

✦ РІВНЕНСЬКИЙ ЖУРНАЛ УСПІШНИХ ЛЮДЕЙ

для рівнян

# РІВНЯНИ

№5 (20), 2020

ого ТЕ, ЩО ТРЕБА

**ПІДТРИМАЙ СЕБЕ,  
ПОДАРУЙ  
МІСТУ КРИЛА**  
*Ігор Насинюк*

# ОФТАЛЬМОЛОГІЧНИЙ ЦЕНТР МЕРЖИЄВСЬКОЇ Н.П.

Ліц. МОЗ України №231 від 23.04.16 р.

- Огляд дітей з народження
- Скринінг вроджених вад зору
- Діагностика оптичних відхилень - міопії, гіперметропії, астигматизму, анізометропії
- Підбір оптичної корекції будь-якої складності
- Підбір призматичної корекції
- Плеопто-ортоптичне лікування Амбліопія - с.м. «лінивого ока», косоокість, розлади акомодатції, контроль за прогресуючою міопією
- Лікування запальних процесів органа зору та його придатків, у т.ч. дакріоциститу новонароджених

## ДИТЯЧИЙ ОРТОПТИЧНИЙ КАБІНЕТ

- ДІАГНОСТИКА
- ТОНОМЕТРІЯ
- ВІДНОВЛЕННЯ  
ЗОРОВИХ ФУНКЦІЙ
- КОРЕКЦІЯ

м. РІВНЕ,  
вул. КАРНАУХОВА, 31  
+38 097 343 63 14



# РІВНЯНИ

для рівнян

№5 (20), вересень 2020



**НА ОБКЛАДИНЦІ:**  
Ігор НАСИНЮК

#### Головний редактор

Ольга ЛІРНИК

#### Дизайн та верстка

Роман ЦВИНТАРНИЙ

Сергій ШАГОФЕРОВ

#### Автори текстів

Ольга ЛІРНИК

Олександр ШЕВЧУК

Галина ЗАКАЦЮРА

Вікторія КРАСУЦЬКА

#### Коректор

Галина ЦУКАНОВА

#### Відеограф проекту

Anna Maria Dali

#### Фотографи

Anna Maria Dali

Наталія ЯКИМЧУК

Тетяна ДАЦ

#### Рекламний відділ

Олена КОПИЦЯ

Ірина ЛАВРЕНЮК

Світлана СТЕПАНЮК

Яна СТІБИШ

Мирослава СТРОЧИНСЬКА

Марина КУШНІРУК

#### Засновник, видавець

ТОВ «Видавничий дім «ОГО»

33028, м.Рівне,

вул. Шкільна, 2

тел. (0362) 433-777

#### Друкарня

ПП «Поліграфінтер»

33024, м. Рівне, вул.

Ньютона, 29

тел. (0362) 62-14-39

#### Свідоцтво про реєстрацію:

Свідоцтво РВ 696/249-ПР

від 06.03.18

#### Тираж відповідно

до замовлення.



# Незамінних Не/Буває...

Кажуть, що все в житті взаємозамінно: люди, предмети й навіть почуття. Але приходить момент, коли в життя приходять ті, яких ти не згадаєш будеш ніколи зрадити, яким довіряєш без міри, навіть не маючи на те особливих причин. Їм даруєш кредит довіри, попри те, що до цього обпікався десятки разів...

У ту мить починаєш більше цінувати внутрішнє світло, ніж зовнішній шик та блиск... Бо ж намальовані вії – це до першого дощу, а вогник в очах – це те, що горить навіть в найбільшу негоду! Так, будуть моменти, коли він ледь тліє, але поруч зі своїми, незамінними, розгорається і палає знову.

Скільки б не вивчав краці цитати з книг чи пабліків у соціальних мережах, в моменти абсолютної щирості вони всі відходять на інший план, бо ж тоді слова серця промовляють уста. Важливі істини, до яких дійшов сам, які прожив, пропустив через серце, в яких частинка твого, незамінного...

І в мить, коли тобі дуже буде хотітися не показувати внутрішню слабкість, ти триматимеш сльози в собі, не демонструватимеш надмірної щирості чи ніжності, незамінні люди в житті дадуть зрозуміти, що найбільша сила – у прояві слабкості. Коли поруч ті, яких більше не буде і з ким кожна мить така, що хочеться попросити у Бога: "Хай так буде завжди..."

Головний редактор  
журналу "РІВНЯНИ"  
Ольга ЛІРНИК.



Журнал "Рівняни" розповсюджується у кафе, ресторанах, розважальних закладах Рівного.

Придбати видання можна у редакції "ОГО" за адресою: м.Рівне, вул. Шкільна, 2 та в мережі кіосків "ОГОпрес".



A close-up portrait of a middle-aged man with a shaved head and light blue eyes. He is wearing a dark blue, textured button-down shirt with a dark blue strap over his shoulder. The background is a blurred outdoor setting with a cloudy sky and greenery.

Ігор НАСИНЮК:  
**“ПІДТРИМАЙ СЕБЕ,  
ПОДАРУЙ  
МІСТУ КРИЛА”**

Він точно знає, як ставити перед собою амбітні цілі та досягати їх. Відповідальний, націлений на результат, ініціативний – це все про нього, директора “Міжнародного аеропорту Рівне” Ігоря НАСИНЮКА. Про те, що вкладає в поняття “професіоналізм”, про зміни рівненського аеропорту та політичні перспективи – у відвертому інтерв’ю в журналі «РІВНЯНИ».

**– ПАНЕ ІГОРЮ, ВАС БЕЗ ПЕРЕБІЛЬШЕННЯ НАЗИВАЮТЬ ПРОФЕСІОНАЛОМ, ЯКИЙ ЗА П’ЯТЬ РОКІВ ЗМІГ ЗРУШИТИ ПРОЄКТ “МІЖНАРОДНИЙ АЕРОПОРТ РІВНЕ” З МЕРТВОЇ ТОЧКИ. СКАЖІТЬ, ЯКІ З ПРОФЕСІЙНИХ НАВИЧОК ДОЗВОЛИЛИ ВАМ ЦЕ ЗРОБИТИ?**

– За цей час я зміг насправді розвинути свої професійні якості, адже за п’ять років маю досвід управління підприємством у кризових ситуаціях. Неодноразово проводив переговори на міжнародному рівні, займався розробкою та забезпеченням реалізації поточних і перспективних планів з розширення господарської діяльності підприємства.

**– НАСПРАВДІ ВІДПОВІДАТИ ЗА ГОСПОДАРСЬКО-ФІНАНСОВУ ЧАСТИНУ ВЕЛИКОГО ПІДПРИЄМСТВА ДОСИТЬ ВАЖКО. ЯК ВДАЄТЬСЯ СТАВИТИ ПЕРЕД СОБОЮ ЦІЛІ ТА ДОСЯГАТИ ЇХ?**

– Директор – це тільки одна зі складових великого “організму”, яким є аеропорт. Тож надзвичайно важливими є націленість на результат усієї команди, ініціативність керівника, активна життєва позиція усіх працівників та відповідальність за те, що ми всі разом робимо.

**– ВИ Є ДИРЕКТОРОМ “МІЖНАРОДНОГО АЕРОПОРТУ РІВНЕ” З 2015 РОКУ. СКАЖІТЬ, В ЯКОМУ СТАНІ ПОБАЧИЛИ ЛЕТОВИЩЕ, СТАВШИ ЙОГО КЕРІВНИКОМ?**

– З приходом на посаду директора відразу помітив, що чимало приміщень аеропорту абсолютно в занедбаному стані. Тому 2015-2016 роки стали періодом, коли ми максимально займалися ремонтом сектору прильоту аеровокзалу. Також було проведено ремонт приміщення паспортно-митного контролю. Зроблено новий дах, щоб вода не текла у приміщення. Тим самим аеропорт почав змінювати своє “обличчя”.

**– 2016 РІК ЗАПАМ’ЯТАВСЯ ТИМ, ЩО ВИ РОЗПОЧАЛИ СПІВПРАЦЮ З МІЖНАРОДНИМИ ПАРТНЕРАМИ. РОЗКАЖІТЬ ПРО ЦЕ ДЕТАЛЬНІШЕ.**

– Вперше в історії Міжнародного аеропорту Рівне 6 жовтня 2016 року відбулася подія – підписання меморандуму про співпрацю ОКП “МА Рівне” із закордонним партнером – Мазовецьким Аеропортом Варшава-Модлін в особі Марчіна Даніла та Петра Ленарчика. Також тоді представники стратегічного партнера компанії “RDS Cargo” підписали договір з WMI про співпрацю щодо вантажних перевезень. Польські колеги організували екскурсію по усіх важливих частинах WMI. В переговорах були прийняті домовленості щодо подальшої співпраці, зокрема пошуку авіаперевізників, підвищення кваліфікації працівників ОКП “МА Рівне” на базі WMI.

**– ЗА ВАШОГО КЕРІВНИЦТВА АЕРОПОРТ ПРОЙШОВ СЕРТИФІКАЦІЮ. ЧОМУ ЦЕ ВАЖЛИВО?**

– Так, дійсно була пройдена сертифікація аеропорту. Адже насправді аеропорт – це складне підприємство, де багато різнопланових фахівців, всі мають бути сертифіковані на різну авіаційну сертифікацію. Це вимоги та необхідність. Щоб отримати статус міжнародного, мусить бути міжнародний склад сертифікованих фахівців з відповідними навичками. “Міжнародний аеропорт Рівне” має таких спеціалістів що гідно виконали це завдання.

**– ВАГОМОЮ СТОРІНКОЮ В ІСТОРІЇ АЕРОПОРТУ СТАВ ЗАПУСК ПАСАЖИРСЬКИХ РЕЙСІВ РІВНЕ-АНТАЛІЯ. СКІЛЬКИ ПАСАЖИРІВ БУЛО ПЕРЕВЕЗЕНО?**

– 10 липня 2016 року вперше за останні 10 років виконано пасажирський рейс за маршрутом Рівне – Анталія. (Не враховуючи чартерних нерегулярних рейсів приватної авіації). З цього часу авіакомпанія Bravo Airways виконувала щотижневі недільні рейси за означеним маршрутом в обидві сторони. У жовтні цього ж року перевізник запустив чартерні рейси до Хургади та Шарм-ель-Шейха. Замовником чартерних рейсів є туроператор TPG. У цей час ми проводили до трьох-чотирьох рейсів в тиждень. За 2019 рік було перевезено 11 тисяч пасажирів. З них 40% – це білоруси. Цього року колектив проводить поточну роботу аеропорту, який є в повній діючій готовності. Під час карантину здійснюєть-





ся обслуговування приватних літаків та вантажних Ан-12. Також аеропорт приймає періодично перших осіб держави.

**- В ЛИПНІ ЦЬОГО РОКУ АЕРОПОРТ ОТРИМАВ НОВЕ ОБЛАДНАННЯ. ЧОМУ ЦЕ ТАК ВАЖЛИВО І ЩО САМЕ ОТРИМАЛИ?**

- Завдяки наполегливій багаторічній роботі команди аеропорту в останній день липня наше підприємство отримало в оренду від прибалтійського партнера "BAGES UAB" кілька одиниць наземної техніки. Наземне джерело живлення, транспортер багажу, асенізаційна машина, водило та 2 багажних возики – це тільки "перша ластівка" обладнання для обслуговування сучасних літаків Боїнг 737, Ейрбас 321. Попереду нас чекає ще тернистий шлях проєктної діяльності для справжньої роботи міжнародного хабу. Тож час не стоїть на місці й розвиток регіону лежить у площині мульти-модальних перевезень пасажирів та вантажів.

**- ЗАРАЗ МОЖНА ГОВОРИТИ ВЖЕ ПРО ТЕ, ЩО ВИ ПЛАНУЄТЕ РОЗВИВАТИСЯ ЯК ПОЛІТИК. ЧОМУ ОБРАЛИ ДЛЯ СЕБЕ ТАКИЙ ШЛЯХ - БАЛОТУВАТИСЯ ДО ОБЛАСНОЇ РАДИ?**

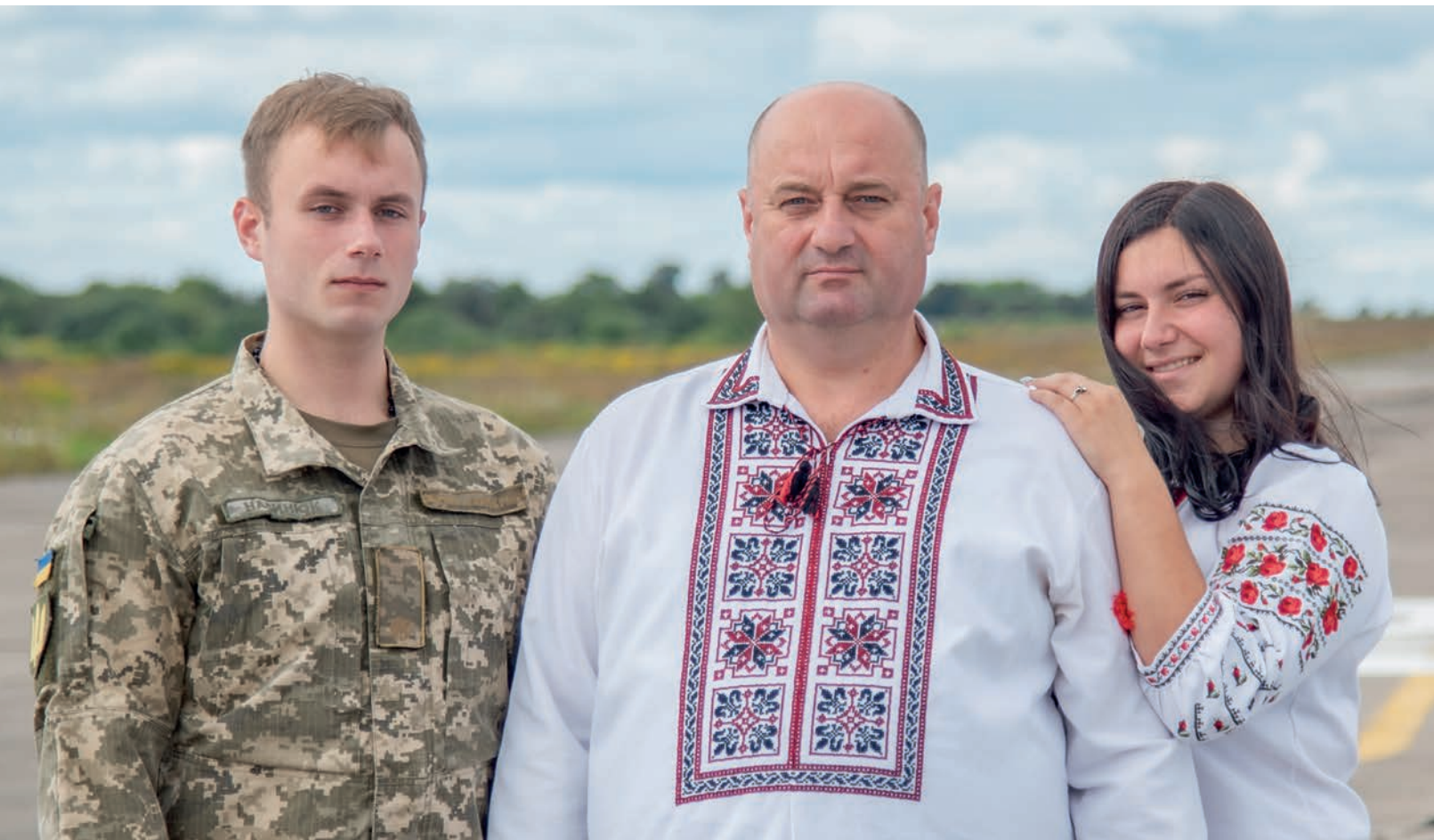
- Насправді я впевнений, що кожен з нас здатен змінювати своє місто та область на краще. Нам вдалося, наприклад, аеропорту показати, що коли за справу беруться відповідальні люди, то зміни можливі. Тепер мені хотілося б, щоб реформи були не тільки на рівні одного підприємства, а й області в цілому.

**- ВІД ЯКОЇ ПОЛІТИЧНОЇ СИЛИ ВИ БАЛОТУЄТЕСЯ?**

- Я з гордістю кажу про те, що йду в депутати від Аграрної партії України.

**- ЧИМ ВАМ ІМПОНУЄ САМЕ ЦЯ ПОЛІТИЧНА СИЛА?**

- Насправді ідеї Аграрної партії об'єднують усіх людей, адже земля – це те, що хвилює нас усіх. Незалежно від того, де ми проживаємо, яку посаду обіймаємо, ми всі прокидаємося вранці й хочемо їсти. Нам важливо мати хліб, вирощувати фрукти та овочі, а ще зберегти рідну землю для прийдешніх поколінь. У нашій партії на Рівненщині практично повністю оновлено склад та керівництво. Тому ми готові змінювати життя регіону та проводити реальні зміни не на словах, а реальними справами.



# Ігор НАСИНЮК

**Народився** 8 січня 1971 року в селі Рисв'янка Рівненського району Рівненської області

**Освіта** повна вища, закінчив Приватний вищий навчальний заклад "Рівненський інститут слов'янознавства Київського славістичного університету" у 2007 році за спеціальністю "Товарознавство та експертиза в митній справі" та отримав кваліфікацію магістра з товарознавства та експертизи в митній справі.

**У період 1989-1991 рр.** проходив дійсну військову службу.

**З 1992-1997 рр.** проходив службу в Збройних Силах України.

**З 1999 по 2006 рік** працював заступником директора адміністративно-господарчої частини в Рівненському інституті слов'янознавства Київського славістичного університету.

**З 2006 по 2015 рік** працював на посаді проректора адміністративно-господарської частини в Рівненському інституті слов'янознавства Київського славістичного університету.

**З 2015 року** працює на посаді директора в Обласному комунальному підприємстві "Міжнародний аеропорт Рівне".

**Захоплення:** горюдицтво, бджільництво, активний відпочинок.





Мар'ян ГОДА:

**"МАГІЯ МОГО ПОЗИТИВНОГО  
ХАРАКТЕРУ ТА СМАК ПИВА –  
ЦЕ ВИБУХОВА СУМІШ!"**



Мар'яна Году можна по праву назвати одним із тих рівнян, яких у місті знає, без перебільшення, кожен. Він є прикладом для багатьох мешканців, адже своїми реальними справами не раз заявляв про готовність допомагати, діяти та генерувати нові ідеї для покращення рідного міста. Про політичні перспективи, реакції та взаємодії людей говоримо з депутатом Рівнеради, директором ТОВ "Рівень ЛТД" Мар'яном ГОДОЮ.

#### **- НАШУ РОЗМОВУ ХОТІЛОСЯ Б РОЗПОЧАТИ З ПРОСТОГО І ВОДНОЧАС СКЛАДНОГО ПИТАННЯ: ЩО ОСОБИСТО ДЛЯ ВАС ПОЛІТИКА?**

- Я не хотів би говорити про політику. Оскільки, ні в селі, ні в області, ні в місті її немає. Політика робиться в Києві, але на вимогу Європейського Союзу нас усіх прив'язали до політики. Тобто: усі виборчі процеси на всіх рівнях відбуваються через політичні партії. Я цього абсолютно не сприймаю. Яка в нас політика на рівні міста? Є основні господарські питання, які потрібно вирішувати у місті, а саме: дороги, теплопостачання, каналізація та інші соціальні питання. Але ж вони абсолютно не пов'язані з політикою. Тож ми змушені прийняти ті умови, які нам нав'язали. Мені особисто імпонують ліберальні партії, партії ліберально-центристського напрямку.

