

Коли стригти
волосся, щоб
бути здоровим і
щасливим

Календар стрижок
на лютий

с. 15

Кого торкнеться
реформа системи
соціального страху-
вання «ЄПотенціал»



с. 2

Як зміняться пенсії
захисників України

Роз'яснення ПФУ про
нові виплати



с. 3

Троє дітей, «кухня
для тварин»,
робота і спів у хорі:

Переселенка з
Севєродонецька
розповіла про життя
у Кременчуці

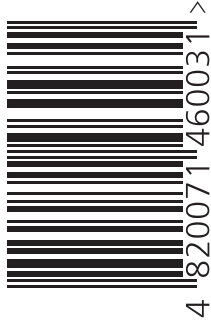
с. 4

Календар
городника

Коли сіяти розсаду,
щоб бути з врожаєм



с. 13



Для ДОМУ і сім'ї[®]

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

Ціна 20 грн.

№5 (1188), 30 січня 2025 року

ГРОМАДЯНАМ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК ПАДІННЯ БЕЗПІЛОТНИКА, БЕЗКОШТОВНО ВСТАНОВЛЯТЬ ВІКНА

Мешканцям Кременчука, чії будинки постраждали внаслідок падіння безпілота у ніч на 21 січня, безкоштовно встановлять вікна і двері. Також вони отримають матеріальну допомогу. Про це розповів мер Кременчука Віталій Малецький

Він зазначив, що до підтримки постраждалих від падіння російського БПЛА залучені кременчуцькі установи та заклади.

— Фахівці Департаменту соцзахисту підготували пакети документів, комісія засідала, цим людям погоджено виділення матеріальної допомоги. Найближчим часом вони отримають кошти, — повідомив мер.

Також продовжує працювати комісія, яка оцінює завдані громадянам збитки, і, за словами Віталія Малецького, люди також отримують відповідні виплати за програмою «ЄВідновлення».

— Залучили до цього міжнародних партнерів, які допоможуть з вікнами. 99 — остання цифра по вікнах, які людям поставлять безкоштовно. Працюємо з Червоним Хрестом також — вони допоможуть по встановленню дверей, — додав міський голова.

Він подякував волонтерам ГО «Проліска», які з перших хвилин з'явилися на місці падіння безпілота і допомагали людям усім необхідним.

— Усією громадою спільно ми допомагаємо постраждалим кременчучанам, — сказав мер.



РЕКЛАМА

ПОЛІКЛІНІКА «НАФТОХІМІК»

БЕЗПЕЧНЕ ЛІКУВАННЯ
КАТАРАКТИ

(067) 744 21 21

вартість дзвінків тарифікується згідно тарифів вашого оператора

м. Кременчук, вул. Свіштовська, 3

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



САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ
УКРАЇНСЬКОЮ ДОПОМОГОЮ

Віримо в ЗСУ та перемогу!

Інтера Люкс

ВІКНА
ДВЕРІ

ВХІДНІ • МІЖКІМНАТНІ

НАТЯЖНІ СТЕЛІ

КОНДИЦІОНЕРИ

ЖАЛЮЗІ ТА РОЛЕТИ

ЗНИЖКИ, ЯКІ
ЗІГРІВАЮТЬ!



РОЗСТРОЧКА
БЕЗ %
від виробника
до 6 місяців

Instagram [intera_lux](#)

м.Кременчук, пр. Свободи 32

096 099 46 52 ☎ 050 054 05 95

<https://interalux.net>

БУДІВЕЛЬНІ
МАТЕРІАЛИ

за найкращими цінами

OSB-10, ПРОФНАСТИЛ
КОЛЬОРОВИЙ,

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

с. Недогарки, вул. Київська, 136
(траса Кременчук-Київ)

067 535 89 05

ПРИВАТИЗАЦІЯ ЗЕМЛІ
ПРИСВОЄННЯ
КАДАСТРОВОГО НОМЕРА
ОФОРМЛЕННЯ
ДАЧ ТА ПАЇВ
+380 67 530 74 17

ФАСАД
салон вікон та дверей



- ▶ ВІКНА ТА ДВЕРІ
 - ▶ ПІДВІКОННЯ
 - ▶ ВІДЛИВИ
 - ▶ УКОСИ
 - ▶ ПРОТИМОСКІТНІ СІТКИ
 - ▶ ЖАЛЮЗІ
 - ▶ РОЛЕТИ
- ЗАМІР
БЕЗКОШТОВНИЙ!

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

fasad-vikna.com.ua

facebook.com/Fasadk

РОСІЙСЬКІ ВІЙСЬКА
АТАКУВАЛИ
УКРАЇНУ СОТНЕЮ
БЕЗПІЛОТНИКІВ

Ця атака виявилася
однією з наймасштаб-
ніших за останній час.
Удари завдано майже
по всій території Укра-
їни. Пошкодження є й
на Полтавщині

У ніч на 28 січня російські
війська атакували Україну со-
тнею ударних безпілотно-
типу «Shahed» та безпілотно-
ми-імітаторами. Про це повідо-
мила пресслужба Повітряних
сил України.

Українські сили оборони —
авіація, зенітні ракетні війська,
підрозділи радіоелектронної
боротьби та мобільні вогневі
групи відбили атаку.

Станом на 9.30 вівторка
збили 65 безпілотно-
типу у Ки-
ївській, Харківській, Полтав-
ській, Сумській, Чернігівській,
Черкаській, Кіровоградській,
Житомирській, Дніпропетров-
ській, Запорізькій, Миколаїв-
ській, Одеській та Херсонській
областях.

Ще 28 безпілотно-
типу були локаційно втрачені,
не досягнувши цілей. Два з них
повернулися у напрямку Росії
та Білорусі.

Внаслідок атаки пошко-
джені об'єкти інфраструктури,
приватні підприємства, житло-
ві будинки та автотранспорт
у низці областей, зокрема в
Одеській, Київській, Сумській,
Полтавській, Черкаській, Чер-
нігівській та Харківській. Попе-
редньо, жертв немає, постраж-
далими надається допомога.
Спеціальні служби працюють
над ліквідацією наслідків.

Руслана ГОРГОЛА

БЕТОННІ • ГРАНІТНІ • МАРМУРОВІ
ПАМ'ЯТНИКИ
ГРАНІТНІ • МАРМУРОВІ • БЕТОН
granit-kremenchug.store

вул. Майора Пугача, 31
(колишня вул. Ватутіна, р-н «Маркетопта»)

тел. (067) 166 18 16

вул. Ярмаркова, 5

тел. (067) 870 18 16

ПАМ'ЯТНИКИ
З ГРАНІТУ

- ☑ Встановлення
- ☑ Зберігання
- ☑ Художнє оформлення

БЕТОНУ ТА МАРМУРОВОЇ КРИХТИ

ВЕЛИКИЙ ВИБІР. ДОСТУПНІ ЦІНИ.

ВІЇЗД КОНСУЛЬТАНТА БЕЗКОШТОВНИЙ

МОЖЛИВА РОЗСТРОЧКА ДО 3 МІСЯЦІВ БЕЗ %

096 97 97 157 ☎ 063 939 99 77

У КОСОВО ПОМЕРЛА КРЕМЕНЧУЦЬКА ЖУРНАЛІСТКА ОЛЬГА ПРЯДКО

Минулої середи, 22 січня, у Косово померла кременчуцька журналістка Ольга Прядко. Багато містян знали її як редакторку відділу новин першого в Кременчуці FM-радіо «Вісма радіо». Вона також працювала на інших радіостанціях, зокрема на «Авторадіо»



Через декілька місяців після початку повномасштабного вторгнення Ольга Прядко виїхала разом із малолітнім сином до балканської країни, де продовжувала журналістську роботу, розповідаючи правду про жахіття російсько-української війни та боротьбу українців за свободу.

Як повідомляють кременчуцькі журналісти, які дізналися подробиці смерті нашої колеги, у суботу вона разом із друзями святкувала день народження сина — Ярослава. Тоді Ольга поскаржилася, ніби ось-ось захворіє.

Наступного дня у неї підвищилася температура, з'явилася слаб-

кість та симптоми вірусного захворювання. В середу зранку їй стало зле, друзі викликали «швидку», але лікарі не встигли її врятувати.

У Ольги в Приштині залишився малолітній син. З ним зараз працюють психологи.

Пам'ять про Ольгу Прядко завжди збережеться у серцях кременчуцьких журналістів, її рідних та друзів. Редакція «ДДС» висловлює глибокі співчуття рідним та близьким Ольги Прядко.

Номер картки для допомоги родині: 4149629356971234 (Приватбанк) Білоусько Валентина Леонідівна.

УКРАЇНЦЯМ ДОВЕДЕТЬСЯ ПЛАТИТИ ПДВ НА ВСІ ПОСИЛКИ З-ЗА КОРДОНУ

На сайті Верховної Ради з'явився законопроект Данила Гетманцева №12429, який пропонує скасувати безмитний поріг для посилок вартістю до 150 євро. Це означає, що на всі міжнародні відправлення запроваджуватиметься податок на додану вартість (ПДВ), а для певних товарів вводяться додаткові обмеження



Посилки вартістю до 45 євро, надіслані фізичною особою з-за кордону іншій фізичній особі в Україні, не оподатковуватимуться, якщо:

- вони призначені для особистого чи сімейного користування;
- товари не є підакцизними (наприклад, алкоголь чи тютюн).

