



№39

ІНФОРМАЦІЙНА  
ГАЗЕТА

19 листопада 2019 року

# НОВА ГРОМАДА

Головні хвороби осені. Як не дати грипу та застуді зіпсувати нам настрої наприкінці року

С. 4



Добро на весь світ. Україна бере участь у глобальному благодійному проекті «Щедрий вівторок»

С. 2

Верховна Рада прийняла новий закон про кіно. Чи стане Жашківщина знімальним майданчиком?

С. 3

Школярі та вихованці дитсадку села Скибин відтепер питимуть чисту воду прямо з-під крану

С. 3

## З ДНЕМ ГІДНОСТІ ТА СВОБОДИ!



**Віктор Погорілий**, керівник соціальних проектів БФ «Нова Громада»

**21** листопада Україна відзначає День гідності та свободи. Минуло вже шість років від початку подій на київському Майдані Незалежності, які стали передвісником нової епохи в історії нашої країни. Ці роки виявилися найбільшим викликом для незалежності України за всю її новітню історію. Ми дорого заплатили за нашу свободу, але вистояли. Ми довели всьому світу, що наша країна здатна захистити свій суверенітет. Україна відбулася як незалежна держава – і ми пишаємося цим. В цей день ми згадуємо тих, хто віддав свої життя за мирне небо над нашими містами й селами. Наш обов'язок – зберегти ці надбання і передати їх дітям. Україна на непростому шляху своєї історії неодноразово переживала буремні часи, але кожного разу вставала й рухалася далі. Коли українці об'єднують свої зусилля, вони здатні подолати будь-яку перешкоду. Зараз – саме час об'єднатися заради майбутнього нашої країни. Я вірю в нас. Разом ми сила. Слава Україні!

## ДІТИ – НАШЕ МАЙБУТНЄ

### АВТОМОБІЛЬ ВІД ФОНДУ «НОВА ГРОМАДА» ДОСТАВЛЯТИМЕ ПРОДУКТИ У ШКОЛИ ТА ДИТСАДКИ ЖАШКІВСЬКОЇ ОТГ

В рамках соціальних проектів благодійний фонд «Нова Громада» активно надає допомогу закладам освіти Жашківської ОТГ. Нещодавно Жашківська міська рада отримала спеціалізований вантажний фургон Ford Transit, який доставлятиме продукти до шкіл та дитячих садочків громади.



Урочиста передача автомобіля відбулася на території спеціалізованої школи №1. Автомобіль був переданий спочатку на баланс міської ради, а вже на найближчій сесії буде переоформлений на відділ освіти. Тому ключі від авто керівник соціальних проектів фонду «Нова Громада» Віктор Погорілий вручив очільнику громади

Ігорю Цибровському.

За словами Віктора Погорілого, фонд приділяє особливу увагу дітям. А здорове харчування дуже важливе для їх розвитку, тому свіжі продукти в школи і дитсадки треба доставляти вчасно. Також Віктор Григорович зазначив, що це не остання допомога від «Нової Громади». Якщо буде потрібно обладнати спеці-

альні приміщення для зберігання продуктів, щоб купувати їх безпосередньо у виробника – фонд обов'язково розгляне таку можливість.

Слова вдячності лунали з уст міського голови Ігоря Цибровського, адже завдяки такому дарунку від благодійної організації вдасться суттєво зекономити бюджетні кошти. До цього часу схожий ав-

томобіль для доставки продуктів доводилося винаймати за чималі гроші. А про власну машину освітяни навіть не мріяли.

Варто зазначити, що це вже третій автомобіль, подарований благодійним фондом. В попередні роки заклади освіти району отримали від «Нової Громади» легкові машини Daewoo Sens та Ford Transit Connect.

## НОВИНИ РАЙОНУ

### ЖАШКІВЩИНУ ВІДВІДАЛИ ГОСТІ З БІЛОРУСІ

Із триденним візитом у Жашківському районі перебувала делегація з міста Столбци Республіки Білорусь. Гості взяли участь у заходах з нагоди відзначення Дня Українського козацтва, Дня захисника України та Дня міста. У рамках децентралі-

зації білоруси ознайомилися із роботою Соколівської об'єднаної територіальної громади, де відвідали опорний навчальний заклад, амбулаторію, сільську раду, місцеву церкву і побували на будівництві нової амбулаторії та поліцейського відділку.