#### **- ПАРТІЯ, ВІД ЯКОЇ ВИ БАЛОТУЄТЕСЯ, НАЛЕЖИТЬ ДО ТАКИХ?**

- Безумовно, саме такою є партія "За майбутнє".

#### **- ДАЙТЕ ОЦІНКУ НИНІШНІМ НОВАЦІЯМ ДО ВИБОРЧОГО КОДЕКСУ ТА СКЛАДНУ СИСТЕМУ ПІДРАХУНКУ ГОЛОСІВ.**

- Не секрет, що під кожні вибори змінюється й закон про вибори. Але усі вони, на мій погляд, є недосконалі, як і раніше. Змінили округи, тобто у нас є 42 депутати по місту й має бути 42 округи. Але замість цього маємо лише 6 округів! Було б простіше, якби вибори відбувалися за мажоритарною системою. Тобто є невеликий округ, який депутат знає досконало – мешканців, проблеми вулиці, проблеми будинків. А що дає новий закон? Ну не може один депутат нести відповідальність за більшу частину міста! Це складно для депутатів і не в інтересах мешканців.

#### **- БАГАТО РІВНЯН БАЧИЛИ ВАС НА ПОСАДІ МЕРА НАШОГО МІСТА. ТОМУ ВИНИКАЄ ПИТАННЯ: ЧОМУ ВИ НЕ СЕРЕД КАНДИДАТІВ НА ЦЮ ПОСАДУ?**

- Не буду заперечувати, пропозиції були й на попередніх виборах, і цьогоріч. Основний фактор моєї відмови – це повна віддача своїй роботі. 40 років свого життя я пивовар. Тут я знаю всі процеси. Моя робота, так би мовити, – моє життя. Вона мені приносить як моральне, так і матеріальне задоволення. У мене є багато цікавих ідей, деякі з них я вже втілюю в життя, інші в процесі реалізації, а далі про нові проекти ви ще точно почуєте.

#### **- ЧИ МАЄТЕ НА МЕТІ ПРОДОВЖИТИ ЗМІНИ У РІВНОМУ, ЯКІ ВЖЕ СТАРТУВАЛИ? МОВА ПРО КВАРТАЛ НА ПИВЗАВОДІ, ТОБТО ПІСЛЯ ЙОГО ВІДКРИТТЯ ЧИ Є БАЖАННЯ Й ДАЛІ ЩЕ ЩОСЬ ПРОЄКТУВАТИ, ЗМІНЮВАТИ?**

- Звичайно! Вже всі знають про історичний квартал на Пивзаводі. Було б чудово створити такі локальні місця у різних куточках міста, пов'язати їх між собою та зав'язати туристичними маршрутами. Кожне місто має мати свою туристичну привабливість, і місто Рівне не є винятком.

#### **- ЦЕ ТЕПЕР ВЖЕ УСЕ ТАК: ДЕПУТАТСЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ, ПИВОВАРІННЯ, А З ЧОГО ВСЕ ПОЧИНАЛОСЯ, ПРИГАДАЄТЕ?**

- Мабуть, як і у більшості рівнян: інститут, робота у Тернополі, головний механік на пивзаводі у Тернополі. Далі – начальник цеху розливу, з часом – головний інженер. Ну і, звісно, посада директора – вже у Рівному. Повторюся – все життя я варю пиво. Це і робота, і неймовірне задоволення.



#### **- А ЯКЩО ВАША ПАРТІЯ НЕ ПРОЙДЕ В РАДУ, ЩО БУДЕ? ЧИ ВСЕ Ж ПРОЙДЕ?**

- Абсолютно переконаний у тому, що пройде! Партія має гарні рейтинги, вони постійно ростуть. Окремо хочу сказати: наше суспільство не є чітко структуроване у політичному плані. У нас партії з'являються та зникають. На жаль, у нас немає постійно діючих партій, тому і маємо такі наслідки! На сьогодні яскраво виражених лідерів серед політичних партій немає. Я сподіваюся, що наша політична сила матиме перспективу й у майбутньому, знайде своїх прихильників серед рівнян та загалом у суспільстві. Як я вже говорив, партія "За майбутнє" – це проєвропейська партія. Це партія, яка бореться за християнські цінності. Партія, що бореться за євроінтеграцію. Основою всього й головним напрямком є, звичайно, розвиток економіки. А саме: збільшення бюджету, нові робочі місця, щоби рівняни лишалися у рідному місті й не шукали кращої долі за кордоном! Сюди ж віднесемо: освіту, медицину, промисловість і сільське господарство.

#### **- ЯК ВВАЖАЄТЕ: ЧИ БУДЕ БІЛЬШ ЗАПЕКЛА КОНКУРЕНЦІЯ МІЖ КАНДИДАТАМИ ТА ПАРТІЯМИ У ПОРІВНЯННІ З МИНУЛИМИ ВИБОРАМИ?**

- Вибори в Україні, та й не тільки в Україні – це брудні технології. Чому? Якщо раніше головними інформаційними ресурсами було телебачення, радіо, друковані ЗМІ, то зараз значну нішу зайняли інтернет-ресурси, де без особливих затрат можна проводити агітацію за будь-яку партію, так і кандидата у мери.

#### **- ЯКІ У ВАС СТОСУНКИ З ІНШИМИ ДЕПУТАТАМИ РІВНЕРАДИ?**

- Я маю гарні відносини з міськими депутатами. Іноді Пивзавод є місцем зустрічі й прийняття важливих рішень. (Посміхається, – авт.)

#### **- І НАОСТАНОК: ВИ ВЕДЕТЕ АКТИВНЕ ЖИТТЯ В СОЦМЕ-РЕЖІ "ФЕЙСБУК". ЧИ ВЗАГАЛІ ЧАСТО СПІЛКУЄТЕСЯ ЗІ СВОЇМИ ПРИХИЛЬНИКАМИ? А МОЖЛИВО, І З "ХЕЙТЕРАМИ"?**

- Ну, звісно! Я досить відкритий у спілкуванні. Як господарник вважаю, що потрібно знати своїх сусідів, чути потреби мешканців, допомагати з розв'язання проблем. Магія мого позитивного характеру та смак пива – це вибухова суміш!

# ГОЛОВА РІВНЕНСЬКОЇ ОДА ВІДЗВІТУВАВ ПРО РІК РОБОТИ... ПОСЕРЕД ПОЛЯ

Голова Рівненської обласної держадміністрації Віталій КОВАЛЬ відвідував про свій перший рік на посаді. Захід провели не в кабінетах чи стінах ОДА, а посеред поля. Точніше, на будівництві Північного обходу міста Рівного – наймасштабнішого будівельного проекту області.



Місце було обране не випадково – через ці шість кілометрів магістралі щодня проїжджатимуть близько 20 000 вантажівок, що дозволить розвантажити Рівне та зберегти дороги обласного центру.

Рівно рік тому, під час представлення Віталія Ковалю в Острозі, Президент України Володимир Зеленський доручив новому очільнику Рівненщини вирішити три найбільш болючі питання області: інтернет, легалізація "тіньового" бізнесу та видобутку бурштину.

Тепер, після проведення численних перемовин з операторами зв'язку, в більшості районів Рівненщини є якісний інтернет (що важливо в нинішніх умовах дистанційної роботи та навчання). Так, на карті покриття досі є "сірі плями", але з часом цю проблему також усунуть.

Коваль виконав всі доручення Зеленського: за рік в області закрили або легалізували понад півтори сотні нелегальних заправок, а нещодавно перші бурштинові ділянки пішли з-під молотка на аукціоні.

Втім у перший рік роботи перед 39-річним очільником області постало завдання, з яким світ досі не стикався – пандемія Covid-19. Після появи в країні першого хворого, керівництво Рівненської ОДА створило та організувало один із перших обласних штабів в Україні. Завдяки оперативним діям керівництва, Рівненщина опинилася в топі областей з тестування, медзабезпечення та боротьби з коронавірусом.

Разом з тим, попри складні часи, підприємства області не зупинилися, а економіка продовжила розвиватися – Рівненщина увійшла в ТОП-3 областей по державній програмі "Доступні кредити 5-7-9%" для підтримки малого та середнього бізнесу.

Також на Рівненщині розпочали й успішно провели "Велике будівництво": 1 вересня понад тисяча дітей пішли до нових шкіл та дитячих садочків, які були збудовані в рамках президентської програми. Всього в області зведуть 5 спортивних споруд, 73 км місцевих доріг та 7 приймальних відділень у лікарнях.

Потужний спорткомплекс вийшов на фінішну пряму й у Рівному: спортивна арена на Макарова повинна стати найбільшим спорткомплексом на Західній Україні, де Рівне зможе приймати міжнародні змагання та тренувати збірні команди.

– Це лише окремі результати роботи на посаді. Незважаючи на непрості часи, ми впевнено рухаємося впе-

## ВИКОРИСТАННЯ КОШТІВ З ПРОТИДІЇ ПОШИРЕННЮ COVID-19 за рахунок всіх джерел



## РЕЗУЛЬТАТИ ДЕТИНІЗАЦІЇ РИНКУ ПАЛЬНОГО





ред і готові до нових викликів. Саме – “Ми”. Бо такого результату неможливо досягти без ефективної взаємодії між усіма нами – влади, контролюючих органів, бізнесменів, а головне – без наших свідомих громадян. Завдяки свідомій позиції та спільним діям ми крок за кроком долаємо небезпечну пандемію, перетворюємо Рівненщину на територію рівних можливостей. Тому, хочу кожному з вас висловити слова вдячності за те, що робимо нашу Рівненську область успішною! – зазначив Віталій Коваль.

**ВЕЛИКЕ БУДІВНИЦТВО**  
**ПРОГРАМА ПРЕЗИДЕНТА УКРАЇНИ**

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>Школи – 5</b><br/>на 2425 уч.місць</p> <p>Кількість нових проєктів: 1<br/>Добудова існуючих: 4</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Озерецька ЗОШ І-ІІІ ст. (нове будівництво) 196 учнівських місць</li> <li>2. Дубровицький НВК "Ліцей-ЗОШ І-ІІ ступенів" (реконструкція) 1236 учнівських місць</li> <li>3. Корнінська ЗОШ І-ІІІ ст. (реконструкція) 353 учнівських місць</li> <li>4. Жоринська ЗОШ І-ІІІ ст. (реконструкція) 220 учнівських місць</li> <li>5. Малієвська ЗОШ І-ІІІ ст. (реконструкція) 360 учнівських місць</li> </ol> | <p><b>Дитячі садки – 5</b><br/>на 454 місця</p> <p>Кількість нових проєктів: 3<br/>Добудова існуючих: 2</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ДНЗ в м. Березне (нове будівництво) 150 місць</li> <li>2. ДНЗ в с. Горбаків (реконструкція приміщення під садочок) 44 місця</li> <li>3. ДНЗ в с. Новоукраїнка (реконструкція приміщення під садочок) 40 місць</li> <li>4. ДНЗ в с. Переброди (реконструкція) 60 місць</li> <li>5. ДНЗ №3 «Веселка» в смт Клець (реконструкція) 160 місць</li> </ol> | <p><b>Стадіони – 5</b><br/>на 2633 місця</p> <p>Кількість нових проєктів: 3<br/>Добудова існуючих: 2</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спортивний комплекс в м. Сарни (нове будівництво) 760 глядацьких місць</li> <li>2. Спортивно-оздоровчий комплекс в м. Дубровице (нове будівництво) 369 глядацьких місць</li> <li>3. Культурно-спортивний комплекс в с. Бродичів (нове будівництво) 150 глядацьких місць</li> <li>4. Басейн ЗОШ І-ІІІ №7 в м. Дубно (реконструкція) 24 місця/заняття</li> <li>5. Стадіон «Колос» в м. Костопіль (реконструкція) 1330 глядацьких місць</li> </ol> |
|---|---|--|

**ЗРОСТАННЯ НАДХОДЖЕНЬ ДО БЮДЖЕТІВ**  
за січень-серпень 2020 року



**ВЕЛИКЕ БУДІВНИЦТВО**  
**ПРОГРАМА ПРЕЗИДЕНТА УКРАЇНИ**

**ЄДИНА УНІВЕРСАЛЬНА АРЕНА В ЗАХІДНОМУ РЕГІОНІ УКРАЇНИ**  
на 3500 глядацьких місць



•Проект підтримано спортивними федераціями України  
 •У 2020 році на будівництво об'єкту спрямовано **49,6 млн. грн.**  
 •Додатково залучено у 2020 році **64 млн. грн.** коштів спортивної субвенції Мінілодьспорту України

**ДЕРЖАВНА ПІДТРИМКА СУБ'ЄКТІВ ПІДПРИЄМНИЦТВА**



**ПОЗИТИВНА ДИНАМІКА В ГАЛУЗЯХ ГОСПОДАРЬСЬКОГО КОМПЛЕКСУ**  
за січень-липень 2020 року



**ВЕЛИКЕ БУДІВНИЦТВО**  
**ПРОГРАМА ПРЕЗИДЕНТА УКРАЇНИ**

# Святослав СТЕЛЬМАЩУК: «ТВОРИТИМЕМО НОВУ ІСТОРІЮ РІВНОГО РАЗОМ»

На початку осені офіційно стартуватиме передвиборча кампанія до місцевих рад. За вподобання містян починають змагатися різні політичні сили. Небайдужі рівняни, які люблять своє місто, також вирішили об'єднатися у силу, що не виконуватиме вказівки керівництва зі столиці, а будуватиме затишне та комфортне життя у Рівному.

Для читачів журналу «РІВНЯНИ» депутат Рівненської міської ради **Святослав СТЕЛЬМАЩУК** розповів, чому вдруге балотується в депутати, що встиг зробити для рівнян за першу каденцію, чому обрав політичну партію «Рівне Разом» та які ставить перед собою цілі у виборчій кампанії 2020.

## **- СВЯТОСЛАВЕ, ЧОМУ ВИРІШИЛИ ВДРУГЕ БАЛОТУВАТИСЯ ДО РІВНЕНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ?**

– Я завжди був активним мешканцем свого рідного міста, і надалі прагну бути корисним йому. А щоб справді бути таким, потрібно вирішувати чимало проблем. Так склалося, що у статусі депутата ти маєш більші важелі впливу, ніж пересічний мешканець чи громадський активіст. Нині ж, з огляду на все зроблене на окрузі, є бажання продовжити роботу в раді, оскільки бачу позитивні зміни, але водночас розумію, що є питання, які, у зв'язку з бюрократичними процедурами, за одну каденцію ще не встиг втілити в життя.

## **- НАШІ ЛЮДИ ДОСИТЬ КРИТИЧНІ Й НЕ ДУЖЕ ДОВІРЯЮТЬ ОБІЦЯНКАМ. ТОМУ ПИТАННЯ: ЩО ВИ ВЖЕ ВСТИГЛИ ЗРОБИТИ ДЛЯ РІВНЯН?**

– Було прийнято чимало важливих рішень для міста. Якщо спробувати коротко перелічити – запроваджено Громадський бюджет, завдяки якому рівняни можуть реалізувати власні ідеї незалежно від влади, розпочато інвентаризацію землі, недопущено забудову рекреаційної зони «Пагорбу Слави», розпочато відновлення парку Шевченка. А на окрузі, який я представляю, вдалося привести до ладу прибудинкові території, це як і капітальне асфальтування, так і ямкові ремонти, їх освітлення; це влаштування дитячих та спортивних майданчиків; ремонт дахів, облаштування сміттєвих баків, встановлення



поштових скриньок, облаштування зупинок громадського транспорту та «лежачих поліцейських», покращення дошкільних навчальних закладів та школи для комфортного навчання дітей – це й утеплення фасаду закладів, встановлення енергоощадних вікон, капітальний ремонт вбиралень та даху спортивного та актового залів. За мого сприяння було виділено кошти із бюджету міста на співфінансування ОСББ в рамках «Муниципальної програми сталого розвитку» та десятки тисяч гривень матеріальної допомоги на лікування.

## **- ЧОМУ САМЕ ПОЛІТИЧНА ПАРТІЯ «РІВНЕ РАЗОМ»?**

– Бо нині є колосальний запит на місцеві партії, адже люди зневірилися у київських політиках, які непрозорим шляхом нав'язують нам кандидатів. Оскільки нині йде реформа децентралізації, в селищах та містах люди розуміють, що можна керувати на місцях, акумулюючи тут всі доходи та видатки. Відтак, з'явився запит на створення місцевої партії, яка не має представництва у столиці чи інших обласних центрах. «Рівне Разом» – це справді виключно

рівненська партія, в яку увійшли підприємці, освітяни, медики, спортсмени та представники релігійних громад, які усім відомі в місті. Тому «Рівне Разом» – це єдина партія, що змогла об'єднати різних особистостей, але саме тих, які вболівають за розвиток міста. Мені імпульсує така синергія людей, вірю, що саме завдяки такій співпраці творитимемо нову історію Рівного разом. І я, як рівнянин, хочу бути представником місцевої громади, а не виконувати вказівки керівників столичних партій.

#### - ПО ЯКОМУ ОКРУГУ ЙДЕТЕ?

- У попередній каденції було 42 округи, на цьогорічні вибори їх зменшили до 6. Відтак, межі округів збільшилися у 7 разів. Мені, звичайно, хочеться продовжити розпочату роботу на своєму окрузі, тому балотуватимуся по виборчому округу №1, що включає «старий округ», тобто вулиці Князя Острозького, Макарова, Корольова та Соборна. А якщо в загальному територіально характеризувати округ, то це мікрорайон «Ювілейний» та «Боярка».

#### - ЯК УТВОРИЛАСЯ ВАША КОМАНДА?

- Місцевий бізнесмен-підприємець Віктор Шакирзян, бачачи несправедливість та халатність органів виконавчої влади, разом з однодумцями створив громадську організацію «Рівне Разом», яка успішно функціонує у місті вже тривалий час та до громадської приймальні якої звернулося вже понад тисячу містян. І це стало підґрунтям для створення політичної партії, адже це запит рівнян, які побачили, що їхні проблеми та проблеми міста можуть бути вирішені. Містяни самі заявили, що хочуть бачити таку політичну партію на чолі з кандидатом у мери міста Віктором Шакирзяном, зібравши понад 5 тисяч підписів.

#### - ЯКА ПЕРЕДВИБОРЧА ПРОГРАМА ПАРТІЇ «РІВНЕ РАЗОМ»?

- Наша програма передбачає 9 кроків до міста наших мрій, це чіткий та прозорий план дій щодо розвитку Рівного у різних напрямках – економічному, господарському, культурному, спортивному та безпечному. Ідучи до міської ради, ми прагнемо провести публічний аудит комунальних підприємств міста, розробити стратегію «Рівному – максимальний бюджет», накласти мораторій на хаотичну забудову Рівного, залучення інвесторів та бізнесу до розв'язання важливих соціальних проблем міста, реконструкція та забезпечення функціонування водозливної системи міста, якісні зміни у схемі руху транспорту, прокладання велодоріжок, встановлення додаткових світлофорів, освітлення пішохідних переходів, збільшення зелених зон відпочинку, дитячих та спортивних майданчиків, кількості паркувальних

місць для автомобілів, закупівля сучасного медичного обладнання, дієві програми підтримки спортивних команд і спортсменів Рівного, очищення озера Басів Кут та річки Устя, приведення до ладу парків та скверів Рівного. І це лише невелика частина програми партії.