Якщо в посилці знаходяться: парфуми об'ємом понад 50 мл або туалетна вода об'ємом понад 250 мл; кава (понад 500 грамів) або кавові екстракти (понад 200 грамів); чай (понад 100 грамів) або чайні екстракти (понад 40 грамів), навіть за таких обсягів доведеться сплатити 20% ПДВ.

Законопроект перебуває на етапі розгляду у Верховній Раді. У разі ухвалення українцям слід готуватися до змін у правилах замовлення товарів із-за кордону.

Згідно з чинним законодавством, посилки з-за кордону вартістю до 150 євро не оподатковуються. Усе, що дорожче, обкладається 20% ПДВ та 10% ввізного мита (на суму перевищення ліміту).

Законопроект №12429 пропонує:

- скасувати безмитний поріг у 150 євро.
- сі посилки з-за кордону, незалежно від їхньої вартості, обкладатимуться 20% ПДВ.
- для товарів, дорожчих за 150 євро, додатково нараховуватиметься 10% ввізного мита, як і зараз.

СЕРЕДНІ ЗАРПЛАТИ ЧИНОВНИКІВ У ГРУДНІ ЗРОСЛИ ДО 80 ТИСЯЧ ГРИВЕНЬ

У грудні 2024 року середня зарплата чиновників у центральних держорганах України склала 79,8 тисячі гривень. Порівняно із січнем (38,6 тисячі гривень) зарплата збільшилася більш ніж удвічі. Про це повідомила пресслужба Мінфіну

Проте, грудень не є показовим місяцем, оскільки наприкінці року держслужбовцям виплачуються різні премії та надбавки. У середньому за рік зарплата становила 54,4 тисячі гривень, що значно перевищує середній рівень по Україні (за даними ПФУ у вересні 18 тис грн).

У грудні за рівнем зарплат лідирує Міністерство культури та стратегічних комунікацій України. У середньому його працівники отримали по 134,5 тисячі гривень. У міністерстві працює 380 осіб.

У Міністерстві закордонних справ рівень середніх зарплат у грудні — 125 тисяч гривень (140 осіб).

У Державній службі України з етнополітики та свободи совісті — 122,3 тисячі гривень (35 осіб).

Також високі зарплати в Антимонопольному комітеті — у середньому 118,2 тисячі гривень (268 осіб).



Серед керівництва найвищі зарплати у грудні були в таких відомствах:

Державна служба експортного контролю України — 370,5 тисячі гривень,

Національна комісія з державного регулювання у сфері енергетики та комунальних послуг — 366,8 тисячі гривень,

Національне агентство із запобігання корупції — 355,8 тисячі гривень,

Державне агентство України з мистецтв та мистецької освіти — 345,4 тисячі гривень,

Державна служба якості освіти України — 317,9 тисячі гривень.

КОГО ТОРКНЕТЬСЯ РЕФОРМА СИСТЕМИ СОЦІАЛЬНОГО СТРАХУВАННЯ «ЄПОТЕНЦІАЛ»

Реформа системи соціального страхування «ЄПотенціал» покликана зробити допомогу швидшою, ефективнішою та цифровою, забезпечуючи комплексну підтримку для відновлення здоров'я та незалежного життя постраждалих

Реформа «ЄПотенціал» стосуватиметься таких категорій осіб:

- особи, застраховані в системі загальнодержавного соціального страхування, які зіткнулися зі страховим випадком (травма або хвороба) після 1 липня 2026 року;
- ветерани, які потребують лікування, реабілітації або допомоги в працевлаштуванні. Після демобілізації з військ українські Захисники та Захисниці, які проходять лікування або реабілітацію після поранень на фронті, отримають всебічну підтримку держави в рамках системи «ЄПотенціал»;
- особи зі встановленим статусом інвалідності внаслідок війни не зачіпаються реформою. Усі пільги та виплати для таких осіб зберігаються на весь період встановленої інвалідності, включно з довільною.

До реформи лікарняний оплачувався тільки до 120 днів. Тепер держава оплачуватиме лікарняні до 14 місяців, що особливо важливо в разі серйозних травм або захворювань. Виплати здійснюватимуться протягом усього лікування та реабілітації.

Нова система «ЄПотенціал» передбачає:

- медичну допомогу та виплату лікарняних уже на етапі лікування та реабілітації;
- допоміжні засоби реабілітації та соціальні послуги, як-от догляд удома та допомога по господарству;
- допомога в працевлаштуванні для тих, хто не може повернутися до колишньої роботи. За необхідності буде адаптовано робоче місце або запропоновано перенавчання для пошуку нової роботи;
- визначення необхідності адаптації робочого місця ще на етапі лікування, щоб врахувати зміни в стані здоров'я або можливостей організму;
- пошук альтернативної роботи або перенавчання, якщо повернення на колишнє місце роботи неможливе.

Тимчасова непрацездатність: 100% середньої зарплати, яку людина отримувала до хвороби або травми.

Виробничі травми: максимальна страхова виплата збільшиться до 40 000 гривень.

Повна втрата працездатності: максимальна виплата становитиме 23 610 гривень.

Часткова втрата працездатності: збільшиться термін і розмір допомоги з безробіття, забезпечуючи стабільну фінансову підтримку під час пошуку роботи і можливість знайти вакансію, що відповідає фізичному стану і кваліфікації.

Особливості для людей з інвалідністю

Для людей, які вже мають статус інвалідності, нічого не зміниться. Вони продовжать отримувати всі свої пільги і виплати, особливо ті, у кого інвалідність встановлена на все життя. Це особливо важливо, оскільки довільна інвалідність забезпечує постійну підтримку і стабільні виплати до кінця життя.

Реформа «ЄПотенціал» спрямована на те, щоб ветерани та їхні сім'ї отримували справедливу і своєчасну підтримку. Збільшення термінів і розмірів виплат, а також комплексна допомога в лікуванні та працевлаштуванні допоможуть цим людям жити гідно і незалежно. Міністерство соціальної політики продовжує працювати над поліпшенням і розширенням цифрових послуг, щоб забезпечити максимальну ефективність підтримки для тих, хто захищав нашу Батьківщину.

Для отримання додаткової інформації та подання заяв завітайте на офіційний сайт Пенсійного фонду України або портал «Дія».

СТАЛО ВІДОМО, ЩО...

... в Україні запустили онлайн-платформу про державну програму протезування. На платформі — protez.msp.gov.ua — можна знайти інформацію про отримання високоякісних протезів та інших засобів реабілітації безоплатно. На сайті детально описані: види доступних засобів реабілітації, алгоритм їх отримання; можливість компенсації за самостійно придбані вироби; умови ремонту, обслуговування засобів реабілітації тощо.



З понеділка, 27 січня, поїзд Харків – Одеса – Харків, що курсує через Кременчук, змінює свій розклад.

За маршрутом Харків – Одеса (поїзд № 007): відправлення з Харкова – 20.20; прибуття на станцію Кременчук – 00.18; відправлення зі станції Кременчук – 00.20; прибуття в Одесу – 07.12. У зворотному напрямку (поїзд № 008): відправлення з Одеси – 22.29; прибуття до Кременчука — 05.38; відправлення з Кременчука — 05.40; прибуття до Харкова — 09.21.



... КП «Благоустрі й Кременчука» замовляє 216 конструкцій з портретами полеглих на війні кременчуцьких військовослужбовців.

Очікувана вартість — 1,5 млн грн. Конструкції мають доставити й встановити до кінця червня. Нагадаємо, у 2025 році на облаштування Алеї Пам'яті у Парку Слави планують виділити із міського бюджету 3,5 млн грн, із них 1,5 млн грн — на встановлення системи відеонагляду, ваз для квітів і нового флагштоку



ЯК ЗМІНЯТЬСЯ ПЕНСІЇ ЗАХИСНИКІВ УКРАЇНИ: РОЗ'ЯСНЕННЯ ПФУ ПРО НОВІ ВИПЛАТИ

Пенсійний фонд України надав важливе роз'яснення щодо пенсійного забезпечення військовослужбовців, які брали участь у захисті країни від збройної агресії російської федерації

Згідно з новою постановою Кабінету Міністрів України, яка набула чинності 3 січня 2025 року, всі пенсійні виплати захисникам України здійснюватимуться в повному розмірі, без застосування понижувальних коефіцієнтів.

Особливу увагу в документі приділено спеціальним пенсіям, які перевищують десятикратний прожитковий мінімум для непрацездатних осіб. Важливо, що ці обмеження не застосовуватимуться до учасників антитерористичної операції (АТО), операції Об'єднаних сил (ООС) та всіх, хто безпосередньо долучався до захисту України від російської агресії.