### ЖАШКІВЧАНКИ ПЕРЕМОГЛИ НА ФЕСТИВАЛІ ПІСНІ У БУКОВИНІ



У жовтні в місті Вишніця Чернівецької області пройшов IV Відкритий фестиваль-конкурс виконавців української естрадної пісні імені Назарія Яремчука «Пісня буде поміж нас». На сцені виступили і жашківські

співачки – Рибаченко Катерина, Гайова Марія і Коробко Ірина, які складають тріо «Трояна» Жашківського міського будинку культури. Цей склад учасниць затвердився трошки більше ніж за тиждень до поїздки на Буковину. Був острах, що артистки не встигнуть зіспіватись триголосьям за такий короткий термін. Втім, вони не підвели наш рідний Жашків. Тріо «Трояна» отримало I місце, Марія Гайова із сольною піснею – III місце, а Катерина Рибаченко отримала відразу дві нагороди – I місце як солістка і «Спецприз від журі».



### ФОТОЗОНА «ОСІНЬ-2019»

Знагоди святкування Дня працівників дошкільної освіти, а також інших осінніх свят, в закладах дошкільної освіти були створені фотозони «Осінь – 2019». Педагоги, вихованці, батьки мали можливість поринути у справжню осінню казку та зберегти її у своїх фото. Спільні проекти, в яких задіяні батьки, діти, колектив закладу сприяють організації освітнього процесу та налагоджують позитивні стосунки між дорослими та дітьми.

### ДИКИХ ТВАРИН ІМУНІЗУВАЛИ ПРОТИ СКАЗУ

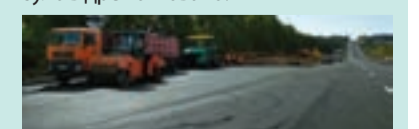
Жашківське районне управління Держпродспоживслужби повідомило про планову імунізацію диких та бродячих м'ясоїдних тварин проти сказу. Розповсюдження принад, які містять високоімунну вакцину проти сказу, здійснювалося авіаційним транспортом над лісовими та сільськогосподарськими угіддями Жашківщини поза

територіями населених пунктів та водойм. Як підкреслюють природоохоронці, принада є безпечною як для людей, так і для тварин. Вона має вигляд брикетів розміром із сірникову коробку з різким запахом м'ясо-кісткового борошна. Усередині приманки знаходиться капсула з вакциною проти сказу.

### ВІДРЕМОНТОВАНО ДІЛЯНКУ ТРАСИ КИЇВ-ОДЕСА

У Жашківському районі завершилися роботи з поточного середнього ремонту автомобільної дороги загального користування державного значення М-05 Київ-Одеса. Ремонт проводився від кордону Черкащини з Київською областю у напрямку Умані, довжина полагодженої ділянки склала 4,3 км. При збільшенні фінансування з державного бюджету дорожні служби обіцяють продовжити роботи з відновлення

покриття траси Київ-Одеса на Жашківщині. Нагадаємо, на час роботи дорожньої техніки було перекрито рух транспорту лівим проїздом автотраси. Рух здійснювався у реверсному режимі по правому проїзду, який цього року вже було відремонтовано.



Підготовлено за інформацією сайтів Жашківської міськради, Жашківської райдержадміністрації та Служби автодоріг в Черкаській області



## ■ БЛАГОДІЙНІСТЬ

## ЩЕДРИЙ ВІВТОРОК: ВСЕСВІТНІЙ ДЕНЬ ДОБРИХ СПРАВ ВЖЕ ВДРУГЕ ВІДБУДЕТЬСЯ В УКРАЇНІ

**Ми з дитинства знаємо, що гуртом вирішувати проблеми набагато простіше, ніж поодиночі. Наприклад, мешканці будинку можуть скинутися грошима на допомогу хворому сусіду. А що буде, коли на добрі справи скинеться увесь світ? Саме таку ідею втілили в життя організатори проекту «Щедрий вівторок», який за декілька років охопив більше 150 країн світу, а з минулого року – і Україну. Приєднатися до проекту може кожен з вас – для цього навіть не обов'язково витратити гроші**

Міжнародний благодійний рух «Щедрий вівторок» придумали в США – англійською він називається Giving Tuesday. Ідея була проста: у певний день року об'єднати зусилля людей заради добрих справ. Щедрий вівторок призначили після Дня подяки і перед початком різдвяних свят. З року в рік дата коливається від 27 листопада до 3 грудня.