#### - ЯКІ ЦІЛІ МАЄТЕ У ВИБОРЧІЙ КАМПАНІЇ?

- Донести до рівнян, що обирати потрібно місцеву партію та тих людей, які тут живуть та успішно працюють. Адже, виборча кампанія в кінці жовтня закінчиться, а наступні п'ять років доведеться співпрацювати з депутатами, і простіше взаємодіяти з ними, якщо вони місцеві та в них постійно працює громадська приймальня, до якої можна звернутися із проблемними питаннями. На власному прикладі переконався, що багато вдалося вирішити, часто спілкуючись із

виборцями, адже вони як ніхто інший бачать проблеми округу, на якому проживають.

#### - ЧИ МОЖЕТЕ НАЗВАТИ СВОЮ ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ДЕПУТАТА VII СКЛИКАННЯ ВДАЛОЮ?

- Звісно, з браком досвіду, помилки були, оскільки це була моя перша каденція. Однак, я один із тих депутатів, діяльність яких найвищим балом оцінила громадська мережа «ОПОРА», проаналізувавши роботу всіх міських обранців.

#### - ЯК ОЦІНЮЄТЕ ШАНСИ НА ПЕРЕМОГУ?

- Сподіваюся на підтримку рівнян та вірю, що Рівне разом прийде до цієї перемоги! Адже тільки разом – усією громадою рівнян, ми здатні втілити ініціативи, які забезпечать нам добробут, розвиток та гідний рівень життя.



**РІВНЕ РАЗОМ**

**СВЯТОСЛАВ  
СТЕЛЬМАЩУК**  
ВАШ ДЕПУТАТ РІВНЕНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ

**ГРОМАДСЬКА ПРИЙМАЛЬНЯ**

вул. Князя Острозького, 20 (ЗОШ №8)  
Приєм кожного 1 та 3 понеділка місяця

т.: +38 068 051 02 13 | e-mail: [Stelmashchuksv@gmail.com](mailto:Stelmashchuksv@gmail.com)  
[www.facebook.com/Stelmashchuk.Sviatoslav/](http://www.facebook.com/Stelmashchuk.Sviatoslav/)

# ЯКІСНІ ДОРОГИ, ЧИСТІ ВОДОЙМИ ТА ДОСТУПНА МЕДИЦИНА:

Юрій Вознюк назвав основні цілі виборчої програми



**У Рівному мають бути безпечні та якісні дороги, чисті водойми, набережні, доступні тарифи та медицина. Про це заявив народний депутат України VII-VIII скликань, кандидат на посаду міського голови Рівного Юрій ВОЗНЮК.**

– Якісні дороги – це не лише безпека мешканців міста, а й запорука економічного розвитку. Безперечно, це непросте завдання. Але я вірю, ми зробимо нове асфальтове покриття, безпечні розв'язки та пішохідні переходи, дорожні знаки та світлофори.

Окрім цього, Юрій Вознюк наголошує, що у Рівному Басів Кут і набережна р. Усті мають стати чистими та улюбленими місцями відпочинку рівнян.

Ще одним із головних завдань, яке потребує вирішення, є ремонт та покращення медичних закладів, а також перегляд

тарифів на опалення.

– Пацієнт, який потрапляє до лікарні, має почувати себе, як удома. Лікарняні стіни мають не відлякувати, а допомагати одужувати. Просторі палати, зручні ліжка, наявність комфорту у медзакладах – це те, що здатна зробити міська влада, – додає Юрій Вознюк. – Водночас, необхідно переглянути й тарифи на опалення. У кожного міста різні тарифи на комунальні послуги, які залежать від різних факторів, включаючи стан інфраструктури, щільності населення і його розташування. Наразі Рівне у рейтингу найдорожчих міст за вартістю комуналки. І зменшення цього показника має стати одним із ключових факторів для міської влади.

Водночас, за словами кандидата на посаду міського голови Юрія Вознюка, серед важливих проблем міста є впорядкування збору сміття, ремонт тротуарів, будівництво нових дитячих садків, поліпшення роботи громадського транспорту.

# ПРОЕКТ РОЗВИТКУ МІСТА



## Освіта

Бізнес має одружитися на вищій освіті і всиновити професійно-технічну освіту. Ми маємо зробити робітничі професії популярними та затребуваними.

Кожен маленький рівнянин має отримати якісну дошкільну освіту. Наша мета – здорові діти. Ми долучимо наші освітні заклади до проєкту «Нове шкільне харчування» з Євгеном Клопотенком.



## Культура

“Якщо ми економимо на культурі, то за що ми воюємо?” – це відомий вислів Вінстона Черчилля, який ми беремо за основу. Ми маємо стати цікавими для туристів не лише України, а й за її межами.



## Економіка

Нам не важливо загострювати проблеми. Важливо – їх вирішувати.

Кожен рівнянин, який в нашому місті хоче займатись бізнесом – починаючи від малого підприємця і закінчуючи середніми підприємцями і великими підприємствами – буде в пріоритеті, але за законними загальнодержавними правилами.



## Медицина

Лікарняні стіни мають не відлякувати, а допомагати одужувати. Просторі палати, зручні ліжка, наявність комфорту у медзакладах – це те, що здатна зробити міська влада.

## Екологія



Басів Кут та набережна р. Усті мають стати улюбленими місцями відпочинку рівнян.



## Рівненський аеропорт має перейти у власність міста

Завдяки повітряному летовищу Рівне стане логістичним центром.

Це стане передумовою для розвитку туристичного та економічного потенціалу не лише Рівного, а й області.

# Олексій ЯНИЦЬКИЙ: «ХОЧУ ЗМІНЮВАТИ І РОЗВИВАТИ РІВНЕ, ВИКОРИСТОВУЮЧИ КРАЩІ СВІТОВІ ПРАКТИКИ»

Керуючий власник ТМ «Група Компаній Моноліт». Управлінець з досвідом організації систем і процесів (стаж 14 років). Співзасновник спортивного простору «ПРАДЖАТ»

**Народився** 2 травня 1985 року у місті Рівне, рівнянин.

#### ОСВІТА:

**2005 рік** – Рівненський економіко-гуманітарний інститут імені Степана Дем'янчука, «Менеджмент організацій», спеціаліст

**2006 рік** – Київська Бізнес Школа при Київському Інституті Інвестиційного менеджменту, «Менеджер інвестиційної діяльності», спеціаліст

**2007 рік** – Інститут Розвитку Фондового Ринку України, «Фахівець з питань управління активами», сертифікат ДКЦПФР

**2008 рік** – Міжнародний економіко-гуманітарний університет, «Менеджмент організацій», магістр

**2014 – 2017 рр.** – Києво-Могилянська Бізнес Школа, спеціаліст MBA

**2019 рік** – Lviv business school та Center for Leadership при УКУ (Український католицький університет), «Good leaders for good governance», міжнародна програма підготовки спеціалістів з ефективного державного лідерства, сертифікат

#### ДОСВІД РОБОТИ:

**2004 – 2005 рр.** – НВФ «Рівнебудсервіс», різноробочий, оператор бетонного вузла, а згодом менеджер з продаж бетону.

**2005 – 2006 рр.** – ТзОВ «Континіум-аутдор», засновник.

**2007 – по сьогодні** – Керуючий власник ТМ «Група Компаній Моноліт» (monolitgk.com).

**2011 – 2014 рр.** – Поєднував діяльність, пов'язану з імпортно-експортними операціями з КНР. Створив та керував кількома інтернет-магазинами.

**2015 – 2017 рр.** – Співзаснував: U-Amber – IT; UHoney – IT; Ubee.

**З 2018 року** – Співзасновник «РівнеКомфорт-Буд».

**2019 – 2020 рр.** – Співзасновник спортивного простору «ПРАДЖАТ» (www.pradjat.com).

**Від 3.04.2018 по сьогодні** – Віце-президент федерації Тайського боксу Рівненської області.

**Із 2020 р.** – Член Інвестиційної ради Рівненщини при Рівненській обласній державній адміністрації.

**Одружений**, батько трьох синів

**Життєве кредо** – «Дорогу осилить той, хто йде», «До чого не можна долетіти – можна дістатись іншим шляхом».

**ВІЗІЯ:** Процвітаюче конкурентоздатне місто Рівне 2021.



Вирішив долучитися до команди кандидата на посаду міського голови Рівного Віталій Коваль та Слуга Народу в Рівному

Хочу змінювати й розвивати Рівне, використовуючи кращі світові практики.

Маю успішний досвід розроблення, створення та реалізації стартап-проектів у різних сферах, серед яких інтернет-магазини, електронні майданчики експорту меду на ринки Європи та США, компанії з власними пасіками в екологічно чистому регіоні Західної України. Вивчав передовий досвід з моделювання успішних екосистем у 9 країнах світу (Китай, Гонконг, США, Естонія, Бельгія, Франція, Іспанія, Нідерланди, Швеція).

Клієнтоорієнтованість органів влади, діджиталізація, прозорі правила гри для інвесторів, популяризація спорту і спортивного способу життя – такою має бути візія Рівного.



# ҮЙЕК АҢ



# Очільниця жіночого руху політичної партії "За майбутнє" на Рівненщині Вікторія Опанасюк: "МИ ХОЧЕМО СТАТИ ЧАСТИНКОЮ МАЙБУТНІХ ЗМІН"

Важливість створення жіночого руху "За майбутнє" важко переоцінити. Його мета – не просто "технічне" заповнення гендерних квот, а подання в ради різних рівнів кандидатур, які мають високі професійні досягнення й адекватне розуміння, що потрібно громадам на місцях. Однією з тих, хто реально знає, що треба змінювати в області, є очільниця жіночого руху політичної партії "За майбутнє" Вікторія ОПАНАСЮК – вдова загиблого Героя Небесної Сотні, громадська активістка. Ексклюзивно для журналу "РІВНЯНИ" Вікторія розповіла про те, чому йде в політику та які проблеми вважає першочерговими для розв'язання.

**- ВІКТОРІЄ, МЕШКАНЦІ МІСТА РІВНОГО ТА Й, МАБУТЬ, ВСІЄЇ УКРАЇНИ, ЗНАЮТЬ ВАС ЯК ВДОВУ ГЕРОЯ НЕБЕСНОЇ СОТНІ. І ТУТ ТАКА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ТЕ, ЩО ВИ ЙДЕТЕ В ПОЛІТИКУ. ЧОМУ ПРИЙНЯЛИ ТАКЕ РІШЕННЯ? ЧОМУ ВИРІШИЛИ БАЛОТУВАТИСЯ У ДЕПУТАТИ?**

– Я вирішила балотуватися у депутати Рівненської обласної ради, бо розумію, що нашому місту, області та їх мешканцям потрібні зміни. З кожним днем з'являється все більше негативних новин у нашому з вами житті. Тому мені особливо зараз хочеться продовжити шлях мого чоловіка Валерія, адже він боровся за краще життя кожного з нас. За такі цінності, як незалежність, людяність, щоби наші діти жили гідно, щоб не було корупції. Щоб ми з вами нарешті перестали жити у суспільстві, де все продається, купується та підкупується. Хочеться нарешті жити у вільній країні. Дуже шкода, що у кожній революції гинуть прості люди, які вірили у краще майбутнє, які боролися за нове життя... Вірю, що зможу продовжити



справу свого чоловіка і буду гідно боротися за майбутнє своєї країни.

**- ПОЯСНІТЬ, ЧОМУ ДЛЯ УЧАСТІ У ВИБОРАХ СЕРЕД УСІХ ПРЕДСТАВЛЕНИХ У МІСТІ ПОЛІТИЧНИХ ПАРТІЙ ОБРАЛИ САМЕ "ЗА МАЙБУТНЄ"?**

– Партія "За майбутнє" – це саме та партія, в якій зібралися порядні, чесні та цілеспрямовані люди. Люди, які бажають працювати на благо громади. Люди, які відповідають за свої дії та готові робити усе можливе для своїх співгромадян. Партія "За майбутнє" не суперечить моїм переконанням і є близькою мені до душі. Тому я в цій команді.

**- ЯКІ ГОЛОВНІ ЦІЛІ ЖІНОЧОГО РУХУ ПОЛІТИЧНОЇ ПАРТІЇ "ЗА МАЙБУТНЄ" НА РІВНЕНЩИНІ?**

– Жіночий рух "За майбутнє" на Рівненщині, як і по всій Україні, прагне змін! А саме: рівних прав, рівної опла-



ти праці, поваги до жінки як до особистості, боротьба з домашнім насиллям, захист матерів. Одні з перших завдань – приділити особливу увагу людям з інвалідністю, обладнати всі поліклініки, пологові будинки та перинатальні центри засобами для огляду та допомоги жінкам з інвалідністю. Створити в місті безбар'єрне середовище, що дозволить мамам з інвалідністю почуватися вільно. Також важливо створити базу гвалтівників-рецидивістів та відстежувати їх переміщення, аби не допустити появи нових жертв. Забезпечити повсюдне освітлення міських вулиць. В області важливо створити доступні для кожної жінки курси для самооборони та тренінги щодо поведінки в небезпечних ситуаціях. Нам хотілося б забезпечити систему реабілітації жінок-жертв вуличних злочинців, особливо тих, котрі зазнали зґвалтування. Важливою є розбудова соціальної інфраструктури. Сприяння забезпеченню гідного рівня життя жінок старшого віку та багато іншого. Насправді у нас є маса напрацьованих ідей, і впевнена, ставши депутатами обласної ради, ми здатні це втілити у життя.

**- НЕ МОЖУ НЕ ПОСТАВИТИ ВАМ ЦЕ ПИТАННЯ: ЯК ЗМІНИЛОСЯ ВАШЕ ЖИТТЯ ПІСЛЯ ТРАГІЧНОЇ ЗАГИБЕЛІ ВАШОГО ЧОЛОВІКА?**

– Перші роки мені було дуже важко. І у мене, і у мого чоловіка Валерія не було батьків. Ми були Всесвітом одне



для одного, стали чудовими батьками й підтримували наших дітей у всіх починаннях. В один момент все змінилося назавжди. У мене просто відібрали крила. Порівнюю себе іноді з головним персонажем казки "Олов'яний солдатик": я, як і він, маю стояти і триматися. Навчилася жити з болем... Зараз беру активну участь у допомозі хлопцям, які пішли з Майдану в АТО захищати кордони нашої держави. Також підтримую та допомагаю родинам загиблих в АТО, військовим ЗСУ України, людям, які потрапили в складні життєві ситуації.

**- І НА ЗАВЕРШЕННЯ НАШОЇ РОЗМОВИ. НАЗВІТЬ ПЕРШІ П'ЯТЬ ПИТАНЬ, ЯКІ ПЛАНУЄТЕ ВИРІШИТИ В ПЕРШУ ЧЕРГУ ЯК ДЕПУТАТ ОБЛРАДИ.**

– Я багатодітна матір, і мені небагато доля наших дітей. Одним з головних державних пріоритетів вважаю опіку над родинами, які потребують соціального захисту, дітей, які залишилися без батьків, підтримку родин загиблих під час АТО. Запровадження дієвих соціальних гарантій для учасників ООС та членів їхніх родин. Що я хотіла б змінити? Ви знаєте, мені боляче й дуже сумно, коли бачу заплакані очі жінок, яких принижують. Я хочу, щоб усі стереотипи, які склалися віками, були зруйновані. Хочу, щоб наші рівнянки не боялися дивитися у завтрашній день. Підняли свої голови й гідно несли це достойне звання – Жінка! Я переконана: спільними зусиллями зможемо гідно представляти їх інтереси в місті Рівному та області. Наше завдання – збудувати сильну та процвітаючу державу, за яку віддав життя мій чоловік. Саме такою державою й бачив Україну Герой Небесної Сотні Валерій Опанасюк.



Ми радіємо тому, що жіночий рух політичної партії "За майбутнє" в нашій області очолює така сильна жінка, як Вікторія Опанасюк. І загалом в області партія "За майбутнє" об'єднала людей, які дійсно говорять про центризм, центризм в Україні. Люди, які не спекулюють на мові, поважають релігійні цінності. Тут зібралися саме ті люди, які об'єднують Схід та Захід. Люди справ, які готові змінювати країну за покликом серця ідуть в партію "За майбутнє".

*Сергій Мусевич, заступник голови Рівненської об'єднаної організації партії "За майбутнє"*

# ЮРІЙ ЮРІЙОВИЧ РОМАНЕНКО: “ЗА МАЙБУТНЄ. ЗРОБИМО МАЙБУТНЄ КРАЩИМ!”

Юрій Романенко – це амбітний, молодий, 34-річний, але досвідчений підприємець який керує сімейним бізнесом. Власник пивоварні “Фазерс Брювері” та гастропабу “Фазер”. Засновник ТзОВ “Фазерс груп”. В житті керується сімейним девізом. Сімейний девіз Романенків: “Батько поганого не порекомендує, батько поганого не зробить”.



Юрій Романенко – корінний рівнянин, народився і живе в Рівному, тут навчався і створив сім'ю. Тут започаткував власну справу, якою успішно займається ось уже майже чверть віку. Добре знає про проблеми міста – це застарілий житловий фонд, ями у дворах і на дорогах, корупція у земельній та будівельній сферах, забруднені водойми та інші нагальні питання. На жаль, питань, які вже давно мали би бути вирішені, досі залишається багато. Чи не найбільше Юрію болить за слабкий економічний розвиток міста, адже потенціал для цього є. А також за неналежний рівень розвитку фізичної культури та спорту. Ці сфери для нього дуже близькі, тому Юрій Романенко хоче стати депутатом міської ради, щоб місто не втратило шанс на розвиток, на який заслуговує. В депутати Рівненської міської ради Юрій Романенко йде від політичної партії “За майбутнє” по виборчому округу №1, мікрорайону “Ювілейний”.

Як бізнесмен із великим досвідом, він розуміє, які зміни потрібні Рівному для того, щоб покращити економічну ситуацію. Це розвиток інфраструктури та залучення іноземних та вітчизняних інвестицій. Цей процес має бути постійним. В умовах децентралізації міська влада може самостійно працювати в цьому напрямі, незалежно від центральної влади. Для того, щоб місто мало змогу вкладати кошти в розвиток інфраструктури, ремонт доріг, воно має їх заробити. Основною рушійною силою в цьому процесі є бізнес, який створює робочі місця, платить зарплати й податки, які потім можна інвестувати у розвиток громади. Місту потрібен бізнес, який створює продукт, товари, послуги. Як тільки він з'явиться, навколо нього гуртуватиметься бізнес, що надає супутні послуги. Для приходу такого великого, бюджетоутворювального бізнесу слід створювати комфортні умови, будувати індустріальні парки, ремонтувати дороги, розвивати інфраструктуру. Як міський депутат він сприятиме цьому. І тоді матимемо гарні перспективи для розвитку. Також громаді Рівного потрібно популяризувати спорт та фізичну культуру, розвивати спортивні секції та школи у Рівному, аби якнайбільше дорослих і дітей мали можливість займатися спортом і на професійному, і на аматорському рівнях, аби діти та молодь масово займалися, наприклад, баскетболом, футболом, боротьбою і робили це системно та з користю для здоров'я.

Разом ми зможемо збудувати місто Рівне, в якому хочеться жити.

Крок за кроком очистимо його від корумпованої “еліти”, хабарників та популістів. Минулорічні президентські та парламентські вибори стали прикладом можливого оновлення влади. Власне, на це була воля громадян України, які зробили свій вибір. Таким чином у Верховну Раду прийшли нові політики, які не мали досвіду корупційних схем та політичних “договірників”. Тепер настав час перезавантажити владу на місцях: обрати у Рівному нового міського голову та склад міської ради. Місцеві вибори – це той фінальний етап боротьби, від якої залежить стратегічний розвиток нашого міста, якість впровадження ключових реформ, проектів та рівень життя кожного мешканця Рівного.

