



Газета
виходить
з 1992 року



■ прогноз погоди

Четвер	П'ятниця	Субота	Неділя	Понеділок
05	06	07	08	09
травня	травня	травня	травня	травня
мін. макс.	мін. макс.	мін. макс.	мін. макс.	мін. макс.
+3° +16°	+7° +20°	+11° +17°	+12° +19°	+9° +14°

sinoptik.ua

№9 (1846) 5 травня 2022 року

День виходу – четвер

ДЕСЯТКИ ТРУПІВ БЕЗ ОБСТРІЛІВ... Наймасштабніша ДТП на Рівненщині

Трагічний день. Інакше і не назвеш. Адже неподалік Рівного сталася смертельна ДТП, якої не пригадують на теренах області.

3 травня, близько 19.20 на автодорозі "Київ-Чоп" неподалік села Ситне Дубенського району сталася смертельна автопригода за участю бензовоза, маршрутного автобуса та мікроавтобуса.

"Водій мікроавтобуса "Mercedes-Benz Vito", рухаючись зі сторони Рівного у напрямку Львова, виконував маневр обгону попутного транспорту і виїхав на зустрічну смугу. Там він зіткнувся з вантажівкою "Mercedes-Benz" з напівприцепом-цистерною, наповненою дизелем. Після зіткнення вантажний автомобіль перекинувся на бік та інерційно виїхав на зустрічну смугу, де відбулося зіткнення з автобусом "Setra" сполученням "Харків-Згожелець". Унаслідок цього відбулося загорання цих трьох транспортних засобів", — прокоментував начальник ГУ Нацполіції в Рівненській області Олексій Камишанський.

За даним фактом зареєстровано кримінальне провадження за частиною 3 статті 286



Кримінального кодексу України, повідомив начальник Рівненської обласної прокуратури Андрій Рудницький.

"Призначено групу прокурорів та визна-

чено склад слідчо-оперативної групи. Вже встановлено, що постраждали 38 осіб. Із них 26 загинули: водій мерседеса, водій рейсового автобуса та 24 пасажирів. Водій бензовоза зна-

ходиться в лікарні. На даний час до медзакладів доставлено 12 осіб, з них 2 неповнолітніх", — повідомив Андрій Рудницький.

Проводяться всі необхідні слідчі дії. Крім того, за кримінальним провадженням призначено 29 судово-криміналістичних та судово-медичних експертиз.

"З питань здоров'я постраждалих звертайтеся до департаменту охорони здоров'я Рівненської ОДА — 067 494 5125. З усіма постраждалими наразі працюють представники міграційної служби та ЦНАПу. Ймовірні точки посадки пасажирів: Київ (23 пасажирів), Житомир (5 пасажирів), Новоград-Волинський (2 пасажирів), станція Рівне (5 пасажирів). На ранок рух міжнародною трасою Київ-Чоп територією Рівненської області відновлено. Керуйте відповідально!" — підсумував начальник Рівненської ОВА Віталій Коваль.

Наразі проводиться ідентифікація тіл загиблих. Прохання родичів і знайомих загиблих звертатися до органів поліції.

Гаряча лінія поліції Рівненщини:
067 675 42 92.

Росіяни прорвалися на завод "Азовсталь" у Маріуполі

У заблокованому Маріуполі російські військові другий день штурмують завод "Азовсталь", у підземеллях якого залишаються українські захисники та цивільні люди, яких ще не евакуювали.

Штурм почався у вівторок 3 травня, після часткової евакуації мирних жителів із заводу.

У середу росіяни прорвалися на завод, який доти бомбардували й обстрілювали.

На "Азовсталі" йдуть важкі бої.

Зв'язку з українськими бійцями немає.

Раніше в середу міністр оборони РФ Сергій Шойгу заявив, що українські бійці на "Азовсталі" нібито "надійно заблоковані по всьому периметру заводу".



Рівнянки оживили мотанку

Авторки та натхненники креативних фотопроектів нашого міста Аліна Ромашко та Світлана Галайчук реалізували ще одну дуже цікаву ідею. Їм вдалося "оживити" українську традиційну мотанку.



У Білорусі помітили рух військової техніки в бік кордонів Литви й України

Білоруська військова техніка зранку 4 травня їхала у бік литовського кордону та в бік українського кордону.

О 06:00 ранку колона з близько 30 одиниць військової техніки білоруських Збройних сил рухалася з Мінська в бік Ошмянського району / литовського кордону по трасі М7.

На відео, яке показують в мережі, показані бронетранспортери БТР-82А та бронетранспортери командної машини БТР-80К.

Близько 08:30 дивізіон ракетного комплексу С-300 ПС Збройних сил Білорусі рухався з Бреста до Мокранів / українського кордону по трасі Р-17.

До складу колони входило близько 25-30 одиниць техніки, серед них і ракетні установки 5П85 і РЛС підсвічування цілі 5Н63 із центром бойового управління.

Бюджет за 4 місяці перевиконано

Бюджет області за 4 місяці перевиконано. До місцевих бюджетів надійшло 2 мільярди 460 млн грн.

"Порівняно з минулим мирним роком приріст становить 9,3% або +208 млн грн. Незважаючи на війну, ракетні обстріли області, ми працюємо над відновленням економіки регіону, — прокоментував начальник Рівненської ОВА Віталій Коваль. — Сьогодні вся область об'єднана довкола перемоги. Ми продовжуємо воювати і на економічному фронті. Забезпечуємо сплату податків. Основний — це ПДФО — більше 1 мільярда 772 млн".

Що з дефіцитом пального на Рівненщині

Голова Рівненської ОВА Віталій Коваль пояснив щодо дефіциту пального в області.

Причина. Ворог знищив ракетними ударами частину паливної інфраструктури України. В тому числі через ракетні удари зупинився нафтопереробний завод у Кремечуці. Він забезпечував значну частину українського ринку пального.

ЩО РОБИТЬ ДЕРЖАВА?

— Уряд прийняв зміни до державного регулювання цін на нафтопродукти.

— Міністерство економіки та Міністерство енергетики проводять постійні консультації з паливними компаніями, аби розв'язати цю проблему.

— Прогнозують, що протягом 7 днів питання дефіциту пального на АЗС вирішиться.



ЩО РОБИТЬ ОБЛАСНА ВЛАДА?

— Забезпечили паливом підприємства критичної інфраструктури, які відповідають за життєдіяльність області (медична, енергетична, комунальна сфери та інші), а також військових, національну поліцію тощо.

— На постійному зв'язку з усіма операторами АЗС Рівненщини. Зустрічаються, випрацьовують логістичні сценарії для зменшення черг на заправках в межах нашої області.

— Для завершення посівної пального вистачає. Більшість фермерських господарств наперед запасилися необхідним паливом. Є локальні проблеми в окремих фермерів, опрацьовують їх індивідуально, влада постійно на зв'язку.



ПЕРЕСЕЛЕНЦІ РІВНОГО ОТРИМАЮТЬ ДОПОМОГУ ВІД WORLD FOOD PROGRAMME ООН

Хороші новини щодо отримання допомоги від Всесвітньої продовольчої програми ООН для внутрішньо переміщених осіб, які тимчасово проживають на території Рівненської міської територіальної громади.

У ЯКОМУ РОЗМІРІ ВИПЛАЧУЄТЬСЯ ДОПОМОГА
2 220 гривень — на одну особу не більше ніж 6 660 на одне домогосподарство
Як отримати допомогу
Допомога від Всесвітньої продовольчої програми ООН на території Рівненської територіальної громади нараховується автоматично усім громадянам, які:
отримали статус внутрішньо переміщеної особи;
подали документи на отримання допомоги на проживання ВПО.
Звертаємо Вашу увагу, що звертатися за отриманням допомоги від ООН до ЦНАПу чи іншого виконавчого органу Рівненської міської ради особисто — не потрібно
Кошти будуть зараховані через платіжну систему Western union грошовим переказом

ЯК ОТРИМАТИ ГРОШОВИЙ ПЕРЕКАЗ
Знайдіть найближче відділення банку, який співпрацює з платіжною системою Western union
Повідомте реквізити платежу працівнику банку (включаючи ім'я відправника, країну та суму грошового переказу)
Надайте працівнику банку діючий паспорт та контрольний номер переказу (MTCN)**

ОТРИМАЙТЕ ГРОШІ
Допомога від Всесвітньої продовольчої програми ООН для внутрішньо переміщених осіб буде виплачуватися протягом 3-х місяців
Очікуйте смс-повідомлення про зарахування переказу.

ПОВІДОМЛЕННЯ ПРО ПОШКОДЖЕНЕ МАЙНО МОЖНА ПОДАТИ В ЦНАПІ



Після нашої перемоги держава відбудує кожну домівку, тому вже зараз збирає інформацію та фіксує збитки.

ХТО МОЖЕ ПОДАТИ?
Власники приватних будинків, квартир та інших житлових приміщень.

ЯК ЦЕ ЗРОБИТИ
Підготуйте інформацію про майно, його пошкодження/знищення.
Візьміть із собою документ, що посвідчує особу та ідентифікаційний код (РНОКПП).
Відвідайте ЦНАП.
Центр надання адміністративних послуг у місті Рівному знаходиться за адресою: місто Рівне, майдан Просвіти, 2.
Графік роботи ЦНАПу у місті Рівному: Понеділок-П'ятниця: з 9.00 до 17.00

Заявку також можна подати онлайн у застосунку або на порталі Дія.

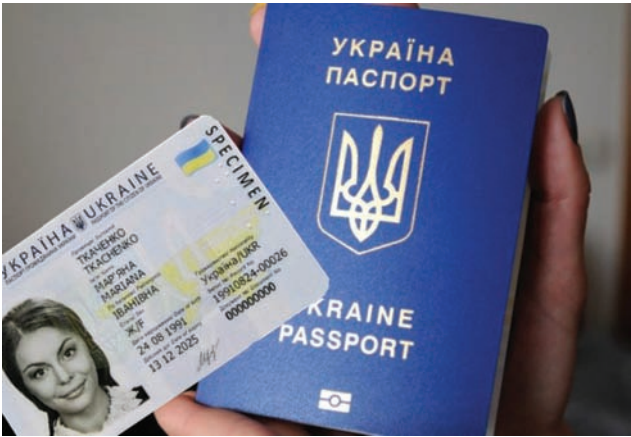
www.ogo.ua

ВАМ €
що сказати?

У Рівному можна оформити закордонний паспорт

У Центр надання адміністративних послуг у місті Рівному триває робота з видачі закордонних паспортів та паспортів громадян України. За словами директорки ЦНАПу Наталії Майорової, тривалий час не працювали система Державної міграційної служби, а отже, видавати закордонні паспорти не було можливості.

"Аби люди мали можливість виїхати за кордон тоді ми продовжували дію тих документів, які були. Зараз же ми відійшли від цієї практики, адже є можливість ви-



готовляти нові," — наголосила Наталія Майорова.
Раніше черга на отриман-

ня закордонного паспорта була розписана приблизно на два місяці наперед, у зв'язку з

нинішніми подіями у ЦНАПі вирішили тимчасово відійти від цієї моделі.
"Ми щодня роздаємо чеки лише на поточний день, тобто працюємо без попереднього запису. При цьому кожного дня приймаємо заявки на виготовлення понад сотні документів щодня. 60 відсотків з них — це документи для виїзду за кордон, іще 20 відсотків — це внутрішньо переміщені особи, які хочуть замінити паспортні документи, або втратили їх, або вони були знищені або виготовити документи для виїзду за кордон," — зазначає Наталія Майорова.

ЯК ОТРИМАТИ КОМПЕНСАЦІЮ ВИТРАТ ЗА ТИМЧАСОВЕ РОЗМІЩЕННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Компенсація надається фізичним особам — громадянам України віком від 18 років, які є власниками жилих приміщень приватного житлового фонду і безоплатно розміщували в цих приміщеннях внутрішньо переміщених осіб, для покриття понесених власниками жилих приміщень витрат, пов'язаних з таким розміщенням.