Пенсії осіб, які брали безпосередню участь у заходах із забезпечення національної безпеки та оборони, відбиття й стримування збройної агресії Російської Федерації, із січня 2025 року виплачуються в повному обсязі без використання коефіцієнтів, – йдеться в офіційному повідомленні ПФУ.

Також ця норма поширюється на пенсії у зв'язку з втратою годувальника, які призначаються членам сімей загиблих, померлих чи зниклих безвісти захисників України.

Ухвалене урядом рішення є значним кроком у посиленні соціального захисту військовослужбовців та їхніх сімей, які зробили вагомий внесок у забезпечення територіальної цілісності країни.

Пенсія за вислугу років

50 – 70 %
грошового забезпечення
(залежно від вислуги років)

Пенсія по інвалідності

40 – 100 %
грошового забезпечення
(залежно від групи та причини інвалідності)

Пенсія членам сім'ї у разі втрати годувальника

30 – 70 %
грошового забезпечення
(залежно від причини смерті годувальника)

Нові правила, що діють із початку 2025 року, гарантують виплату повних пенсій для всіх категорій військовослужбовців, які брали участь у захисті України, незалежно від розміру їхньої пенсії.

НА ПРАВАХ РЕКЛАМИ

ЮЛІЯ ТИМОШЕНКО РОЗКРИТИКУВАЛА ВЛАДНУ ВЕРХІВКУ: «У НАС ДВІ ВІЙНИ: ВОРОГ ЗАБИРАЄ НАШУ ТЕРИТОРІЮ, МІЖНАРОДНІ КОРПОРАЦІЇ – СУВЕРЕНІТЕТ»

Розпродаж природних ресурсів і стратегічних об'єктів, корисних копалин і лісових господарств, державних монополій і цілих державних інституцій, на черзі – роздача громадянства України всім охочим і призов юнаків з 18 років

Ці та інші кричущі факти здачі чинною владою суверенітету і національних багатств викриває у своєму останньому відео на Youtube лідерка «Батьківщини» Юлія Тимошенко.

Вона запевняє, що за ініціативи та в інтересах впливових міжнародних структур Україна активно перетворюється на «сировинний придаток Європи». Саме така стратегія розвитку країни обрана чинною владою, пояснює вона. Це підтверджують і ухвалені протягом останніх років керованою монобільшістю у парламенті закони про розпродаж землі, водойм, корисних копалин, стратегічних підприємств, державних монополій.

«У нас сьогодні не одна війна, у нас дві війни. Одна – гаряча, де силою зброї кривавий ворог забирає нашу територію, а друга війна – тиха, в тилу, де у нас глобальна олігархія забирає суверенітет, а як наслідок, забирає все», – констатує лідерка «Батьківщини».

За її словами, владна команда

має намір продати всі ресурси країни в обмін на чергові кредити від міжнародних структур. Тимошенко робить припущення, що саме боргова фінансова залежність, до якої призвела згубна політика уряду, змушує погоджуватися на невідгідні країні умови. Щоразу, додає вона, ці умови стають все більш ультимативними.

«Чого тільки варті дві останні міжнародні вимоги до України. Перша – ухвалити страшний закон про мультигромадянство, а друга – розпочати мобілізацію юнаків, починаючи з 18-ти років. Ці дві ультимативні вимоги, якщо їх усе ж таки втілять у життя, вже достатні для того, щоб завдати важкого удару по самому існуванню української нації», – наголошує експертка.

Не менш загрозливими, за її словами, є нещодавно ухвалені законопроекти, якими формування складу державних інституцій, таких як Конституційний суд, Вища рада правосуддя, Рахункова палата, митниця тощо, передаються міжнарод-



ним радам. Очевидно, що сформовані за межами країни державні органи працюватимуть в інтересах тих, хто їх призначив, тобто іноземців, а не українців.

«Мені здається, що Україну зробили експериментальним майданчиком, де випробовують суспільні новачки, яких немає в жодній країні світу, де розмивають і мінімізують українську націю, а територію України та її ресурси використовують для реалізації інтересів глобальних гравців», – вважає Тимошенко.

Щоб припинити «новітню колонізацію», лідерка «Батьківщини» наполягає на скасуванні всіх антиконституційних законів і злочинних рішень, а також притягненні до відповідальності винних у цьому. Крім того, вона вважає важливим почати формувати оновлені демократичні правила життя в рамках нового Суспільного договору і Конституції.

«НОВА ПОШТА» ДОСТАВЛЯТИМЕ ПОСИЛКИ ВІЙСЬКОВИМ У ПРИФРОНТОВІ РЕГІОНИ ЗА 1 ГРИВНЮ

Компанія «Нова пошта» долучилася до національної програми підтримки військовослужбовців у застосунку «Армія+»



Про це повідомила заступниця міністра оборони з питань цифровізації Катерина Черногоренко.

«Тепер у розділі «Плюси» захисники і захисниці можуть надсилати та отримувати вантажі до 30 кг у прифронтових відділеннях лише за 1 гривню», – повідомила вона. Мова йде про Сумську, Харків-

ську, Донецьку, Запорізьку та Херсонську області.

Для користування послугою потрібно згенерувати штрихкод у застосунку та показати його оператору відділення. За місяць можна використати до трьох штрихкодів.

В УКРАЇНУ ПОВЕРНУЛИ ТІЛА 757 ПОЛЕГЛИХ ЗАХИСНИКІВ

За результатами репатріаційних заходів, Україні вдалося повернути тіла 757 полеглих Героїв, які загинули, обороняючи країну



За інформацією Координаційного штабу з питань поводження з військовополоненими, з початку роботи вдалося повернути тіла 757 загиблих захисників.

Розподіл за напрямками: 451 із Донецького напрямку; 71 із Бахмутського напрямку; 51 із Вугледарського напрямку; 13 із Луганського напрямку; 137 із Запорізького напрямку;

34 загиблих повернуто з моргів на території РФ.

Далі тіла загиблих доставляють до державних спеціалізованих установ. Експертні установи МВС та МОЗ України проводять ідентифікацію. Після завершення експертизи тіла передають рідним для належного поховання

У ДІЇ НЕЗАБАРОМ З'ЯВЛЯТЬСЯ НОВІ ОНЛАЙН-ПОСЛУГИ ДЛЯ ВЕТЕРАНІВ І СІМЕЙ ЗАГИБЛИХ ВОЇНІВ

Міністерство у справах ветеранів України спільно з Міністерством цифрової трансформації України запустило бета-тестування нового сервісу на порталі «Дія»

Цей сервіс дозволить онлайн оформити:

- статус особи з інвалідністю внаслідок війни
- статус члена сім'ї загиблого (померлого) захисника або захисниці України

Завдяки новим електронним сервісам вдасться скоротити бюрократію та значно спростити отримання відповідних статусів. У результаті ветерани та сім'ї загиблих (померлих) воїнів зможуть подати заяву через портал «Дія», а уповноважені представники місцевих органів, що відповідають за ветеранську політику, отримають

спеціальний «електронний кабінет» для опрацювання таких заяв.

Мінвeterанів наголошує, що пріоритетом є цифровізація та створення безбар'єрного середовища для ветеранів і членів їхніх сімей. Нові онлайн-послуги – частина цієї стратегії і мають помітно прискорити процес оформлення документів, позбавляючи людей зайвих черг і паперової тяганини.

Реалізацію сервісу координують Міністерство у справах ветеранів та Міністерство цифрової трансформації України за підтримки «Проекту підтримки Дія». Такий підхід спрямований на те, щоб сучасні технології полегшували життя тим, хто захищає державу, а також сім'ям загиблих захисників.

Незабаром планується завершити етап бета-тестування, і тоді всі охочі зможуть скористатися новими можливостями «Дії» для оформлення ветеранських статусів.

СТАЛО ВІДОМО, ЩО...

... цьогоріч заклади освіти Полтавщини зможуть отримати субвенцію на покращення протипожежної безпеки.

Пожежна автоматика, здійснення протипожежної обробки дерев'яних конструкцій, закупівля засобів пожежогасіння — це ті основні напрями, де буде використовуватися субвенція. Цей проєкт наразі є експериментальним. Усі, хто до нього долучиться, зможуть отримати фінансування від держави.



... у Кременчуці облаштують новий сквер в районі Півзаводу.

Біля перехрестя проспектів Лесі Українки та Полтавського з'явиться новий сквер. Виконавчий комітет передав на баланс комунального підприємства «Благоустрій Кременчука» земельну ділянку. Відповідне рішення виконком ухвалив 23 січня. Як вказали у пресслужбі Кременчуцької міської ради, незабаром там планують навести лад на території, висадити зелені насадження та встановити лавки.



... у Кременчуці запустили когенераційні установки, які виробляють тепло й електрику.

Їх використовуватимуть під час блекаутів, планових відключень чи аварійних ситуацій для живлення лікарень та закладів освіти. За словами мера Кременчука Віталія Малецького, установки місто отримало завдяки співпраці з урядом Німеччини та німецьким товариством міжнародного співробітництва GIZ GmbH. Гроші з місцевого бюджету на закупівлю обладнання не витрачали.