#### **СТАВШИ ДЕПУТАТОМ РІВНЕНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ:**

- Хоче підвищити та повернути рівень довіри громадян до влади.
- Підвищити рівень комунікації громадян та влади.
- Долучатися до реформування сфери ЖКГ.
- Облагородити місто та конкретно мікрорайон свого виборчого округу.
- Хоче розвивати інфраструктуру міста.
- Покращити життя населення в місті.
- Поширювати позитив.
- Робити цей світ кращим.
- Прихильник прямого діалогу депутатів з виборцями.

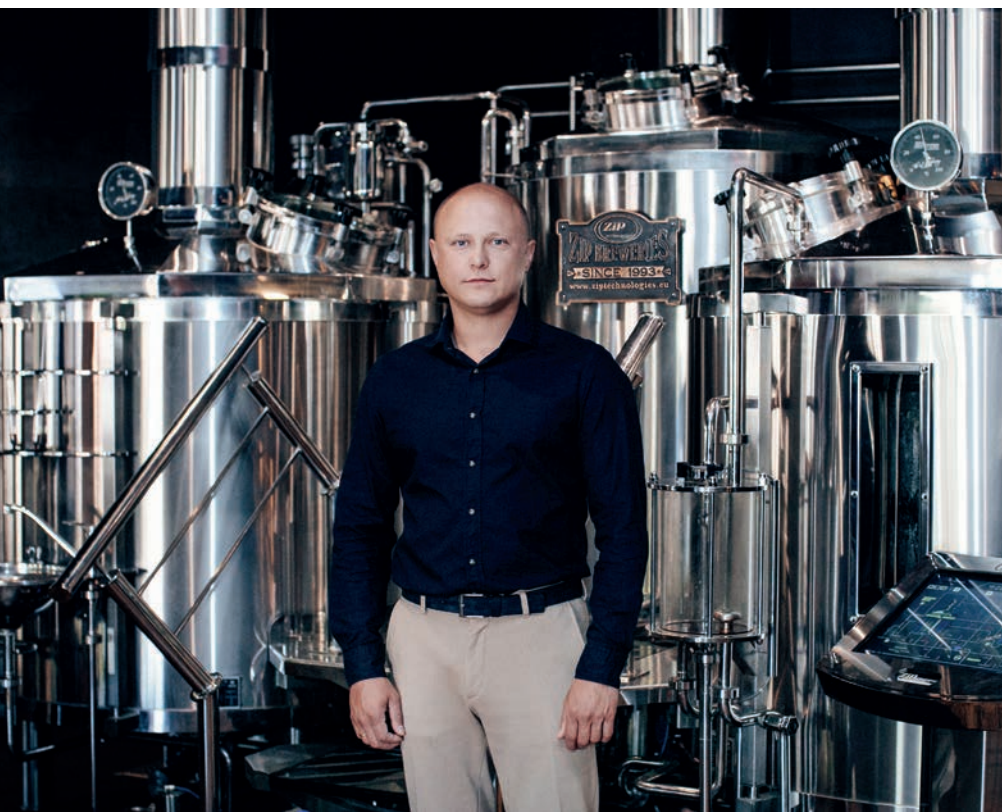


#### **У РІВНОМУ НЕОБХІДНО:**

- Максимально впорядкувати та оновити озеленення міста для покращення екологічного стану міської екосистеми.

- Зайнятися вирішенням проблеми безпритульних тварин.
- Збільшити кількість велодоріжок.
- Організувати місця для паркування автомобілів.
- Розширити перехрестя, розв'язки, зменшити затори, зменшити викиди.
- Реалізувати електронний квиток в громадському транспорті.
- Реалізувати сортування сміття та ефективну подальшу переробку.
- Збільшити кількість дитячих садочків, у тому числі й приватних.
- Вирішити проблему авторинку.

(На території міста працюють кілька ринків, у тому числі й автомобільний. І хоча автомобільний ринок працює не кожного дня, проте, проблем мешканцям Ювілейного створює чимало. Територія авторинку не в змозі вмістити всіх охочих продати свої автівки. Саме тому вулиця Млинівська перетворюється на велику стоянку. Під час імпровізованого ринку існує великий ризик ДТП з пішоходами, які ходять проїжджою частиною, роздивляючись виставлені на продаж автівки. Звісно, місце не облаштоване урнами, саме тому на узбіччях збираються великі гори сміття, які залишають після себе продавці та відвідувачі.)



# АНДРІЙ ЖИЛІНСЬКИЙ: “ЧОМУ Я ВИРІШИВ ПІТИ У ДЕПУТАТИ”

**В Україні стартували виборчі перегони. У жовтні нам належить обрати не лише міського голову, а й депутатів міської та обласної рад. Багато в нашій країні, та й у Рівному, вірять, що ці вибори зможуть багато чого змінити в житті людей. Але для цього, своєю чергою, в політику повинні прийти нові обличчя – небайдужі активісти з чіткою та усвідомленою громадянською позицією. Ми поспілкувались з одним з них, відомим рівненським хірургом – Андрієм Петровичем ЖИЛІНСЬКИМ. Багаторічний досвід роботи в медицині, довіра громади Рівного та бажання реально допомогти рідному місту та людям, які цього потребують, є головною рушійною силою для такого хірурга.**

Чому я вирішив піти у депутати? Ні, не для того, щоб просто бути депутатом, я хочу бути корисним для свого міста. Переді мною ніколи не стояла ціль стати депутатом. Я взагалі ніколи не планував ставати депутатом, у мене була одна мета – реалізувати свої ідеї як громадянина, щоб місто Рівне стало хоч трохи більш комфортним і зручним для життя.

Ми не повинні шукати місця для кращого життя – варто свій двір, вулицю, своє місто самим поліпшувати. А не стояти осторонь і чекати, коли хтось за нас це зробить. Потрібно самим кожен день нашого життя робити кращим. Статус депутата для мене – це можливість вирішувати проблеми людей і впливати на ситуацію, а не стояти осторонь.

Для чого це мені? Багато хто вважає, що від нас, звичайних громадян, нічого не залежить. Не можу з цим погодитися! У своєму житті я завжди виходив з реальності, ставив перед собою конкретні цілі та досягав їх.

Не буду говорити банальних слів про те, що відчуваю в собі сили, досвід і непереборне бажання допомагати людям. Перш ніж зважитися на цей крок, я дуже довго думав. Я ставив собі одне і те саме запитання – навіщо це мені? Навіщо мені вплутуватися в цю боротьбу з несправедливістю й цинізмом, яка забирає стільки сил і дуже часто закінчується перемогою тих, хто не соромлячись масово скуповує з року в рік голоси виборців?

Так чому ж я прийняв таке рішення? Відповідь проста: тому що бачу майбутнє міста Рівне іншим. Я не був депутатом. Але мені доводиться спілкуватися з чиновниками міської ради, з громадськістю міста і з простими громадянами. Всі розчарування від діяльності влади виникають лише тому, що багато хто йде у владу заради тієї ж влади й супутніх “радощів життя”.

Сьогодні багато що змінилося в Україні, змінюються і люди, вони більше не хочуть, щоб всі питання в місті вирішували за них одногосним “за”. Я, напевно, один з таких. Я простий рівнянин з активною життєвою позицією. Мені не потрібно захищати інтереси свого бізнесу – у мене його немає, я за освітою лікар-хірург, а працюю в рівненській центральній міській лікарні. Працюючи лікарем, обіймаючи посаду завідувача ургентної хірургії, мені доводиться спілкуватися з волонтерами, з громадою міста та з депутатами міської ради, тож я знаю про нагальні проблеми міста “з перших вуст”.

Я можу спробувати бути депутатом відповідно до своїх уявлень про те, як це повинно бути, як я це уявляю. Краще спробувати й пошкодувати, ніж шкодувати, що не спробував. Вважаю, що для депутата важливо, щоб він був ближче до людей, ходив тими самими вулицями та хотів допомогти містянам, причому не на словах, а на ділі.

Я знаю – у нас не заведено вважати, що політика не для простих та порядних людей, але, як сказав Платон, “ті, хто досить розумні, щоб не лізти в політику, будуть покарані тим, що ними правлять люди, які дурніші за них самих”. Я зважив все і подумав: можливо, вистачить вже нам бути покараними. Я, як лікар, як хірург, відчуваю глибоку відповідальність за всіх, кого знаю та з ким живу “під одним дахом” нашого міста. Якщо не я, якщо не ми, то хто? Я йду в депутати і хочу бути корисним для свого міста!



## БАТЬКІВЩИНА





# 3 ДНЕМ РІЕЛТОРА!



РІВНЕНСЬКЕ РЕГІОНАЛЬНЕ  
ВІДДІЛЕННЯ АСОЦІАЦІЇ ФАХІВЦІВ  
З НЕРУХОМОСТІ УКРАЇНИ



## 50 ТОПОВИХ АГЕНТІВ З НЕРУХОМОСТІ М. РІВНЕ



ОБ'ЄДНАНІ СПІЛЬНИМИ  
ЦІННОСТЯМИ



СТАВЛЯТЬ ІНТЕРЕСИ КЛІЄНТА  
В ОСНОВУ СПІВПРАЦІ



ПАРТНЕРСЬКА МЕРЕЖА  
В УКРАЇНІ ТА ЗА КОРДОНОМ



СЕРТИФІКОВАНІ РІЕЛТОРИ,  
ЯКІ КЕРУЮТЬСЯ ЄВРОПЕЙСЬКИМИ  
СТАНДАРТАМИ



[WWW.RIVNE.ASNU.NET](http://WWW.RIVNE.ASNU.NET)

A portrait of a man with short dark hair, wearing a dark blue suit jacket over a light-colored button-down shirt. He is looking slightly to the right of the camera with a neutral expression. The background is blurred, showing what appears to be an interior space with warm lighting and architectural elements.

# У РІВНОМУ ПІДСВІТИЛИ ТЕАТР

У РАМКАХ ПРОЄКТУ ВІТАЛІЯ  
КОВАЛЯ #ПОДАРУЙ\_СВІТЛО

Урочисто, під супровід оркестру, засяяв фасад Рівненського обласного академічного українського музично-драматичного театру. Підсвітили знакову для Рівного споруду в рамках акції "Подаруй світло", яку ініціював голова Рівненської обласної держадміністрації Віталій КОВАЛЬ.

“Настав час вивести Рівне із темряви. Це перший об’єкт серед знакових для міста споруд, які будуть підсвічуватися. Наша мета – безпека рівнян. Саме тому після об’єктів ми перейдемо до освітлення вулиць”, – сказав Віталій Коваль.

За його словами, на підсвічення театру не витрачено жодної бюджетної копійки, адже його ініціативу підтримав соціально відповідальний бізнес. Долучилася до реалізації освітлення драмтеатру Група компаній “РЕНОМЕ”.

“В мене не було ніяких сумнівів. Я одразу відповіла “так”, – розповідає **генеральний директор ПрАТ “РЕНОМЕ” Надія ГЛАДКЕВИЧ**. – По-перше – це красиво. По-друге – ми разом з компанією хочемо змінювати місто. А це такий швидкий, простий та яскравий приклад, як можна зробити місто зовсім іншим. І думаю, що до цієї ініціативи можуть долучитися багато підприємців”.

Освітити фасад театру давно мріяв і його **директор Володимир ПЕТРІВ**.

“Нам надзвичайно приємно, що втілювати проект “Подаруй світло” розпочали саме з театру. Ми хотіли, аби наша будівля була красивою не лише душою, яка в ній живе, та людьми, які там працюють, а й зовні. Ми обов’язково на фасаді розмістимо табличку з іменами тих, хто допоміг у реалізації освітлення театру. Дякую за подарунок Надії та

Віталію, за ініціацію такого проекту. Це справжній подарунок до відкриття нового театрального сезону”, – зазначив Володимир Петрів.

Для освітлення обирали об’єкти за побажаннями рівнян, після опитування мешканців міста про те, з якими спорудами у них асоціюється Рівне. Серед переліку об’єктів, які невдовзі засяють, будуть знакові, історичні та релігійні споруди. Наступним, за словами Віталія Ковалю, підсвітять фасад залу камерної та органної музики Рівненської обласної філармонії.

“Рівне, на жаль, дуже темне місто, яке потребує сучасного освітлення. Це перший крок від напівтемряви, яка поглинає вечірнє місто. Проект “Подаруй світло” лише набирає обертів. Світло означає пробудження життя, надії, миру, злагоди та добробуту. Рівне потребує світла, а мешканці – безпеки та комфорту. Адже Рівне – це ми!” – підсумував Віталій Коваль.

Нагадаємо, минулого місяця небо над містом у різних точках Рівного підсвітили загадковими яскравими променями світла. Рівняни активно обговорювали цю подію в соцмережах, адже ніхто не здогадувався, для чого ці різнокольорові вогні. За декілька днів ситуацію прояснив Віталій Коваль. Він анонсував старт проекту “Подаруй світло” та пообіцяв яскравими ліхтарями підсвітити всі визначні об’єкти міста.



# ANDRE TAN

м. Рівне  
ТРЦ Екватор  
вул. Макарова, 23



Магазини:  
Андре Тан Woman  
Андре Тан Kids



# СИРОТИ ЗНОВУ ВІДПОЧИВАЛИ В ЯРЕМЧЕ



Наприкінці серпня відбулась 21-а поїздка в Карпати, організатором якої є волонтер РРДА, пастор церкви "Христос є відповідь" Тарас СЕНЬ та його команда. Близько 70 людей стали учасниками відпочинку – рівняни та декілька відпочивальників з Києва. Сімейні пари та ще одинокі, молодь і підлітки, а також сироти з Олександрії – багато хто вперше побачив неймовірні краєвиди українських Карпат. За 3,5 роки від першої поїздки понад 1100 людей побували в Карпатських горах.

**"Команда все робить так, як для людей. Не так, щоб взяти, а щоб дати. Я шокована"** – Лариса Олійник, заступник директора ЗОШ №9, м. Рівне

Програма відпочинку складалася з безлічі екскурсій, вікторин, пікніків, а кожного вечора учасники слухали духовно-просвітницькі лекції, де дізналися про причини та наслідки війни в Україні, причини економічного та духовного підйому Південної Кореї, значення державних християнських свят та ін.

Відпочивальники побували в Буковелі, побачили водоспади Гук і Пробій, прогулялися стежками Довбуша. А родзинкою програми стало підкорення найвищої точки українських Карпат – гори Говерли. Більшій частині учасників табору вдалося підкорити вершину, у тому числі й дітям 3,5 та 5 років.

**"Це дуже гарно, це захоплює, це заспокоює. На вікторинах було багато емоцій, колективна робота, діти завжди чимось зайняті. Я задоволена всією атмосферою, духовною їжею. Дякую від душі"** – Ольга Цвик, м. Рівне

Хоч значна частина програми була більш цікавою для дорослої частини учасників табору, дітей не залишили без уваги – щодня для них проводились уроки християнської етики, де вони заробляли бали, які наприкінці табору можна було обміняти на іграшки та шкільні речі.

Організатори спланували відпочинок у таборі таким чином, щоб у всьому був баланс: екскурсії, де потрібно слухати, й вільний час та спілкування, де можна було знайти нових друзів, поділитися враженнями. Енергійні ігри та важкі маршрути горами чергувалися зі спокійними пікніками на природі.

**"Ми як завжди організовували цікаві екскурсії, спілкування, підіймали практичні теми на наших загальних заходах. Дуже надихає, що багато людей задоволені екскурсіями, підходять з питаннями чи просто дякують"** – Тарас Сень, пастор церкви, м. Рівне

Команда висловлює окрему подяку всеукраїнській місії "Христос є відповідь" за фінансову підтримку, спортінвентар та інше обладнання для проведення повноцінного відпочинку.



Наша сім'я у парку динозаврів



Сироти з Олександрії



По дорозі на Говерлу

# ЦЕРКВА “ХРИСТОС Є ВІДПОВІДЬ” МОЛИТЬСЯ ЗА ПЕРЕМІНИ В ЖИТТІ РІВНЯН

Бог звелів молитись за міста, в яких ми живемо, а також за всіх людей, тому наша церква це з радістю робить. Молимося за благоустрій Рівного, за міську, обласну та всеукраїнську владу, за ЗМІ та навчальні заклади, молимося за нужденних, за сім'ї учасників АТО, сиріт та ін. На наших недільних зібраннях кожного разу ми запитуємо у людей про їхні проблеми, болі, потреби. Кожен, хто бажає, може сказати свою молитовну нужду, після чого всі разом звертаємось до Господа в молитвах. Дуже часто люди розповідають, а інколи навіть зі слізьми, про те, як дивним чином їхні проблеми вирішились. Ми розуміємо, що це Бог зробив. Ось один з яскравих прикладів: рік тому Бог поклав мені на серце організувати поїздки в Карпати для працівників ЗМІ. Я про це молився разом з моєю командою. Чесно кажучи, важко вірилось, що це можливо. Але Бог мене навчив вірити, молитись та робити за, здавалося б, нереальні справи. У серпні 2020 року нам вдалося це організувати. Окрім рівненських працівників ЗМІ, до нас долучилися педагоги з Острозької академії та з Донецької області. Слухаючи відгуки людей та спостерігаючи за відпочинком, я чітко усвідомлював, що це Божа рука все влаштувала.

Під час карантину до нас зверталось чимало людей з проханням допомоги їм продуктами харчування. Це були пенсіонери, інваліди, багатодітні сім'ї, вимушені переселенці, малозабезпечені, які проживають у Рівному та навколишніх селах. Ми молились, щоб Бог дав нам можливість допомагати людям у складний для них час. І Бог все так влаштував, що у нас з'явилися фінанси на продукти харчування для нужденних. Всі, хто звертався до нас за допомогою, отримали її.

Але найбільше радує нас те, що життя людей Бог кардинально змінює через молитви та проповідь слова Божого. І таких випадків немало. Декілька років тому в церкві “Христос є відповідь” відбулося весілля. Його особливість полягала в тому, що наречений, якому було

близько 40 років, довгий час відбував покарання в місцях позбавлення волі, мав різні шкідливі звички та залежності, життя було змарноване. Але слово Боже, молитви та християнське оточення позитивно вплинули на нього. Змінилось його серце, характер, Бог забрав залежності. Він влаштувався на роботу, адаптувався до нормального життя і став спроможним утримувати сім'ю. Тому і вдова з двома дітьми згодилась вийти за нього заміж. І щасливо живуть! Це тільки Божа благодать могла таке зробити.

“Змінені життя людей – велика нагорода від Бога.”  
Пастор Тарас Сень

Допомогти людині продуктами, повезти на відпочинок в Карпати та інше –

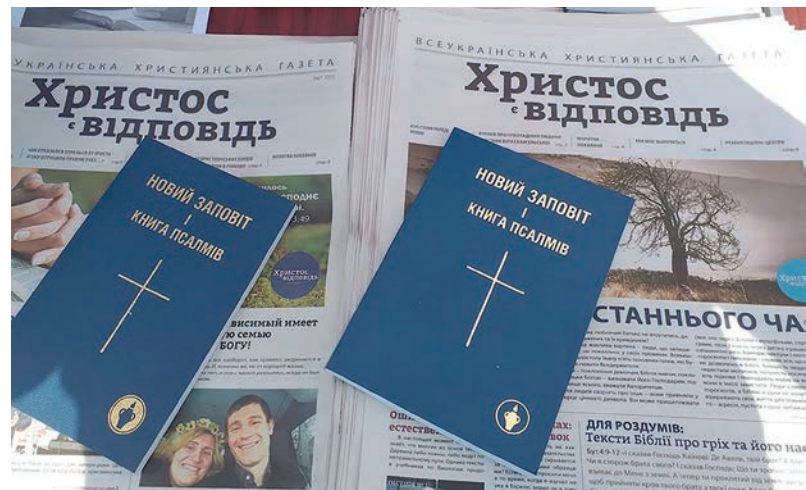


добре, але ще краще, коли вони пізнають Бога, бо життя їхнє зміниться і з Богом вони будуть мати більшу допомогу та благословення. А найголовніше питання в житті людини – чи отримала вона спасіння від Ісуса Христа? Божий Син віддав Своє життя на Голгофі за кожного з нас, щоб ми через віру та щире покаяння змогли отримати прощення гріхів та життя вічне. Саме тому наші брати та сестри докладають чима-

ло зусиль, щоб поширювати Добру Новину про спасіння в Ісусі Христі. Бо тільки слово Боже може кардинально змінити все на краще.



