

✦ РІВНЕНСЬКИЙ ЖУРНАЛ УСПІШНИХ ЛЮДЕЙ

для рівнян

# РІВНЯНИ

№4 (19), 2020

ого ТЕ, ЩО ТРЕБА

#ЗМІНИ\_Є!

Володимир

ПИЛИПЧУК

# 3 Днем Незалежності України!

*День Незалежності – це свято, яке символізує боротьбу українського народу. Це десятки поколінь патріотів, які не шкодували власних життів заради того, щоб їхні нащадки мали власну державу. Наша відповідальність сьогодні – зберегти цей здобуток у такі непрості для нашої країни часи. Ми маємо вистояти, зберегти і передати нашим дітям найдорожче, що у нас є – Суверенну Незалежну Україну. Знаю, що це у наших силах!!! Вірю, що разом ми можемо здолати усі труднощі, перешкоди та негаразди!*

# ВІКТОР ШАКИРЗЯН

**РІВНЕ РАЗОМ**

# РІВНЯНИ

для рівнян  
№4 (19), 2020



**НА ОБКЛАДИНЦІ:**  
Володимир ПИЛИПЧУК

#### Головний редактор

Ольга ЛІРНИК  
**Дизайн та верстка**  
Роман ЦВИНТАРНИЙ  
Сергій ШАГОФЕРОВ

#### Автори текстів

Ольга ЛІРНИК  
Олександр ШЕВЧУК  
Галина ЗАКАЦЮРА  
Вікторія КРАСУЦЬКА  
Анастасія БОДНАРСЬКА  
Вікторія ТРОФІМОВА

#### Коректор

Галина ЦУКАНОВА

#### Відеограф проекту

Anna Maria Dali

#### Фотографи

Наталія ЯКИМЧУК  
Anna Maria Dali  
Олександр ХАРВАТ  
Валерій ЯКИМЧУК  
Микола КУЗЬМИЧ

#### 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:

РВ 632/185-ПР  
від 27.05.2013 року

#### Тираж відповідно до замовлення.



## Не плануйте щастя...

У наших сокровенних думках ми часто малюємо ту чи іншу ситуацію, розфарбовуємо рожеві мрії і, здавалося б, зведемо до себе щастя. Уявляємо, що було б добре приготуватися до цього особливого моменту. Щоб класна локація, красиве вбрання та волосся, яке легенько розвівається від поривів вітру...

Але насправді щастя ж приходить до нас раптово, коли ми зовсім до того не готові. Коли зовсім не те вбрання і навіть настрої, але тоді коли ми готові прийняти його в своє серце. Дивуйтеся та дивуйтеся!

*Закриті в пустелях,  
бетонних коробках,  
В соціальних мережах,  
конфліктах і "пробках" ...  
Так багато всього,  
а люди ж самотні!  
По життю йдеш один,  
хоч поряд всієї сотні...*

*Забули про лірику – пишемо прозу,  
Шукаємо в кожному вітчу загрозу;  
Боймося відкритись –  
щось знову відчувти,  
Хоч рухаємось далі та  
не можемо забути...*

*Живемо минулим, що не відпускає.  
Тримаєм образи, а час все спливає...  
Не цінюем момент,  
все так швидкоплинно...  
Годинник життя іде беззупинно...*

*Зупинитись! Відчувти! Насолодитись!  
Адже дню цьому знову  
не повторитись...  
Щоб ніколи не думати –  
міг й не зробив!  
Не сказав щоб ніколи:  
"Життя марно прожив"...*

Головний редактор журналу  
"РІВНЯНИ" Ольга ЛІРНИК.



## Дорогі рівняни, любі наші читачі!

Щиро вітаємо вас з Днем Незалежності та Днем міста Рівне! Бажаємо кожній вашій родині злагоди, достатку, міцного здоров'я, віри, підтримки, здійснення мрій.

Впевнені, що разом ми зможемо зробити так, щоб Рівне завжди було тим містом, у яке хочеться повертатися – як мешканцям, так і гостям.