ТРОЄ ДІТЕЙ, «КУХНЯ ДЛЯ ТВАРИН», РОБОТА В ПОДАТКОВІЙ І СПІВ У ХОРІ:

Переселенка із Сєвєродонецька Ольга Кирилова розповіла про життя у Кременчуці

Ольга Кирилова з чоловіком та дітьми живе у Кременчуці з березня 2022 року. Каже, за цей час полюбила місто та його людей і вже не хоче повертатися до рідного Сєвєродонецька, навіть після деокупації

За майже три роки життя в Кременчуці родина влаштувалася, Ольга з чоловіком знайшли роботу й навіть пів року тому народили синочка Дмитра. Це третя дитина в родині.

Жінка називає його даром Божим і стверджує, що неочікуваною вагітністю всесвіт відчавив їй за добрі справи. Їх було чимало.

Три тижні розтяглися на роки

Вперше Ольга простягнула руку тим, хто потребував підтримки, 11 років тому. Саме тоді, у 2014 році, в її рідне місто Сєвєродонецьк з окупованої частини Луганської області почали їхати переселенці.

Попри те, що на руках була маленька дитина, жінка знаходила можливість приділяти увагу іншим. Допомогала не тільки речами й коштами, але й підказувала, де знайти житло, як влаштуватися на роботу. Тоді вона навіть не підозрювала, що через 10 років теж опиниться у важкому становищі.

– Я завжди гостро реагувала на занадто високі ціни на оренду житла для тих, хто тікав від війни. На фрази типу «понаїхали», які кидали на адресу переселенців... Прикро визнавати, але є серед нас ті, для кого гроші набагато важливіші, ніж людяність. До речі, особисто знаю історії, коли ті самі люди, які наживалися на переселенцях у 2014-му, з початком повномасштабного вторгнення на собі відчули, що таке втратити все й зіткнутися з непорядністю й бажанням заробити на чужому горі...

Пані Ольга згадує, як у березні 2022-го після чергового масивного обстрілу Сєвєродонецька з двома дітьми, сином Євгеном та донькою Поліною, приїхали до Кременчука. Сподівалися, на два-три тижні...

– Я так і сказала родичам чоловіка, які нас прихистили у своїй трикімнатній квартирі, що ми трошки погостюємо та повернемося додому. Але вже минуло майже три роки... Перші тижні у Кременчуці були непростими. Ми майже не виходили з дому – відходили від пережитого шоку. Займалися з дітьми, читали разом книжки, дивилися новини. Чекали... Час минав – надія на швидке закінчення війни танула. Новини, які приходили з рідного міста, оптимізму не додавали, й жінка зрозуміла – треба жити далі.

– Ми почали гуляти, знайомитися з містом. Дізналися про громадські організації, які підтримують переселенців. Позналилися з небайдужими кременчужанами, які переживають чужу біду, як свою, пропускають через серце. Я зраділа тому, що у Кременчуці багато щирих людей.

Щоб відвернути дітей від важких спогадів, пані Оля почала шукати школи й додаткові заняття для них. Сина влаштували в ліцей № 5 та музичну школу – Євген має гарні вокальні дані. Поліна, крім школи, пішла в танцювальну студію.

– Син ще у Сєвєродонецьку відвідував музичну школу, й коли його прослухали у Кременчуцькій музичній школі, одразу знайшли педагога з вокалу. Хоча охочих співати багато, наша вчителька Олена Родина зробила виняток і прийняла Євгена. Перші заняття проходили в неї вдома, і там син побачив домашніх тваринок...

Жінка каже, що спів і «тваринотерапія» зробили свою справу. Хлопчик почав відтавати, знайшов собі друзів, з часом зовсім перестав згадувати минуле життя.

Щоб «закріпити» успіх, вдома також завели маленького пухнастого улюбленця, якого Євген і Поліна із задоволенням доглядають. Також вони допомагають матері годувати котів і собак, які живуть і невеликому саморобному мініпритулку.



«Кухня для тварин»

Жінка згадує, як у Сєвєродонецьку під час евакуації люди залишали тварин напризволяще прямо на перонах, бо їх не пускали в потяг. Покинуті власниками, вони виглядали дуже нещасними.



Дивись відео-інтерв'ю з Ольгою Кириловою на нашому YouTube-каналі

У нас немає часу на відкладання своїх мрій», – впевнена жінка

– Мене це вразило, особливо очі сотень тварин, в яких читався справжній відчай. Ця картина довгий час переслідувала. І коли тут у місті я побачила покинутих собак та кішок, власники яких поїхали за кордон, мені захотілося щось зробити для них. Так прийшла ідея організувати волонтерську «кухню для тварин».

Ольга разом з іншими небайдужими жінками почала годувати безпритульників. Своїми силами на пустирі серед багатоповерхівок побудували перші будиночки, поставили мисочки, приносили корм. Сюди приходили годуватися безпритульні кішки й собаки, а потім так і залишалися жити.

Ольга домовилася з КП «Спецсервіс» про стерилізацію тварин. Також вона стала переможницею конкурсу від комунального підприємства й отримала якісні будки. Тож вулична «їдальня» перетворилася на мініпритулок для тварин.

Жінка каже, що сюди постійно підкидають цуценят та кошенят, але вона шукає нових господарів для тваринок.

На диво, місцеві мешканці зраділи появі мініпритулку. Люди задоволені тим, що тварини під наглядом, нагодовані, не агресивні, а навкруги – чистота й порядок. Навіть квіти ростуть.

– Ми постійно прибираємо тут. Приносимо їжу, чисту водичку. Всі тварини стерилізовані, щеплені. Зараз у нас живе сім кішок та три собаки. Нещодавно довелося рятувати життя маленькому цуценяті, якого покусали великі собаки. Він майже замерз, але вдалося виходити, виликувати. Це не єдине врятоване життя. Випадків багато. Була кішка, яку навіть ветеринари рекомендували приспати, але її врятували.

Також жінка деякий час брала тваринок на перетримку, але після народження дитини перестала цим займатися.

Третя дитина дала віру в щасливе майбутнє

Третю дитину Ольга та Євген не планували, але неочікуваної вагітності зраділи. Про можливі труднощі навіть не думали – навпаки, почали дивитися в майбутнє з надією.

– Здається, цей дар Божий в нас усіх вдихнув нове життя і якусь віру. І хоча через народження дитини на деякий час довелося піти з роботи, я зовсім не жалкую про це!

Зараз пані Ольга повернулася до роботи. З малечю допомагає мати чоловіка, яка переїхала до дітей із Києва.



До повномасштабного вторгнення пані Ольга працювала в податковій інспекції. Після лютого 2022 року їхній відділ вивели в простій, але жінка мала велике бажання працювати, про що повідомила Державну податкову службу України. У 2022 році їй і ще одному співробітнику із Сєвєродонецька надали приміщення й обладнання для роботи у кременчуцькій податковій інспекції. Тож пані Ольга була однією з перших, хто почав відновлювати роботу сєвєродонецького підрозділу.

– Я вдячна керівнику нашого колективу й усім співробітникам, які уважно ставляться до мене. По-перше, це професійне ставлення, по-друге, це людяність. Мене навіть не питали, чи моя родина чогось потребує, просто надавали допомогу. Я прийшла на роботу, а мені керівниця каже: «Ось, ми тобі зібрали деякі речі у квартиру». Це було так неочікувано й приємно! Ця підтримка дуже важлива!

Жінка каже, що колектив став для неї другою родиною, й навіть коли вона завагітніла й народила, перерва на відпустку була короткою. Через два місяці жінка повернулася до виконання професійних обов'язків.

Поки дружина була у декреті, Євген працював удвічі більше, щоб сім'я жила в достатку.

«Живемо сьогодні й зараз»

Сьогодні пані Оля працює, виховує трьох дітей, займається притулком, а ще встигає відвідувати заняття з вокалу.

Колись вона лише мріяла співати, а з початком війни переглянула своє ставлення до життя й вирішила, що не можна відкладати свої бажання на завтра – на це просто немає часу.

– Все може змінитися у будь-яку мить. Ми в цьому з початку війни впевнилися. Тому живемо сьогодні й зараз, насолоджуємося кожним днем, ростимо дітей, радіємо їхнім успіхам, працюємо, допомагаємо іншим. У цьому й є наше щасливе життя.

Руслана ГОРГОЛА

Матеріал створено в межах проекту «Підтримка професійної журналістики під час війни», що реалізується ГО «Інтерньюз-Україна»

МІСЯЧНИЙ ПОСІВНИЙ КАЛЕНДАР НА ЛЮТИЙ

Сприятливі дні для посіву — 5-7, 20-22 лютого.

Несприятливі — 1-2, 16, 27-28 лютого

Що садити на розсаду в лютому

Пізностиглі **томати** висаджують на розсаду в середині-кінці лютого. Так можна отримати ранній урожай овочів. Насіння помідорів сіють у вологий ґрунт у маленькі ящики, стаканчики або горщики.

Середньостиглий і пізній **болгарський перець** можна висаджувати з початку лютого. Насіння перед посівом потрібно замочити в мокрій марлі або тканині. Висаджують перець у стаканчики - по 2 насінини на стаканчик.