Перший день добрих справ пройшов у 2012 році і залучив передусім американців. Втім, організатори проекту вірили, що завдяки соціальним мережам «вірус добра» швидко розповсюдиться по всьому світу. Їх сподівання виправдалися: навколо ідеї допомоги ближньому об'єдналися мешканці більш ніж 150 країн світу.

Один із засновників Giving Tuesday Генрі Тіммс вважає цей глобальний рух не просто доброю справою, а передвісником нової моделі організації світу. Він та його друг Джеремі Хейманс описали цю модель у книзі «Нова влада». Ми звикли до організацій, побудованих за адміністративно-командним принципом: є начальники і є підлегли, кожен знає своє місце і не втручається туди, куди не дозволено. Нова влада – це об'єднання рівних людей, де кожен має право голосу, де ідеями та думками можна та потрібно ділитися.

«Нова влада» спрацювала: в листопаді 2018 року Giving Tuesday зібрав 400 мільйонів доларів. Такими бюджетами може похвалитися не кожна крупна корпорація. Цього року організатори планують зібрати набагато більше. Чекати залишилося недовго: Giving Tuesday 2019 відбудеться 3 грудня.

В минулому році до глобального руху приєдналася і Україна, ставши 154-ю

країною-учасницею. Наймасштабнішою подією листопада-2019 став благодійний обід-маскарад, влаштований фондом «Таблеточки». Фонд опікується дітьми з онкологічними захворюваннями і цього разу він мав на меті зібрати гроші на купівлю нейрохірургічного мікроскопу для клініки «Охматдит».

Завдання було перевиконане: замість 5 млн грн, потрібних для купівлі апарату, учасники обіду збрали 8 млн грн. За допомогою мікроскопу лікарі будуть оперувати 100 дітей на рік протягом 10 років. Виходить, що кілька годин маскараду допоможуть вря-

тувати 1000 дітей від страшної недуги.

Здавалося б, веселе свято з карнавальними костюмами і тяжкі дитячі хвороби – речі несумісні. Але організатори «Щедрого вівторка» мають на меті показати: благодійність може бути веселою та цікавою. Головне – результат.

Ще одна мета «Щедрого вівторка» – донести людям, що благодійна діяльність це не лише великі гроші, а філантропами можуть бути не лише мільйонери. Можна не лише підтримати грошима існуючий проект, але і запропонувати власний. Інколи гарна ідея дорожча за гроші.

Учасники «Щедрого вівторка» можуть

витратити на добрі справи не гроші, а свій час. Наприклад, здати донорську кров або допомогти з утриманням приюту для вуличних тварин. Ще один варіант – використати для допомоги ближньому свій талант. Якщо ви вмієте фотографувати, малювати, вишивати чи майструвати – ваші вміння обов'язково знадобляться благодійним організаціям.

Отже, учасником «Щедрого вівторка» може стати будь-який українець. Головне – творити добро та навчати цьому інших.