Для отримання компенсації власник жилого приміщення зобов'язаний: не пізніше наступного дня з дня розміщення внутрішньо переміщених осіб подати заяву в Центр надання адміністративних послуг у місті Рівне (м. Рівне, майдан Просвіти, 2) або у відділ по обліку та розподілу житла виконавчого комітету Рівненської міської ради (м. Рівне, вул. Шевченка, 45);
в день припинення розміщення внутрішньо переміщених осіб або зміни їх кількості подати заяву з інформацією про зміну переліку осіб, розміщених у жилому приміщенні.
Для отримання компенсації власник жилого приміщення повинен з 1 до 5 числа кожного місяця подати заяву в ЦНАП або у відділ по обліку та розподілу житла виконавчого комітету Рівненської міської ради
Сума компенсації розраховується з урахуванням кількості днів: протягом яких жила приміщення надавалося для розміщення внутрішньо переміщеної особи;
з дня розміщення внутрішньо переміщених осіб;
але не раніше дати включення до Єдиної інформаційної бази даних про внутрішньо переміщених осіб інформації про розміщення внутрішньо переміщеної особи у відповідному жилому приміщенні.
Загальна сума компенсації власнику жилого приміщення визначається шляхом визначення добутку загальної кількості людино-днів на суму компенсації за кожен людино-день. Сума компенсації за кожен людино-день визначається на рівні 14,77 гривні.

ЩЕ ДО 4500 ГРН ДОПОМОГИ ДЛЯ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

Вимушені переселенці можуть отримати допомогу від Товариства Червоного Хреста. Першими допомогу можуть отримати, зареєстровані у Києві вимушені переселенці, розповів голова Київської міської організації Товариства Червоного Хреста України Тетяна Гоєнко.

На першому етапі програма передбачає видачу сертифікатів на харчові продукти у мережі магазинів "Сільпо".
Ваучери видаватимуть вимушеним переселенцям, які зареєстровані у Києві після 24 лютого.

Першими допомогу отримають:
• люди з інвалідністю I групи;
• сім'ї, які виховують дитину з інвалідністю (до 18 років);
• сім'ї, які мають троє та більше дітей (до 16 років);
• сім'ї, які мають на утриманні та вихованні дитини сироту (до 16 років).

Скільки ваучерів видаватимуть на сім'ї?
• люди з інвалідністю I групи отримають 3 сертифікати за 500 грн. (1500 грн.);
• інші категорії отримувачів — 9 сертифікатів за 500 грн (4500 грн).
Ваучер на 500 гривень працюватиме таким чином: якщо товарів у чеку буде, наприклад, на 510 гривень, то людину попросять доплатити 10 гривень, а якщо на 480, то 20 гривень решти не дадуть, — пояснює Тетяна Гоєнко.

Для отримання допомоги необхідно надати:
• паспорт;
• ідентифікаційний код;
• довідку про статус переміщеної особи;
• довідку про призначення групи інвалідності;
• свідоцтво про народження дитини/дітей;
• розпорядження про опікунство.
Додаткову інформацію можна отримати за телефоном: 0800332656.

ПОРЯДОК УСИНОВЛЕННЯ ДІТОК НА ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ – НЕ ЗМІНИВСЯ

Під час війни чимало дітей втратили своїх рідних батьків, когось — забрали близькі родичі, а комусь — довелося лишитись одному у цьому світі.

У Рівному на обліку в службі у справах дітей Рівненського міськвиконкому перебуває 27 дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, які можуть бути усиновлені. Також на обліку перебуває 8 сімейних пар, які виявили бажання усиновити дитину, пройшли відповідне навчання та отримали позитивний висновок про можливість бути усиновлювачами.

Протягом минулого року у нашій громаді усиновили 15 дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування.
Порядок усиновлення дітей на час воєнного стану — не змінився. Де знайти ці документи чи отримати консультацію? Охочих просимо звертатись у Службу у справах дітей Рівнеради за телефоном +38 096 964 3926.

ЗАТРИМКИ ІЗ ВИДАЧЕЮ ID-КАРТОК 14-РІЧНИМ РІВНЯМ НЕМАЄ
Про це повідомила директорка Центр надання адміністративних послуг у місті Рівному Наталія Майорова

За її словами, 14-річні особи звертаються рівномірно упродовж року за виготовленням ID-картки. Адже цей документ потрібен і для того, щоб виготовити закордонний паспорт, і укласти декларацію з сімейним лікарем, та інше.
"Більшого сплеску 14-річних за картками не буде, у зв'язку з мультипредметним тестом. Але треба зважати, що зараз ми говоримо про дітей, які народжені 2008 року, а тоді насправді був певний бебі-бум. Тому ми розуміємо, що буде велике навантаження, й аналізуємо можливість розширення відділу паспортних послуг, можливо це буде не в ЦНАПі, а на наших віддалених робочих місцях," — зазначила Наталія Майорова.

Що буде з пенсіями у травні

У травні специфіка виплат пенсій не зміниться. Щодо квітневих виплат, то тим, хто з об'єктивних причин гроші ще не отримав, їх обов'язково доставлять.

За даними Мінсоцполітики, виплату квітневих пенсій профінансовано на 100%, проте "Укрпошта" поки що доставила не всю профінансовану урядом суму. Труднощі виникли з доставкою пенсій

на тимчасово окуповані території і на території, де ведуться активні бойові дії.

ПЕРЕРАХУНОК ДЛЯ ПРАЦЮЮЧИХ ПЕНСІОНЕРІВ
Нагадаємо, що перерахунок пенсій здійснюється для працюючих пенсіонерів, які відпрацювали не менше 24 місяців після виходу на заслужений відпочинок. Проходить він автоматично

та проводиться щорічно з 1 квітня.
Однак підвищені виплати пенсіонери отримають пізніше, коли до Пенсійного фонду надійдуть дані про зароблений стаж.
Пенсіонери-переселенці, яким довелося покинути свій будинок через російську агресію, можуть отримати доплату до пенсії у розмірі 2000 грн.
Для цього їм потрібно стати на облік як внутрішньо пе-

реміщені особи (ВПО). Зробити це можна, звернувшись особисто до органів соцзахисту населення, уповноваженої особи громади, ЦНАПу або ж через портал "Дія".
Після цього ви отримаєте довідку ВПО, з нею потрібно подати заяву на отримання державної допомоги. Виплати надходять до банківський рахунок, зазначений у заяві.

Рівненщина отримала "швидкі" від європейських меценатів

“Швидкі” з Франції та Німеччини. Закордонні меценати доставляють медичні авто для лікарень Рівненщини.

Один автомобіль отримала лікарня міста Рівного, а інший — Радивилівська лікарня.

Перший заступник голови Рівненської ОДА Сергій Подолін зауважив, що в області сприяють логістиці такого перевезення. Усі необхідні дозволи та документи готують оперативно.

Автомобіль швидкої допомоги “Рено Трафік” отримала рівненська КНП “Міська лікарня 2”. Транспортний засіб 2017 року випуску надійшов від французьких благодійників з міста Ліон. Він оснащений монітором пацієнта, кардіографом, дефібрилятором, транспортними мобільними



ношами. У автомобілі є забезпечення киснем.

Окрім того, серед гуманітарної допомоги від французьких меценатів є переносний УЗД-апарат, дефібрилятори, пульсоксиметри, переносні кардіографи, хірургічний інструментарій тощо.

“Це покращить організацію надання медичної допомоги, оперативність реагування. Сучасний санітарний

транспорт дасть можливість зберегти здоров’я та зменшити перебування пацієнта на лікарняному ліжку, наблизить терміни реабілітації”, — зазначає директор департаменту цивільного захисту та охорони здоров’я Рівненської ОДА Олег Вівсянник.

У Радивилівську громаду доправлено медавтомобіль від подружжя волонтерів з Німеччини. Він обладнаний

необхідними засобами для екстреної реанімації, у тому числі дефібрилятором.

Щоб придбати “швидку”, подружжя волонтерів Оксана та Крістіан Найтске налагодили благодійну місію, ініціювали збір коштів, організували меценатів Німеччини для підтримки та допомоги Україні. В минулому Оксана Найтске — жителька Рівненщини, тому волонтерство подружньої пари спрямоване на наш регіон. За їх сприяння, медзаклади області уже отримали два реаніомобілі. В процесі передачі ще два.

Генеральний директор КНП “Радивилівська міська центральна лікарня” Федір Стецюк зауважив, що транспортний засіб буде задіяний для надання невідкладної допомоги жителям Радивилівщини і транспортування хворих в обласні медзаклади.

У Рівному запрацювала соціальна їдальня

На базі НВК №2 “школа-ліцей” запрацювала соціальна їдальня. Тут готують повноцінні комплексні обіди за прийнятною ціною.

Раніше підприємця Оксана Олійник забезпечувала харчуванням школярів закладу, але з початком війни довелося дещо змінити орієнтири: готувала для військових та самооборони. Тепер же залюбки годує рівнян.

Спершу, за задумом, соціальна їдальня повинна була забезпечувати харчу-



ванням внутрішньо переміщених осіб та соціально незахищених верстви населення. Але врешті — відкрила двері для

всіх рівнян.

За словами підприємці, використовують традиційні рецепти. На вибір відвідувачам перша страва — борщ чи суп, друге — крупяни чи картопля, салат і чай або компот. Обрати можна комплекс (орієнтовна вартість 45 гривень) або ж будь-яку самостійну страву.

Отож, заклад працює за адресою вулиця 24 серпня, 2, з 12.00 до 16.00 без вихідних. Обіцяють, що у разі великого напливу відвідувачів, графік роботи переглянуть.

Направили на Чернігівщину 137 тисяч продуктових наборів

Щодня Рівненщина передає на Чернігівщину понад 10 тисяч продуктових пакетів. До наборів увійшли крупи, консерви, олія — всього одинадцять найменувань. Загалом область задекларувала готовність надіслати 850 тисяч таких пакунків.

Про це йшлося в ході наради під керівництвом на-

чальника Рівненської ОВА Віталія Ковалю. До засідання долучилися заступники голови ОВА, начальники РВА, а також представники благодійних організацій та місій краю.

“Тилова Рівненщина є партнером фронтової Чернігівщини. І вже частину задекларованого плану виконано — ми надіслали 137 тисяч продуктових наборів, тож найближчими тижнями люди

забезпечені їжею. Дякую усім, хто долучився до збору і відправки допомоги. Приємно, що сьогодні Україна є епіцентром солідарності та любові. І Рівненщина — не виняток”, — звернувся до присутніх Віталій Коваль.

Під час наради обговорили шляхи доставки гуманітарних вантажів, зважаючи на перебої з паливом.

Також йшлося про медичні гуманітарні вантажі з-за

кордону. За словами першого заступника голови ОВА Сергія Подоліна, на Рівненщині зростає потреба у ліках та медзасобах, адже заклади охорони здоров’я мають додаткове навантаження через нових пацієнтів — ВПО. Також обласна влада стала прихистком для 630 переселенців із психоневрологічних та геріатричних інтернатів Донеччини, Луганщини й Київщини.

На гарячу лінію психологічної підтримки надійшло понад 700 дзвінків

На Рівненщині продовжує роботу цілодобова гаряча лінія психологічної підтримки. Наразі вже надійшло більше 700 дзвінків. Телефонують із різних куточків України.

За допомогою звертаються і молоді матусі, і літні люди. Телефонують і люди з інва-

лідністю. Адже у період війни вони особливо гостро відчувають самотність. Щоденне спілкування для них є такою ж необхідністю, як повітря, переконують психологи.