Консультація пастора  
+38 096 301 13 71





# Медичні таємниці з Вікторією Красуцькою

**Володимир СОКОЛОВСЬКИЙ: “НЕВИННЕ НА ПЕРШИЙ ПОГЛЯД ХРОПІННЯ ПРИЗВОДИТЬ ДО ІНФАРКТУ МІОКАРДУ, ІНСУЛЬТУ ТА РАПТОВОЇ СМЕРТІ ПІД ЧАС СНУ”**

Чи готові ви дізнатися про медичні таємниці ваших снів? Їх намагалися розгадати чимало вчених протягом довгих років. У цій статті ми поговоримо про основні симптоми порушень сну та про ускладнення від постійного недосипання, якщо вчасно не звернутися за кваліфікованою медичною допомогою. Дізнаємося, чому виникає хропіння і як його лікувати.

На безсоння страждає майже третина дорослого населення. Причин порушень сну багато. Одна з них ховається за, здавалося б, безневинним храпом. Але хропіння не лише дратує... це ще досить небезпечна хвороба, що може призвести до непоправних наслідків. Про небезпеку такого неприємного явища, як храп, розповів лікар-отоларинголог вищої категорії, завідувач Центру мікроендоскопічної хірургії ЛОР органів КНП “Центральна міська лікарня” Рівненської міської ради **Володимир СОКОЛОВСЬКИЙ**.

Безсоння – це дуже серйозна проблема сучасного людства, яку потрібно вирішувати негайно, бо сон потрібен людині так само, як їжа і вода.

#### **- ХРАП ПОРУШУЄ ЯКІСТЬ СНУ?**

– Так. Тому, що сон – одна з фундаментальних біологічних потреб людини: під час сну відбувається більшість синтетичних та репаративних процесів організму.

Відомо, що 1/3 свого життя людина проводить уві сні, тому сон і його характер відіграють важливу роль у такому понятті, як якість життя, пов'язана зі здоров'ям.

Сон допомагає відновити організм після довгого робочого дня. Нічні процеси безпосередньо впливають на метаболізм. Клітини людського організму відновлюють запаси енергії, при руйнуванні клітини замінюються новими, а потім відновлюються пошкоджені. Без повноцінного сну відновлення абсолютно неможливо.







### **- ЧИ ВЕДЕТЬСЯ СТАТИСТИКА ЗАХВОРЮВАНОСТІ СЕРЕД ДОРΟΣЛОГО НАСЕЛЕННЯ?**

- Захворювання, пов'язані із порушенням сну, завжди відносили до соціально значущих, оскільки розповсюдженість храпу становить серед дорослих чоловіків до 24,1%, а серед жінок – до 13,8%.

### **- У ЧОМУ ПОЛЯГАЄ НЕБЕЗПЕКА ХРАПУ?**

- Слід пам'ятати, що у 65-річному віці потерпає від храпу вже половина населення, тобто з віком ряди "хропунів" поповнюються все нові й нові "білці".

Небезпека хронічного храпу полягає в тому, що це перша стадія синдрому обструктивного апное сну (СОАС). Синдром обструктивного апное сну офіційно визнали небезпечною хворобою, передвісником зупинки дихання.

### **- ЩО Ж ТАКЕ ХРАП?**

- Храп – це звуковий феномен, який виникає при вібрації м'яких структур глотки при проходженні струменя повітря через звужені дихальні шляхи. Храп стає небезпечним, коли він являється симптомом колапсу (змикання) глотки під час сну. Цей феномен лікарі називають синдромом нічного апное сну (зупинка дихання).

### **- ЯК ВІДБУВАЄТЬСЯ ПРОЦЕС СИНДРОМУ ОБСТРУКТИВНОГО АПНОЕ СНУ (СОАС)?**

- Під час сну, коли ми перебуваємо у горизонтальному положенні, м'язи верхніх дихальних шляхів розслабляються й можуть перекрити надходження повітря. Людина перестає дихати якийсь проміжок часу, перерви можуть тривати навіть більше хвилини. Організму не вистачає кисню, і мозок дає команду прокинутися. М'язи скоро-

чуються, у дихальній трубці з'являється просвіт – і дихання відновлюється. Але згодом усе повторюється. Такі перерви дихання відбуваються по кілька сотень разів за ніч. Добре виспатися за таких умов просто неможливо. На ранок люди, котрі страждають на СОАС, почуваються сонливими, млявими.

### **- ЧИМ ЗАГРОЖУЄ ХРОПІННЯ?**

- При тяжких формах СОАС може відмічатися до 400 – 500 зупинок дихання за ніч загальною тривалістю до 3 – 4 годин, що призводить до гострої та хронічної недостатності кисню під час сну. Це, своєю чергою, суттєво збільшує ризик розвитку артеріальної гіпертензії, порушень ритму серця, призводить до інфаркту міокарду, інсульту й раптової смерті під час сну. Також у людей, які хроплять, частіше виникає інсулінорезистентність та цукровий діабет. Вони скаржаться на зайву вагу.

### **- ЯКІ ОСНОВНІ СИМПТОМИ ОБСТРУКТИВНОГО АПНОЕ?**

- Головний біль, постійна сонливість, дратівливість, зниження уваги та пам'яті, зниження потенції – це лише частина симптомів, котрі відчуває людина, яка хронічно не висипається.

Особливо небезпечні приступи гострої сонливості під час керування автомобілем, оскільки суттєво збільшують ризик дорожньо-транспортних пригод.

### **- ЧИ ІСНУЄ ПРОФІЛАКТИКА ХРОПІННЯ?**

- Так, існує. Профілактика храпу включає в себе:

- зменшення маси тіла;
- відмову від паління;
- виключення прийому алкоголю;
- виключення прийому снодійних препаратів та інше.

### **- А ЩО СТОСОВНО КОНСЕРВАТИВНОГО ТА ХІРУРГІЧНОГО ЛІКУВАННЯ? ЯКІ СУЧАСНІ МЕТОДИКИ ЗАСТОСОВУЮТЬСЯ?**

- Консервативне лікування зводиться до застосування фармакологічних засобів від храпу, які надають короточасний ефект, не ліквідовуючи причини самого захворювання.

У наш час популярним методом боротьби з апное є CPAP-терапія (використовуються апарати подачі постійного позитивного тиску в дихальні шляхи).

Але єдиним методом лікування храпу та СОАС, який забезпечує ліквідацію саме причин (у більшості випадків) залишається хірургічний.

Класичним втручанням на глотці при храпі та СОАС є увулопалатофарингопластика. Цей метод має багато модифікацій, які дають змогу адаптуватися до особливостей кожного пацієнта.

Останніми десятиліттями набувають популярності нові методики, менш інвазивні (травматичні) втручання на глотці, які виконуються з допомогою лазерів, кріохірургії, радіохірургії та інше.

### **- ЯКЩО ВЖЕ Є "ХРОПУН", ТО ЩО РОБИТИ?**

- Отож, щоб виявити причину храпу, потрібно звернутися до отоларинголога або до свого сімейного лікаря та якнайшвидше пройти всі необхідні обстеження. Лікування хвороб дихальних шляхів, санація носової порожнини, видалення поліпів, реконструкція носової перетинки, вчасне лікування піднебінних мигдаликів, гіпертрофії аденоїдної тканини у дорослих та дітей – все це призводить до ранньої профілактики хронічного храпу.



# Медичні таємниці

з Вікторією Красуцькою

#ZhylynskyiSurgicalTeam

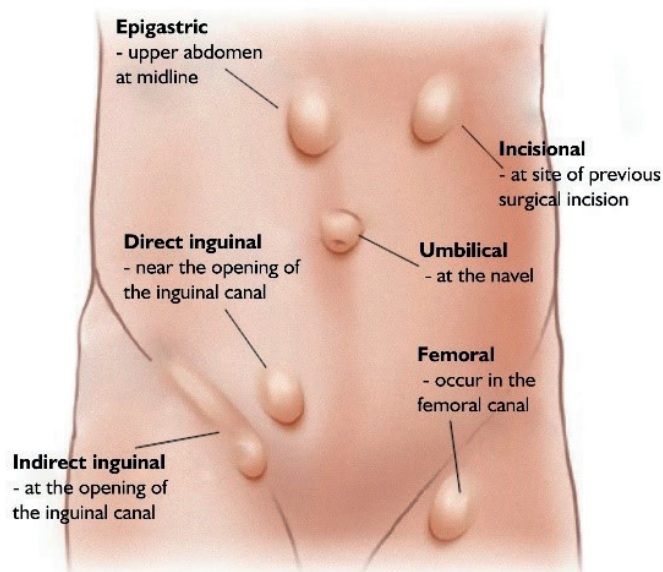
## СУЧАСНІ ПІДХОДИ В ЛІКУВАННІ ГРИЖ

“Медичні таємниці” продовжують блукати таємничими закутками хірургії, досліджуючи всі тонкощі лікування хірургічної патології, з якою ми сьогодні й ознайомимося. А це, між іншим, одна з найпоширеніших хірургічних патологій, яка за частотою хірургічних втручань залишається на другому місці після операцій з приводу апендициту. Отож, продовжуємо розмову з Андрієм ЖИЛІНСЬКИМ – хірургом вищої категорії #ZhylynskyiSurgicalTeam – та поговоримо про сучасні підходи в лікуванні гриж. Отже, грижа – це, по суті, дірка у слабкому місці черевної стінки. Небезпека цього отвору передусім у тому, що в цю дірку, так звані грижові ворота, можуть потрапити внутрішні органи. Та що потрібно запам'ятати – грижа ніколи не зникає сама, а лише прогресує. Чекати, що грижа мине “сама собою”, абсолютно безглуздо. Ускладнення, спричинені цією проблемою, можуть бути досить серйозними, навіть з летальним результатом, при несвоєчасному зверненні в медичний заклад. Тож, у будь-якому випадку, від операції відмовлятися не варто. А тим паче затягувати з операційним втручанням.

### – ШО ТАКЕ ГРИЖІ?

– Виходження покритих очеревиною внутрішніх органів через природні або штучні отвори черевної стінки, тазового дна, діафрагми під зовнішні покриви тіла або в іншу порожнину.

Розрізняють зовнішні грижі, які ми можемо бачити, та внутрішні, для яких потрібне додаткове обстеження. Вони можуть бути вродженими та набутими.



Також грижі поділяються на ускладнені (невправимі, защемлені), та неускладнені (вправимі).

### – ЯКІ ЗАЗВИЧАЙ БУВАЮТЬ ГРИЖІ?

– Грижі бувають різні. Найчастіше зустрічаються: пахові, стегнові, пупкові, післяопераційні, діафрагмальні, білої та спігелієвої ліній.

### – ЯКІ ПЕРШІ СИМПТОМИ ГРИЖІ?

– Стосовно зовнішніх гриж, це:

- Наявність випинання в ділянці однієї з грижових зон.
- Дискомфорт та неприємні відчуття в цих ділянках, що посилюється під час фізичних навантажень.

- Біль зазвичай помірний, тупого “ниючого” характеру.

Грижі можуть певний час не турбувати вас, але з часом починають себе проявляти. Ми радимо при перших ознаках грижі звернутися за консультацією до досвідченого фахівця.

### - ЧОГО САМЕ ПОТРІБНО ОСТЕРІГАТИСЯ?

- Найскладніше ускладнення, яке можна очікувати, це защемлення, коли органи, що потрапили у грижовий мішок, не вправляються в черевну порожнину, внаслідок ішемії може настати некроз з подальшими неприємними наслідками.

Симптоми защемленої грижі зазвичай з'являються раптово, на тлі наявних особливостей черевної стінки. Першими ознаками защемлення може бути різкий біль, поява щільного випинання та різні порушення з боку шлунково-кишкового тракту. При підозрі на вказаний вище стан потрібно якомога швидше звернутися до хірурга.

### - ЯКІ Ж ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ГРИЖ?

• Вроджені – пов'язані з природною слабкістю тканин людського тіла.

• Набуті – виникають як наслідок травм чи хірургічних втручань на передній черевній стінці та при підвищенні внутрішньочеревного тиску (вагітність, ожиріння, хронічний кашель, ненормовані фізичні навантаження).

### - ЯКІ САМЕ МЕТОДИКИ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ ДЛЯ ОПЕРАТИВНОГО ЛІКУВАННЯ ГРИЖ?

- Є дві основні методики оперативного лікування гриж: відкриті та лапароскопічні.

#### Методики, які ми виконуємо :

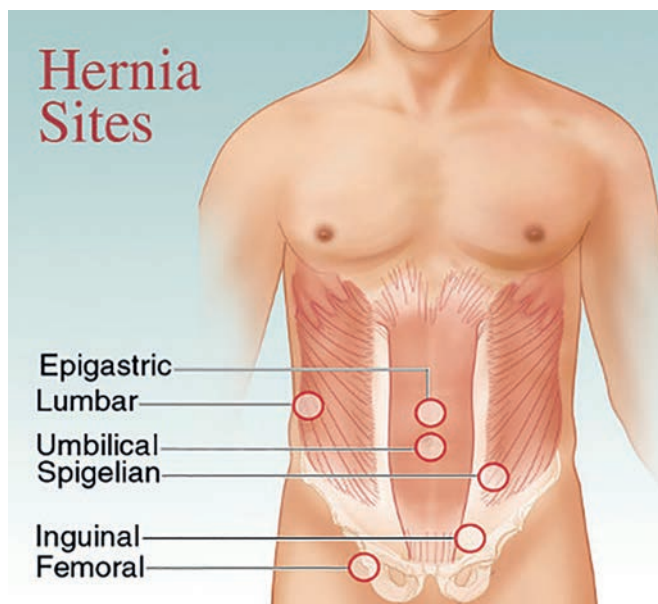
• пахвинна (пахова): лапароскопічна методика TAPP, за Ліхтенштейном.

• стегова: лапароскопічна методика TAPP, методика PLUG.

• грижа білої лінії живота: лапароскопічна IPOM, передочеревинна, методика "sublay".

• пупкова: лапароскопічна IPOM, відкрита передочеревинна з міні доступу.

• післяопераційна грижа живота (післяопераційна вентральна грижа): лапароскопічна IPOM, відкриті методики



"sublay", "onlay", "inlay"; при великих та гігантських розмірах грижі – методики роз'єднання анатомічних компонентів черевної стінки в комбінації з алопластикою.

• поперечно-бічна: преперитонеальна.

• грижа спігелієвої лінії: преперитонеальна.

• грижа стравохідного отвору діафрагми: лапароскопічна крурорафія та фундоплекція по Ніссену.

• діафрагмальна грижа: лапароскопічна фундоплектика.

Питання оптимального способу пластики для кожного конкретного хворого обговорюються до операції, і вибір методу хірург здійснює з урахуванням особливостей грижі, стану пацієнта, супутніх захворювань.

Отож, якщо вам поставили діагноз грижі, то обов'язково уточніть про можливість виконати операцію лапароскопічно.



# ЧОМУ ТРЕБА КОРИСТУВАТИСЯ КОСМЕТИКОЮ З SPF І ВОСЕНИ



**Побуває думка, що користуватися засобами з SPF захистом потрібно тільки влітку, коли сонце палюче та змушує нас затуляти від нього очі. Але насправді й восени не варто забувати про цей захист для нашої шкіри. Чому так? За поясненнями ми звернулися до Оксани та Ілони СТЕЛЬМАХ – засновниць бренду SISTERS, які розповіли нам про те, чому користуватися SPF захистом варто не лише влітку й чому сонце насправді не таке й безпечне.**

Цього літа ми на 100% переконались в тому, що

- сонце небезпечне. Треба користуватися сонцезахисним кремом цілий рік тому, що всі ми хочемо залишатися гарними та здоровими
- ми більше не будемо ходити в солярій
- обмежимо перебування своїх дітей на вулиці в період з 11 до 16 години, коли сонце активне. Будемо також мазати своїх дітей сонцезахисним кремом

*На підставі чого дійшли таких переконань?*

Ультрафіолетове випромінювання є головною причиною виникнення пігментації, старіння та всіх видів раку шкіри, а також воно посилює такі захворювання шкіри, як акне та розацеа. Дехто досі вважає, що сонце є корис-

ним для шкіри та здоров'я, але це не так, тому що засмага – це захисна реакція організму на пошкодження ДНК-клітин ультрафіолетом.

Чи чули ви таке твердження: з сонцезахисним кремом ви також будете засмагати, але це буде безпечно. Ні, це неправда. Якщо сонцезахисний крем нанесений у правильній кількості та правильно поновлюється і його строки придатності не минули – ваш пігмент шкіри не повинен змінюватись у темніший бік.

Сонячне випромінювання (UV) є трьох типів: UVA, UVB, UVC. Останній тип затримується в атмосфері озонів шаром і не так сильно впливає на шкіру. Тому розберемо перші два типи.

– UVB (burning) – тип променів, що провокують опіки та еритему (почервоніння), активні у період з травня по жовтень і провокують рак шкіри внаслідок мутацій в ДНК.

– До речі, всі люблять додаток у смартфонах “Погода”, який містить графу про індекс УФ-випромінювання? Майте на увазі, що він показує рівень активності UVB променів, а рівень активності UVA він виміряти технічно не спроможний.

– UVA (ageing) – всепроникні промені. На відміну від UVB-променів, здатні проникати крізь хмари, воду і скло. Сприяють фотостаріння. Активні протягом всього року, вони проходять крізь хмари, скло та епідерміс, і що цікаво – негативні результати на шкірі ви

можете побачити через кілька років.

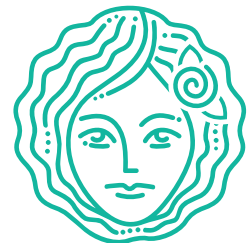
Це проміння є безболісним, не провокує опіків (на відміну від UVB).

Інтенсивність UVA променів не змінюється від сезону та погоди, тому захищатись SPF-кремом потрібно незалежно від того, сонячно на вулиці чи ні. Ці промені активні цілий рік. Звідси наш висновок про те, що сонцезахист наносимо цілий рік.

А тепер про солярії. Всі джерела штучного світла підвищують розвиток раку шкіри. Солярій – це потужне джерело випромінювання UVA світла (те, яке дає сонячний опік та рак шкіри). Логічно подумайте. Чому через 10 хвилин перебування в солярії ваш пігмент шкіри став темним? Тому що ви отримали “ударну” дозу ультрафіолету, який отримували б, умовно кажучи, впродовж кількох годин перебування на сонці. Доведено, що в людей, які відвідували солярії, ризик розвитку раку шкіри збільшується у 20 (!!!) разів.

А тепер про діток. Останні дослідження підтвердили той факт, що сонячний опік, отриманий у дитячому віці, впливає на ДНК клітин та робить їх потенційно онкогенними. Нехай ця фраза буде спойлером для всіх мам! Боляче дивитись на діток, які з обпеченими плечима та щічками бігають по вулиці!