Божого благословення та миру державі Україна! Процвітання рідному Рівному!

Редакційний колектив журналу "РІВНЯНИ" та сайту OGO.ua



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 "ОГПрес".



A portrait of a man with a beard and short hair, wearing a dark blue suit jacket over a white shirt. He is standing outdoors with a blurred green background of trees. The text is overlaid on the bottom half of the image.

**#ЗМІНИ\_Є**

[ВІДВЕРТО]

**ВОЛОДИМИР  
ПИЛИПЧУК**

**Володимир ПИЛИПЧУК** – начальник управління транспорту і зв'язку Рівненського міськвиконкому, Голова Рівненської районної адміністрації (2016-2019)

<https://www.facebook.com/V.O.Pylypchuk/>

**Дата народження:** 25 квітня 1986 року

**Місце народження та проживання:** Рівне

**Середня освіта:** Рівненська гуманітарна гімназія РМР (1993-2004 рр.)

**Освіта:** повна вища Військове звання: молодший лейтенант Депутат Рівненської районної ради VI-го скликання (2010-2015 рр.)

**Досвід роботи:** Директор ТзОВ «Віммер» (01.2009 – 03.2014 рр.) Голова Рівненської районної ради (02.2014-11.2015 рр.) Голова Рівненської районної державної адміністрації (04.2016-07.2019 рр.)

**Громадська діяльність:** член скаутської організації

**Нагороди, почесні звання:** Почесна грамота та пам'ятний знак Рівненської обласної ради

**Хобі:** рибальство, грибництво, віднедавня мотоспорт (ендуро), сноуборд

**Спорт:** футбол, біг, заняття в спортзалі

**Відпочинок:** гори

**Книга:** Вінстон Черчіль «Саврола»

**Девіз:** #Зміни\_є

**....ми зустрілися з героєм нинішнього інтерв'ю у затишній кав'ярні в центрі міста. Дзвінок за дзвінком, на годиннику час поспішав – ось і мій співрозмовник. Про село і місто, чому зміни – це те, що неодмінно на нас чекає, і про своє, сокровенне, – розмова видалася насиченою.**

У 24 – він став депутатом Рівненської районної ради, у 28 – очолив її, а згодом – став керувати Рівненським районом, адже був призначений Президентом України на посаду голови райдержадміністрації.

Отож, знайомтесь: лідер думок, успішний управлінець, корінний рівнянин, який вивів на новий рівень села навколо, та людина, що щиро прагне змін – Володимир ПИЛИПЧУК.

#Зміни\_є – це не просто для нього слова, це стиль життя. Бо, за яку справу він не взявся б, вона приречена на успіх.

### *Працювати з людьми і для людей*

За той час, коли я очолював Рівненський район, ми з командою однодумців зробили чимало речей. Зокрема, збудовано дороги там, де їх ніколи не було! Децентралізація в дії: створили 5 потужних ОТГ. Відбувалося постійне залучення фінансування з ДФРР до районного бюджету. Також, завдяки співпраці з усіма рівнями влади, постійним явищем були кошти, спрямовані окремими постановами КМУ на розвиток Рівненського району.

### *Потужний розвиток освіти*

Окремо хочу розповісти про реформу в галузі освіти. Нова українська школа, будівництво навчальних закладів, забезпечення їх автобусами, перепрофілювання малокомплектних шкіл в садочки – ці зміни неможливо не помітити.

У 2017 році було завершено будівництво опорного закладу «Шпанівський НВК «школа-сад» та I чергу Корнинської ЗОШ I-III ст. Впродовж 2016-2018 років свої двері відчинили 8 дитсадків. Збудовано два новеньких садочки – в Обарові та Оржеві. Постійно проводилися заходи з енергозбереження,





аби школярам було комфортно навчатися.

Не омину увагою і будівництво міні-футбольних полів – юнацтву потрібно правильно проводити вільний час. Тому намагалися про кожній опорній школі звести такий майданчик.