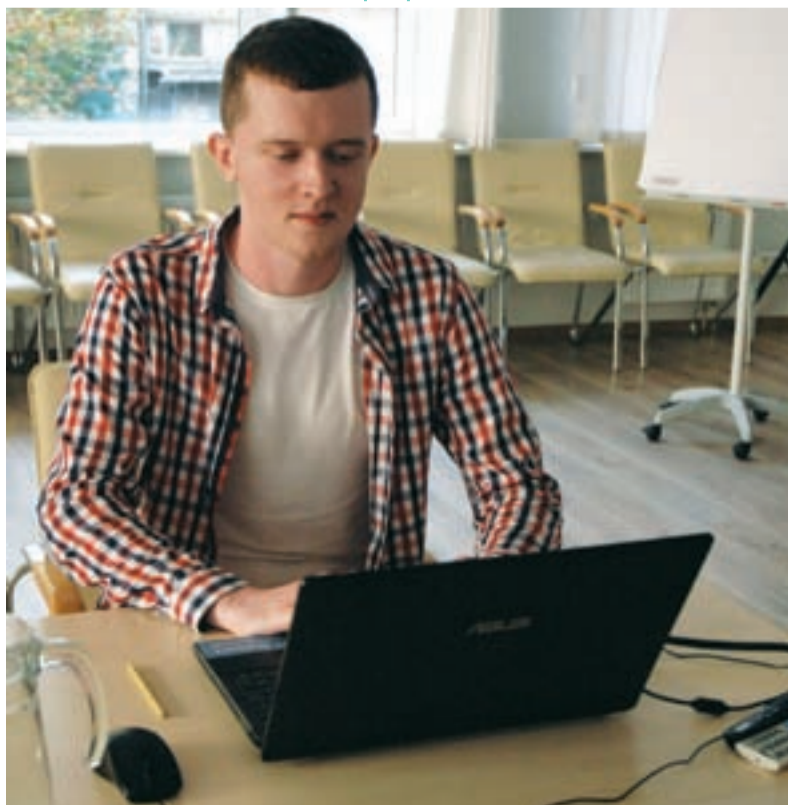


Щедрий вівторок - це день, коли допомогти ближньому може кожен бажаючий

Фото: «Zagoryi Foundation» (2)

## ■ МЕЦЕНАТСТВО

## ТАЛАНОВИТИЙ СТУДЕНТ ЩЕ РІК ВІВЧАТИМЕ ЕКОНОМІКУ ЗА ПІДТРИМКИ ГРУПИ КОМПАНІЙ «НОВІ ПРОДУКТИ»



**Газета «Нова Громада» вже писала про Миколу Шишова, який отримав іменну стипендію від ГК «Нові Продукти» для навчання в Київській школі економіки (Kyiv School of Economics, KSE). Маємо добру новину: здібний студент продовжить навчатися в престижній школі ще протягом року.**

Київську школу економіки очолював Тимофій Милованов, який нещодавно обійняв пост міністра економіки України. Саме йому належала ідея залучити допомогу меценатів для навчання студентів.

«Коли Тимофій Милованов керував школою, він знаходив меценатів, які можуть допомогти нам із втіленням нашої ідеї і місії, а саме – підтримувати молодь на шляху до здобуття якісної освіти. Навчання у нас платне, і більшість молодих студентів не мають можливості за себе платити», - розповіла «Новій Громаді» Анна Мазарчук, координатор KSE з фінансової підтримки студентів. Вона пояснила, що за умовами програми іменних стипендій допомога від меценатів покриває вартість навчання і проживання в готелі. Також пев-

ні кошти видаються студенту на руки для повсякденних потреб.

Група Компаній «Нові Продукти» охоче підтримала таку ініціативу. Меценати хотіли допомогти вихідцю з Жашківщини, але через брак кандидатів від регіону були змушені розширити географію. Зрештою, на конкурсі переміг Микола Шишов, який народився у Старокостянтиніві Хмельницької області, вчився в школі у Житомирі та закінчив Львівський національний університет імені Івана Франка.

Київська школа економіки починалася як магістерська програма при Києво-Могилянській академії, але згодом стала незалежним навчальним закладом. Вона підготувала вже понад 700 економістів. Випускники KSE працюють у кращих компаніях світу.

## ■ ДОБРИ СПРАВИ

## ПОДАРУНКИ ТА ПОБАЖАННЯ ДО ДНЯ МІСТА

**На день народження рідного міста молоді жашківчани отримали гроші і солодощі від фонду «Нова Громада»**



Юних жашківчан, які мають досягнення у навчанні і творчості, нагородили з нагоди Дня міста. Благодійний фонд «Нова Громада» не залишився осторонь цього свята. Фонд також приготував подарунки – солодощі та сертифікати на 3 тис грн.

Почесною відзнакою з нагоди Дня міста, подарунковим сертифікатом та солодощами нагороджена учениця 11 класу СПШ №1 Діана Бондаренко. Вона є дворазовою чемпіонкою змагань «Юних друзів прикордонників» Головного центру прикордонної служби України імені генерал-майора Ігоря Момота, призеркою змагань Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»).

Також відзнакою та подарунковим сертифікатом на 3 тис грн нагороджено Катерину Куровську – ученицю «Мистецької школи», учасницю Народного хореографічного колективу «Едем». Катя входить до 100 кращих танцівників України 2019 року, є володаркою першого місця Best of the best dance fest, а також Золотим чемпіоном Чемпіонату України ART DANCE.

Подарунки від «Нової Громади» вручила депутат Жашківської міської ради, волонтер благодійного фонду Олена Хоменко. Вона побажала дівчатам від депутата обласної ради, керівника соціальних проєктів Віктора Погорілого та від себе особисто успіхів і здійснення мрій. Також солодкі батончики EatMe отримали вихованці «Мистецької школи», які брали участь у святковому концерті.