Також надходять звернення від учасників бойових дій. Нещодавно ж на гарячу лінію зателефонував ветеран АТО, який отримав важке поранен-

ня в 2014 році. Зараз він знову хоче захищати свою країну зі зброєю в руках, однак чоловіка не беруть за станом здоров’я.

Крім того, психологи працюють із людьми, які телефонують через тривожні та панічні стани.

“В нашій області лінія психологічної підтримки працює безкоштовно, — про-

коментував начальник Рівненської ОВА Віталій Коваль. — Тож якщо відчуваєте, що не можете самостійно впоратися з тривожними думками, обов’язково зверніться до фахівців”.

Зателефонувати на гарячу лінію психологічної підтримки можна за номером: **0 800 400 378**.

21 об’єкт, який пов’язаний з комуністичним режимом, демонтують

Перелік цих об’єктів затвердили члени Рівненського міськвиконкому на позачерговому засіданні.

За словами очільниці Управління Культури і туризму Наталія Лозовська, з дня на день очікується розпорядження голови ОВА щодо зняття статусу об’єктів культурної спадщини. Тож члени виконкому вирішили підтримати перелік з 21 об’єкта, які демонтують повністю, частково або із частковою заміною.

До цього переліку, зокрема, потрапив військовий меморіал кладовищі “Дубенське”, Стела Героїв Радянського Союзу, пам’ятник воїнам, партизанам і підпільникам і меморіальні дошки Тувинським добровольцям пам’ятник Гулі Корольові, стела “Бойовий шлях Рівненської частини” та інші.



ГАРЯЧА ЛІНІЯ



ВАЖЛИВІ КОНТАКТИ ТА ГАРЯЧІ ЛІНІЇ РІВНЕНЩИНИ

Гаряча цілодобова лінія Рівненської обласної військової адміністрації **0800 500 078**. Резервна гаряча лінія — **(0362) 400-802**.

Чат-бот Рівненської обласної військової адміністрації у телеграмі **@RivneMilitaryAdministrationbot**.

Гаряча лінія ГУ Національної соціальної сервісної служби у Рівненській області для вимушено евакуйованих і тих, хто хоче запропонувати житло **(0362) 400 100** або **098-505-83-25, 097-008-81-91**.

Центр економічного розвитку та релокації бізнесу на Рівненщині: гаряча лінія **0 800 332 723**, бот у телеграмі **@rivnerelocation_bot**.

“Гарячі лінії” обласної служби зайнятості для працевлаштування внутрішньо переміщених осіб: **067 363 88 27** та **096 539 53 59**.

Працює телеграм-бот **@work_in_Rivne_region** для пошуку роботи на Рівненщині. Для роботодавців. Щоб подати вакансію, потрібно перейти у чат-бот **@employer_rivne_bot** і поділитися запитуваною інформацією.

Цілодобова гаряча лінія Рівненщини “Психологічна підтримка” **0 800 400 378**.

Цілодобова гаряча лінія Рівненщини “Територіальна оборона” **067-175-89-50**.

Гаряча лінія з освітніх питань Рівненської обласної військової адміністрації **068 30 36 017**.

Цілодобовий колцентр департаменту цивільного захисту та охорони здоров’я населення Рівненської ОДА: **067 49 451 25**. Безоплатна правова допомога — **097-313-20-44**.

Національне інформаційне бюро для пошуку людей **1648**. Інформація про військовополонених, хворих та зниклих безвісти осіб, загиблих. Також форма для запитів відкрита на сайті **nib.gov.ua**.

Волонтерство: збір речей першої необхідності для тероборони, вимушено переселених осіб:

Координаційний центр Міжнародної гуманітарної допомоги на Рівненщині **+38 096 895 25 41**;

Цілодобова гаряча лінія Рівненщини “Гуманітарна допомога” **0800 400 377**;

Державна гаряча лінія для бажаючих надати гуманітарну допомогу: для дзвінків з України — **0800 202 600**, для дзвінків з інших країн — **+38 044 237 00 02**;

Цілодобова гаряча лінія Рівненщини “Хочу бути волонтером” **067-175-89-53**;

Добровільна група волонтерів із голів ОСББ (м. Рівне, 096-760-26-07);

Рівненський міський волонтерський центр у Народному домі: **096-097-08-68**;

Волонтерський штаб в Рівненському драмтеатрі: **067-328-15-15, 067-793-46-11**;

Волонтерський штаб у КЗ “Будинок ветеранів”: **096-894-22-27**;

Волонтерський рух під егідою Президента України “Україна — для героїв”, де збирають допомогу постраждалим (на базі Рівненської центральної міської лікарні) **096-929-23-12; 068-484-16 47; 096-891-77-29; 068-093-30-63**.

Якщо ви хочете стати донором крові, записуйтесь у Рівненському обласному центрі служби крові за номером **067-363-41-44**.

Для власників СТО, транспорту, які можуть допомогти: **050-335-77-59** (не телефонувати, а лишати повідомлення у месенджері WhatsApp).

Побачили техніку без розпізнавальних знаків, предмети, мітки, дрони?

Якщо бачите війська окупанта та техніку, помітили ворожі ДРГ, повідомте про це на спеціальний ОФІЦІЙНИЙ чат-бот — **@stop_russian_war_bot**.

У разі перебоїв в роботі бота, прохання надсилати інформацію в особисті повідомлення телеграм-акаунту **@stop_russian_war**. Або телефонувати:

102 — Головне управління Національної поліції області; **(0362) 62-43-43** — Управління СБУ Рівненщини.

Надзвичайні ситуації

Пожежно-рятувальна — **101**

Поліція — **102**

Швидка допомога — **103**

Аварійна “Рівнегаз” — **104**

Кол-центр “Рівнегаз” **(0362)-46-11-04, (067) 01-01-104**.

ПрАТ “Рівнеобленерго” — **(0362) 69-45-55; 093-320-44-11, 067-620-44-11**.

КП “Міськвітло” (м. Рівне) **(0362) 26-54-19, (0362) 63-32-98**.

Рівнеоблводоканал”: Кол-центр — **0 800-219-218**, Гаряча лінія — **0664005055**. Аварійно-диспетчерська служба — **(0362) 62 32 15, 050 375 40 70**.

Диспетчерська “Рівнетеплоенерго” **(0362)62-97-69, 067-432-80-50**.

На випадок порушення зв’язку із спецлініями ДСНС Рівненщини **“101”** або **“112”** рятувальники підготували для громадян додаткові номери, щоб кожен житель області міг зателефонувати та звернутися по допомогу.

066-813-66-01 (Vodafone)

091-997-66-02 (Укртелеком ТриМоб)

063-332-09-92 (Lifecell)

067-332-01-56 (Київстар)



Материнська сповідь цієї жінки зачіпає за живе. Ольга виховала трьох синів-соколів і вірила, що вони стануть її гордістю. Тепер гірко плаче і кається, що не кожному змогла передати справжню любов до батьківської землі. Бо діти цієї жінки з Волині опинилися по різні боки війни: один син Україну захищає, а інший – пюндрує і вбиває.

ЇЗДИЛА НА ПРИСЯГУ НА ВІРНІСТЬ РОСІЇ

— Якби можна було такі крила купити, щоб до нього долетіти, я б була там, — ридає мати, розповідаючи про свого сина Дмитра, який став на бік окупантів.

Ольга згадує, як він важко в дитинстві переживав смерть батька. А вирішив, що стане військовим. Аби потішити внука, бабуся пообіцяла хлопчикові з пенсії платити за навчання, коли він поступить. Та й вона померла передчасно. Дмитро був у страшному відчаї, що руйнується мрія його життя. Але взяти племінника під свою опіку погодилася мамина сестра, яка вже тоді жила у росії.

— Вона кликала: "Приїдь, тут школу кінчиш, поступиш, я все оплачу". Діма погодився, тож я білети купила, в Бресті на поїзд посадила, і за три дні сестра його зустріла в себе, — згадує жінка.

І справді, закінчивши школу, хлопець у 2013 році вступив до військового училища. Навчався в Омську, чим дуже гордився. Мама теж раділа за сина, що він досяг свого. Не бентежило тоді її серця те, що дитина дала присягу на вірність народу росії. На світлинах з випускного, зроблених у 2017-му, вона виглядає дуже щасливою. Хоч тоді вже четвертий рік рф воювала з Україною.

— Та я в політиці нічого не розумію, — пробує виправдовуватися Ольга. — Діма в Цхінвалі служив, в Осетії — його туди направили. Потім — у Владикавказі. Далі став у відрядження в Крим їздити. Я думала, він ходить десь по росії. Що Діма на українській землі, не могла цього навіть уявити.

ХТОСЬ МАТІР ШКОДУЄ, А ХТОСЬ ПРОКЛИНАЄ

Після 24 лютого Ольга дзвонила синові, як і раніше. Але розмовляли про все, тільки не про війну. А коли надсилав голосові повідомлення, то заспокоював маму... російською. Жінка каже, що боялася дитині своїй "навредити", бо ж телефон могли прослуховувати. Так і не спитала, де син, з ким воює. А потім дізналася: Дмитро нещодавно був у Харкові та Запоріжжі, а зараз з військами рф на херсонському напрямку. У душі все похололо. Не дай Боже сини зустрінуться по різні боки! Бо Петро захищає Україну, а Дмитро воює проти батьківщини.

— Що вони будуть робити? — плаче мати.

Жінка постійно пригадує слова, почуті від Дмитра після присяги: "Хай відправлять мене подалі від України. Я не хочу, щоб заставили йти зі зброєю на Андрія, на Петю, на вас". Тішила, знаючи, що він справді далеко. Але нещодавно Ольга від контррозвідників отримала інформацію, що її син разом з іншими окупантами пюндрує українську землю. Він є заступником командира роти однієї з бригад спеціального призначення збройних сил рф. Лише тоді опам'яталася. Бо саме благословляла старшого сина Петра у складі українського війська захищати від ворога Харків. Пробувала набрати Дмитра, щоб переконати його якнайшвидше здатися нашим військовим. Але його телефон уже не відповідав.

— Дорогий сину, вернися в рідну Україну. Ти знаєш, які у нас гарні землі, які трудолюбиві та мирні люди. Ти знаєш, що тут твоя рідна стежина, хатина. Тут поховані твої тато й бабуся, які так тебе любили. Тут я. Благаю тебе, склади зброю. Ми тебе чекаємо, — записала відеозвернення Ольга.

А ще вона звернулася до інших українських матерів, сини яких служать в росії, щоб кликали своїх дітей додому. Під її повідомленням сьогодні можна прочитати безліч коментарів. Хтось шкодує, але більшість українців у своїх висловлюваннях категоричні: "Жінко, як ти виховала сина, які пісні йому співала, що в такий час благословила його поступити до ворожого війська?", "Боїшся, що брати зустрінуться в бою? А не боїшся, що він був у Бучі, в Маріуполі?", "Мама сама відпустила сина, щоб став яничаром..." А хтось відверто силпе прокльонами, бо переконаний: немає прощення зрадникам.

Волинський студент назбирав у Німеччині 5 тонн гуманітарної допомоги

Молодик із села Небіжка Луцького району привіз на Волинь 5 тонн гуманітарної допомоги з Німеччини. Він — студент одного з тамтешніх університетів, тож разом із небайдужими людьми зумів зібрати найнеобхідніше для українців, які постраждали від ворожих обстрілів та бомбардувань. Про це пише 12 канал.

Тарас навчався в одному з німецьких вишів. З початком повномасштабної війни в Україні, розповідає, взявся волонтерити. Згодом виникла ідея поїхати в Німеччину і там разом із друзями у міру можливості зібрати найнеобхідніше для українців.

"Навчаюся в місті біля Га-



новера. Там я спочатку зробив збір допомоги, в університеті нам це дозволили, і наступні 4 дні я збирав у грузинському ресторані, де працював. І там разом із друзями збирав з 10-ї до 15-ї кожен день", — розповів студент.