Баклажан починають висаджувати в середині лютого. Насіння рекомендується замочити в розчині марганцю на 15 хвилин, щоб захистити його від хвороб. У ґрунт для баклажана можна додати тирсу і попіл. В один стаканчик кладуть дві насінини баклажана, злегка присипають вологою землею і накривають плівкою.

Цибулю-порей і ріпчасту висаджують у середині лютого. Перед посадкою цибулину варто замочити на добу в теплій воді. Потім цибулини висаджують у вологий ґрунт і ставлять на підвіконня.

У лютому на розсаду садять **полуницю** і **суницю**, щоб уже на початку літа зібрати урожай ягід. Насіння слід замочити і просушити. Неглибоку ємність високою не більше 4 см наповніть сумішшю ґрунту і піску в рівних пропорціях. Насіння рівномірно посипте на землю.

Капуста (рання). Розсада, яка буде готова до висадки, з'явиться через сорок-п'ятдесят днів. І вже на шістдесятій день можна буде ласувати дозрілими, соковитими головками.

Кавун. Для любителів цієї соковитої і великої ягоди (які не проживають в південних регіонах), лютий саме той місяць, коли можна висівати насіння на розсаду.

Таблиця сприятливих днів для посіву в лютому

Культура	Сприятливі дні
Томати (середньостиглі, пізностиглі)	5-6, 8-10, 15-16, 20-21
Перець солодкий	7-8, 11-13, 19-21
Баклажани	6-7, 10-12, 18-19
Цибуля-порей	5-7, 10-12, 20-21
Зелень (рукола, кріп, петрушка, базилік)	9-10, 14-15, 22-23
Полуниця (насіння)	6-7, 10-11, 15-16



Базилік (для подальшої пересадки в парники або теплиці). Період проростання і подальшого розвитку сіянців триває сім-вісім тижнів. Потім вони будуть готові до висадки в ґрунт.

Квіткові культури

У лютому можна висаджувати на розсаду насіння майорця, петунії, агератума, геліотропа, цинерарії приморської, лобелії, гвоздики Шабо, запашного тююну, дельфініума, целозії та ін.

Нарциси і тюльпани часто висаджують у лютому, щоб вони розцвіли до березня. В землю рекомендується додати попіл і пісок. До весни цибулини пересаджують з розсади в клумбу.

Бегонія - вдала рослина для розсади в лютому. У ґрунт для квіткі слід додати трохи піску, торфу і перегнилого листя. Поки насіння не проросте, землю потрібно накрити плівкою.

Петунію висаджують у середині-кінці лютого. Найкраще садити насіння в окремі стаканчики або в торф'яні таблетки. Саджанці потрібно поставити на добре освітлюване місце або додатково досвічувати лампою.

Турецька гвоздика висаджується в суміш із листового перегною і піску в рівних частинах. Насіння сіють на глибину 1 см і з проміжком в 3 см. Посіви накривають папером.

Зелень на підвіконні

Не забувайте і про зелений город на підвіконні. Свіжа, корисна «зеленушка» завжди буде під рукою. Приправляючи страви такими доморощеними вітамінчиками, ви зонайменше заощадите гроші, а зонайбільше - крім своєї корисності, така витончена грядочка чудово освіжить і задекорує ваше житло.

На підвіконні можна виростити зелену цибульку, шпинат, крес-салат, петрушку, зелену гичку буряка і т.д. Все, що від вас буде потрібно - це заздалегідь приготовлений субстрат, ємності для висадки, ваша турбота і належний догляд.

КАЛЕНДАР РИБАЛКИ НА ЛЮТИЙ

Враховуйте, що в останній місяць зими риба дуже пасивна, тому на рекордне клювання не варто сподіватися. Жителі водойм часто мешкають у добре підготованих місцях, де ще можна знайти залишки їжі



- **Найкращі** дні для риболовлі – 2-7, 20-24 лютого.
- **Хороші** дні для риболовлі – 1, 8-10, 17-19, 25-26 лютого.
- **Погані** дні для риболовлі – 11-16, 27-28 лютого.

Для полювання на судака можна використовувати блешні, а ось шукати щуку слід на глибині. Окунь точно буде зацікавлений приманкою у вигляді мотіля.

Вже до кінця лютого починають активізуватися підлящик і плотва, які підходять до гирл річок.

СМАЧНИЙ РЕЦЕПТ

САЛАТ ІЗ ХАМОНОМ ТА ПАРМЕЗАНОМ



Для заправки:

- 1/4 чайної ложки кошерної солі
- свіжомелений чорний перець за смаком
- 2 столові ложки витриманого хересного оцту
- 2 столові ложки олії зі смажених волоських горіхів

Для салату:

- 1/2 чашки волоських горіхів
- 140 г молодої руколи
- 113 г хамона
- 1-2 груші, очищені від серцевини та нарізані
- 10 свіжих листків базиліку, порваних
- 1/3 чашки пармезану, нарізаного стружкою (або за смаком)
- свіжомелений чорний перець за смаком

У миску додайте сіль і бажану кількість свіжомеленого чорного перцю. Виміряйте і додайте витриманий хересний оцет, перемішайте до повного розчинення солі.

При постійному помішуванні, повільно влийте олію зі смажених волоських горіхів. Відкладіть убік. Перед заправкою салату, можливо, буде потрібно знову перемішати.

У маленькій пателі підсмажте волоські горіхи на середньому або слабкому вогні, періодично струшуючи пателю або помішуючи, доки вони не почнуть видавати тостовий аромат. Зніміть з вогню, перекладіть на обробну дошку і грубо наріжте.

Викладіть руколу на блюдо. Розірвіть кожну скибочку хамона навпіл, сформуєте трояндочки та викладіть їх поверх руколи.

Видаліть серцевину і стебло у 1-2 груш. Наріжте їх тонкими скибочками (близько 3-6 мм завтовшки) і розкладіть поруч із хамоном.

Посипте салат порваними листям базиліка, нарізаними підсмаженими волоськими горіхами і стружкою свіжого пармезану. Полийте салат заправкою і посипте свіжомеленим чорним перцем.

ІМІДЖ КЛУБ

Кожен новий рік приносить надії, цілі та можливості. 2025 рік – це ваш шанс на зміни. Настав час діяти, брати відповідальність за своє майбутнє і робити впевнені кроки вперед.

Найкращий момент для дій – це завжди «тут і зараз». Ви здатні змінити своє життя на краще, варто лише захотіти і діяти рішуче.

Новий рік відкриває багато шляхів для самореалізації:

- ✓ **Освоєння нових навичок.** Сучасний світ змінюється швидко і кожна нова навичка може стати квитком до успіху.
- ✓ **Пошук додаткового доходу.** Сьогодні пропонується безліч варіантів для заробітку.
- ✓ **Участь у маркетингових акціях.** Це унікальна можливість отримати грошові призи.

Новий 2025 рік – час досягати успіху разом із «Імідж клубом»!

Особливо популярні серед українців маркетингові акції від «Імідж Клубу»®, які вже багато років поспіль змінюють життя людей на краще.

«Імідж Клуб»® від ТОВ «МЕЙЛ ТОРГ» – це чесний, надійний і досвідчений дистанційний продавець товарів і організатор маркетингових акцій, який забезпечує клієнтів високоякісною продукцією і вручає великі грошові призи

головним переможцям. Участь в акціях від «Імідж Клубу»® – це унікальна нагода отримати не лише грошову винагороду, а й заряд мотивації та впевненості в собі.

Вже понад 20 років «Імідж Клуб»® організовує акції, де Головні переможці отримують грошові призи і віру в те, що все можливо. Компанія дотримується прозорих правил, тому кожен учасник – рівноправний претендент на перемогу.

Ваш успіх – у ваших руках! Не чекайте, поки 2025 рік мине. Відкрийте для себе нові горизонти і використовуйте всі можливості. Долучайтеся до маркетингових акцій від «Імідж Клубу»®. Це простий і дієвий спосіб відчутти смак успіху, перемоги і фінансового благополуччя!



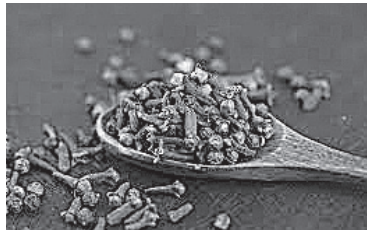
privatka.ua
ПОДАВАЙТЕ
ОГОЛОШЕННЯ
В ГАЗЕТУ
НЕ ВИХОДЯЧИ
З ДОМУ
privatka.ua
ПРИВАТНА
газета

АМЕДА ГРУП
ЗАКУПІВЛЯ
МЕДУ ОПТОМ
(050) 63-68-017
(098) 71-97-199

КУПЛЮ
МЕД
ВІД 400 КГ
(096) 569-58-50
(066) 989-99-80

БІЛЬ У СУГЛОБАХ ПРОЖЕНЕ ГВОЗДИКА

Біль у спині, у ліктях і колінах, при артрозах, ревматизмі, радикуліті, міозиті, невралгії чудово знімає настоянка на одеклоні гвоздика



Візьміть п'ять пакетиків (по 20 г) гвоздики (продаються у відділах спецій).