## БРОНЕЖИЛЕТИ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ ПАТРІОТІВ

**Віктор Погорілий передав школі №1 бронезилети для навчання**

Патріотизм треба виховувати з дитинства, і у благодійному фонді «Нова Громада» це добре розуміють. В рамках підтримки національно-патріотичного виховання керівник соціальних проєктів фонду Віктор Погорілий та міський голова Жашківської ОТГ Ігор Цибровський передали 42 бронезилети в кабінет патріотичного виховання СПШ №1. Учні будуть використовувати їх для практичного навчання на уроках «Захист Вітчизни».





НАШЕ КІНО

# ГОЛЛІВУД В УКРАЇНІ: НОВИЙ ЗАКОН ПРО КОМПЕНСАЦІЇ КІНЕМАТОГРАФІСТАМ ДОЗВОЛИТЬ ЗНІМАТИ У НАС ФІЛЬМИ СВІТОВОГО РІВНЯ

**Ви хотіли б побачити жашківські пейзажі у крутому голлівудському бойовику чи детективі? Відтепер це стало цілком реально. Нещодавно депутати прийняли закон, який допоможе Україні стати міжнародним знімальним майданчиком та дасть можливість українцям заробити на цьому**

Влітку на екрани вийшов американський серіал «Чорнобиль», який швидко став найбільш рейтинговим серіалом в історії та розбудив неабиякий інтерес іноземних туристів до Зони відчуження. Дивна річ, але серіал про події в Україні американці знімали не у нас, а в Литві. В чому справа? Невже Литва виглядає більш схожою на Україну, ніж сама Україна?

А справа в грошах. Бюджет хорошої кінострічки – сотні мільйонів доларів. І творці фільмів йдуть туди, де можна зекономити. Це давно зрозуміли в європейських країнах і запропонували іноземним кінорежисерам компенсувати частину їх витрат. Наприклад, наш сусід Словаччина віддає з держбюджету 20% від витраченої на зйомки суми, а Швейцарія – 40%.

Відтепер за гроші кіношників зможе поборотися і Україна. Законом №1058 депутати запровадили компенсацію іноземним кінорежисерам на рівні 25%. Але не треба думати, що закон відбирає гроші в українських бюджетників і віддає їх заокеанським

кінорежисерам. Навпаки, українці отримують гроші та можливості.

Припустимо, у Жашкові знімається велике кіно. Знімальній групі потрібні послуги готелів, ресторанів, водіїв, вантажників, адміністраторів. Треба виготовити реквізит, побудувати тимчасові конструкції, залучити людей до масових сцен. Фактично це велика кількість нових робочих місць із гідною оплатою. Ці робочі місця не зникнуть навіть після закінчення роботи над кінострічкою: туристичні маршрути по місцях зйомки відомих фільмів – це окремий прибутковий бізнес.

В різні часи Черкащина неодноразово ставала знімальним майданчиком. За часів СРСР у наших краях знімали фільми за участю найвідоміших зірок радянського кіно та естради. У 1985 році в Черкасах проходили зйомки мюзиклу «Сезон чудес», де зіграли Алла Пугачова та Михайло Боярський. А у 1971 році в черкаському аеропорту знімали фільм «Дозвольте зліт» із Анатолієм Папановим у головній ролі.

Зараз краєвиди Черкащини з'являються у сучасному українському кіно. У 2018 році на екрани вийшла



Кінострічку «Чорний ворон» за романом Василя Шкляра знімали на Черкащині

Фото: «Телеканал 1+1» (3)

містична стрічка «Чорний козак», яку знімали в Тальнівському та Уманському районах, зокрема, біля села Легедзине.

А головною кінематографічною подією нинішнього року стане стрічка «Чорний ворон» за однойменним романом Василя Шкляра. Фільм про повстанців Холодного яру 1920-х років має вийти на екрани 5 грудня 2019 року. Знімали його там, де, власне, і відбуваються події роману. В кадрі ми побачимо краєвиди Чигиринського району, мисливський палац у Тальному, а також село Поташ, яке знаходиться всього за півсотні кілометрів від Жашкова.

Цілком ймовірно, що вже скоро подібні фільми будуть знімати американські та європейські режисери. Адже закон обіцяє кіношникам додаткові 5% відшкодування, якщо їх кінострічка базується на українському літературному творі.