### *Виховання молоді передусім*

Пишаюся також тим, що в районі ми створили першу і на той час єдину Пластову оселю «Волошки». Це був крок до національно-патріотичного виховання молоді. Сотні пластунів пройшли через вишколи у «Волошках», а ще скільки дітей зі Сходу ми встигли прийняти!

Загалом, на базі 18 шкіл функціонує 33 групи пластунів. Тепер Пластова оселя «Волошки» стала не просто місцем збору однодумців, а єдиною родиною, і це не може не тішити.

### *Охорона здоров'я – в пріоритеті*

Будучи керівником Рівненського району, побачив, що медична галузь давно потребувала змін, і логічно – вкладення чималих фінансів. Правильне залучення коштів із усіх рівнів бюджетів, та просто бажання щось змінити – дали про себе знати!

Успішних прикладів чимало: в Рівненському районі зведено 8 лікарських амбулаторій. А це не тільки новий медзаклад – це робочі місця, і ще й житло для лікаря. Також, рекон-

струйовано десяток фельдшерсько-акушерських пунктів. Районні лікарні – а це в Клевані, Олександрії, Дядьковичах – теж відчували на собі ремонтні роботи. Що там казати: в тих самих Дядьковичах нам вдалося відкрити відділення хоспісної та паліативної медицини!

### *Майбутнє – за кожним з нас*

Кожна людина – це рушій змін. Я щиро в цьому перекоаний. У своєму досвіді маю декілька прикладів. Командна робота тому підтвердження! Небайдужі жителі – сільська рада – керівництво району, і так можна продовжувати далі. Ця паралель повинна сукупно працювати на результат, а не як у тій казці «Лебідь, щука і рак». Вважаю, що потрібно боятися не керівника, а його підвести!

### *«Успішне село – успішна країна»*

Село – колиска України. Можу ствердно про це говорити, бо бачив на власні очі, коли в селі «виростає» школа, садочок, амбулаторія, бібліотека, Центр безпеки – місцеві не хочуть виїжджати. А навпаки, повертаються. Я тривалий час пропрацював очільником Рівненського району, і знаю, яких змін потребують люди в сільських місцевостях. Болить їм і питання доїзду з міста в село, і навпаки. Маю декілька думок, як це питання вирішити. Коли наші українські села будуть успішними – успішною буде вся країна!

## Сучасне Рівне: #Зміни\_є

Очолити управління транспорту і зв'язку Рівненського міськвиконкому, взяв собі за мету зробити транспорт міста сучаснішим. Раніше до цього йшли, але семимильними кроками. Я бачив транспортні системи в європейських містах – там є куди рости. Але, ми стартували. «Першими ластівками» були новенькі великогабаритні автобуси, які в січні 2020 виїхали на дороги міста. Карантин та епідемія скорегували плани на життя у всіх – в тому числі і в «транспортників». Та ми спритно відреагували, колапс з перевезення в місті не трапилось.

Новомодна річ, яку в Рівному до нас ще ніхто не робив, дала позитивний відгук серед містян. Мова про безготівкову оплату в тролейбусах за допомогою QR-коду та системи «Pay Pass» працює «на ура!». Оновлюється і тролейбусний парк. Анонсу: чекаємо вже незабаром у місті на новенькі «рогаті».

Вирішуємо проблему зараз і місцями для паркування. Це болюче питання в першу чергу, не лише для центру Рівного, а й для всього міста. Переймаємо досвід Львова та Тернополя. Сучасне місто – сучасні виклики.

## ЗА ЛАШТУНКАМИ

*– Пане Володимире, яке з середовищ – сім'я, вулиця, друзі – більшою мірою вплинуло на формування вас як особистості?*

*– Скажу відверто, що кожне середовище, кожна людина, яка була чи є в моєму житті, внесли свою лепту під час формування мене як особисті. Щось одне виділити важко. Але відзначу, що передусім, на нас впливає сім'я. Це ті люди, які сіють в тобі зерно усіх праведних чеснот. Дякую батькам, що завжди вірили і вірять в мене.*

*– Ми в нашому проєкті завжди говоримо про цінності... Які людські риси для вас є найважливішими?*