Залийте двома флаконами потрійного одеклоноу.

Закрийте скляну банку тримайте в темному місці (не в холодильнику) тиждень, постійно струшуючи.

Готова настоянка має бути насиченого коричневого кольору. Натерши нею хворі місця, прикрийте поліетиленом і вкрийте. Біль зникне!

Перш ніж скористатися народним рецептом лікування, обов'язково порадьтеся з лікарем!

ПРО ЩО СВДЧИТЬ ОНІМІННЯ РУК УВІ СНІ

Коли руки починають німіти під час сну, причиною такого стану може бути тунельний синдром



Карпальний тунельний синдром може виникати у зв'язку зі зміною гормонального фону в організмі, віковими змінами, ревматичними та ендокринними захворюваннями.

Часто він зустрічається в офісних працівників, які регулярно працюють з мишкою і клавіатурою, а також у людей, зайнятих у професіях, пов'язаних із однотип-

ними згинально-розгинальними рухами кисті (наприклад, у піаністів і малярів).

Також нестача вітаміну В6 може стати причиною оніміння і поколювання в пальцях кистей. Цей вітамін погано накопичується в організмі і швидко витрачається під час стресу.

ОГІРОК, СЕЛERA ТА ІМБИР ДОПОМОЖУТЬ ПОЗБУТИСЯ ПОДАГРИ

Сік огірка має високу здатність підлужування й ефективно видаляє сечову кислоту та її кристали із суглобів



Ця суміш чудово видаляє токсини, а селера і особливо імбир зменшують запалення.

Нам знадобиться: зробити сік із 1 середнього розміру огірка, 2 стручків селери, половини лимона та молодого кореня імбиру розміром 2,5 см.

Приготування: передусім очистіть інгредієнти від шкірок.

Наріжте огірок і селеру невеликими шматочками. Розріжте лимон навпіл, візьміть одну частину і видавіть у чашу блендера, а іншу покладіть у холодильник. Наріжте корінь імбиру.

Збийте всі інгредієнти та пийте суміш один або два рази на день, доки не відчуєте результат.

ДІЄВІ СПОСОБИ РОЗІГНАТИ МЕТАБОЛІЗМ

Почніть пити зелений чай. Він може збільшити швидкість метаболізму на 4-5 відсотків. До того ж чашка чаю містить лише 2 калорії



Пийте більше води. Дві склянки води вже за 10 хвилин посилюють метаболізм на 30 відсотків. І ефект триває більше години.

Додайте лимон у воду. Любителі фітнесу, які не отримують достатньо вітаміну С, сплять на тренуванні на 25 відсотків менше

калорій, ніж ті, хто його регулярно приймає.

Не сидіть без діла. Спонтанна чи побутова нетренувальна активність допомагає спалювати від 300 до 2000 калорій. Тож, наприклад, домашнє прибирання легко замінить тренування у залі.

НЕБЕЗПЕЧНИЙ E127 – ЕРИТРОЗИН

Еритрозин - блакитно-рожевий барвник. Застосовується для виготовлення консервованих фруктів, сухого печива, зацукрованої вишні, консервованої вишні, напівфабрикатів бісквіту, оболонки для сосисок

Також E127 знаходить застосування для виготовлення зубних паст, рум'ян, медичних препаратів.

Викликає астму, гіперактивність, може шкідливо впливати на печінку, серце, щитоподібну залозу, репродуктивну функцію, шлунок, має канцерогенний ефект.

ЛІКУВАННЯ ЕКЗЕМИ НА РУКАХ

Екзема на руках є незаразним хронічним запальним захворюванням шкіри рук (найчастіше кистей). Нерідко хвороба поширюється і на середні шари шкіри



Вперше екзема виникає в гострій формі, але при не своєчасному зверненні до дерматолога або неправильному лікуванні може перейти в поширений хронічний процес.

Виявляється екзема у вигляді дрібного бульбашкового висипу (везикул). Шкіра при цьому може не міняти колір, а може почервоніти і ущільнитися. Через деякий час бульбашки лопаються, призводячи до утворення великої поверхні рани, яка легко інфікується - тоді замість серозної рідини починає з'являтися гнійний секрет.

Основними симптомами екземи є:

- сильне свербіння;
- дрібні шкірні тріщини;
- активне лущення уражених ділянок шкіри;
- набряки;
- збільшення температури тіла під час загострень;
- безсоння, невротичні розлади.

Постійний свербіж призводить до розчісування ранок, що провокує поширення інфекування. При цьому вогнища ураження виглядають червоними і сухими. Посилення сверблячки та інших симптомів екземи сигналізує про загострення захворювання.

Основна причина виникнення екземи на кистях рук полягає в зміні реактивності шкіри внаслідок імунних та інших порушень у роботі організму. Безпосередньо екзема на цьому тлі може бути викликана:

- психосоматичними факторами;
- дисфункціями різних систем організму (ЦНС, ендокринної, травної);
- зовнішніми подразниками (хімічними речовинами, бактеріями, фізичними факторами);
- спадковою схильністю.

Деякі дослідження розглядають екзему як алергічний прояв.

У будь-якому разі лікування екземи передбачає багатоплановий підхід. Це означає, що захворювання потрібно лікувати зсередини й ззовні: дотримуватися ді-

сти, приймати необхідні препарати, обробляти уражені ділянки шкіри й т. д.

Застосування зовнішніх засобів — важлива складова терапії при екземі. Вона необхідна, щоб полегшити симптоми дерматозу: почервоніння, свербіж, лущення, сухість, печіння.

Обробляти шкіру при екземі ефективно збором із таких трав:

- календули (знімає запалення, знезаражує уражену ділянку та шкіру навколо неї);
- ромашки (усуває свербіж та набряклість, заспокоює запалений епідерміс, стимулює його регенерацію);
- хвоща польового (поліпшує обмін речовин та кровообіг у шкірі, пришвидшує загоєння);
- шавлії (знімає подразнення й свербіж, діє як антисептик).

Як приймати препарат

Змішайте компоненти, що перелічені вище.

Насипте 5 ст. л. збору в каструльку та залийте 1 л окропу.

Поставте трав'яну суміш на водяну баню. Нехай вона повільно кипить протягом 15 хвилин.

Зніміть відвар і залиште на 45 хвилин настоюватися й охолоджуватися.

Відріжте частину марлі, складіть у кілька разів і змочіть у настой. Робіть компреси на уражені ділянки шкіри кілька разів на день — достатньо 2-3.

Засоби для терапії мусить призначити спеціаліст. Пам'ятайте: лише лікар, оцінивши ступінь та особливості протікання захворювання, порекомендує правильні засоби для обробки шкіри.

РЕКЛАМА. ОРИГІНАЛ-МАКЕТ ЗАМОВНИКА

ШИЙНИЙ ВІДДІЛ ХРЕБТА

Що треба про нього знати? Наскільки він важливий?

Багато людей більше значення надають стану поперекового відділу хребта. Але, від стану шийних хребців залежить набагато більше функцій організму. Судини, які проходять через шийні хребці забезпечують кров'ю, та живлять головний мозок, впливаючи на артеріальний тиск, зір, пам'ять. Їх перетискання при деформаціях в шийному відділі призводить до появи головкружіння, шуму в вухах, головного болю, порушенню зору. Шийний відділ відповідає за Ваші руки, забезпечуючи іннервацію плечових нервових сплетень, які керують рухами, та чутливістю рук. Терпкість, оніміння, слабкість в руках - все це ознаки порушень в шийному відділі хребта. Робота серця, порушення ритму, теж може бути пов'язано саме з шийними хребцями. Можна роками лікувати різні вегетативні розлади, серце, головні болі, плечові суглоби, але поки не пролікувати, та не відновити функціональний стан шийного відділу - одужання геть і чекати. Дуже велике значення мають два верхніх хребця під черепом. Не-

правильне їх положення призводить до появи купи скарг у пацієнтів, які об'єднуються у діагнозі «Синдром вертебральної артерії». Та призначенням таблеток, крапельницями, та мазями це не виправиш. Вам обов'язково треба звернутися до досвідченого вертебролога - лікаря, який вмє це лікувати. Специфічні корегуючі маніпуляції, разом з прицільною ін'єкційною терапією підчерпної зони - обов'язково виправлять цю ситуацію, та повернуть Вас до нормального, активного життя. Я з радістю Вам допоможу привести до ладу шийний відділ хребта. Для цього треба потрапити до мене на консультацію, провести огляд, скласти план лікування, та виконати мої призначення. Консультації, та лікувальні процедури проводяться один день, кожні два тижні. Прийміть рішення бути здоровим! Це можливо!