Висновок? Сонце – контрольований провокатор розвитку раку шкіри. Чому контрольований? Тому що ви самі у своєму житті вирішуєте: засмагати вам чи ні/ користуватись сонцезахистом чи ні / вірити в шкідливість ультрафіолету чи ні. Ми даємо просто інформацію (яка має підґрунтя у вигляді проведених досліджень) для ваших роздумів.



**SISTERS**  
of beauty  
hair

Рівне, пл.Короленка, 3  
Львів, вул. Степана Бандери, 43  
Сайт: [sisters.co.ua](http://sisters.co.ua)  
Instagram: [sisters\\_stelmakh](https://www.instagram.com/sisters_stelmakh)  
[sisters.skin](https://www.instagram.com/sisters.skin)

# ОДЯГ ДЛЯ СІМЕЙНОЇ ФОТОСЕСІЇ

Неможливо уявити собі сучасне життя людини без фотографії, яка дозволяє назавжди зафіксувати щасливі та приємні миті. Тому сьогодні все більше набувають популярності сімейні фотосесії, які вимагають професійного підходу й ретельної підготовки. При цьому одяг для фотосесії відіграє ключову роль і вибирається в залежності від тематики самої фотосесії.

Щоб, дивлячись на сімейні фотографії, ми бачили й відчували дружну та гармонійну сім'ю, йдучи на фотосесію, потрібно продумати й підготувати кілька комплектів одягу для всіх учасників фотозйомки.

У першу чергу, одяг для батьків та дітей повинен бути однаковий за стилем і колірною гамою. Важливо не допускати різноманітності й не забувати про те, що навіть контраст при правильному використанні може дати цікавий художній ефект. Універсальним варіантом, який є майже в кожній сім'ї, будуть джинси (або темні спідниці, брюки) у поєднанні зі світлими футболками, сорочками або светрами.

Стильно й ефектно виглядатимуть однакові вбрання для тата і сина, мами та доньки.

Для знімків, де планується зобразити тільки дітей, теж важливо підібрати комплекти, які з'єднуються між собою за стилем і колірною палітрою. Але не перестарайтеся з великою кількістю яскравих фарб. Гармонійно підібрані футболки, сорочки або сукні спокійних ніжних тонів будуть виглядати куди більш вигідно, ніж "кислотні" або яскраві кричущі візерунки й написи...

**Принципи вибору одягу для сімейної фотосесії:**

Отже, щоб досягти максимального позитивного результату, потрібно дотримуватися простих правил і ре-



комендацій фахівців.

**КОЛІР.** Особливу увагу треба приділяти кольорам одягу. Рекомендується вибирати кольори й відтінки, які гармонійно поєднуються між собою і створюють приємну композицію. Також сьогодні стало модно одягатися всім членам сім'ї в однаковий одяг однакового кольору.

**ЄДИНИЙ СТИЛЬ.** Важливо, щоб кожен з членів сім'ї мав одяг, виконаний в одному стилі. Це дозволить створити стильний та завершений загальний образ.

**КОМФОРТ.** Також досить важливим є комфорт, не забувайте і про це, вибираючи одяг для фотосесії.

І не забудьте зробити макіяж та зачіску для фотосесії!

[instagram.com/artfotografivne/](https://www.instagram.com/artfotografivne/)  
[facebook.com/fotografivne/](https://www.facebook.com/fotografivne/)

Авторське сімейне та весільне фото преміум класу в Рівному, по Україні та за кордоном від Наталії Якимчук, тел: +38 097 1995 707.





# ЛІКУВАННЯ ЗУБІВ

## БЕЗ СТРЕСУ

### в МайстерСтом

**«Так стається, що візит до стоматолога може викликати в людини шалений стрес. Саме через це дехто тягне з лікуванням до останнього. А коли вже звертається, полікувати буває неможливо. Лише видалити. Хтось не може нормально сидіти в кріслі через пози на блювання, тільки лікар торкається інструментом ротової порожнини. А що вже казати про дітей, які починають плакати, заledве переступлять поріг стоматологічної клініки?»**

Практично всі стоматологи пропонують своїм пацієнтам лікування без болю. Але не кожен може допомогти позбави-

тися стресу. Ми пропонуємо своїм пацієнтам лікування в седації. Причому, різні її варіанти. Можна подихати через маску так, немов би робиш інгаляцію. Можна ввести снодійний і знеболюючий препарат у вену.

В будь-якому випадку, пацієнт легенько спить, йому сняться сни, нічого не болить, а в цей час його зуби повертаються до нормального стану. За всіма ж показниками, як-от дихання, пульс, тиск та інші, слідує лікар-анестезіолог. Він же і «програмує» пацієнта на таку тривалість сну, яка потрібна для стоматолога.

Седація не забирає роки життя, не має негативного впливу на нервову систему. Седація майже повністю імітує природний сон і дозволяє при необхідності швидко розбудити пацієнта. Але вона також дає можливість полікувати якісно, без болю і стресу і, як правило, все за один раз.

Завдячуючи Майструку Михайлу Васильовичу, ми вперше запровадили лікування в медикаментозному сні офіційно.



## МайстерСтом

м.Рівне, вул.Фабрична, 14

моб.:(096) 43-71-174

(050) 503-15-72

e-mail: majsterstomf@gmail.com

www.majsterstom.com.ua

Ліцензія МОЗУ АЕ №197236 від 06.06.13р.  
Свідоцтво про держ. реєстрацію А00 №815691 від 22.02.08р.

# ГЛИБОКЕ ОЧИЩЕННЯ ШКІРИ

*запорука молодості  
і краси!*

**Топ-процедури голлівудських зірок! Чиста, м'яка, сяюча здоров'ям шкіра за 30 хвилин з накопичувальним ефектом.**

Найбільш затребуваний комплекс по догляду за шкірою гідродермабразія + киснева мезотерапія Zemits Facial. Що це?

Гідродермабразія – процедура очищення шкіри вакуумом і розчином по типу шкіри. Вакуум витягує з пор бруд, себум і мертві клітини, а розчин відразу ж промиває і зволожує. Така чистка набагато ефективніша в порівнянні з усіма відомими аналогами і підходить для будь-якого типу шкіри. Результат: з-під зовнішнього тьмяного шару звільняється м'яка і сяюча шкіра!

Відразу після очищення ми проводимо процедуру кисневої мезотерапії – наситимо шкіру киснем і добре зволожимо, так як після очищення, поживні речовини проникають в глибокі шари шкіри, роблячи результат більш помітним і довготривалим. Киснева мезотерапія не має побічних ефектів, допомагає усунути наслідки негативного впливу навколишнього середовища на шкірі.

**Процедура гідродермабразії і кисневої мезотерапії діє комплексно:**

- очищає чорні крапки
- зменшує зморшки
- зменшує сліди рубців і шрамів
- допомагає відновити шкіру після ушкоджень сонцем
- глибоко і м'яко очищає
- глибоко зволожує
- лікує лущення і сухість

Після сеансу ви відразу ж помітите, наскільки чистою і здоровою може бути шкіра без болю і дискомфорту всього за 30 хвилин! Ще одна чудова новина – ви можете відразу ж відправлятися по своїх справах, після процедури на шкірі з'являється легке почервоніння, але воно швидко проходить.

Гідродермабразія і киснева мезотерапія проводиться за допомогою апарата H<sub>2</sub>O<sub>2</sub> Eau Sante американського бренду Zemits. 100% безболісно, швидко, комфортно і без періоду реабілітації.





*Anna Maria Dali*  
PHOTOGRAPHER



ФОТОГРАФ У МІСТІ РІВНЕ ТА ПО УКРАЇНІ

☎ +38 068 705 49 88

📷 ANIIA\_DALI

📌 ANIIA DALI



# ТОП-5 КОРИСНИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ ЗУБІВ

За статистикою, майже 90% українців з раннього віку мають таке захворювання зубів, як карієс. І це не тільки тому, що вони за ними погано доглядають, а й тому, що люди загалом погано харчуються.

Наприклад, така всіма улюблена їжа, як картопля, макарони, хліб, цукор – сприяє псуванню зубів. Всі ці продукти є чудовим середовищем для бактерій, які розмножуються на зубах і, як наслідок, викликають хвороби зубів.

Що ж тоді потрібно їсти, щоб зуби були здорові? Ось найкращі п'ять продуктів, які я рекомендую вживати для того, щоб ваша зубна емаль залишалася міцною.



**МОЛОЧНІ ПРОДУКТИ** багаті на кальцій, який додає нашим зубам міцності та захищає емаль від перепадів температури й пошкоджень. Щоб забезпечити організм добовою нормою кальцію, достатньо випивати хоча б склянку молока. У сирі, йогурті, кефірі

та інших молочних продуктах міститься також білок казеїн, який також зміцнює та відновлює емаль.



**ЗЕЛЕНІ ЛИСТОВІ ОВОЧІ** багаті на клітковину. Шпинат, капуста, селера, петрушка, кріп та інші зелені листові овочі потрібно довго пережовувати. При цьому виробляється слина, яка очищає та омиває зуби, нейтралізуючи кислоти. Якщо вам не до впо-

доби трава, то можете вживати квасолю – вона також багата на клітковину.



**СИРІ ФРУКТИ ТА ОВОЧІ**, крім того, що мають багатий вітамінний комплекс, вода, що міститься в них, розріджує цукор. Найкращим вибором будуть тверді та хрусткі фрукти. Особливо хочу відмітити моркву.

Гризучи кожен день морквину, ви збагатите свій організм корисними елементами, які зміцнюють зубну емаль, і водночас зробите корисний масаж для ясен, який відновить правильний їх кровообіг.



**ЛОСОСЕВІ ВИДИ РИБИ** є дуже поживним продуктом, в якому міститься велика кількість кислот омега-3. Сьомга, горбуша, кета та інші лососеві є джерелом вітаміну D, який допомагає тілу поглинати кальцій, завдяки чому цей мінерал захистить і зміцнить ваші

зуби. До того ж у рибі міститься фосфор, який бере участь у роботі м'язів та мозку, в обміні речовин, побудові вітамінів тощо.



## ЗЕЛЕНИЙ І ЧОРНИЙ ЧАЙ

містять потужні антиоксиданти, які не тільки допомагають боротися з бактеріями, але й захищають зуби, запобігаючи утворенню на них зубного нальоту. У чаї також міститься фтор, який відвертає появу карієсу та зміцнює емаль. Також, вживаючи чай, ви позбудетеся неприємного запаху з рота.

## VASYLCHUK DENTAL STUDIO

м. Здолбунів, вул. Незалежності, 20

Facebook: Володимир Васильчук

Instagram: dr.vasylchuk

+38 093 383 31 36

Рішення про видачу ліцензії від 18.01.2018р. №86

# ПОСПІШІТЬ ЗВЕРНУТИСЯ ДО ПРОФЕСІЙНИХ КУПІДОНІВ



Знайти в житті свою другу половинку – це бажання кожної жінки... Адже так прекрасно, коли між людьми панує любов, гармонія та порозуміння. Інколи жінки чекають саме того чоловіка і моменту, коли він повинен з'явитися у їх житті. А є ті, хто довіряє своє щастя агенціям знайомств, які втілюють мрії жінок про щасливий шлюб вже сьогодні.

Про роботу агенцій знайомств, трансформаційну ГРУ Купідон та ще багато цікавого – у розмові з Юлією Руденко, керівником агенції знайомств HappyLoveStory.

**- ПАНІ ЮЛІЄ, НАШУ РОЗМОВУ ХОТИЛОСЯ Б РОЗПОЧАТИ З ТОГО, СКІЛЬКИ РОКІВ ВИ ВЖЕ ОБ'ЄДНУЄТЕ САМОТНІ СЕРЦЯ?**

– Я практикую організацію знайомств українок з іноземцями понад 10 років. Я сертифікований експерт у сфері дейтинг індустрії, наразі вивчаю нові ефективні напрямки та шляхи розвитку у сфері міжнародної платформи знайомств.

**- ЯКЩО Ж ГОВОРИТИ ПРО АГЕНЦІЮ, КЕРІВНИКОМ ЯКОЇ ВИ Є, ТО КОЛИ ВОНА ЗАСНОВАНА ТА З ЧОЛОВІКАМИ ЗІ СКІЛЬКОХ КРАЇНИ МОЖНА ПОЗНАЙОМИТИСЯ САМЕ У ВАС?**

– Агенція HappyLoveStory заснована у травні 2013 року. Її основна місія – поєднати самотні серця у щасливий гармонійний союз. Ми є членом Ukrainian Matchmaking Alliance, база наших партнерів понад 20 країн та розвинені по всьому світу. Ми єдині в регіоні працюємо з японськими партнерами.

**- НА ПЕРШІЙ ПОГЛЯД ЗДАЄТЬСЯ, ЩО МОЖНА ПОЗНАЙОМИТИСЯ З ЛЮДИНОЮ І НА ВУЛИЦІ, АЛЕ ЧОМУ Ж ТИСЯЧІ ЖІНОК ДОВІРЯЮТЬ САМЕ ВАМ ЇХ ДОЛЮ?**

– Звичайно, що познайомитись – це не велика проблема, а от зустріти справді цікаву та підходящу твоїм критеріям особистість – це вже зовсім інша справа. Наша зустріч – це заздалегідь продумана та організована подія, кандидат якої пройшов певні

етапи відбору у наших спеціалістів. Тому справді доцільно звернутися за допомогою до команди професійних купідонів у шаленому темпі сучасного життя.

**- ЧИ МОЖУТЬ ЖІНКИ ВИСЛОВЛЮВАТИ СВОЇ ВПОДОБАННЯ ЩОДО КРАЇНИ, З ЯКОЇ МАЄ БУТИ ЇХ МАЙБУТНІЙ ОБРАНЕЦЬ?**

– База наших чоловіків – це кавалери з різним соціальним та фінансовим статусом. Якщо 10 років тому до нас звертали тільки кавалери з країн СНД, то наразі це Європа та Америка (біля 40%), Азія (31%), також Африка та, Австралія і т.д.

**- І КОГО Ж ШУКАЮТЬ ЦІ ЧОЛОВІКИ? ЦЕ ОБОВ'ЯЗКОВО МОЛОДІ ДІВЧАТА МОДЕЛЬНОЇ ЗОВНІШНОСТІ ЧИ КОЖЕН МАЄ РІЗНІ ПОБАЖАННЯ?**

– Раніше до нас звертали в основному молоді дівчата модельної зовнішності, а от зараз європейці активно шукають жінок 30+, в тому числі з дітками. Тому не варто думати про те, що якщо мені вже за 30, то немає сенсу звертатися до нас. Насправді все тільки починається і вік тут точно не завада.

**- ЧУЛА, ЩО ВИ Є ВЕДУЧОЮ ТРАНСФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГРИ КУПІДОН. У ЧОМУ СУТЬ ТАКОЇ ТРЕНІНГОВОЇ ГРИ?**

– Вперше в Рівному та Західному Регіоні завдяки цій грі дівчата, які прагнуть отримати відповідь на запитання: "Чому я самотня", зрозуміють особисті психологічні проблеми на підсвідомому рівні, які блокують можливість зустріти достойного чоловіка. Ми не просто вчимо знаходити ці «запобіжники» на шляху до щастя, а і руйнувати їх.

**- ЯКЩО, НАПРИКЛАД, У МЕНЕ Є БАЖАННЯ СТАТИ ВАШОЮ КЛІЄНТКОЮ І ВИПРОБУВАТИ СВОЮ ДОЛЮ З ЧОЛОВІКОМ, ЯКИЙ ПРОЖИВАЄ ЗА КОРДОНОМ. ЩО ДЛЯ ЦЬОГО ПОТРІБНО ЗРОБИТИ?**

– Якщо Ви – повнолітня та не перебуваєте у офіційному шлюбі чекаємо на Вас в агенції HappyLoveStory. Вдалі фото, заповнена анкета та щире бажання познайомитись з чоловіком-іноземцем – все, що потрібно для реєстрації у агенції знайомств.



Тел./Viber +38 (098) 227 17 17, +38 (068) 052 22 37

[www.happylovestory.com.ua](http://www.happylovestory.com.ua)

[www.facebook.com/love.happystory.5](https://www.facebook.com/love.happystory.5)

[www.instagram.com/\\_happy.love.story/](https://www.instagram.com/_happy.love.story/)

[www.youtube.com/channel/UCun1kLRLfh8diseqKChExSw](https://www.youtube.com/channel/UCun1kLRLfh8diseqKChExSw)

# ВЧИТИСЯ І ВЧИТИ!

## Історія успіху першої в Дубно школи манікюру Катерини Іванової

Катерина ІВАНОВА – засновниця школи нігтьового сервісу у місті Дубно на Рівненщині. Дівчина поділилася з нами своєю історією про пошуки себе та успіх власної справи. Катя зізналася, що завжди мріяла бути вчителькою, але прийшла до свого покликання не одразу.

### – КАТЕРИНО, РОЗКАЖІТЬ ПРО СВОЮ ШКОЛУ. З ЧОГО ПОЧАЛАСЬ ЇЇ ІСТОРІЯ?

– Я завжди бачила себе вчителькою, мабуть, ще зі школи. Але так склалось, що вивчилася на економіста, хоча це було зовсім не моє. А захоплення манікюром розпочалось ще десять років тому, власне, в університеті. Подруга допомогла мені вивчити нігтьову справу, але тоді це було швидше як хобі. Коли я пішла в декрет, то зайнялася манікюром більш серйозно і приділяла справі більше часу. Впродовж п'яти років я вчилася та працювала, розвиваючись у цій б'юті-сфері, їздила на курси, а потім і на чемпіонати.

Після майже сотні курсів інструктори мені казали, що вже час починати самій навчати інших. Було дуже боязко, не вірила, що у мене вийде, адже хотілося, щоб усе було правильно і навіть ідеально. Якось моя клієнтка, з якою ми були у дружніх відносинах, попросила навчити її робити професійний манікюр. І я навчила її. Це був такий перший досвід навчання інших, після якого я зрозуміла, що хочу бути викладачем. Далі були курси, після яких я отримала кваліфікацію інструктора, відповідний сертифікат і ліцензію на викладання. А далі відкрила свою школу в Дубно, яка зараз вважається першою у нашому місті.

### – БАЗОВИЙ КУРС ТРИВАЄ ТРИ ДНІ. ЧИ МОЖЛИВО ЗА ЦЕЙ ЧАС СТАТИ МАЙСТРОМ МАНІКЮРУ? І ЧОМУ ТАК ВАЖЛИВО ПРОХОДИТИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ?

– Так, базовий курс триває три дні. І скажу вам, звичайно можливо! До мене на курси приходять дівчата, які взагалі не обізнані в цій сфері, а виходять після занять буквально професіоналами. І за три дні справді можна навчитися, якщо є велике бажання. Щодо підвищення кваліфікації, то це має бути обов'язково, адже б'юті-сфера динамічно розвивається, постійно з'являється щось нове, і все це дуже цікаво.

### – КАТЮ, СЕРЕД ВАШИХ УЧНІВ ВСІ ХОЧУТЬ СТАТИ МАЙСТРАМИ Й НАДАВАТИ ПОСЛУГИ. ЧИ Є Й ТІ, ХТО НАВЧАЄТЬСЯ, ЩОБ РОБИТИ ПРОФЕСІЙНИЙ МАНІКЮР ЛИШЕ СОБІ?