*– Чесність, щирість, відвертість. Тільки людина з щирими намірами може відчувати цей світ. «Завжди залишатися людиною», – однозначно мій принцип, з яким я крокую життям. Нині актуальні для мене слова: «Зміни є!».*

*– Якби ваше життя було фільмом, як би він називався?*

*– Є одне висловлювання, яке я взяв собі на замітку в наших пластунів. Слова: «Я завжди перемагаю». Напевно, мій фільм називався б саме так. (Сміється, – авт.)*

## ЩО КАЖУТЬ ПРО НЬОГО:



Керівник, з яким легко вирішувати складні проблеми. Керівник, який чує, розуміє і може завжди підтримати. Керівник, з яким хочеться працювати, змінюючи себе і усе навколо.

**Антоніна Потайчук,  
Керівник апарату  
Рівненської  
районної державної  
адміністрації**



«Успішна громада – успішна країна! Таким правилом завжди керувався Володимир Олександрович, за роки його головування в Рівненському районі. Є чимало прикладів: збудовано Корнинський лицей – один з найпотужніших закладів в області. Також, відчинив свої двері Загорощанський дитсадок, який раніше був

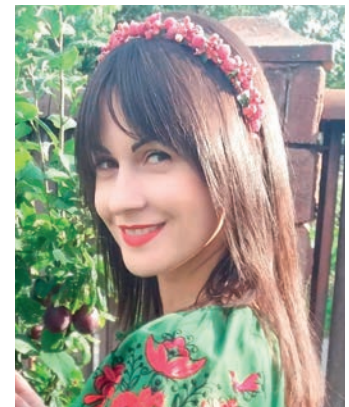
малокомплектною школою. Завдяки нашій тісній співпраці із Володимиром Олександровичем, Корнинська ОТГ не втрачає своїх лідируючих позицій!»

**Роман Горбатюк-Василейко,  
голова Корнинської ОТГ**

Володимир Олександрович – фахівець своєї справи, чіткий у діях та рекомендаціях. Також, хочеться відзначити компетентність та професіоналізм п.Пилипчука – він завжди націлений на результат.

Прекрасні організаторські здібності, відкритість та шире ставлення до підлеглих, сприяли чудовій командній роботі в районі. Саме у 2018 році, коли Володимир Пилипчук очолював Рівненський район, в Обарові відчинив свої двері довгоочікуваний дитсадок. #Зміни\_є! – девіз Володимира Олександровича ідеально описує його роботу.

**Тетяна Романович, заступник директора  
з навчально-виховної роботи в дошкільному  
підрозділі Обарівського лицею**



Володимир Пилипчук – людина слова і діла, людина-друг. Завдяки йому в Рівненському районі було реалізовано чимало корисних та потужних проєктів. Мова і про процес децентралізації, адже сформовано 5 успішних територіальних громад в районі. Постійне залучення коштів з Державного фонду та регіонального розви-

тку, дало змогу завершити будівництво багатьох соціальних об'єктів, та розпочати нові.

Він – управлінець, який знає свою роботу і працює на результат.  
**Заступник голови Рівненської ОДА Олександр Корнійчук (2018-2019 рр.), депутат Рівненської обласної ради**



ОЛЕКСІЙ МУЛЯРЕНКО:

“**РУШІЙНА СИЛА ЗМІН – ДОСВІД У ПОЄДНАННІ З СИЛЬНОЮ КОМАНДОЮ**”



У період головного свята країни – Дня незалежності України та Дня міста Рівне ми вирішили поспілкуватися з Олексієм МУЛЯРЕНКОМ, депутатом Рівненської міської ради, головою Рівненської обласної державної адміністрації у 2016-2019 роках. Про те, що вкладає у поняття “незалежність”, відчуття від цього дня, майбутнє міста Рівного та команду, яка підтримує, – у відвертому інтерв'ю у журналі “РІВНЯНИ”.