Юнак скотактував з во-

лонтерами Луцького центру допомоги переселенням, аби скласти список потреб і завдяки спільній роботі доставити вантаж на Волинь.

Інформація швидко розійшлася серед німців, і за кілька тижнів вдалося назбирати 5 тонн гуманітарної

допомоги.

"Бачимо, що дуже багато є дитячих речей, дитячих колясок, того, що якраз і потребують, бо сім'ї приїжджають і не мають можливості взяти найнеобхідніше для дитини, бо проходили або зеленими коридорами, або поспіхом збиралися", — каже очільниця міського управління соціальних служб Ліна ГАЛАН.

Є тут також засоби гігієни, посуд, іграшки, постіль і навіть електрична техніка. Через свята вантаж дещо затримався в дорозі, втім нині все вже на місці. Волонтери посортують допомогу і відправлять сім'ям, деякі речі залишать у центрі. Тарас же каже, що на цьому зупинитися не збирається.

СТОЛІТНЮ ВЧИТЕЛЬКУ ВРЯТУВАЛА УЧЕНИЦЯ

Олександра Малишок пережила Другу світову війну. Навіть у страшному сні бабусі не могло привидітися, що знову доведеться почути постріли, вибухи і напередодні свого сторіччя втікати з рідного дому.

РОЗСТРІЛЯЛИ ПЕНСІОНЕРІВ

Третього квітня бабуся відзначила столітній ювілей. Акуратно одягнена, біла хустина та підфарбоване волосся. Ніколи не скажеш, що їй стільки років. Олександра Яківна добре пам'ятає минуле:

— Я вчилася на вчительку, і у 1945-му мені дали направлення у Макарівську школу. Відтоді там і працювала. Містечко розбудовувалося, все у квітах було, а тепер його знищили російські окупанти. Погоріли школи, садочки, кожен другий будинок зруйнований. Ні світла не стало, ні газу, і сусід до сусіда не подзвонить.

Макарів розташований поблизу стратегічної траси "Київ-Чоп" за 50 кілометрів від столиці, тож відчув на собі жорстокі напади рашистів. Вони серед



білого дня обстріляли автівку пенсіонерів, і подружжя загинуло. Бомбили місто, знищено кожен другий будинок.

Усі ці дні Олександра Яківна не виходила з дому. Врятувала стареньку колишня учениця Алла Плевако, дім якої повністю знищили під час чергових повітряних атак. Сім'я дивом уціліла, бо цього дня були у родичів.

— Хату мою рознесли, розбомбили, сарай згорів. Коли трохи руских відбили, ми давай вибиратися, — згадує жінка.

— Полями, через кладовище. Чули постріли, але якось виїхали. Разом з нами були двоє дітей, бабуся яких мешкає на Рівненщині, так і опинилися тут.

ДАЄ УРОКИ ДІТКАМ

Але серце у Алли було неспокоїним, бо ж у Макарові залишилися мама, сестра, племінники. Чоловік на свій страх і ризик повернувся по них і заодно привіз стареньку вчительку, бо вона сама лишилася.

Наталя з чоловіком віддали переселенцям добротний будинок своїх батьків в одному із сіл Рівненського району. Місцеві жителі принесли продукти, одяг, допомоги з дровами. Олександра Яківна, щоб відволіктися від сумних думок, проводила уроки з найменшими дітками. Вчила, як правильно тримати олівець, розмальовувати малюнки. Три тижні бабуся прожила на Рівненщині, а напередодні столітнього ювілею поїхала до родичів у Польщу. Вона щиро дякувала добрим людям і вірить, що незабаром прийде перемога, і вона повернеться у рідний Макарів.

Наталія ВЕЧОРОВА

Вийшла заміж медсестра з Лисичанська, яка втратила ноги через підрив на міні

Оксана Баландіна до 24 лютого жила звичайним життям, працювала медичною сестрою у дитячій лікарні Лисичанська. На початку березня лікарняне містечко обстріляли російські окупанти, які вторглися до України. Відтоді жінка на роботу не виходила і разом з родиною ховалася від обстрілів у підвалі.

Так тривало до 27 березня, коли Оксана отримала мінно-вибухову травму, наступивши на невідомий предмет. Лікарі зробили їй чотири операції. Ампутували дві ноги та пальці лівої кисті.

Про жінку та її нове життя написало видання "Свої. City".

Наприкінці березня у Лисичанську, який розташований у Луганській області, де на той час вже йшли запеклі бої, магазини та аптеки майже не працювали і були проблеми з продуктами. Їжу та ліки до міста завозили волонтери і того дня Оксана з чоловіком як раз ходила отримувати гуманітарну допомогу.

Повертаючись додому, вони вирішили скоротити дорогу, пройшовши за річкою. Цей



шлях вона знала з дитинства.

"Я йшла трохи попереду і побачила в землі снаряд, що стирчить. Чоловік йшов ззаду, говорив з другом. Я повернулася розповісти про свою знахідку — і одразу ж злетіла в повітря. Чоловік злякався, підбіг до мене і почав перемотувати кінцівки, що кровоточать. Швидко приїхала швидко, але лікарі відмовилися мене забирати. Не захотіли спускатися до ґрунтової дороги. Вони чекали на рятувальників, які вивесуть мене", — розповідає дівчина.

Не чекаючи рятувальників, чоловік Оксани з вітчимом вивесив її самі. У машині швидко, згадує жінка, вона почала задихатися. До лікарні

її довели у критичному стані зі значною втратою крові.

"Вранці 28 березня, виспавшись і відпочивши від операції, я побачила, що я не маю ніг. Лікарям довелося ампутувати їх на третину стегна. На лівій руці залишився тільки великий палець. Коли все трапилося на дорозі, я кричала, просила мене вбити. Мені не хотілося жити, не хотілося, щоб діти бачили мене з інвалідністю. Але завдяки підтримці рідних, знайомих та незнайомих людей, у мене відкрилося друге дихання. Я житиму заради своєї сім'ї", — розповідає Оксана.

Першу допомогу жінці надали у Лисичанській лікарні. Там їй зробили одразу чотири операції. Потім Оксану

евакуювали до Дніпра, де їй залікували рани та готували кінцівки до протезування. Тиждень тому евакуаційним потягом вона прибула до Львова. Наразі жінка чекає на протезування у Німеччині та показує своє нове життя у TikTok, де зареєструвалася після пережитого. Свій акаунт Оксана підписала: "Нове життя, головне не здаватися".

Оксана та Віктор не були одружені, хоча разом шість років і виховують двох дітей. Але після того, що сталося, все ж таки вирішили одружитися. Обручки купили у Львові, там же знайшли нареченій білу сукню. Торт спекли волонтери. Церемонія відбулася у РАЦСі, а святкування — у палаті Центру хірургії Першого медичного об'єднання Львова.

"Ми оформилися як переселенці. Чоловік став на облік і нас за день розписали. Ми давно про це думали, а тепер вирішили одружитися", — каже Оксана.

"Зараз я живу для того, щоб допомогти їй. Їй потрібна підтримка...Вона світла, цілеспрямована людина, хороша мама і дружина, ми навіть ззовні схожі. Ми все витримаємо", — каже чоловік Оксани.

Українці вперше пересадили серце в Польщі

Польща з перших днів війни найактивніше допомагає Україні. Тепер ця підтримка перейшла на новий рівень – поляки буквально віддали українці своє серце.

ПЕРЕСАДКА СЕРЦЯ В ПОЛЬЩІ

В організації зазначили, що це вперше в цій країні донорське серце пересадили українці. Така допомога зараз вкрай необхідна, бо через війну багато українців втратили доступ до медицини, зокрема і тих, які потребують пересадки органів. І ось громадяни Польщі знову показали свій найбільший прояв людяності. Коли після смерті серце поляка підійшло нашій дівчині з України, вони не задумуючись зробили пересадку і врятували їй життя, — написали в національному руху “За трансплантацію”

36-річна Юлія вже давно страждала на серцеву недостатність. Її серце не могло повноцінно забезпечувати кровопос-



тачання організму, через рідку форму кардіоміопатії. В Україні

жінка чекала на донора та операцію, але війна все змінила. Її у важкому стані евакуювали до Польщі, місцеві лікарі знайшли для неї донора та провели операцію. Вона пройшла успішно, тепер українку чекатиме довгий період відновлення та реабілітації.

ПЕРША ОПЕРАЦІЯ ДЛЯ УКРАЇНЦІВ

В організації також наголосили, що таких операцій для українців раніше не робили, оскільки Україна не є членом жодної міжнародної організації, яка координує трансплантації у різних країнах.

“У 21 столітті, в час розвинутих технологій, людина може продовжити життя іншій людині навіть після смерті, а не зі зброєю в руках відбирати життя”, — додали в національному руху “За трансплантацію”.

В Україні почав курсувати евакуаційний медпотяг.

Як повідомляється, новий потяг-мінігоспіталь складається із кількох вагонів, зокрема й вагона інтенсивної терапії. Повідомляється, що такий транспорт дозволяє евакуювати з “гарячих” областей України хворих, поранених і травмованих громадян для подальшого спеціалізованого лікуван-

ня. Разом з тим “Лікарі без кордонів” шукають українських спеціалістів, які мають змогу долучитися до роботи команди евакуаційного потягу.

Ліки з рф та Білорусі можуть зникнути з українських аптек

Верховна Рада України ухвалила в першому читанні законопроект про внесення змін до закону “Про лікарські засоби.

Законопроектом пропонується встановити, що у державній

реєстрації може бути відмовлено або скасовано її шляхом скорочення терміну дії реєстраційного посвідчення лікарського засобу у разі, коли за результатами експертизи та/або розгляду реєстраційних матеріалів, доданих до заяви про держреєстрацію,

перереєстрацію лікарського засобу або внесення змін до реєстраційних матеріалів буде виявлено, що один, кілька або всі етапи виробництва засобу здійснюються підприємствами, виробничі потужності яких розташовані на території держави-агресора.

Як зробити щеплення від COVID-19 в країнах, куди евакуюються українці

У багатьох країнах досі діють певні обмеження через пандемію COVID-19. Для відвідування публічних місць може знадобитися доказ вакцинації.

Якщо ви ще не вакцинувалися проти коронавірусу, ви можете зробити щеплення в тій країні, де ви плануєте перебувати.

ПОЛЬЩА

Доступні вакцини: Johnson&Johnson (однодозна), Moderna (дві дози з інтервалом у 28 днів), Oxford/AstraZeneca (дві дози з інтервалом у 28 днів), Pfizer/BioNTech (дві дози з інтервалом у 21 день).

Повний курс щеплення в Польщі вважається дійсним через 14 днів після введення останньої дози вакцини.

Необхідні документи: документ, що посвідчує особу (наприклад, паспорт), тимчасове посвідчення особи іноземця (TZTC).

Процедура реєстрації: Зверніться до найближчої поліклініки, написати заяву та станьте на облік. У реєстратурі вам нададуть контактні дані терапевта, інфор-



мацію про медичні послуги.

Лікар видає направлення на вакцинацію через додаток salon.gov.pl. У полі “Дані пацієнта” (Dane pacjenta) треба вибрати “Інший ідентифікатор” (Inny identyfikator) (замість “Номер PESEL”) та ввести номер документа, яким користується іноземець.

Маючи електронне направлення, ви можете зареєструватися на вакцинацію одним із двох способів: за телефоном довіри 989 або безпосередньо у зручному для вас пункті вакцинації

Під час реєстрації не забудьте зазначити номер документа, вказаний на електронному направленні.

Процедура реєстрації: На офіційному сайті уряду Румунії vaccinare-covid.gov.ro ви знайдете карту всіх пунктів вакцинації — з точною адресою та інформацією про наявні вакцини.