Іноземні режисери мотивували знімати фільми за українськими літературними творами



БЕЗПЕКА ДІТЕЙ

## ЧИСТА ВОДА ДЛЯ ШКОЛЯРІВ СКИБИНА

**Якість питної води є нагальною проблемою для жашківчан. Близькі поверхневі води, агропромислові відходи – все це становить загрозу для здоров'я громадян, особливо дітей. БФ «Нова Громада» системно працює над вирішенням цього питання. На цей раз прозору питну воду отримали школярі та вихованці закладів освіти села Скибин.**

До керівника соціальних проектів благодійного фонду «Нова Громада» Віктора Погорілого звернувся директор Скибинського закладу загальної середньої освіти Оксана Гойчук. Вона попросила встановити в школі систему очистки води, оскільки у воді, яку освітяни використовують для пиття та приготування їжі, було зафіксовано великий вміст заліза.

Фонд «Нова Громада» відгукнувся на прохання директорки і забезпечив встановлення фільтрів з очищення води. Обладнання встановлено безпосередньо в приміщенні школи, в якому дитячий садочок орендує приміщення. Система водоочистки одна, але вона розведена по



харчоблоках школи і садочку. Також у школі встановлено два питні фонтанчики. Тепер школярі можуть пити воду, не ризикуючи власним здоров'ям. Вартість проекту у Скибині склала 47 290 грн.

Нагадаємо, благодійний фонд «Нова Громада» та група компаній «Нові Продукти» реалізують соціальний

проект по забезпеченню жашківчан якісною водою. За власний рахунок вони проводять лабораторні дослідження питної води, щоб оцінити її фактичний стан та перевірити наявність у ній різних мікроорганізмів та бактерій. Крім того, фонд встановлював системи фільтрації питної води у дитячих садках та школах регіону. На даний час усі школи та

заклади дошкільної освіти Жашківської ОТГ вже забезпечені якісною питною водою.

Фонд «Нова Громада» та ТОВ «Напої плюс» продовжать опікуватися питанням чистої питної води для мешканців Жашкова та Жашківського району. Адже вода – джерело життя і запорука здоров'я людини.

НОВИНИ ОБЛАСТІ

## ЧЕРКАСЬКИЙ АЕРОПОРТ ПЛАНУЮТЬ ВІДРОДИТИ

**Для льотовища в Черкасах розроблять перший етап стратегії розвитку**

У 1980-і роки з Черкас щодня літали десятки регулярних рейсів до міст тодішнього СРСР, в тому числі аж чотири рейси на Жашків. Зараз аеропорт майже не приймає літаки. На засіданні в Черкаській облдержадміністрації було прийнято рішення підготувати чіткі фінансові розрахунки з переліком необхідних робіт для першого етапу запуску аеропорту «Черкаси». Після цього можна буде говорити про отримання сертифіката авіаційної безпеки.

## ОБЛАСТЬ РОЗШИРЮЄ СПІВРОБІТНИЦТВО З ЧЕХІЄЮ

**Черкащину із робочим візитом відвідала делегація Чеської Республіки**

В наш край прибули депутат парламенту Чеської Республіки Петер Газдік, представники влади Злінського Краю Йозеф Зіха та Мілан Філіп, а також співвласник корпорації V.P. Partner Вадим Кирничний. У межах візиту представники Чехії, зокрема, відвідали заклади медичної освіти, а також ознайомилися із роботою лікарень. Результатом зустрічі стала домовленість про підписання угоди про співробітництво між Черкаською ОДА та Злінським краєм Чехії. На сьогодні в області вже працюють сім чеських компаній, в які інвестовано близько 20 млн доларів. Вони ведуть діяльність у сферах сільського господарства, харчової промисловості, виробництва мінеральних утеплювачів, нерухомого майна та спорту. Обсяг зовнішньоторговельного товарообороту між підприємствами Черкаської області та Чеської Республіки за підсумками січня-липня 2019 року становить 2,9 млн доларів.



## ОСВІТА НА ЧЕРКАЩИНІ СТАНЕ ЯКІШНІШОЮ

**В області формують сучасну систему забезпечення якості освіти**

Цієї осені розпочало роботу Управління Державної служби якості освіти у Черкаській області. Серед повноважень, що покладаються на Управління, є проведення так званих інституційних аудитів у закладах освіти. Головна їх відмінність від попередніх державних перевірок – зосередження уваги на досягненнях школи.