**– ОЛЕКСІЮ ВІТАЛІЙОВИЧУ, ЗНАЄМО, ЩО НЕЩОДАВНО У ВАС НАРОДИВСЯ СИНОЧОК. ЩИРО ВІТАЄМО ВАС З ТАКОЮ ВАЖЛИВОЮ ПОДІЄЮ У ЖИТТІ ВАШОЇ РОДИНИ.**

– Дякую! Дуже приємно. Тепер у нашій сім'ї вже п'ятеро синів та донечка.

**– НЕЩОДАВНО НАША КРАЇНА ВІДЗНАЧИЛА СВІЙ 29-Й ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ. СКАЖІТЬ, ЩО ДЛЯ ВАС – ДЕНЬ НЕЗАЛЕЖНОСТІ?**

– Відчуття у ці дні не змінюються для мене з року в рік. Незважаючи на політичну турбулентність, це моменти гордості, що я українець. Відзначення Дня Незалежності традиційно має декілька особливостей. Це один з тих днів у році, коли ми одягаємо вишиванки, з дружиною та дітьми йдемо до церкви й під час спільного богослужіння молимося за щасливе майбутнє нашої країни та рідного міста. Також у День Незалежності в голові виникають різні думки про те, яким же буде новий рік для нашої країни та яким може бути мій особистий внесок у її розвиток.

**– ЯКИЙ З ДНІВ НЕЗАЛЕЖНОСТІ ВИ ОСОБЛИВО ПАМ'ЯТАЄТЕ Й ЧОМУ ВІН ДЛЯ ВАС Є ЗНАКОВИМ?**

– Кожен з них був особливим, але останні роки змушують нас по-новому сприймати поняття “незалежність”. Враховуючи останні події, емоційне наповнення цього свята змінилося. До подій на Майдані, до війни ми не розуміли ціну нашої незалежності. Ставлення до самого Дня Незалежності кардинально інше – це гордість за країну та бачення її великого майбутнього. Ми маємо розуміти, що якийсь час буде просто, але від нас залежить те, в якій країні ми житимемо.

**ХОБІ** – читання, спорт, old cars (ретро-автомобілі)  
**ЩО СЛУХАЄТЕ** – рок-музика,  
 в тому числі українська  
**ІДЕАЛЬНІ ЗАНЯТТЯ СПОРТОМ** – це бокс,  
 басейн та спортивний зал  
**ЗАРАЗ Я ЧИТАЮ** – “Атлант розправив плечі”  
**ДЕВІЗ** – “Якщо не я, то хто. Якщо не зараз, то коли”



**– 25 ЖОВТНЯ ПО ВСІЙ КРАЇНІ ВІДБУДУТЬСЯ МІСЦЕВІ ВИБОРИ, ВИ ЙДЕТЕ?**

– Я відчуваю бажання рівнян до змін. Адже сам ходжу цими вулицями, тут вчать мої діти й мені хочеться, щоб Рівне стало дійсно європейським містом. Місцеві вибори напряму впливають на розвиток міста. Для мене це важливо, й тому ми з командою йдемо на вибори. Зараз час формування стратегії виборчої кампанії, а як все буде – побачите.

**– НА ВАШУ ДУМКУ, ЯКІ РИСИ ПОТРІБНІ ДЛЯ ТОГО, ЩОБ ЕФЕКТИВНО УПРАВЛЯТИ МІСТОМ? ЩО ВАЖЛИВІШЕ: ОСОБИСТІСТЬ ЧИ КОМАНДНА РОБОТА?**

– Важливо використати той унікальний досвід, який я здобув на посаді очільника виконавчої влади області та в побудові та управлінні виробництвом. Цей досвід у поєднанні з сильною командою, знаннями та відчуттям рідного міста стане рушійною силою для впровадження змін у Рівному. Нам важливо реалізувати глобальні інфраструктурні об'єкти Рівного та вирішити чимало проблем, які, здаються, банальними, але важливі для рівнян.