СЛОВАЧЧИНА

Доступні вакцини: Johnson&Johnson (однодозна), Moderna (дві дози з інтервалом у 28 днів), Oxford/AstraZeneca (дві дози з інтервалом у 28 днів), Pfizer/BioNTech (дві дози з інтервалом у 21 день).

Повний курс щеплення в Словаччині вважається дійсним через 14 днів після введення останньої дози вакцини.

Необхідні документи: документ, що посвідчує особу.

Процедура реєстрації: Деталі реєстрації доступні на сайті: <https://vakcinacia.nczisk.sk/registracia>. Сайт доступний лише на території Словаччини, тож в Україні він не відкривається.

Також деталі щодо вакцинації доступні за номером: +421 2 32 353 030.

ЧЕХІЯ

Доступні вакцини: Johnson & Johnson (однодозна), Pfizer/BioNTech (дві дози з інтервалом у 21 день), Moderna (дві дози з інтервалом у 28 днів), Oxford/AstraZeneca (дві дози з інтервалом у 28 днів), Вакцина від Novavax (дві дози з інтервалом у 3-4 тижні).

Повний курс щеплення в Чехії вважається дійсним через 14 днів після введення останньої дози вакцини.

Необхідні документи: документ, що посвідчує особу та гроші. Так, вакцинація у Чехії для іноземців платна і коштує орієнтовно 400 крон/ 15 євро (ціна залежить від пункту вакцинації).

Процедура реєстрації Дізнатись про розташування пунктів щеплень можна тут: <https://registrace.mzcr.cz/samoplacici>. А записатись на вакцинацію — <https://registrace.mzcr.cz/>.

Бережіть себе, не хейтуйте носінням масок і пам’ятайте, що коронавірус нікуди не зник.

Поради щодо збереження психологічної рівноваги у складних ситуаціях під час війни

Ми не були готові до війни. Незважаючи на те, чим ми займалися до 24 лютого: шили одяг, програмували, лікували людей, несли військову службу чи восьмий рік звикали жити далеко від рідного міста на Донеччині. Події, що почалися на нашій землі вже майже два тижні тому є безпрецедентними для усього світу, не кажучи вже про людей тут, в Україні.

Кожен та кожна переживає війну по-своєму, залежно від рівня безпеки, емоційної стійкості, пережитого досвіду і ще доброї сотні факторів. Попри різність сприйняття, є кілька закономірних реакцій організму та психологічних станів, які властиві всім. Так само, є низка універсальних порад, що допоможуть вам впоратись із перенесеними шоком, панікою, страхом чи втратою.

Команда проекту «Твій сімейний лікар» збила найактуальніші статті, поради та рекомендації, які радимо зберегти та поширити.

Як в три кроки стабілізувати свій стан чи стан іншої людини.

Коли ви відчуваєте тривалий неспокій, тривожність чи паніку, а владнати причину цих емоцій не можете, варто все ж спробувати стабілізувати свій стан. Психотерапевт/-ки, котрі працюють із посттравматичними станами, виділяють кілька способів заспокоїтись. Пропонуємо наступну трикрокову стратегію.

КРОК 1: СТАБІЛІЗАЦІЯ

Починаємо зі сповільненого дихання за технікою “Квадрат”.

Знаходимо біля себе квадратний чи прямокутний предмет. Якщо немає — уявляємо.

На вдиху рухаємо поглядом по вертикальній стороні предмета (вверх), на видиху — по горизонтальній (рухаємо погляд в сторону), потім на вдиху — вниз, і на видиху — вліво. Вдихайте 3 секунди, видихайте 6. Якщо допомагаєте іншій людині, то можна рахувати вголос.

Один цикл такого дихання — це два вдихи і два видихи, за які ви повністю проходите поглядом периметр свого квадрата. Циклів можна зробити 3-5, а якщо є потреба, то й більше.

Пам’ятайте, що від глибокого дихання часом може паморочитися голова. Тому вправу краще робіть сидячи — про всяк випадок. А якщо вже відчули запаморочення, то зупиніться, подихайте менш глибоко, а якщо ще не присіли, то присядьте.

КРОК 2: ЗАЗЕМЛЕННЯ

Мабуть, ви чули про «заземлення» з уроків фізики, але ми зараз про інше. З точки зору психології «заземленість» — це врівноважений і усвідомлений психічний стан людини, вкоріненість в собі. Коли ж людина випадає з рівноваги через емоційні перевантаження, стає розсіяною, втрачає зв’язок із собою та реальністю — вона ніби «не в собі», або погано заземлена. Це нормально, ці стани можуть трапитись з кожним, та важливо вміти повертатись до більш стабільного та контрольованого.

Технік заземлення є багато. Якщо є якась конкретна, яка працює саме для вас — сміливо використовуйте її. Якщо немає — попробуйте цю. Озирніться довкола і назвіть:

- 5 предметів, які бачите в даний момент;
- 4 звуки, які чуєте зараз;

- 3 предмети, яких можете торкнутися;
- 2 запахи, які можете вловити;
- 1 смак, який можете відчути.

Найкраще називайте все це просто в голос, або хоча б промовте самими губами без звуку. Проаналізуйте, як змінився ваш стан після виконання цієї вправи.

КРОК 3: ВЕРБАЛІЗАЦІЯ

Вербалізація, тобто проговорення вголос, дуже важлива для відновлення контролю над собою. У свою чергу, можливість свідомого контролю додає нам впевненості та спокою.

Спробуйте описати словами те, що відчуваєте та думаєте: Як я почуваюся? (Тілесні відчуття) Що я відчуваю? (Тут важливо назвати свої емоції чи переживання словами)

Які мої потреби незахищені, незадоволені? (Наприклад, “я почуваюсь в небезпеці”, чи “мені самотньо”)

Що я можу зробити, щоб задовольнити ці потреби? (Спуститись в укриття, написати другу чи поговорити із людиною поруч)

Ці прості кроки допоможуть вам заспокоїтись та надати діяти більш врівноважено та розсудливо.

Пам’ятайте: незважаючи на ваш спосіб проживання, рівень захищеності та місце перебування, ви заслуговуєте на підтримку, хоча б тимчасовий спокій та ситуативний комфорт. Військові борються за Україну на фронті, в той час як цивільні допомагають в тилу та готуються відбудовувати країну після перемоги. Перші і другі однаково повинні піклуватись про своє фізичне здоров’я, здоровий глузд та холодний розум.

ЧЕТВЕР, 5 ТРАВНЯ РІВНЕ 1 01:30 Без цензури 02:15, 06:45, 07:45, 08:45, 13:10, 18:45, 21:30, 22:45, 23:45 Новини Рівного	02:40 Велика Незалежність 03:45 Амбасадори 04:55 Без цензури 05:40 Нацспільноти 06:00 Знай більше 07:20 Гурманія 08:20 Велика Незалежність. Громади 09:30 Дитяча телестудія 10:30 Здорово жити	11:00 Психологія 12:00 Без цензури 12:30 Знай більше 13:40 Без цензури 14:45, 16:00 Новини Рівного. День 15:00 Велика Незалежність 16:15 Амбасадори 17:00 Здорово жити 17:30 Нацспільноти	17:45 Вітаємо Вас 19:30 Велика Незалежність 20:35 Запитай у лікаря 22:00 Психологія 23:20 Велика Незалежність. Громади 00:20 Без цензури	РІВНЕ. СУСПІЛЬНЕ 06:00 Новини UA: Рівне (повтор за 04.05) 06:20 Сьогодні. Головне (повтор за 04.05) 07:00 Марафон "Єдині новини"	10:00 Навчання без меж (уроки для 9-х та 10-х класів) 12:00 Піщана казка вип. 7 12:05 Ок, я тобі поясню вип. 7 12:10 Ок, я тобі поясню англійську вип. 7 12:15 Вчитель вип. 7 12:25 Історії (не)забутих сіл Тернопільщини вип. 7	12:30 Мистецтво жити вип. 7 13:00 Новини UA: Рівне 13:05 Антропологія вип. 4 13:30 Баба Єлька. Експедиція на піч вип. 5 14:00 Новини UA: Рівне 14:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 15:00 Новини UA: Рівне	15:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 16:00 Новини UA: Рівне 16:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 17:00 Новини UA: Рівне	17:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 18:00 Новини UA: Рівне 18:20 Сьогодні. Головне 19:00 Марафон "Суспільне. Спротив" 22:00 Марафон "Єдині новини" (до 6:00)
П'ЯТНИЦЯ, 6 ТРАВНЯ РІВНЕ 1 01:30 Без цензури 02:15, 06:45, 07:45, 08:45, 13:10, 18:45, 21:30, 22:45, 23:45 Новини Рівного	02:40 Без цензури 03:45 Амбасадори 04:55 Без цензури 05:40 Нацспільноти 06:00 Знай більше 07:20 Гурманія 08:20 Велика Незалежність. Громади 09:30 Дитяча телестудія 10:30 Знай більше	11:00 Психологія 12:00 Здорово жити 12:30 Без цензури 13:40 Без цензури 14:45, 16:00 Новини Рівного. День 15:00 Велика Незалежність 16:15 Амбасадори 17:00 Здорово жити 17:30 Нацспільноти	17:45 Вітаємо Вас 19:30 Без цензури 20:35 Запитай у лікаря 22:00 Психологія 23:20 Велика Незалежність. Громади 00:20 Без цензури	РІВНЕ. СУСПІЛЬНЕ 06:00 Новини UA: Рівне (повтор за 05.05) 06:20 Сьогодні. Головне (повтор за 05.05) 07:00 Марафон "Єдині новини"	10:00 Навчання без меж (уроки для 9-х та 10-х класів) 12:00 Піщана казка вип. 9 12:05 Ок, я тобі поясню вип. 8 12:10 Ок, я тобі поясню англійську вип. 8 12:15 Вчитель вип. 8 12:25 Історії (не)забутих сіл Тернопільщини вип. 16	12:30 Мистецтво жити вип. 8 13:00 Новини UA: Рівне 13:05 Антропологія вип. 3 13:30 Баба Єлька. Експедиція на піч вип. 6 14:00 Новини UA: Рівне 14:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 15:00 Новини UA: Рівне	15:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 16:00 Новини UA: Рівне 16:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 17:00 Новини UA: Рівне	17:10 Марафон "Суспільне. Спротив" UA: Закарпаття 18:00 Новини UA: Рівне 18:20 Сьогодні. Головне 19:00 Марафон "Суспільне. Спротив" 22:00 Марафон "Єдині новини" (до 6:00)
СУБОТА, 7 ТРАВНЯ РІВНЕ 1 01:30 Без цензури	02:15, 06:45, 07:45, 08:45 Новини Рівного 02:40 Без цензури 03:45 Амбасадори 04:35 Без цензури 05:40 Нацспільноти 06:00 Знай більше	07:10 Дитяча телестудія 08:10 Гурманія 08:30 Без віку 09:20 Без цензури 10:00 Здорово жити 10:30 Знай більше 11:00 Без цензури	12:00 Нацспільноти 12:20 Без цензури 13:20 Велика Незалежність 14:20 Запитай у лікаря 15:10 Україна + 15:20, 18:30, 20:30, 23:00 Рівне за тиждень	15:50 Нацспільноти 16:05 Без віку 16:15 Без цензури 17:15 Психологія 18:00 Знай більше 19:00 Вітаємо Вас 20:00 Україна +	21:00 Запитай у лікаря 21:45 Без віку 22:00 Велика Незалежність 23:30 Психологія 00:20 Без цензури	РІВНЕ. СУСПІЛЬНЕ 06:00 Новини UA: Рівне (повтор за 06.05) 06:20 Сьогодні. Головне (повтор за 06.05)	07:00 Марафон "Єдині новини" 12:00 Марафон "Єдині новини" 12:00 ХВИЛИНА МОВЧАННЯ 18:00 Новини. Підсумковий випуск	18:40 Д/Ф "Василь Стефаник. Новели-листи-сни" 19:30 Д/С "Між життям та смертю" вип. 4 20:00 Марафон "Єдині новини" (до 6:00)
НЕДІЛЯ, 8 ТРАВНЯ РІВНЕ 1 01:30 Без цензури	02:15, 07:40, 08:40, 13:30, 15:20, 18:20, 20:30, 23:00 Рівне за тиждень 02:45 Без цензури 03:45 Велика Незалежність 04:35 Без цензури 05:40 Нацспільноти	06:00 Дитяча телестудія 06:45 Здорово жити 08:15 Гурманія 08:30 Україна + 09:20 Богослужіння в Свято-Покровському соборі 11:10 Здорово жити	12:00 Без цензури 12:35 Психологія 14:10 Велика Незалежність 15:00 Нацспільноти 15:55 Без цензури 16:50 Запитай у лікаря 17:45 Знай більше	19:00 Вітаємо Вас 20:00 Здорово жити 21:00 Велика Незалежність 22:00 Україна + 22:20 Без цензури 23:30 Психологія 00:20 Без цензури	РІВНЕ. СУСПІЛЬНЕ 06:00 Новини. Підсумковий випуск 07:00 Марафон "Єдині новини" 12:00 ХВИЛИНА МОВЧАННЯ	12:00 Марафон "Єдині новини" 18:00 Новини. Підсумковий випуск 18:35 Українське підпілля на Волині вип. 3	19:00 Д/Ф "Дорога смерті "Рівне – Сосонки" 19:30 Д/С "Між життям та смертю" вип. 1 20:00 Марафон "Єдині новини" (до 6:00)	