– Серед моїх учнів, мабуть, 90% – це люди, котрі освоїли для себе нову професію, яка приносить хороший зарібок. Нігтьовий сервіс, до речі, може бути як підрібок, так і основною роботою. Ще приблизно 10% – це дівчата, в основному з закордону, які хочуть робити гарний професійний манікюр собі. Мало хто знає, але за кордоном нігтьовий сервіс не так розвинутий, а коштує великих грошей. А українки завжди про себе дбають і мають доглянуті руки з красивим манікюром. У мене є учні у Німеччині, в Австрії, у Польщі та Словенії, є також одна учениця навіть у Канаді.



### – ШО ПОТРІБНО, ЩОБ СТАТИ ХОРОШИМ МАЙСТРОМ МАНІКЮРУ?

– У першу чергу – це бажання стати хорошим майстром манікюру, розвиватися у цій сфері. Має обов'язково бути ціль, до якої впевнено йдеш. І постійно треба дивитися вперед, не обертаючись назад! Я свого часу просто мала мету – досягти успіху у цій професії. І я до неї йду. Маленькими кроками, але я досягаю того, чого бажала п'ять років тому чи ще у дитинстві, коли хотіла бути викладачем. І я ним стала, це найголовніше.

### – ШО ВИ МОЖЕТЕ СКАЗАТИ ДІВЧАТАМ, ЯКІ ДОСІ ВАГАЮТЬСЯ, ЧИ ВАРТО ПРОХОДИТИ КУРСИ ПРОФЕСІЙНОГО МАНІКЮРУ?

– Багато хто вважає, що нігтьовій справі можна навчитися за допомогою онлайн-курсів чи відео на YouTube. Але ж, проходячи живий курс у професійного викладача, вам обов'язково вкажуть на всі недоліки, помилки та пояснять, як їх виправити й уникати надалі. Обираючи школу, зверніть увагу на сторінки закладу у соцмережах. У моєї школи є сторінка в Instagram, де ми публікуємо не лише фото робіт наших учениць, а й відео. Бо ж знімки можна пропустити через фоторедактори й вийде зовсім інше зображення, а з відео так не вийде. Також при виборі школи зверніть увагу на документи, які підтверджують кваліфікацію викладачів, бо це дуже важливо. Наважуйтеся на курси, вчіться та змінійте своє життя і професію просто зараз!

*Спількувалася Таліна Закацюра*



тел.: +38 093 435 60 01  
[www.facebook.com/katia.nails.dubno](https://www.facebook.com/katia.nails.dubno)  
[www.instagram.com/ivanova\\_k\\_studio](https://www.instagram.com/ivanova_k_studio)

ПЕРЕМОЖЦІ ФОТОКОНКУРСУ  
**ТАЛАНОВИТІ ДІТИ РІВНЕНЩИНИ**



Ангеліна ПОНЯЄВА



Злата ГРУШЕВСЬКА



Яна ДРАКА



Дарина БОЛОТІНА



Тимофій ДУБРОВИК



Сільвія ПАВЛЮК

Організатор - ГО «Талановиті діти Рівненщини» за підтримки ГО «Рівне Разом» та журналу «Рівняни»

# НЕ ВІДКЛАДАЙТЕ

## ПОХІД ДО КОЛОРИСТА!

**Кожна жінка прагне бути красивою і привабливою. На мою думку, стан та вигляд волосся відіграє надзвичайно важливу роль у цьому. Якщо ваші локони сухі, тьмяні, позбавлені блиску – у більшості випадків їх врятує якісне професійне фарбування.**

Проте, деякі дівчата переконані, що це потрібно лише тим, у кого почала з'являтися сивина, і відкладають свій візит до колориста роками... А дарма!

Сучасні професійні фарби, за умови дотримання правильної технології процесу, не завдадуть шкоди, а навпаки оживлять та наповнять ваші локони. Наприклад, можна додати блики, при цьому основна маса натурального волосся залишиться не фарбованою. Такий ефект, ніби «вигорілих» на сонці прядок дуже освіжить обличчя. Зараз це модно і актуально.

Основна частина моєї роботи – складні, багатоетапні фарбування. Люблю поєднувати деякі відомі техніки. Все залежить від бажаного результату. Якісне складне фарбування дає можливість підкреслити натуральну красу або ж кардинально змінити образ. При цьому ніяких різких контрастних переходів при відростанні. Це дозволяє суттєво збільшити інтервал між фарбуваннями.

Я впевнена, що вдало підібраний колір волосся надзвичайно позитивно впливає на психологічний стан жінки, надає впевненості та внутрішнього комфорту.

**Перукар-колорист: Олена Кушнір**  
**Попередній запис за тел.: +38 067 384 34 88**  
**Instagram: ok.colorist**  
**Facebook: Olena Kushnir**



Фото: Альона Горещька





## “ПОЕЗІЯ – ЦЕ ЗАВЖДИ НЕПОВТОРНІСТЬ”

**Слова Ліни Костенко «Поезія – це завжди неповторність, якийсь безсмертний дотик до душі» – моє життєве кредо, рядки, що мотивують жити.**

Що ж таке поезія? На це питання взагалі конкретної відповіді немає, адже кожен розуміє це поняття по-своєму. Особисто для мене – це моя душа. Це думки, переживання, те, що мені болить. Поезія – це ніби ковток свіжого повітря, це як кава з молоком, що тільки розбавляє смак життя, додає нових кольорів і робить миті яскравішими. Це щось прекрасне, без чого я просто не уявляю свого життя. Коли на серці важко, коли душу розриває на шматки або коли нетямиться з радості, усе те, що всередині, виливається на аркуші паперу. Поезія навчила мене цінувати дружбу, ніколи не здаватися, бути сильною попри все, відстоювати свою життєву позицію. Поезія навчила мене кохати, додала наснаги до життя. Поезія – це всеосяжна думка, яка охоплює увесь світ.

Про любов узагалі складно розповідати. Навіть найкрасивіші слова тьмяніють у порівнянні з тією бурєю пристрастей, що переживає людина кохаючи. Саме тоді усвідомлюєш: нехай багато людей сказали про кохання ДО тебе, та ніхто не сказав про нього ЗА тебе, бо ж у кожного любов своя, особлива, унікальна і неповторна. Найсильніше у світі почуття, яке описують в книгах, оспівують в музиці, про яке знімають фільми. Почуття, яке допомагає подолати усі перешкоди і випробування, яке здатне розтопити навіть крижане серце. Що для вас є любов? Це здатність кохати людину, незважаючи ні на що, обожнювати усі її недоліки, відмовитися від усього заради неї ж самої? Що для вас є кохання? Це побудований двома закоханими людьми власний світ, довжиною в життя, довжиною у вічність? Це коли вас двоє, а серце, історія, доля, життя – одне.

Для когось інтимна лірика – політ, для декого – прозоріння, когось любовна поезія стає ліками, а для когось – тихою сердечною розмовою з хай незнайомою, але близькою за духом людиною. Коли пишеш вірші, мусиш максимально влучно підбирати слова, щоб передати ту емоцію, яка є в твоєму серці. Мені дуже імponує сучасна поезія. У цих віршах знаходиш себе, оскільки час створення поетом рядків близький тобі. Однак є люди, які не здатні розуміти поезію. Для багатьох це просто красиві слова, які вивчають напам'ять, а вже за день забувають. Може, поезію любити дано не кожному? Можливо, розуміти і тонко відчувати ті трепетні і водночас могутні строфи можуть не всі? Та серце обливається кров'ю, коли ті рядки, які так майстерно вималював автор, не розуміють і паплюжать.

Що змінила у моєму житті поезія? За плечима – безліч нагород за публікації віршів та різних літературних конкурсів. Одним з найважливіших вигравів для мене стала пере-



мога у Всеукраїнському конкурсі авторських віршів «Золоте перо 2018». Тоді я зрозуміла, що поезія для мене – це відпочинок душі, зняття розумової напруги, очищення свідомості.

*З-поміж безодні суетних думок,  
З-під влади відстані безжальної і часу,  
Кожен із нас виносить свій урок,  
Кожен хворіє на свою заразу.  
Гортаючи пусті листки життя,  
Гадаємо, з якої б то почати  
Так, щоб довести казку до кінця,  
І пишем так, що вже не хочеться читати...  
Нам все не ті і ручка, й олівець,  
А часом і папір якийсь не білий,  
Ідем кругами замість навпростець  
І в happy end усе це вірним.  
Не бачимо лиш своїх помилок,  
Тих косяків практично в кожному слові,  
Шукаєм правди, як зерно в полові.*

\*\*\* \*\*

*Так мало тих, хто скаже, що щасливий.  
Так мало тих, хто вірить в чудеса.  
Так мало тих, хто робить все можливе,  
Щоби для когось прихилити небеса.  
Так мало тих, хто справді вмiє жити,  
Хто час цінує вперто над усе,  
Хто наперед не буде ворожити,  
Хто в сірі будні сонце нам несе.  
Так мало тих, хто кохає попри все.  
І світло в світ несе.*

*Анастасія Багатко.*

# МОЄ МИСТЕЦЬКЕ “Я”

**ПІБ:** БАТАРЧУК Іванна Ігорівна

**Знак зодіаку:** Рак

**Сімейний стан:** незаміжня

**Життєве кредо:** “Віддай людині крихітку себе. За це душа наповнюється світлом”

**Улюблений фільм, актор/актриса:** “Собаке життя”, Ен Сомерхолдер, Марго Роббі

**Улюблений музичний жанр:** поп

**Улюблена книга:** Еріх Марія Ремарк “Три товариші”

**Улюблений письменник:** Ліна Костенко

**Об’єкт натхнення:** сім’я, тварини, друзі

**У вільний час:** займаюся науковою діяльністю, беру активну участь у студентському самоврядуванні, удосконалюю свої кондитерські навички та проводжу час із сім’єю та друзями.

**Мистецтво** – це спосіб розслабитися та викинути зайві думки з голови.

**Рівне** – це місто, яке надихає та захоплює кожного дня, місто, де я завжди почуватимуся комфортно та натхненно.

Особистісний ріст належить до числа якісних змін, що відбуваються всередині кожного. Самовдосконалюючись, людина помічає, як у неї формується новий погляд на звичні речі, з’являється бажання діяти в чіткому напрямку. Наші індивідуальні риси протягом життя обов’язково зазнають змін. Не можна навчатись чомусь новому, розвивати певні навички, при цьому залишаючись у стартовій точці. Адже у процесі розвитку кардинально змінюється спосіб мислення, з’являються незнані досі прагнення й бажання. Ти пізнаєш себе, оточення, розумієш, що таке справжня дружба, та відкриваєш серце для добра й любові.

## - ІВАННО, РОЗКАЖИ ПРО СЕБЕ.

– Я навчаюся на другому курсі Навчально-наукового інституту права, тож своє майбутнє хочу пов’язати з юриспруденцією. У вільний від навчання час пишу наукові роботи, подорожую та дресирую свого собаку. Також беру активну участь у житті університету, оскільки ще зі школи маю чітку життєву позицію.

## - КИМ МРІЯЛА СТАТИ В ДИТИНСТВІ?

– Ще з дитинства я мріяла допомагати людям, але не знала, яку професію для цього обрати. В одинадцятому класі вже остаточно визначилась та вирішила, що хочу працювати саме в напрямку юриспруденції, оскільки це приносить мені задоволення.

## - ЩО ДЛЯ ТЕБЕ ОЗНАЧАЄ СЛОВО “ДРУЖБА”? ЧИ ВІРИШ У СПРАВЖНЮ ДРУЖБУ?

– У людини не може бути багато справжніх друзів, бо тоді, на мою думку, не кожен з них справді бажатиме вам добра. Особисто я вірю в дружбу, тут доречними є слова Аристотеля: “Дружба – найнеобхідніше для життя, так як ніхто не побажає собі життя без друзів, навіть якщо б він мав усі інші блага”. Для мене дружба – це в першу чергу щирість. Це відчуття, коли ти на правду сумуєш за людиною, хочеш поділитися з нею секретами, обійняти та випити чашечку кави за цікавою розмовою. Справжня дружба існує, просто є люди, які не розуміють цього. Для того, аби стосунки надовго залишалися дружніми, потрібно вміти віддавати частинку себе, а не лише забирати, адже з часом людині набридне підтримувати, підбадьорювати, не отримувачи такого ставлення натомість.

## - ЧИ МАЄШ ДОМАШНЬОГО УЛЮБЛЕНЦЯ?

– Так, я маю чудового песика породи червоний ірландський сетер, йому скоро виповниться два роки. Для мене він – справжній друг та в якомусь сенсі навіть антистрес. Коли зовсім не-



має настрою, варто лише подивитися йому в очі, обійняти – й тоді одразу все стає на місце.

## - ЯКОЮ ТВАРИНОЮ СЕБЕ УВЛЯЄШ? ЧОМУ?

– Собакою. Для мене це символ дружби, вірності та щастя.

## - ЧИ МАЄШ ХОБІ? ЧИМ ЗАХОПЛЮЄШСЯ?

– Я колекціую книги. На моїх полицях їх зараз близько сотні, і я намагатимусь розширювати свою колекцію. Також захоплюсь написанням наукових робіт з кримінального права.

## - НА ТВОЮ ДУМКУ, ЩО ВАЖЛИВІШЕ – НАВЧАННЯ ЧИ РОЗВИТОК?

– Я вважаю, що найважливіше – це вміти комбінувати між собою навчання й особистісний розвиток. Якщо навчитися це робити правильно, то одне взаємовигідно доповнюватиме інше. Наприклад, якщо ви займаєтесь науковою діяльністю, то рано чи пізно це допоможе вам у навчанні при написанні курсових та дипломних робіт. Або ж якщо ви займаєтесь спортом професійно, це сприятиме розвитку витривалості, й, відповідно, вам легше буде справлятися з навантаженнями в університеті.

## - УСПІШНА ОСОБИСТІТЬ, ЯКА ВОНА НА ВАШУ ДУМКУ?

– У першу чергу, це стресостійка особа, яка чітко знає, чого вона хоче, та впевнено йде до своєї мети. Якщо людина не вміє протистояти стресовим ситуаціям, вона не зможе реалізувати себе. Успішна особистість чесна, працююча, креативна, не видає чужу працю за свою. Успіх не приходить одразу – для того, щоб його досягти, потрібно довго та важко працювати. Треба вміти визнавати свої невдачі, робити висновки та йти далі.

*Тетяна Бонючок.*

# ТИФЛОПЕДАГОГІКА – МИСТЕЦТВО РОЗВИТКУ, НАВЧАННЯ ТА АДАПТАЦІЇ НЕЗРЯЧИХ ТА СЛАБОЗОРИХ ДІТЕЙ

**ПІВ:** МАЧУШЕНКО Юлія Ярославівна

**Знак зодіаку:** Терези

**Сімейний стан:** заміжня, маю двох діток: дочку та сина

**Життєве кредо:** "Виконати дві основні заповіді слова Божого: любити Бога всім своїм серцем і ближнього свого, як самого себе"

**Улюблений фільм, актор/актриса:** "Величне століття. Роксолана", Джулія Робертс, Бред Пітт

**Улюблений музичний жанр:** немає

**Улюблена книга:** "Віднесені вітром" Маргарет Мітчелл

**Улюблений письменник:** Іван Франко, Павло Загребельний, Микола Гоголь

**Об'єкт натхнення:** сім'я, подорожі. Обожаю подорожувати, за рік бронюємо квитки з чоловіком та розробляємо маршрут, ми – профі економпоїздок!

**У вільний час:** дуже любимо сім'єю відпочивати у Рівному, відвідуємо музично-драматичний театр або дитячі розважальні центри. Ми любимо наше місто, адже Рівне – прекрасне!

Тифлопедагогіка – це особливе мистецтво практичної педагогічної дії. Воно потребує спеціальних здібностей та навичок, а також вимагає ряд характеристик, що мають бути обов'язково притаманні досвідченому педагогу. Про них і поговоримо сьогодні з учителем-тифлопедагогом, викладачем української мови та літератури, англійської мови, учасницею проєкту Global Teacher Prize Ukraine 2019 Юлією Мачушенко.

## **- ПАНІ ЮЛІЄ, РОЗКАЖІТЬ ПРО СЕБЕ: ХТО ВИ, ЧИМ ЗАЙМАЄТЕСЯ?**

– За фахом я учитель. Нещодавно здобула спеціальну освіту тифлопедагога та отримала вищу кваліфікаційну категорію. Маю чудову родину, чоловіка та двох діток. Вони – моя основна сила, натхнення, мотивація та любов! Уже 16 років працюю у найкращій школі КЗ "Клеванська спеціальна школа № 1 I-III ступенів" Рівненської обласної ради під керівництвом заслуженого працівника освіти України, нашого директора Фалко Жанни Василівни. Школа – мій світ! Для декого – це галасливе свято, для когось – нудна присутність, хтось сприймає заклад як місце для співпраці. Гадаю, школа має бути світом відкриттів та одкровення, життєвої радості для всіх, місцем спокою та гармонії. І лише ми, учителі, можемо перетворити навчання в процес розвитку та пізнання!

## **- КИМ МРІЯЛИ СТАТИ, БУДУЧИ МАЛЕНЬКОЮ? ЧИ ГАРНО НАВЧАЛИСЯ?**

– Мабуть, кожна дівчинка у дитинстві, граючись у школу, мріяла стати вчителем. Моє бажання з роками не змінювалось, я була впевнена у своєму виборі. До того ж з дитинства захоплювалась своєю першою вчителькою – Мирославою Миколаївною. На все життя запам'ятала її теплу усмішку, мудрий голос та лагідні очі. Вона була для мене взірцем. Мирослава Миколаївна не просто навчала, а жила нами, поділяючи радість й смуток. Мабуть, тому я й обрала цю професію. Безумовно, вплинув ще той факт, що я народилася 2 жовтня у неділю, саме на День вчителя! Впевнена, що це Бог обрав мені професію, моє покликання!



## **- ТИФЛОПЕДАГОГ – ЦЕ ХТО?**

– Тифлопедагог – це спеціаліст, який займається розвитком, навчанням та адаптацією незрячих та слабозорих дітей; вивчає і фіксує динаміку розвитку дітей, виробляє оптимальну педагогічну стратегію, проєктує шляхи навчання, виховання, реабілітації та соціальної адаптації кожної дитини. Тифлопедагог обирає ефективні форми, методи, засоби навчально-виховного, корекційно-реабілітаційного процесу, поглиблено працює з питань сенсорного виховання, яке сприяє розвитку всіх органів чуття. Навчає незрячих письму та читанню шрифтом Брайля, а також допомагає бачити, уявляти цей світ дотиком та серцем!

## **- ЧИ МОЖНА НАЗВАТИ ВАШУ ПРОФЕСІЮ МИСТЕЦЬКОЮ?**

– Звичайно! Гуманність і творчість – два моїх крила! У нашій школі ми змалку формуємо і розвиваємо у дітей художньо-естетичну культуру. Щотижня проводимо різноманітні заходи, присвячені рідній мові, історії, культурі, мистецтву, українським звичаям і традиціям!



