терміну – ставка +% від виробітку + премії

Спецодяг надає підприємство

Іногороднім надається житло з усіма зручностями

Робочий графік, Пн-Чт, з 08.00 до 17.00, Пт, з 08.00 до 16.00;

Сб, Нд – вихідний. Державні свята – вихідні.

Контактний телефон: 067-537-81-84, Олександр

ДОЗВІЛЛЯ

Молодіжна рада на варті гарного настрою

Всі охочі провести вечір неділі цікаво і весело зібралися на відкритому повітрі біля Бучанського центру позашкільної роботи.

Гralи в «Мафію», «Уно», «Твістер» та й не тільки – кожен міг зіграти в ту гру, яка йому більше до вподоби, а закінчилося все танцями, навіть хороводами. Та й просто знайомилися, сміялися, куштували смачні напої та бутерброди з фудкорту.

Діана Прідьма, голова Молодіжної ради, розповіла подробиці:

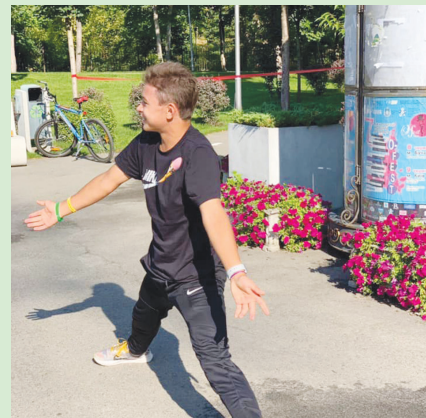
– Було більше 50 людей віком від 12 до 24 років. Ми провели chillday – відпочивали, грали в ігри, різноманітні конкурси. Водночас провели неформальне засідання самої Молодіжної ради. Планами на майбутнє поки поділитися не можемо – секрет. Найближчі наші заходи: 25 серпня проведимо Молодіжний фестиваль, а 30 серпня – вручення премії BuchaAwards.



Перемагає спорт і дружба

Молодіжна рада Бучанської ОТГ залишає незмінним курс на здоровий спосіб життя – суботній ранок розпочинається із забігу в прекрасному парку.

Долучитися до спортсменів-аматорів може кожен охочий. Місце зустрічі незмінне – субота, 9:00, Бучанський міський парк.



НА ЧАСІ

Волонтери з усієї України спілкувалися

На базі пластового центру в Бучі зібралися активні люди, які займаються соціально корисною діяльністю.

«Щороку ми збираємося на Ukraïner Camp, куди намагаємося привезти всіх волонтерів з різних куточків України, – зазначили на сторінці організації у мережі «Facebook». За три роки до проекту долучилося 300 волонтерів, а наразі маємо 160 активних творців проекту майже з усіх регіонів та з понад 20 країн!»

Цього разу вдалося приїхати на зустріч 80 волонтерам, які плідно працювали чотири дні над організацією, розподілом функцій, відповідальністю та згуртованістю, професійністю та стандартами роботи.

До кемпу ми оновили візуальний стиль, а також запустили серію шкарпеток, 30% з їх продажу також йдуть на підтримку нашого розвитку!



Головний редактор: Ірина ЛЕВЧЕНКО
Адреса редакції: 08292, Буча,
вул. Києво-Мироцька, 104-б,
тел.: (04597) 48-305, (098) 468 14 96

e-mail: buchanews@ukr.net
www.bucha-rada.gov.ua
Свідоцтво «Про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації»
КВ №23726-13566ПР ВІД 06.02.2019

Редакція може не поділяти думку авторів і не вступає з ними у листування. Рукописи не повертаються. За зміст реклами відповідає рекламодавець.

Віддруковано в друкарні ФОП Ключук С.М., м. Чернівці, вул. Заводська, 37 – В. Наклад: 2000 прим. Замовлення № 33