ДВОЄ ДІТЕЙ ОТРИМАЛИ ПОЗИТИВНИЙ РЕЗУЛЬТАТ ТЕСТУВАННЯ НА ПОЛІОМІЄЛІТ

У ВООЗ додають, що в країні є прогалини в імунізації серед дітей, підлітків та дорослих. Вони призвели до спалахів кору 2012 року, а потім від середини 2017 до кінця 2019 року, коли в країні зафіксували другий за масштабом спалах кору у всьому світі.

На сьогоднішній день двоє дітей з гострим млявим паралічем (ГВП) отримали позитивний результат тестування на поліомієліт. Крім цього, вірус виявили у 19 дітей, які були контактними і мали безсимптомний перебіг.

Про це повідомили у ВООЗ та додали, що стежать за спалахом вакцинопорідного поліовірусу 2-го типу в Україні.

“Війна в Україні значно збільшує ризик спалаху кору, оскільки багато сімей були змушені мігрувати, жити в переповнених тимчасових приміщеннях, а також є багато людей, хто не може отримати доступ до медичних послуг”, — сказав Ярно Габіхт, голова ВООЗ в Україні.

Для захисту дітей та запобігання спалахам захворювань важливо, щоб кожна дитина, яка пропустила планову вакцинацію, могла легко доотримати необхідні дози. Потрібно докласти всіх зусиль, щоб уникнути спалаху кору в умовах війни в Україні. Саме тому ВООЗ підтримує

Міністерство охорони здоров'я України у забезпеченні вакцин проти кору для дітей-переселенців, у межах Європейського тижня імунізації, в 10 областях у всій Україні.

Загальнонаціональна кампанія з вакцинації проти поліомієліту для забезпечення інактивованою вакциною (IPV) 140 тис. дітей у віці від 6 місяців до 6 років, які пропустили планове щеплення, була порушена через кілька тижнів після її запуску 1 лютого цього року. Відтоді кампанія відновила-ся там, де це можливо, і лише 48% (приблизно 69 тис.) дітей були вакциновані станом на 24 квітня.

"З кожним днем, який минає без відновлення порушених послуг або без можливостей для дітей-переселенців надолжити вакцинацію, підвищується ризик циркуляції поліомієліту, спалахів інших дитячих захворювань і подальшого поширення COVID-19", — підсумував д-р Ганс Анрі П. Клюге, директор WHO Regional Office for Europe.

Олена Зеленська пояснила, що робить щодня, коли в неї вихідні та як змінився її чоловік

Перша леді України продовжує роботу з порятунку співвітчизників, їх забезпеченню в країнах ЄС та не втрачає нагоди розповісти правду про війну в країні

Олена Зеленська активно веде свої соцмережі, щоб розповісти про корисні ініціативи та можливості для українців, як, наприклад, вступити до університетів Польщі чи інших країн. Також перша леді України спілкується з міжнародними ЗМІ, аби якнайбільше людей у світі знали, що насправді відбувається в Україні.

Днями Зеленська дала інтерв'ю польській газеті Rzeczpospolita. Олена відверто розповіла про свої плани на день, стосунки з дітьми та чоловіком, та свою роботу.

ЯКИЙ ПЛАН НА ДЕНЬ У ПЕРШОЇ ЛЕДІ УКРАЇНИ

Звичайно, війна повністю змінила все, зокрема й наше життя. З 24 лютого Олена Зеленська не бачилася



з чоловіком, вона має можливість лише переглядати звернення та відеозаписи президента України по телевізору.

Діти зі мною, але, звісно, наш розпорядок дня суттєво змінився. Ми не будемо жодних планів на вихідні чи вільний час. На роботі немає вихідних та на війні немає вихідних. Часто ви навіть не знаєте, який сьогодні день тижня. Є лише те, що сьогодні треба зробити. Діти, наприклад, мають навчатися, дистанційно, звісно, — прокоментувала Зеленська.

Вона все ще працює у своєму офісі. Спілкується та веде з першими леді, урядами окремих країн,

активістами та волонтерами організаціїні питання щодо евакуації хворих та дітей-сиріт за кордон.

Так, завдяки Олені онкохворі діти з України мають можливість проходити лікування в країнах ЄС. Також під її патронажем було запущено ініціативу щодо випуску українських книг для маленьких українців за кордоном. Міністерство культури та національної спадщини Республіки Польща вже виділило кошти на видання 80 тисяч українських книг для українських дітей, які евакуювалися в країну. Вони будуть надруковані разом із 40 000 іншими виданнями, зібраними в рамках проєкту "Книги без кордонів" і будуть розповсюджуватись Польським інститутом книги.

Це те, чим я зараз живу. Окрім того, я працюю в інформаційній сфері. Я намагаюся донести до інших істину про війну в Україні через звернення та інтерв'ю. Я також почала допомагати сімейним дитячим будинкам в Україні, в районах, звільнених українською армією, — їм потрібне все, від продуктів до різної техніки.

На запитання журналістів, хто з європейських лідерів зателефонував їй першою, Олена відповіла:

У перший день війни я отримала кілька повідомлень не так від колегажінок, як від близьких друзів: від Амелії, дружини Шарля Мішеля, президента Європейської ради; від Діани Науседене — першої леді Литви; від Андри Левіте — першої леді Латвії. Це були перші слова підтримки та солідарності.

ЯК ВІЙНА ЗМІНИЛА ВОЛОДИМИРА ЗЕЛЕНСЬКОГО

Звісно, журналістів Rzeczpospolita, як і багатьох інших, цікавило питання, як змінився президент України Володимир Зеленський за час війни.

Олені відповіла, що часто чує це питання та здивована йому. Тому що війна не змінила її чоловіка. За словами Зеленської, він завжди був таким — людиною, на яку можна покластися, яка ніколи не підведе, яка триматиметься до кінця.

передають те, що він говорить.

Через це замкнуте коло інформації до путіна вже не доходить реальність.

Журналіст також заявив, що після України путіну доведеться знову підвищувати "дозу". І на Заході цього не розуміють.

Бо якщо він отримує в Україні перемогу чи те, що зможе продати як перемогу, то через якийсь час ейфорія розвіється. І путіну потрібні будуть країни Балтії чи ще щось.

Бо Гітлер, вважає дослідник, теж починав окупацію Чехословаччини з анексії Судетської області, яку здійснював з мовчазної згоди інших країн.

І якби Гітлеру вже тоді "дали по морді", може б не було Другої світової війни.

2 СЦЕНАРІЇ ЗАВЕРШЕННЯ ВІЙНИ З РОСІЄЮ, – ГОЛОВА РОЗВІДКИ Начальник Головного управління розвідки Міністерства оборони України Кирило БУДАНОВ бачить два сценарії завершення війни з рф – розділення рф та зміна керівництва.

Про це він розповів в інтерв'ю журналу "НВ". Перший — розділення росії на три й більше частин. І другий — відносне збереження територіальної цілісності рф при зміні керівництва країни.

За його словами, у другому випадку новий керівник скаже, що рф ні при чому в усіх цих процесах, це був хворий диктатор, а країна тут ні до чого. Тоді росія віддасть усі окуповані нею території — від островів Японії до Кенігсберга, який належить Німеччині.

Ось два шляхи. Більшість військово-політичного керівництва Росії це знає.

І саме тому є дуже багато спроб діалогу з західним світом, не дивлячись на ту офіційну риторику, яку вони всі використовують.

А от неофіційна зовсім інша: вони бояться втратити свої статки. І вони розуміють, чим це дуже швидко для них закінчиться, — заявив Буганов.

Начальник ГУР висловив упевненість, що Україна перемаже. "Залишити йому шлях для відступу — це одна зі стратегій, проте це майже нереально. Він військовий злочинець для всього світу. Це його кінець, він сам себе загнав у глухий кут", — додав Буганов.

НОВИЙ ПРОГНОЗ ВІД АРЕСТОВИЧА: ВІЙНА МОЖЕ ТРИВАТИ Й ДО 2042 РОКУ Війна росія проти України може тривати й два десятки років. Так вважає радник голови Офісу президента Олексій АРЕСТОВИЧ.

Арестович вважає, що затяжна війна не матиме активний бойових дій. Їх стане набагато менше.

Війна в цьому сенсі, в цивілізаційному. Це не обов'язково означає військові зіткнення... Воно може бути та до 42-го, тільки треба розуміти, як це буде відбуватися. І найголовніше, що Україна пропонує діяльні механізми боротьби з цим, — сказав Арестович.

Раніше він говорив, що війна може тривати до 2035 року, за цей період "гарантовані" регулярні військові зіткнення.

Так буде й у нас. Не знаю, чи знадобиться п'ять, але кілька військових зіткнень до 2035 року нам гарантовані. Це означає по зіткненню кожні два, а можливо п'ять років. І великі зіткнення кожні сім-вісім років, — сказав Арестович 10 квітня.

НЕРУХОМІСТЬ

КВАРТИРИ

Продаж

Продам 1-кімн. квартиру, середній поверх. Тел. (098)909-13-26.

Продам 1-кімн., квартиру, середній поверх. Тел. (098)260-55-19.

Продам 1-кімн., середній поверх, без комісії для покупця. Тел. (098)595-45-00.

Продам 2-кімн. квартиру, середній поверх. Без комісії для покупця. Тел. (098)909-13-26.

Продам 2-кімн., квартиру, середній поверх, без комісії для покупця. Тел. (098)595-45-00.

Продам 3-кімн. квартиру, р-н «Північний». В гарному стані, після ремонту. Ціна договірна. Тел. (096)563-97-50.

БУДИНКИ

Продаж

Продам будинок у м. Рівне. Тел. (098)297-57-87.

Продам земельні ділянки, Городище, Бармаки, Городок, Житин, без комісії для покупця. Тел. (098)595-45-00.

ПРИМІЩЕННЯ

Продаж

Продам комерційне приміщення, 60 кв.м. Тел. (098)595-45-00.

ТРАНСПОРТ

СПЕЦІАЛЬНА АВТОТЕХНІКА

Продам

Прес-підбирачі, комбайни зернозбиральні, бурякозбиральні, картоплезбиральні та ін., можлива доставка, часткове кредитування. www. tatt. com. ua, tatt. volyn@gmail. com. Тел. (050)924-26-13, (050)515-85-85, (067)904-00-66.