ЛІЦ. МОЗ УКРАЇНИ АЕ 571070

Ваш лікар
Владимиров Роман Романович

Лікар Владимир Роман Романович приймає в Кременчуці за адресою: вул. Лікаря Богаєвського 13-А. Попередній запис за телефонами: (073) 431-31-03, (066) 431-31-03

Детально і доступно про захворювання хребта та суглобів, а також про методи лікування можна прочитати на офіційному сайті Центру вертебрології доктора Владимирова: www.spinanebolit.com.ua

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

МІСЯЧНИЙ КАЛЕНДАР СТРИЖОК НА ЛЮТИЙ

1 лютого – до зустрічі зі старим другом
2 лютого – призведе до поповнення бюджету
3 лютого – подарує натхнення
4 лютого – додасть творчих сил та енергії
5 лютого – до міцного здоров'я
6 лютого – нова стрижка несе успішність серед оточуючих
7 лютого – подарує натхнення, додасть творчих сил та енергії
8 лютого – до кохання
9 лютого – гарантує успіх серед оточуючих, підвищить популярність
10 лютого – дозволить зберегти стабільність у роботі та фінансах

11 лютого – добробут та достаток не покинуть вас
12 лютого – принесе стабільність у фінансах
13 лютого – до зустрічі зі старим знайомим
14 лютого – до міцного здоров'я
15 лютого – є ризик бути втягнутим у суперечку чи конфлікт
16 лютого – матеріальний добробут
17 лютого – гарантує успіх серед оточуючих, підвищить популярність
18 лютого – дозволить зберегти стабільність у фінансах

19 лютого – принесе вам енергію грошового прибутку
20 лютого – до нової роботи
21 лютого – можливі перепади настрою
22 лютого – Амури літають поруч, можете закохатися
23 лютого – успіх серед оточуючих
24 лютого – не варто сьогодні стригтись
25 лютого – стрижка сприяє укріпленню зубів
26 лютого – до можливих пригод
27 лютого – до цікавих неочікуваних подій
28 лютого – нова стрижка дасть величезну кількість енергії

МІСЯЧНИЙ КАЛЕНДАР НА ЛЮТИЙ – СПРИЯТЛИВІ ТА НЕСПРИЯТЛИВІ ДНІ

Сприятливі місячні дні: 4, 5, 15, 18, 19, 20, 25, 26 лютого

- для подорожей: 9, 12, 15, 16, 18, 19, 20, 26
- для нових починань: 8, 12, 18, 19, 20, 26
- для фінансових або юридичних справ: 6, 14, 18, 19, 20, 24, 26
- для творчості та спорту: 4, 7, 12, 15, 18, 19, 20, 23, 27
- для міжособистісних стосунків (ділових і романтичних): 4, 5, 8, 11, 14, 15, 18, 19, 20, 23
- для походу до лікаря: 11, 12, 14, 18, 19, 20, 27.



Несприятливі дні: 2, 3, 10, 21, 24, 27 лютого

- дні, коли можуть виникнути конфлікти: 2, 3
- для нових починань: 10, 21
- для подорожей: 24, 27
- для фінансових або юридичних справ: 2, 10, 23

МАГНІТНІ БУРІ У ЛЮТОМУ

Очікується, що сонячна активність впливатиме на наше самопочуття протягом усього зимового місяця

Магнітна буря середньої сили накриє Землю 1,2, 17 та 20 лютого. Метеозалежні можуть відчувати погіршення самопочуття.

Сильна магнітна буря очікується вже 4, 5, 18, 19, 24 лютого, пік активності — 4 лютого ввечері. Її активність вплине на всіх. Краще запастися таблетками та іншими необхідними ліками.

Як захиститися від шкідливого впливу

Заздалегідь знаючи період піку сонячної активності, можна знизити неприємні симптоми магнітних бур і вберегти своє здоров'я. Для цього потрібно дотримуватися простих рекомендацій:

- надай перевагу активному способу життя;
- забудь про шкідливу їжу;
- перебувай більше на свіжому повітрі;
- забезпеч здоровий сон;
- пий просту воду або трав'яні чаї;
- відмовся від алкоголю та куріння;
- мінімізуй стресові ситуації;
- тримай необхідні медикаменти в домашній аптечці.

МІСЯЧНИЙ КАЛЕНДАР

3 ЛЮТОГО. 6 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 9.28
МІСЯЦЬ В ОВНІ

Зростаючий Місяць. Утримайтеся від активної діяльності. Відпочинок, розслаблення, медитації - ось що допоможе вам здолати неприємності цього дня.

4 ЛЮТОГО. 7 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 9.44
МІСЯЦЬ У ТЕЛЬЦІ (5.30)

Зростаючий Місяць. День досить напружений в емоційному плані. Починати можна тільки добре продумані й ретельно сплановані справи, інакше можна зіткнутися з проблемами.

5 ЛЮТОГО. 8 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 10.05
МІСЯЦЬ У ТЕЛЬЦІ

Перша чверть наст. о 11.04. Якщо ви контролюватимете свої емоції, сьогодні вам вдадуться будь-які поточні справи. Що спокійніше мине цей день, то краще.

6 ЛЮТОГО. 9 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 10.32
МІСЯЦЬ У БЛИЗНЮКАХ (8.47)

Зростаючий Місяць. Небажано починати нові справи і взагалі займатися чимось важливим. Відвідування салону краси і перукарні краще перенести на інший день.

7 ЛЮТОГО. 10 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 11.10
МІСЯЦЬ У БЛИЗНЮКАХ

Зростаючий Місяць. Сьогодні удача супроводить як продажі, так і покупки. Можна переїжджати на нове місце проживання, купувати нерухомість.

8 ЛЮТОГО. 11 МІС. ДЕНЬ. ПОЧ. 12.02
МІСЯЦЬ У РАКУ (13.07)

Зростаючий Місяць. Якщо є можливість, відпочиньте або проведіть час на природі. Продумайте і розплануйте свої дії: сьогоднішні плани, думки і бажання мають усі шанси здійснитися.

9 ЛЮТОГО. 11 МІС. ДЕНЬ (ПРОДОВЖ.)
ПОЧ. 13.08 МІСЯЦЬ У РАКУ

Зростаючий Місяць. День не сприяє початку лікування, стрижці волосся. Це день щедрості, альтруїзму і милосердя. Корисно займатися спортом.

АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ ІЗ 3 ДО 9 ЛЮТОГО

ОВЕН

Професійні справи мають успішно просунутися. Доходи не прагнуть до зростання. Не перевантажуйтеся. Вас можуть захопити політичні пристрасті.



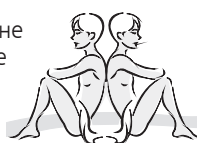
ТЕЛЕЦЬ

Віз службових справ котитиметься легко при вивіреному «штотвахні». Прибуток має вас порадувати. Внесіть романтику в подружні відносини.



БЛИЗНЮКИ

Професійне життя не без складнощів. Будьте впевнені в собі - і все подолаєте. Начальство вас оцінить і це сприятливо відобразиться на наповненості вашого гаманця. Можлива службова інтрижка.



РАК

Гарний настрій поліпшить продуктивність праці. Не засмучуйтеся, якщо заробітки не високі. Наповніть душу радістю і побачите, як люди стануть вам посміхатися, а близькі - допомагати.



ЛЕВ

Будьте уважні до оточуючих, інакше конфлікти можуть призвести до наслідків. Будьте обережні з фінансовими операціями. Частіше бувайте на природі, на самоті.



ДІВА

Намагайтеся встигати у всіх важливих справах. Доходи мають зрости. На творчі натури чекають визнання й аплодисменти. У сім'ї панує благополуччя і спокій.



ТЕРЕЗИ

Ви досягнете успіху в бізнесі, якщо швидко проаналізуєте обстановку і діяти будете сміливо і гнучко, але без хитрощів. Грошова перспектива цілком райдужна.



СКОРПІОН

Перша половина тижня підходить для рутинної праці, а друга - для підписання нових договорів. До кінця тижня чекайте на притік фінансів.



СТРЕЛЕЦЬ

Виконуйте найважливіші справи. Будьте уважні і до подій, і до людей. Є можливість піднятися кар'єрними сходами. Доходи обіцяють бути хорошими, але не зашкодить зменшити витрати.



КОЗОРІГ

Дуже важливий тиждень для служби і бізнесу. Злагоженість роботи колективу посприяє успіху. Фінансове становище стійке.



ВОДОЛІЙ

Проявляючи працьовитість і кмітливість, зможете заслужити навіть підвищення, і навіть примножити капітал. Але при хорошому прибутку витрати теж прагнуть угору. Вірогідні розчарування в особистому житті.



РИБИ

Розширюйте коло знайомств і збагачуйтеся ідеями. На службі належить вести одразу декілька справ, не соромтеся звернутися по допомогу до колег. Заробітки не засмуть.