– **ДАВАЙТЕ КОНКРЕТИЗУЄМО, ЯКІ ПРОЄКТИ ПЛАНУЄТЕ ЗАВЕРШИТИ АБО ЗРОБИТИ І ЯКІ БАЧИТЕ ПЕРШОЧЕРГОВІ ПИТАННЯ ДЛЯ ВИРІШЕННЯ У МІСТІ?**

– Будучи головою Рівненської обласної державної адміністрації, з нашою командою розпочав низку інфраструктурних та соціальних об'єктів у Рівному: спорткомплекс на вулиці Макарова, дитячий садочок на вулиці Коновальця, садочок на Дубенській, пожежне депо на вулиці Князя Володимира... Потрібно нарешті розв'язати питання створення художнього музею, генерального плану міста, транспортних розв'язок, басейнової ради річки Устя та Басового Кута, провести ремонт та перекриття даху центральної бібліотеки, ремонтні роботи в театрі та нарешті придбати для колективу нашого театру комфортабельний автобус та багато-багато іншого. Пріоритетом завжди є і буде створення нових робочих місць та підтримка малого та середнього бізнесу. Хочеться, щоб у Рівному було облаштовано доступний простір з врахуванням потреб людей з інвалідністю. А рівненські спортсмени отримували належну підтримку. Та навіть банальні речі – облаштування громадських вбиралень у центрі міста – це те, що потрібно нарешті вирішити.



# Катерина Воронюк: «ДОВІРА КЛІЄНТА – НАШ КАПІТАЛ»

– Криза, пов'язана з карантинними обмеженнями, констатувала бізнесу, особливо сфері послуг: змінюється, адаптується або помри. Вмить усе перестало працювати – старі стратегії стали неефективними. І в цей момент ми зрозуміли, що такий процес відбувся і з боку клієнта. Прийти й розв'язувати свою проблему стало неможливо, – розповідає про переломний момент адвокатка з сімейного та кримінального права, співзасновниця, директорка юридичної компанії "Асмунд" Катерина ВОРОНЮК. – Ми теж почали шукати ефективні та оптимальні механізми комунікації з клієнтами: широко розмаху набрали онлайн-консультації: у месенджерах та всіх доступних інтернет-платформах (Skype, Zoom), телефоном. Впровадили виїзні консультації в регіони: виїзд юриста/адвоката на місце до клієнта. Сервіс для клієнта – основна рушійна сила. Якщо клієнт не може прийти до нас, ми приїдемо до нього.

Наші провідні працівники компанії – це юристи, адвокати, кожен з яких має за плечима понад 10 років юридичної практики. Ми відійшли від практики юриста-універсала, адже такий підхід не завжди ефективний у вирішенні справ клієнта. Одна людина не може знати всього. Натомість наша команда – це спеціалісти у вузьких галузях права, кожен окремо профі у своїй стихії, і в нашій єдності – сила. Ми можемо розкласти справу клієнта на атоми й пропонувати ефективні стратегії вирішення.

Працюємо на ринку юридичних послуг з 2015 року по всій Рівненській області. Наразі в регіонах Рівненщини активно відкриваємо свої представництва. Адже переконані, що якісна, кваліфікована юридична допомога має бути доступною кожному.

Умови пандемії змусили нас бути гнучкими.

Сьогодні юридична компанія "Асмунд" пропонує послуги для громадян та бізнесу. Асмунд – це зручний консалтинг. Вам потрібен адвокат, юрист, перекладач, нотаріус, ріелтор, реєстратор, бухгалтер, аудитор, інший спеціаліст? Тоді вам точно до нас!!!

Для бізнесу пропонуємо абонентське обслуговування бізнесу – це постійний юридичний, бухгалтерський та кадровий супровід діяльності фірми чи підприємства, що потребує мінімум втручання та заглиблення клієнта. Вигоди такого формату обслуговування очевидні: мінімізація витрат на штатних працівників (юриста, бухгалтера, кадровика тощо) – на заробітну плату, сплату ПДФО та ЄСВ, витрати на обладнання робочого місяця тощо. Це ідеальний формат обслуговування в умовах пандемії. Власник бізнесу має безлімітний доступ до команди експертів. Такий супровід допомагає керівникам розв'язувати важливі питання, пов'язані з управлінням бізнесу, швидко та з мінімальними витратами на додаткові ресурси.