ВСЕ ДЛЯ БУДІВНИЦТВА

БУДІВЕЛЬНІ ТА ОЗДОБЛЮВАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

Продаж

Дошки, балки, крокви, рейки усіх розмірів, сухі та свіжоспилені. Дошка для підлоги шпунтована, вагонка. Доставка. Тел. (096)242-26-61, (068)016-60-98.

КОПАННЯ, ЧИЩЕННЯ КРИНИЦЬ КОПАННЯ СЕПТИКІВ

- Копання досвідченими монтажниками
- Чистка та поглиблення криниць
- Пошук води на території
- Виготовлення дашків

(068) 758-41-27

Виготовлення бесідок. Продаж та доставка кругів

ТОВ "КАС ПЛИТ-СЕРВІС"

ppkas@ukr.net

- ДСП, ДВП ламінована та рядова товщиною 10, 16, 18, 22 мм (більше 100 декорів)
- Порізка, поклейка крайкою ПВХ на імпортованому обладнанні
- Стільниці кухонні EGGER, LUXEFORM товщиною 28, 38, 50, 60 мм (більше 100 декорів)
- Фасади з натурального дерева, рамочні з профілю МДФ та алюмінієвого профілю
- Фанера 1525x1525 мм товщиною 4, 6, 8, 10, 12, 15, 18 мм
- Виготовлення корпусних меблів, шаф-купе

м.Рівне, вул.Млинівська, 3, т. 61-98-46, 61-98-47, 61-99-00

ого Засновник, видавець - ТОВ "Видавничий дім "ОГО". Редакція Адреса: 33028, м.Рівне, вул. Шкільна, 2, info@ogo.ua Шеф-редактор – Віктор Данилюк Прийом оголошень: Світлана Степанюк, work@ogo.ua, (066) 265-62-35

33028, м.Рівне, вул. Шкільна, 2. Електронна адреса: info@ogo.ua. Прийом оголошень: тел. 066 265 62 35.

ДОВІДНИК РІВНОГО

Заходь і знаходь!

www.ogo.ua

ОПАЛЮВАЛЬНА ТЕХНІКА ТА САНТЕХНІКА

Продаж

Продам раковину-умивальник, с-латова, б/в. Тел. (066)811-36-59, (063)852-93-58.

ПРЕДМЕТИ СПОЖИВАННЯ

МЕДИЧНІ ПРЕПАРАТИ ТА ОБЛАДНАННЯ

Продаж

Продам інвалідний візок. Ціна 2000 грн. Тел. (098)555-35-25.

ІНШІ ТОВАРИ

Купівля

Куплю фотоапарати, об'єктив, мікроскоп, теодаліт та іншу оптику і аксесуари(бочок, триногу, світлофільтр) Тел. (067)747-64-51.

ОБЛАДНАННЯ

ПОБУТОВА ТЕХНІКА ТА ЕЛЕКТРОАПАРATURA

Продаж

Продам плиту 2-х камфорну, б/в в гарному стані. Тел. (067)925-69-44.

ПОСЛУГИ

БУДІВЕЛЬНІ ПОСЛУГИ

Всі види внутрішніх та зовнішніх робіт, виконує будівельна бригада. Тел. (096)031-62-62.

Замовляйте роботу + матеріали зі знижкою. РЕМОНТИ БУДИНКІВ, КВАРТИР під ключ. Перепланування. БУДІВНИЦТВО -будинки, прибудови,павільйони, гаражі, навіси, альтанки. Бані, паркани. Покрівельні роботи під ключ. Мансардні дахи. Утеплення, облицювання будинків. Тел. (096)972-15-14, (066)839-34-83

АВТОВИКУП

купуємо авто у будь-якому стані

+38 097 177 52 38
+38 066 415 98 88
+38 068 701 00 03

с. Немовичі, Сарненський район

БІРЖА ПРАЦІ

Шукаю

Шукаю роботу продавця промтоварів, пакувальниці, реєстратора або будь-яку. Тел. (096)963-49-29.

Вам € що сказати?

ого.ua

БУРІННЯ СВЕРДЛОВИН

- ➡ ПІД КЛЮЧ
- ➡ ПО ВСІЙ ОБЛАСТІ
- ➡ З НАСОСАМИ І ОБВ'ЯЗКОЮ
- ➡ ОКРЕМО ТРУБИ, НАСОСИ

працюємо від 220 вольт

ТЕЛ.: 096 252 30 71

ВАНТАЖНІ ПЕРЕВЕЗЕННЯ

Бус Фольксваген крафтер довга база (довжина вантажу до 4,30 м) Вантажопідйомність 1,5 т.

Працюємо: місто, область, Україна.

тел. (097)865-75-47

ПРОПОНУЄТЬСЯ РОБОТА ОХОРОННИКИ на вахту м.Київ (15/15)

З/п своєчасно. Проживання забезпечуємо.

050 0647898, 096 9924790

БАЛКИ, КРОКВИ, РЕЙКИ, ДОШКИ, МУРЛАТИ, ШТАХЕТИ та інше.

Завжди в наявності, замовлення під ваші розміри. Можлива доставка. Дрова(обалопи) з доставкою Форма оплати будь-яка. Працюємо по перерахунку.

тел. (050) 580-74-02, (067) 745-45-82

ЗАБІЙНИЙ ЦЕХ ЗАКУПОВУЄ від НАСЕЛЕННЯ КОРІВ, БИЧКІВ (МОЛОДНЯК), КОНЕЙ, ДОРІЗИ

Дорого. Без посередників. Надаємо послуги для перевезення тварин.

т.: 0509986771, 0684718328, 0933215178

ВРХ, коні, телиці, бики, телята, шкіри ВРХ

Дорізи • Лежачу худобу

Куплю дорого!

Робимо вимушений забій. Обмінюю коня, корову.

067-81-11-430, 095-53-55-908

ДО УВАГИ ОДЕРЖУВАЧІВ ЖИТЛОВИХ СУБСИДІЙ!

На засіданні Державної комісії з питань техногенно-екологічної безпеки та надзвичайних ситуацій прийнято рішення про скасування з 00 год. 00 хв. 27 березня 2022 «червоного» рівня епідемічної небезпеки поширення COVID-19 у Рівненській області. Тому з квітня 2022 року для одержувачів житлової субсидії Рівненської міської територіальної громади здійснено автоматичний перерахунок без збільшених на 50% соціальних нормативів.

УРЯД УХВАЛИВ РІШЕННЯ ЗАЛИШИТИ ЦІНИ НА ГАЗ ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ БЕЗ ЗМІН

Задля збереження ціни природного газу для населення на рівні близько 8 гривень за кубометр, Кабінет Міністрів України поклав спеціальні обов'язки на суб'єктів ринку природного газу, зокрема на Групу "Нафтогаз" щодо формування ресурсу природного газу для потреб побутових споживачів і забезпечення реалізації цього ресурсу постачальникам природного газу побутовим споживачам. Відповідне рішення прийняте Урядом 29 квітня 2022 року. Згідно з рішенням Кабміну, до 15 травня 2022 року повинні бути укладені відповідні договори між компаніями Групи "Нафтогаз" і постачальниками природного газу, на підставі яких відбуватиметься реалізація зазначеного ресурсу побутовим споживачам за фіксованою ціною. Нагадаємо, з 1 травня 2021 року до 30 квітня 2022 року постачальники, які працюють під брендом "ТВІЙ ГАЗЗБУТ", зокрема і ТОВ «Рівнегаз ЗБУТ», реалізовували газ побутовим споживачам по фіксованій ціні 7,99 гривні за кубометр в рамках тарифів "ТВІЙ ГАЗ РІЧНИЙ" (базова річна пропозиція) і "ТВІЙ ГАЗ РІВНОМІРНИЙ ПЛАТІЖ".

БОРГИ ЗА КОМУНАЛКУ НІКУДИ НЕ ЗНИКНУТЬ: ХТО ЗМОЖЕ НЕ ПЛАТИТИ

Попри те, що у період воєнного стану не нараховують штраф та пеню за несплату комунальних платежів, українців закликають оплатити спожиті послуги. Адже борг накопичується, й нікуди не зникає. Борги, починаючи з 24 лютого, спишуть лише тим, хто має житло зруйноване або сильно пошкоджене. Решта повинні будуть провести оплату протягом трьох місяців після скасування воєнного стану. У травні уряд мав переглянути тарифи на газ, електроенергію, але через війну вони залишилися на колишньому рівні. Так, ті, хто споживає до 250 кВт-год (включаючи весь обсяг споживання), платитимуть по 1,44 гривні за 1 кВт-год. Ті, хто перевищує 250 кВт-год (за весь обсяг споживання) — 1,68 гривні за 1 кВт-год. Газ, попри завершення опалювального сезону, не дорожчатиме та коштуватиме для населення стабільних 8 гривень за куб. Таку ціну прогнозують і на наступний опалювальний сезон. Тарифи на воду теж залишаються на старому рівні, правда про них ніде не йшлося.

НА РІВНЕНЩИНІ ПЕРЕСЕЛЕНЦІ САДИТИМУТЬ ГОРОДИ

У трьох громадах Рівненської області для цього вже отримали насіння завдяки проєкту «Local Agro Woman: support network 2.0», який реалізує ГО «Асоціація жінок України» Дія-Рівне» за підтримки Українського жіночого фонду. Таку ініціативу втілюють у Смизькій, Повчанській та Мізоцькій громадах. Загалом у проєкті беруть участь 210 родин — ті, які приймають в себе переселенців, та ті, які зараз тимчасово проживають у громадах через військові дії у своїх регіонах. Загалом проєкт «Local Agro Woman: support network 2.0» передбачає кілька етапів. Перший — це закупівля насіння та засобів захисту рослин для місцевих мешканців та переселенців. Також передбачені інформаційні зустрічі в громадах. А ще — координуватиметься посів, обробіток та збір врожаю. Локальний захід «Молодий борщ» стане завершальним етапом та гарною традицією громад.

ПЕРЕРОБНА КОМПАНІЯ

КУПИТЬ ДОРОГО ВРХ вимушений забій

ВРХ КОНЕЙ ЛОШАТ

т. (097) 865-87-26

ЗАБІЙНИЙ ЦЕХ КУПИТЬ на забій і утримання ВРХ молодняк коні лошата

(099) 327-28-90 (096) 423-51-22

РОБОТА | ТОВ "СІМ ТЕКС-Р" запрошує на роботу:

ШВАЧОК

оплачується дорого на роботу і з роботи

096 123-44-44, 093 109-85-69, 050 375-22-05

Адр.: м. Рівне, вул. Гагаріна, 39

ого Засновник, видавець - ТОВ "Видавничий дім "ОГО". Редакція Адреса: 33028, м.Рівне, вул. Шкільна, 2, info@ogo.ua Шеф-редактор – Віктор Данилюк Прийом оголошень: Світлана Степанюк, work@ogo.ua, (066) 265-62-35

33028, м.Рівне, вул. Шкільна, 2. Електронна адреса: info@ogo.ua. Прийом оголошень: тел. 066 265 62 35.

Чи маєте ви вічне життя?

“І коли вирушав Він у путь, то швидко наблизивсь один, упав перед Ним на коліна, і спитався Його: Учителю Добрий, що робити мені, щоб вічне життя впадувало? Ісус же йому відказав: Чого зреш Мене Добрим? Ніхто не є Добрий, крім Бога Самого. Знаєш заповіді: Не вбивай, не чини перелюбу, не кради, не свідкуй неправдиво, не кривди, шануй свого батька та матір. А він відказав Йому: Учителю, це все виконав я ще змалку. Ісус же поглянув на нього з любов'ю, і промовив йому: Одного бракує тобі: іди, розпродай, що маєш, та вбогим роздай, і матимеш скарб ти на небі! Потому приходи та й іди вслід за Мною, узявши хреста. А він засмутився тим словом, і пішов, зажурившись, бо великі маєтки він мав! І поглянув докору Ісус, та й сказав Своїм учням: Як тяжко отим, хто має багатство, увійти в Царство Боже!” (Євангеліє від Марка 10:17-23)

Зверніть увагу на запитання цього чоловіка: він не запитав про здоров'я чи своє земне майбутнє, його цікавило вічне життя. Він розумів, що одного разу стане перед Богом і дасть відповідь за прожитий відрізок часу. Цей чоловік виховувався серед єврейського народу, знав Слово Господнє і був зразковим у багатьох питаннях, але його серце не знаходило спокою. У нас є багато питань про земне, але чи цікавимося ми тим, як успадкувати Царство Небесне?