Підготовлено за інформацією сайту Черкаської облдержадміністрації



## ПОРАДИ ГОТУЄМО АВТОМОБІЛЬ ДО ЗИМИ



Зима вже близько, а тому варто задуматися не тільки про сезонну заміну шин, але й про підготовку залізних погодних умов. І неважливо, старенький це ВАЗ чи новенька іномарка – до зими має бути готова кожна машина

### Шини

Мінати гуму на зимову потрібно, коли середня температура падає нижче +7 градусів. При такій погоді літня гума починає ставати жорсткою, і зчеплення з дорогою погіршується.

### Масило

Вибираючи мастило, врахуйте клімат вашого регіону та рекомендації виробників. У кожній марки мастило є свої особливості. У морози краще використовувати продукцію з низькою в'язкістю. Сьогодні набули популярності всесезонні мастила. Їх можна порівняти із всесезонними шинами: для європейського клімату – саме те, що треба, а ось для суворих морозних зим таке мастило підходить не дуже.

### Антифриз

Із настанням холодів перевірте рівень антифризу. Якщо охолоджуючої рідини недостатньо, то її слід долити. Антифризи відрізняються складом, який визначається за кольором. Червоний можна змішувати тільки з червоним, жовтий – тільки з жовтим. А от зелений та синій взаємозамінні, тому їх можна перемішувати між собою без негативних наслідків. Деякі водії наливають звичайну воду, в кращому випадку – дистильовану. Але це зношує помпу, а в зимовий період вода взагалі може вивести з ладу двигун.

### Гальма

Потрібно оглянути гальмівні колодки, підтягнути трос ручного гальма.

### Електрообладнання

Акумуляторна батарея замінюється, як правило, раз у три роки. Підійдіть до вибору серйозно, адже через неякісний акумулятор може виникнути безліч проблем.

### Покриття кузова

Саме взимку на кузові з'являються корозія і мікротріщини. Врятує від цього антикорозійна обробка, яка допоможе зберегти лакофарбове покриття та слабкі елементи вашого авто в первозданному вигляді.

## ВАЖЛИВА ДАТА

## 21 ЛИСТОПАДА – ДЕНЬ ВІДМОВИ ВІД ПАЛІННЯ

Щорічно у третій четвер листопада в усьому світі відзначають День відмови від паління. Він був призначений Американським онкологічним товариством в 1977 році.

Згідно даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, саме паління є причиною 90% смертей від раку легень, 75% смертей від хронічного

бронхіту та 25% смертей від ішемічної хвороби серця. До 2020 року в світі кожні три секунди буде вмирати один запеклий курець. Мета Міжнародного дня відмови

від паління – зниження тютюнової залежності, залучення до боротьби проти шкідливої звички всіх верств населення і лікарів усіх спеціальностей, профілактика тютюнопаління та інформування суспільства про згубний вплив тютюну на здоров'я.

Тютюновий дим містить понад 70

доведених канцерогенів, тобто речовин, які при потрапленні в організм людини сприяють виникненню онкологічних захворювань. Крім того, ще в 1964 році американськими вченими в тютюні був виявлений радіоактивний ізотоп полоній-210. За два десятки років курець отримує чималу дозу радіації.

## ВАШЕ ЗДОРОВ'Я

## ГОЛОВНІ ХВОРОБИ ОСЕНІ: ЯК ВІДРІЗНИТИ ГРИП ВІД ЗАСТУДИ

Грип йде в Україну. Пік захворюваності припаде на грудень-січень, але саме в листопаді час зайнятися профілактикою. Цього року перехворіти грипом, за оцінками Центру громадського здоров'я, можуть близько 7 млн мешканців нашої країни, тобто кожен шостий українець. Зростання захворюваності фіксують вже з кінця жовтня.

Згідно даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, в Україні та по всій Північній півкулі будуть циркулювати чотири види вірусу грипу. «У зоні ризику – діти до 5 років, люди старше 65 років, а також особи із хронічними захворюваннями незалежно від їх віку. Найбільшою групою ризику є вагітні жінки», – зазначив лікар-імунолог Федір Лапій. Грип часто плутають з ГРВІ. Але їх треба розрізнити, тому що методи лікування різні.

На відміну від застуди, при захворюванні на грип погіршення самопочуття відбувається раптово, а температура досягає 39 і навіть 40 градусів і тримається до 4 днів. Також при грипі спостерігається світлобоязнь і почервоніння очей. Нежить і закладеність носа, на відміну від застуди, можуть з'явитися не відразу або взагалі бути відсутніми. Зазвичай має місце сухий кашель, що супроводжується болем у грудях.