### - У ЧОМУ ПОЛЯГАЄ СКЛАДНІСТЬ РОБОТИ З ДІТЬМИ З РІЗНИМИ ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ?

- Спочатку було складно морально. Не могла усвідомити, прийняти, чому ці дітки не можуть бачити, як ми?! Але згодом, коли починаєш активно, щоденно працювати з ними, розумієш, що ці діти – унікальні. Вони такі ж, як і зрячі, просто їм треба трішки більше часу. Величезне значення для їхнього пізнання навколишнього світу має дотик. Тактильне сприйняття забезпечує отримання комплексу різних відчуттів (торкання, тиснення, рух, тепло, холод, біль, фактура матеріалу) й допомагає визначити форму, розміри, установити пропорційні відношення. Відчуття, що сприймаються нервовими закінченнями шкіри та слизовими оболонками, передаються в кору головного мозку у відділ, пов'язаний з роботою рук і кінчиків пальців. Так незрячі вчаться бачити руками та пальцями. Я обожнюю своїх учнів, проживаю з ними кожен момент їхнього життя, ми разом долаємо всі перешкоди та труднощі, але ніколи не здаємось і не втрачаємо віри! Любов виховується любов'ю, доброта – добротою, життя – життям, тож найгірше – це втратити віру! Я пишаюся ними та вірю в них! Власні діти щораз кажуть, що я, мовляв, більше люблю своїх учнів та школу, а я і не сперечаюсь. У серце увійде лише те, що йде від серця. Як же я знаходжу шлях до їхніх сердець? Відповідь, на мою думку, проста: протягни руку, розкрий душу, перелий її по краплині у своїх учнів. Головне завдання вчителя – у кожному учневі побачити хороше, допомогти повірити у власні сили. Моя ціль – не сукупність знань, а розвиток здібностей!

### - ВИ СТАЛИ УЧАСНИЦЕЮ ПРОЄКТУ GLOBAL TEACHER PRIZE UKRAINE 2019. РОЗКАЖІТЬ ПРО ВРАЖЕННЯ, ЩО ВАМ ДАВ ЦЕЙ ПРОЄКТ?

- Враження неймовірні. Цей досвід надав можливість ще раз усвідомити, наскільки вагомим є вплив вчителя на розвиток, а часом і на долю дитини. На проєкті познайомилася з прекрасними людьми з різних куточків України, надихнулася на нові ідеї та звершення, відчула себе частинкою чогось важливого та корисного для суспільства. Червона доріжка, церемонія нагородження, вітання міністра освіти, позитив, концерт за участю зірок шоубізнесу та відчуття мегагордості за справу, якою живемо!



### - МАЄТЕ УЧНІВ-УЛЮБЛЕНЦІВ ЧИ СТАВИТЕСЬ ДО ВСІХ ОДНАКОВО?

- Одне з моїх педагогічних кредо: "Любити свого учня будь-яким: спокійним чи непосидючим, емоційним чи врівноваженим". Мій обов'язок – прийняти кожного учня таким, яким він є, допомогти дитині досягти максимуму її потенційних можливостей, сприяти розкриттю власних здібностей, таланту, сформуванню активну життєву позицію на благо своєї Батьківщини.

### - ПРО ЩО МРІЄ СУЧАСНИЙ ТИФЛОПЕДАГОГ?

- Звичайно ж, мрію про сучасне обладнання для незрячих і слабозорих учнів, а це брайлівські принтери для друку з відповідним програмним забезпеченням, пристрої для створення тактильної графіки, мультимедійне обладнання. Щиро прагну, аби усі діти були здоровими!

### - УСПІШНИЙ ВЧИТЕЛЬ, ЯКИЙ ВІН? ЯКИМ ТРЬОМ ВАЖЛИВИМ РЕЧАМ НАВЧАЄТЕ ДІТЕЙ?

- Сучасність дає дуже багато можливостей, головне – не боятися змінюватись! Вчитель має створювати середовище для ефективного навчання, знайти цікавий матеріал для уроків, любити свою роботу та успішно реалізовувати себе через неї. Успішний учитель – творчий, проактивний, звільнений від стереотипів, гнучкий, готовий до співпраці! Він здатний прищепити дитині любов до ближнього, толерантність, повагу до людської гідності.

*Ольга Коловік.*



# МИСТЕЦЬКІ ВІТАННЯ ІМЕННИКУ



*У щастя людського два рівних є крила:  
Троянди й виноград – красиве і корисне*  
М. Рильський

вий та креативний, постійний учасник створення сценаріїв, номерів, ініціатор різноманітних нововведень у навчально-виховному процесі ННІ права – таким Вас бачать студенти та викладачі. Ваш науковий доробок та практичний досвід слугують орієнтиром для нових поколінь юристів.

**Щиро вітаємо Вас з Днем народження!**

*Щоб спокій і мир панували в родині,  
Щоб щастя всміхалось при кожній годині!  
Нехай обминають Вас болі й тривоги,  
Хай стелиться довга життєва дорога,  
Хай легко працюється, гарно живеться,  
Все вміється, множитья і удається!*

Бажаємо міцного здоров'я, наснаги, життєвої сили, вірних однодумців та натхнення творити і втілювати свої сміливі задуми. Многії літа!

*З повагою колектив та студенти ННІПН АДУВТН*

У кожної людини є своя книга життя, перша сторінка якої про її народження на цей світ. Від початку існування людини життя робить свої записи на сторінках цього літопису, описуючи стрімкі повороти долі або ж розмірене літування.

Сторінки біографії **Валерія Івановича ЦИМБАЛЮКА** наповнені нарисами долі колишнього офіцера-спецслужбовця, підполковника запасу, а нині успішного науковця, Заслуженого юриста України, директора Навчально-наукового інституту права Національного університету водного господарства та природокористування.

Валерій Іванович – це той, ким можна захоплюватись, незважаючи на плинність часу, той, з кого завжди можна брати приклад: вірний друг, справедливий керівник, хороший наставник, люблячий чоловік, татко, дідусь. Вогонь його душі ніколи не згасне, адже Валерій Іванович завжди оточений студентами, сповнений сил, енергії та креативу.

Тримаючи за руку музу свого життя, онучку Алевтину, Валерій Іванович впевнено рухається вперед, пише чуттєві поезії, які згодом оживають у піснях, що проймають душу і серце кожного.

Шановний Валерію Івановичу, за роки добросовісної праці Ви стали мудрим наставником для своїх колег, демонструючи високий рівень виконавчої дисципліни та відповідальності. Вас сміливо можна назвати "агентом змін", "генератором ідей", оскільки жоден студентський захід не проходить без Вашої участі. Рішучий та сміливий, драйво-



# Ведуча EVENT ногій – МИСТЕЦТВО В ДАРУНОК УСІМ

**ПІБ:** ВОРОН (ЮРКЕВИЧ) Марта Олександрівна

**Знак зодіаку:** Риби

**Сімейний стан:** заміжня

**Життєве кредо:** "Крізь терни до зірок"

**Улюблений фільм, актор/актриса:** "Щоденник пам'яті", "Битва за Севастополь"

**Улюблений музичний жанр:** рок

**Улюблена книга:** "Кохання живе три роки"

Фредерика Бегбедера

**Улюблений письменник:** Фредерик Бегбедер, Дейл Карнегі

**Об'єкт натхнення:** мама

**У вільний час:** малюю, танцюю

**Мистецтво** – відпочинок для душі, який наповнює енергією та приносить естетичне задоволення

**Рівне** – рідний край, домівка, яка слугувала фундаментом творчого шляху

Будь-яке свято для кожної людини – це особливий день, наповнений надзвичайними емоціями, теплом, щастям... Люди, які здатні створити це свято, – ще більш особливі, адже вони вкладають у нього частинку своєї душі. У наш час важко зберегти гармонію з собою і навколишнім світом, але Марта Ворон вміло поєднує у собі будь-які контрасти та здатна подарувати такі емоції, яких ви ще не відчували досі. Вона – це птах, який саджає на свої крила свято та летить з ним по світу емоцій, нових ідей, захоплень та почуттів.

## – РОЗКАЖІТЬ ПРО СЕБЕ: ХТО ВИ, ЧИМ ЗАЙМАЄТЕСЯ?

– Я є ведучою різних святкових заходів, таких як: весілля, дні народження, холі (фестиваль кольорів) тощо. Маю свою студію, де допомагаю жінкам і дівчатам прийняти й полюбити себе такими, які вони є, не ідеальними, але по-своєму особливими. У зв'язку з карантинном зараз студія "стоїть на паузі", але вірю в те, що все буде добре. Крім того, хочу створити власний бренд "Fitdance" з особливою родзинкою – поєднання фітнесу та танцю.

## – ХТО ВИ ЗА ОСВІТОЮ?

– Маю диплом бакалавра за спеціальністю "Хореографія", наразі отримую ступінь магістра "Сценічне мистецтво: режисер драматичного театру".

## – ТОБТО ВАШЕ ЖИТТЯ ПОВ'ЯЗАНЕ З МУЗИКОЮ, ТАНЦЯМИ БЕЗПОСЕРЕДНЬО?

– Так, звичайно, адже ще з трьох років я відвідувала МПК "Текстильник". Мій перший колектив мав назву "Кралечка". Крім того, відвідувала студію дошкільного розвитку "Лялечка" під керівництвом Панащук Людмили Олександрівни. Саме там вперше вийшла на сцену та відчула усю ту незабутню атмосферу.

## – УСПІШНА ОСОБИСТІТЬ – ЯКА ВОНА?

– Це той, хто знаходить час і вміє влаштувати своє життя у всіх сферах. Така людина успішна й щаслива у своїй родині, вона досягає вершин у кар'єрі та завжди йде до своєї цілі, вона реалізовує свої амбіції та самовдосконалюється, адже постійно відкрита до всього нового. Це та людина, яка не сидить на місці та підкорює світ. Успішна особистість завжди допомагає іншим та надихає своїм прикладом.



## – ЧИ ЛЮБИТЕ СВОЮ РОБОТУ? ЩО ОСОБЛИВОГО ВИ-ОКРЕМИТЕ У НІЙ?

– Свою роботу просто обожаю, адже історії кохання моїх наречених схожі на романи в книжках та нереальні романтичні фільми. У процесі підготовки до їхнього особливого дня я настільки переймаюся разом з молодятами, що здається, ніби ми стаємо однією родиною. Особливістю моєї роботи є оточення цікавих мені людей. А найбільше мені подобається дарувати емоції, спостерігати за атмосферою свята, яку створюєш власноруч, і просто заряджатися хвилиною настрою, у цьому і є весь кайф.

## – ЯК ВИ САМОВДОСКОНАЛЮЄТЕСЯ?

– Надихаюсь майстер-класами відомих та успішних ведучих, як-от: Юлія Крауз та Сергій Лиховида. Крім того, люблю переглядати "Прокачку ведучих", це своєрідна школа ведучих. Аби бути в курсі всіх новинок, читаю статті, дивлюсь відеотрансляції стосовно трендів на сезон. Також постійно розвиваюсь як особистість, адже якщо ведуча цікава, то й гостям буде приємно її слухати.

## – ВІД ЧОГО ЗАЛЕЖИТЬ ГАРНЕ СВЯТО: ВЕСІЛЛЯ, ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ, ЮВІЛЕЙ?

– Гарне свято залежить від команди, яка його створює. Неабияк сприяють створенню атмосфери й самі гості, однак я завжди намагаюся додати позитиву та драйву, адже хочу, аби абсолютно кожен, повертаючись додому, згадував про цей неймовірний день та радів теплим спогадам.

## – ЯК ЗНІМАЄТЕ ВТОМУ?

– Проводжу час з сім'єю, танцюю наодинці, малюю, читаю книги, переглядаю фільми.

## – ВАШ СЕКРЕТ УСПІХУ?

– Завдяки творчій натурі моєї мами, Ворон Людмили Іванівни, я долучилась до проведення свят, танцювала, а згодом допомагала у їх проведенні. Тато був і є нашою підтримкою у всіх починаннях, зараз такою опорою для мене є мій чоловік Олександр. Моя сім'я надихнула мене на успіх, за що я кожному дуже вдячна. Додам, що один із секретів успіху – це втілення власних ідей у життя.

## – ЩО ПОБАЖАЄТЕ ТВОРЧІЙ МОЛОДІ?

– Візуалізуйте свої бажання, адже всі мрії матеріальні. Проте не потрібно забувати, що тільки постійна праця над собою та своєю справою допоможе звернути гори, тому мрії та дії у комплексі ладні дати нереальний результат.

*Григорина Шовчук*



**ГО ЛІТЕКО**, діти та молодь Рівненщини презентують мистецький проєкт – фотовиставку “Зупинись! Почни любити!” \ “Stop! Start loving!”, що висвітлює проблему насилля у стосунках у нашому житті. Акцентуємо увагу на тому, що аби бути щасливим, варто розібратися у собі, подолати внутрішні психологічні труднощі, відмовитися від насилля й почати любити. Кожен коваль власного щастя. Проєкт “Stop! Start loving!” – це виклик кожного самому собі, адже все залежить лише від тебе!

Будь щасливий тут і зараз. У простоті. Просто дивлячись на небо. У спокої. У любові. Не потрібно нікуди бігти. Бо все вже є. Було. І буде. Просто відкрий це в собі. Ти можеш бути щасливим. Тож будь ним.

Життя – це люди, яких ти зустрічаєш, і те, що ти створюєш разом з ними!

Тож вибирайся назовні й починай творити!

Живи зараз – відмовся від насилля і почни любити!

**Місце проведення:**

Культурний простір на вул. Петра Могили “Європейський квартал Пивзаводу”. Відкриття виставки на Покрову (14 жовтня 2020). Виставка діятиме протягом місяця. У зв'язку з карантинними обмеженнями попередній запис +38 096 688 69 27 (Viber, Telegram)





# КОЛЕКЦІЯ VIVID KIDS

Дизайнери - Наталія та Євангеліна Шмід



Євангеліна ШМІД  
Лев ПИЛИПЮК



Анастасія МАЛІЧЕВСЬКА



Віолетта АНДРОЩУК



Лев ПИЛИПЮК



Сільвія ПАВЛЮК



Євангеліна ШМІД



Аліна НІКІФОРОВА



Марія ФУРДИСЬ



Вікторія СПРІДЕНКОВА



Олександра МУЗИЧУК



Єлизавета ДУБИЧ



Дарина БОЛОГНА



Тимофій ДУБРОВИК



Вероніка ШЕВЧУК



Софія КЛИМЕЦЬ



Мілана ХОТЮК



Павло ДОМАНСЬКИЙ



Марія ЦИМБАЛУК



Валерія ВОВКОГОН



Яна ДРАКА



Мілана ГАПЯК



Валерія КУХАРЧУК



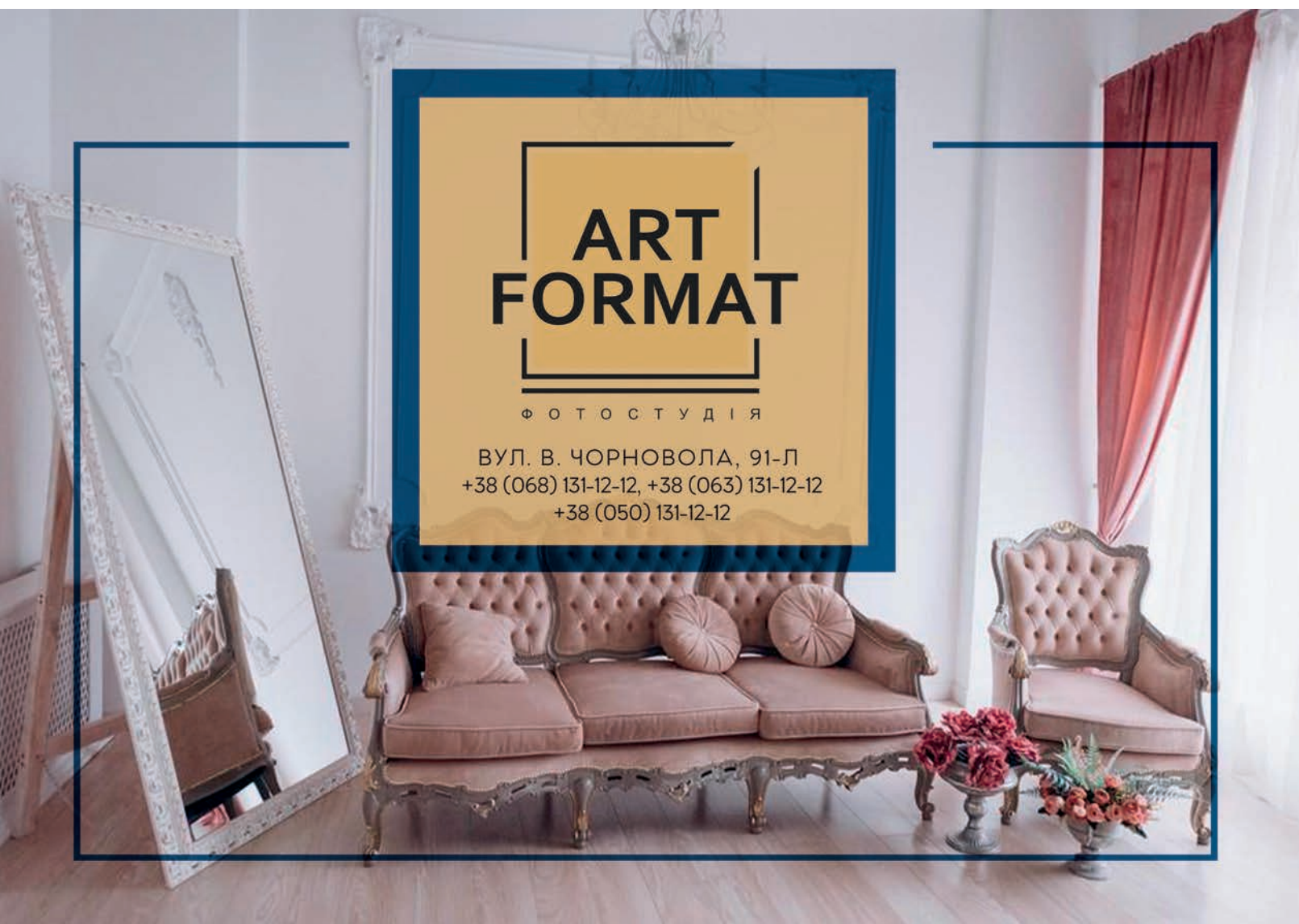
Вероніка ЗАЙДЕЛЬ



Анастасія ШМИГА



Мимодії  
та Захар  
ЛІРАЧУККА



# ART FORMAT

ФОТОСТУДІЯ

ВУЛ. В. ЧОРНОВОЛА, 91-Л  
+38 (068) 131-12-12, +38 (063) 131-12-12  
+38 (050) 131-12-12



# ГОЩАНОЧКА

жіноча футбольна команда



# Зоомагазин Мурчик

М.Рівне, вул. Відінська, 41  
(Відінське кільце)  
Мережа магазинів тел. (098) 078-26-25  
aqua-rivne.yolasite.com  
Dgmanys2@gmail.com

• акваріуми та обладнання • риби • живі та штучні рослини  
препарати та тести для води • лікувальні та профілактичні засоби  
сухий та морожений корм



**Все для  
котів та собак,  
птахів, гризунів  
та риб.**


вул. Євгена Коновальця 1 Б (в супермаркеті  
"Торба"), тел. (097) 701-22-01  
вул. Вербова, 41 А  
(р-н Ювілейний, в супермаркеті  
"Торба"), тел. (097) 283-25-22  
вул. Київська, 67, ТЦ "Арена"  
(район автовокзалу), тел. (068) 850-66-65

## Зоомагазин Аква

• корми профілактичні • ласощі та вітаміни  
• засоби гігієни • косметичні засоби • іграшки та аксесуари

# ШУЖИКАЊ





КВАЛІФІКОВАНА  
ЮРИДИЧНА  
ДОПОМОГА  
У РІЗНИХ ГАЛУЗЯХ ПРАВА

*Обирай професіоналів!*

**АДВОКАТСЬКЕ БЮРО  
ІРИНИ ПАШКЕВИЧ**

м. Рівне, вул. 16 Липня, 36, оф. 301-А

+38 068 421 78 91

+38 097 475 72 27

[iryna.advokate@gmail.com](mailto:iryna.advokate@gmail.com)