Головна редакторка
Мирослава Українська
тел. (050) 757-43-56,
(098) 124-84-90
Верстка
Анатолій Василенко

Адреса редакції та видавця:
39600, м. Кременчук,
вул. Шевченка, 50А,
тел. (050) 777-2-777,
(067) 531-30-90
E-mail: gazetakremenchuk@gmail.com

Номер підписано до друку 29.01.2025р.
Замовлення № 13180
Загальний наклад 12 000 прим.
(за передплатою 5 200 прим.)
Віддруковано у видавничій ТОВ «АСМІ», м. Полтава,
пров. Перспективний, 8, тел. (05322) 2-57-69
asmi.business-guide.com.ua

Свідчення про реєстрацію
серія ПЛ № 1251-508Р
від 15.08.2018р.
Ідентифікатор: R30-03944
Засновник – **П.С.В. Кулясов**
Видавець – ПП «Видавничий дім
«Приватна газета»

Рубрики та матеріали з позначкою *
друкуються на правах реклами
Відповідальність за зміст публікацій
несе автор, за зміст реклами –
рекламодавець.
Редакція може не поділяти думку
автора публікацій.
Рукописи не повертаються.

ПЕРЕДПЛАТНИЙ
ІНДЕКС
01600

«ДДС» ШУКАЄ ВІДПОВІДЬ

У 2023 році звільнився з військової служби. Був на передовій і виконував завдання, пов'язані із захистом Батьківщини. Моя пенсія з інвалідності трохи перевищує максимальну. Чи зміниться розмір пенсії через застосування понижувальних коефіцієнтів?

– Пенсія особи, яка брала безпосередню участь у здійсненні заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії російської федерації у Донецькій та Луганській областях, забезпеченні їх здійснення, перебуваючи безпосередньо в районах та у період здійснення зазначених заходів, а також до пенсій у разі втрати годувальника, призначених членам сім'ї загиблих (померлих, зниклих безвісти) таких осіб.

До спеціальних пенсій, розмір яких перевищує 10 розмірів прожиткового мінімуму для осіб, які втратили працездатність, коефіцієнти, передбачені пунктом 1 постанови Кабінету міністрів України від 03.01.2025 № 1 "Про визначення порядку виплати пенсій деяким категоріям осіб у 2025 році у період воєнного стану" (далі – постанова).

– Зробити персоналізовану благодійну пенсійну пожертву на користь пенсіонера можливо незалежно від виду, розміру та часу призначення йому пенсії.

Чи можна зробити благодійну пожертву жінці, яка зареєстрована як ВПО, якщо вона отримує пенсію з інвалідності?

– Зробити персоналізовану благодійну пенсійну пожертву на користь пенсіонера можливо незалежно від виду, розміру та часу призначення йому пенсії.

У разі здійснення персоналізованої благодійної пожертви, тобто пожертви визначеному одержувачу, 70% суми спрямовується

на виплату самому пенсіонеру, решта (30% суми пожертви) використовується як фінансовий ресурс на виплату пенсій.

Для здійснення благодійної пожертви меценат має скористатись послугами вебпорталу електронних послуг Пенсійного фонду України <https://portal.pfu.gov.ua/> (без авторизації, без внесення особистих даних того, хто здійснює платіж).

Якими документами мати-одиначка може підтвердити свій статус для отримання додаткової відпустки?

– Стаття 10 Закону України «Про відпустки» надає матері-одиначці право на щорічну додаткову оплачувану відпустку тривалістю 10 календарних днів. Про це під час інформаційно-роз'яснювальної роботи на комунальному підприємстві Запоріжжя нагадали посадовці управління інспекційної діяльності у Запорізькій області. Вони звернули увагу на те, що в законодавстві про працю відсутнє визначення поняття «одиначка мати». Нею, відповідно до постанови Пленуму Верховного суду України від 6 листопада 1992 року № 9, вважаються:

- жінка, яка не перебуває в шлюбі, і в свідоцтві про народження дитини якої відсутній запис про батька дитини, або запис про батька зроблений у встановленому порядку за вказівкою матері;
- вдова;
- інша жінка, яка виховує й утримує дитину сама.

До останньої категорії, згідно з роз'ясненням Мінекономіки, належать:

- розлучена жінка;
- жінка, яка виховує дитину без батька, зокрема, жінка, яка народила дитину, не перебуваючи в шлюбі, й при цьому батько визнав дитину;
- жінка, яка вийшла заміж, але її дитина новим чоловіком не всиновлена, оскільки батько в дитини є.

Чинне законодавство не визначає конкретного переліку документів, які має пред'явити одиначка мати для підтвердження свого статусу та отримання додаткової соціальної відпустки. Тож роботодавцю пред'являють будь-який офіційно складений, оформлений і засвідчений в установленому порядку документ, що підтверджує відсутність участі батька у вихованні дитини. Роботодавець, врахувавши надані документи, ухвалює рішення про надання додаткової соціальної відпустки.

СУДОКУ

5	1	3	7	4		
4	2	9		8	5	7
3	7	8		6	2	4
8	3			6	5	7
7		5		8		9
1	9					4
	5					3
9			3			
			8			9

ЯК ВПОРАТИСЯ ЗІ СТРЕСОМ – ПОРАДИ ВІД ПСИХОЛОГІНИ

Практикуюча психологиня Анна Гринь розповіла, як впоратися зі стресом та допомогти близькій людині не впасти в депресію.

– У Кременчуці живе багато переселенців. У кожного своя історія. Що робити людині, якщо вона відчуває провину за те, що залишила свою домівку або близьких у зоні конфлікту?

– Перше і найголовніше потрібно розуміти, що ми маємо поважати вибір одного.

Якщо людина цей вибір зробила, наприклад, залишилася жити на окупованій території, то на це були у неї якісь важливі причини.

Ми також маємо розуміти, що почуття провини – це не проявлена агресія в свою сторону або в сторону іншої людини.

ми близькими. Поговоріть про те, що ви відчуваєте. Це нормально, але не знецінюйте їхній вибір! Вислухайте їх, дайте змогу їм самим пояснити, чому вони так вчинили. І по можливості підтримуйте їх, вчіться підтримувати, допомагайте один одному і поважайте їхній вибір.

– Чи допомагають регулярні фізичні вправи зменшити рівень тривоги?

– Так, авжеж. Якщо ми буде-

мо зранку робити фізичні вправи, то рівень стресу знижуватиметься. Наш кортизол знизиться і буде вмикатися гормон серотонін, гормон щастя. Ми наповнюватимемося енергією, і нам вистачить сил прожити цей день.

Якщо ви будете регулярно робити фізичні вправи, наприклад, ввечері, після роботи, то у вас буде гарний сон, а міцний сон – це запорука здоров'я і зниження стресу.

ГОВОРИМО УКРАЇНСЬКОЮ ПРАВИЛЬНО

8 МЕЛОДІЙНИХ УКРАЇНСЬКИХ СЛІВ, ЯКІ РОСІЯНИ НЕ ЗРОЗУМІЮТЬ

Українська мова багата на чималу кількість мелодійних і цікавих слів. Причому вони частенько аж ніяк не схожі на свої російські відповідники

Пропонуємо 8 українських слів, які мелодійно звучать і зовсім не схожі на російські відповідники. І цим вкотре підкреслюють унікальність нашої мови.

• **Вежа** – українське слово на позначення башти. Росіяни не розуміють, що це, бо у них є слово «башня».

• **Гай** – невеликий ліс. У російській мові слово гай майже не вживається у цьому значенні.

• **Гуртожиток** – у російській – «общежитие».

• **Залізниця** – українське слово на позначення залізної дороги. Російською це звучить як «железная дорога».

• **Краватка** – аксесуар, носять радше чоловіки. У російській мові – «галстук».

• **Криниця** – колодязь, джерело води; російський відповідник зовсім не схожий – колодец.



• **Лелека** – красиве українське слово, еквівалент якому у російській – «аист».

• **Одружитися** – дія, що означає брати шлюб. У російській мові є слово «жениться», яке не повністю передає українське значення.

Якщо ж ви не знали цих красивих та милозвучних українських слів чи вживали суржикові – тепер маєте шанс поповнити свій словниковий запас саме українськими відповідниками.

ЯК ПРАВИЛЬНО – «ПІШЛИ В КІНО» ЧИ «ХОДИМО»?

Така помилка дуже часто зустрічається у мовленні. Але насправді під час заклику до людини щось зробити варто використовувати інше слово замість «пішли»

Часто у мовленні друзів або знайомих можна почути слово «пішли» у той час, коли вони кличуть когось піти кудись із ними. При цьому багато хто навіть не здогадується, що використовувати це слово саме з такою метою – неправильно.

Якщо ви кудись когось кличете, то слід казати не «пішли», а «ходімо».

«Пішли» – це форма минулого часу. Це слово відповідає на питання «що зробили?», так само, як і слова «зрізали», «подивилися», «зайшли». Ці форми позначають дію,

що вже відбулася.

А спонукаючи до дії, треба використовувати наказовий спосіб дієслова із закінченнями -мо: ріймо, зріймо, подивімося, зайдімо, ходімо, робімо, знаймо, читаймо, будьмо. Тож спонукати когось до дії треба словом «ходімо».

Насамкінець лише додамо, що, дбаючи про чистоту свого мовлення, ви поважаєте не лише себе, а й своїх співрозмовників.

ФОТО З АРХІВУ СІМ'І

ШАНОВНІ ЧИТАЧІ!



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

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

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

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



Привітання Марії Максимівни Бутенко з 95 річчям, 2023 рік.