Щоб побороти звичайну застуду, досить створити комфортні умови для одужання, а ось грип є небезпечною хворобою, тому в разі появи його симптомів краще звернутися до лікаря. Ні в якому разі не займайтеся самолікуванням.

Також не варто сприймати на віру телерекламу – препарати «з телевізора» можуть не підходити саме для вашого випадку і заподіяти шкоду здоров'ю. До того ж, зазвичай рекламуються дорогі імпорتنі ліки, більшість з яких мають набагато дешевші вітчизняні аналоги, що не поступаються їм в якості та ефективності.

### Основні симптоми грипу:

- різке підвищення температури тіла



(понад 38 градусів),

- головний біль, біль у м'язах, біль у горлі
- кашель, нежить

### Симптоми грипу, що вимагають термінової госпіталізації:

- обличчя стало дуже блідим або з'явилося посиніння
- важко дихати
- температура не спадає протягом довгого часу
- багаторазова блювота
- надмірна сонливість, чи навпаки збудженість
- біль в грудях
- з'явилися домішки крові у

мокротинні

- артеріальний тиск нижче норми

### Вакцинація проти грипу

Вакцинація – найефективніший спосіб профілактики грипу. Завдяки їй смертність знижується на 80%, а ймовірність ускладнень – на 60%. Навіть якщо людина захворіє – хвороба пройде в легкій формі.

Вакцини від грипу в Україні вже є, запевняють у МОЗ. Цього року українцям будуть доступні дві вакцини проти грипу: тривалентна «ДжисФлю» (Південна Корея) та чотиривалентна «Ваксигрип Тетра» (Франція). Ціна на дозу вакцини в різних клінічних мережах коливається від

260 до 350 грн. Оптимально зробити щеплення до грудня. Вироблення імунітету на вакцину займає близько двох тижнів. Перед вакцинацією обов'язково проводиться огляд сімейним лікарем, терапевтом або педіатром.

### Робити щеплення проти грипу не можна:

- дітям до шести місяців
- людям з застудою та підвищеною температурою
- якщо раніше на вакцину або на її компонент була алергічна реакція
- людям з онкологічними захворюваннями або при імунodefіціті

## ЦІКАВО

## КНИЗІ РЕКОРДІВ ГІННЕСА ВИПОВНЮЄТЬСЯ 68 РОКІВ. ЯК СТВОРЮВАЛАСЯ ЛЕГЕНДА

Історія знаменитої книги розпочалася 10 листопада 1951 року під час званої вечери для мисливців. Директор-розпорядник пивної компанії «Гіннес» Х'ю Бівер затіяв суперечку, доводячи, що золота сивка – найшвидший птах у Європі.

Тоді переможець в дискусії не визначився. Через три роки суперечка відновилася. І когось із присутніх прийшла в голову думка створити достовірне джерело інформації. Молодший пивовар компанії «Гіннес» Кріс Четуй порекомендував людей, які цілком підходили на роль авторів і видавців такого джерела – братів-близнюків Норріса і Росса Марквірттерів. Робота тривала більше року, і до серпня

1955 року перша Книга рекордів Гіннеса на 198 сторінках була готова.

За кілька місяців вона стала бестселером в Британії, а в листопаді 1974 року удостоїлася і власного місця в списку рекордів Гіннеса – був розпроданий рекордний тираж у 23,9 млн примірників. До 1997 року ця цифра зросла до 75 мільйонів – більш великим тиражем видавалася тільки Біблія. Сьогодні тираж Книги

рекордів Гіннеса перевищує 150 млн примірників.

### Не намагайтеся повторити!

Тед Сейнт Мартін ніколи не грав у баскетбол навіть в коледжі, але у віці 75 років встановив рекорд – 5221 потрапляння м'яча в кошик.

У період з 1942 по 1977 рік у доглядача американського Національного парку

«Шенандоа» Роя Саллівана 7 раз потрапила блискавка.

Прийшов гикавки у Чарльза Осборна тривав 68 років. Було підраховано, що він гикнув близько 595 млн разів. У 1916 році студентська футбольна команда Georgia Tech розгромила суперників з команди Cumberland із рахунком 222:0.

Андре Рене Русімов, професійний французький рестлер, за один підхід випив 119 банок пива.