Що означає життя вічне? Річ у тому, що всі ми одного разу залишимо цю землю і станемо перед Богом. Після цього кожен з нас потрапить або в пекло на вічні муки, або в Царство Небесне для вічного життя. Ісус Христос сказав, щоб чоловік той виконував заповіді й він потрапить на Небеса.

Біблія навчає, що спасіння людина може отримати в один момент, коли вона щиро повірить у Відкуплення Христове та покається у своїх гріхах. Але зберігається спасіння людиною, коли вона живе по заповідях Божих. Тому, друзі, виконуймо заповіді Господні!

Багато людей обманюють себе думкою: якщо покаюся

один раз, то не має значення як будеш жити після свого покаювання. Сьогодні Бог промовляє до кожного з нас: “Виконуй заповіді Мої, бо це шлях благословіння та миру, який приведе тебе у Царство Небесне”.

Якщо ви не читаєте Біблію, то не можете виконувати її, бо не знаєте слова Божого. Якщо ж людина знає заповіді Господні, то це не означає, що вона прямує у Небеса. Тому що не знання, а саме виконання Слова Божого дає гарантію на вічне життя з Ісусом Христом.

Біблія навчає, що з чоловіка, який знав Слово, але не виконував, Бог більше спитає. І в Писанні сказано, що краще не пізнати шлях правди, ніж пізнати та залишити його. Поки живемо на цій землі, Бог дає час наблизитися до Нього та Його Слова.

Коли той чоловік, який ставив Ісусу питання про вічне життя, сказав, що змалку виконував заповіді, тоді Христос з любов'ю поглянув на нього і сказав: “Одного бракує тобі: іди, розпродай, що маєш, та вбогим роздай, і матимеш скарб ти на небі! Потому приходи та й іди вслід за Мною, узявши хреста” (Євангеліє від Марка 10:21).

Чи потрібно сьогодні всім багатим людям продавати своє майно й слідувати за Ісусом? Ні. Проблема багатого чоловіка була в тому, що він був дуже прив'язаний до своїх грошей та майна. Вихід для нього полягав у тому, щоб він роздав своє майно бідним. Але це не означає, що сьогодні всі ми повинні так робити. Важливо, аби наше серце не було приліплене до земного багатства. Цей чоловік був майже ідеальним, але мав проблеми з відношенням до матеріального. Багатьом людям бракує чогось одного або декількох речей. Вони моляться, ходять на богослужіння, роблять добрі справи, але мають таємні гріхи, про які інші не знають. Через це людина не потрапить у Небесне Царство. І Господь через Своє слово говорить: “Одного бракує тобі...” Якщо в нашому серці є проблеми, образи



та інше, тоді це не пустить нас до Господа й ми залишимося за межами Царства Небесного. Дуже сумно буде, коли багато християн почують від Христа: “Я ніколи не знав вас... Відійдіть від Мене, хто чинить беззаконня!” (Євангеліє від Матвія 7:23)

Проаналізуємо своє серце, аби ніщо не завадило нам отримати вічне життя з Ісусом.

“Учинки тіла явні, то є: перелюб, нечистість, розпуста, ідо-лослужіння, чари, ворожечні, сварка, заздрість, гнів, суперечки, незгоди, ереси, завидки, п'янство, гулянки й подібне до цього. Я про це попереджую вас, як і попереджав був, що хто чинить таке, не впадує в Царство Божого!” (Послання до Галатів 5:19-21)

У цьому тексті апостол Павло перераховує різні вчинки, через які людина не успадкує Божого Царства. Тому не будемо обманювати себе тим, що ми молимося, читаємо Біблію. Так, це добре, але, можливо, нам чогось не вистачає, можливо, щось нам заважає спастися?

Коли Ісус сказав тому чоловіку, щоб він роздав своє майно, то багатьом засмутився і відійшов від Христа. Як сумно! Багато людей йдуть з церкви, бо їх щось не влаштовує; багато залишають Бога, тому що з чимось не згодні. Але наші амбіції не варті того, щоб через них ми втрачали вічне життя.

Друзі, прийдімо до Ісуса Христа! Підкоримося Слову Божому, будемо виконувати заповіді Господні. І одного разу ми увійдемо в Небесне Царство.

З проповіді пастора Тараса Сеня на телеканалі itv

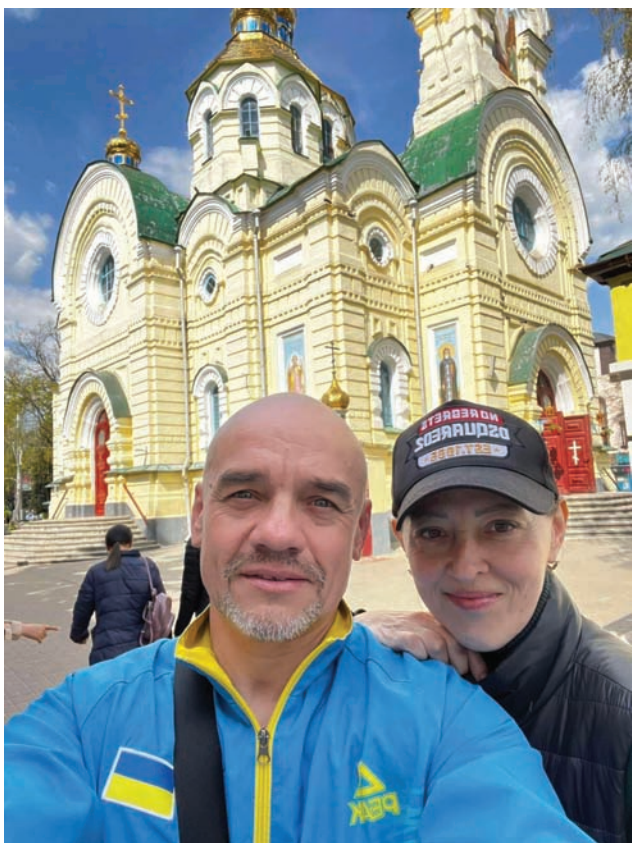
Знаний тренер приїхав з Харкова до Рівного

Знайомтеся: на фото – харків'яни Валерій та Вікторія Даніленки. Тепер вони проживають у Рівному. На початку війни під час постійних обстрілів Харкова ворогом родина переховувалася в підвалі місцевої школи. Валерій та Вікторія разом із сином, невісткою та внучкою після 10-ти днів перебування в укритті прийняли непросте рішення: поїхати з рідного міста. Цю історію війни на своїй сторінці у соцмережі Facebook опублікував начальник Рівненської ОВА Віталій Коваль.

Вирішили тримати шлях на Рівненщину. Адже тут Валерію Даніленку, професійному тренеру з боксу запропонували роботу в спортивному клубі “Праджат”.

Валерій Даніленко є спортивною легендою Харківщини – тренер Національної збірної з боксу, заслужений тренер України. Він виховав плеяду успішних спортсменів і свого часу проводив тренування у “золотої збірної”, а саме Олександра Усика, та Василя Ломаченка, Дениса Берінчика тощо.

До речі, наразі у клубі “Праджат” тренує спортсменів і син Валерія та Вікторії Даніленків – Богдан.



Разом із родиною харків'ян у Рівне переїхали й кілька перспективних боксерів – призерів чемпіонатів Європи та світу серед молоді. Вони готуються до змагань найвищого міжнародного рівня, у тому числі й до Олім-

піади.

На Рівненщині родину Даніленків прихистила Тетяна Прилуцька, а на роботу та саме в Рівне, харків'ян запросив Володимир Зленко. У рідному Харкові їхнє житло пошкоджене.

91-річна чернігівка не виїхала із міста, щоб не полишити картини чоловіка

Дружина художника за понад місяць облоги та обстрілів Чернігова не покинула колекцію картин чоловіка.

Євдокія Недашківська сама у 10 років пережила авіабомбування Другої світової, а нині колишній бібліотекарці з Чернігова 91 і знову пережити холод, голод та жах війни їй було важче. Але виїхати у безпечне місце жінка відмовилась, щоб берегти десятки картин свого чоловіка, який все життя малював Чернігів і пейзажі України, йдеться в ТСН.

У невеликій трикімнатній квартирі у центрі Чернігова майже усе завішано картинами. Їхня власниця розповідає, як вижила, коли російські війська обстрілювали її місто. “У ванні: дожила, за стільки років я ніколи так не сиділа, не боялася, не переживала”, – каже вона.

У своїй ванні зустріла свій 91 день народження. “1931 рік, 7 березня було”, – каже жінка.

У її житті – це вже друга війна. Першу – вона дуже добре пам'ятає, тоді маленька Євдокія з родиною жила на Сумщині. Пригадує як мама ховала її та старшу сестру від солдатів на горішці. “Одягла мене в старе ганчір'я, я біла повна. Намагалися ховатися, але жодного разу не було, щоб гвалтували”, – пригадує жінка.

І як всі раділи, коли батько повернувся з війни. Гола і боса, так згадує своє дитинство в Другу світову. “Як у війну ми мучились, їсти нічого, на поля ходили, гнили картоплю збирали, щавель”, – каже жінка.

Вона знову пережила голод і холод і понад місяць облоги у ванні своєї квартири, вона вже прощалась із життям. “Я сильно виснажувалась, сильно захворіла. Крутилась голова, думала, що не встану, вже кінець, вже прощалась, ноги потекли. Хліба немає, ні буряку ні картоплі, нічого немає. Це жах”, – розповідає жінка про свої будні.

Дві доньки, які теж живуть в Чернігові, вмовляли пані Євдокію виїхати з міста, але вона відмовилась. Вони теж через неї залишилися, бо знали – мама не може залишити квартиру, де зберігається колекція картин їхнього батька і її чоловіка. “Ми 62 роки



прожили. Я хвилювалась, вони пропадуть і не буде пам'яті, скільки праці вложено”, – переконує жінка.

Семен Недашківський відомий чернігівський художник, який все життя малював рідні місто і край. Його картини є в місцевому музеї, але головна колекція – у квартирі дружини. І вони тут не лише на стінах, багато просто акуратно складені і заховані. На картинах красива Україна, часто це осінь, ліси та поля Чернігівщини, старовинні храми Чернігова. Картини показують гостям як найбільший скарб і бережуть у кімнаті, яка найбільш захищена двома стінами.

Найстрашніші дні, згадує пані Недашківська, коли горіла будівля неподалік. Бачила як вона вибухнула і чула як неподалік на стадіон прилетіли 6 п'ятисоткілограмових бомб. “Боялась, щоб не згоріли картини, вогонь міг перекинутись далі”, – пригадує свої переживання жінка.

Нині, коли російські війська відступили від рідного міста Євдокія Миколаївна попри руїни і зграїща навкруги – радіє, що картини вціліли. А ще розмірковує, в якому статусі житиме після цієї війни.

“Коли закінчилась Друга світова війна, нам дали статус дітей війни і пільги. Зараз мені 91 рік, довелося пережити другу війну, який же тепер буде статус у довгожителів, який пережив страх і жах цієї війни в Україні”, – розмірковує жінка.

Хоча визнає найважливіше не статус. “Я чекаю перемоги в Україні”, – каже вона.