Надаємо послуги екологічного консалтингу, здійснюємо супровід в оформленні реєстрових карток, висновків на технічні умови тощо. Для чого потрібні ці документи? Карантин суттєво вплинув на економіку країни, тому закономірно і прогнозовано, що бюджет будуть поповнювати шляхом пе-



ревірок контролюючими органами. Йде хвиля перевірок: планових та непланових. Варто пам'ятати також, що виготовлення пакету документів – це теж процес, який потребує часу. Тому, якщо ви – компанія-виробник, дуже важливо, щоб підприємство мало повний пакет документів, крім дозволів. Для перевірки мають бути реєстрові картки на викиди, технічні умови на якість продукції. Для об'єктів Ногеса (кафе, ресторани, готелі) сертифікація системи НАССР (система управління безпекою харчових продуктів, яка розглядає всі аспекти якості та безпеки на всіх етапах виробництва). Більшість переконана, що можна все "вирішити", однак краще раз зробити й мати спокій, бо одного разу вирішити не вийде.

Крім того, для наших клієнтів доступні такі галузі права, як: ІТ-право, міжнародне, митне, податкове, медичне право. Ми допомагаємо в отриманні страхових виплат постраждалим внаслідок ДТП.

Немає проблем, яких не можна вирішити. Головне, не надіятися, що вони самі розсмокчуться, краще звернутися до юриста. Одна консультація може вам зберегти нервові клітини та ваші фінанси.

Тел.: (067) 373 87 19, (099) 049 56 55,  
(0362) 40 68 20, (063) 459 52 28  
Facebook: @Asmund  
Інстаграм: @asmund.com.ua  
Сайт: www.asmund.com.ua

# МАР'ЯН ГОДА: “ВІДКРИТТЯ ІСТОРИЧНОГО КВАРТАЛУ ЗРОБИМО ВЖЕ НА ПОКРОВУ!”



Він є прикладом того, як одна людина здатна змінювати обличчя міста. Адже район Пивзаводу за останні кілька років став іншим та продовжує розвиватися. Про історичний квартал у Рівному, розвиток підприємства у період карантину та політичні перспективи говоримо з депутатом Рівнеради, директором ТОВ “Рівень ЛТД” Мар’яном ГОДОЮ.

## **- МАР’ЯНЕ АДАМОВИЧУ, ЯК БУДЕ ПРОДОВЖУВАТИ ЗМІНЮВАТИСЯ КВАРТАЛ В РАЙОНІ ПИВЗАВОДУ, ЯКІ МАЙБУТНІ ПЕРСПЕКТИВИ, ПЛАНИ?**

- Вже ні для кого не секрет, що я маю на меті вибудувати пивний історичний квартал у Рівному. Квартал буде обмежений вулицями: Коперника, Соборна та Петра Могили. Свого часу історично саме цей квартал і належав власникам пивзаводу. Але час йшов, йшли роки та деякі будинки, на жаль, зовсім зникли з кварталу. А це, хочу наголосити – будинки, яким більше, як 100-150 років! На сьогодні мені вже вдалося повернути деякі будівлі до кварталу. Його основою, звичайно, є виробництво. Але якщо говорити про його туристичну привабливість, то тут зосереджено місця для дозвілля молоді та заклади, в які можна приводити гостей міста: нічний клуб “Катарсіс”, бар “Рівень”, чудовий літній майданчик, Пивна Ресторация... Це все був єдиний ансамбль. А вже пізніше виникла ідея доповнити квартал й готельним комплексом, що побудований в історичному стилі. Моя мета – створити на території кварталу Музей пивоваріння і хмелярства Волині.

## **- А ЧОМУ ВОЛИНІ, А НЕ РІВНЕНЩИНИ?**

- Бо свого часу це була територія Волині. На щастя, матеріалів в архівах є більш ніж достатньо, тому я впевнений: нам вдасться відновити чимало історичних моментів. Сподіваюся, що згодом в комплексі це буде квартал-комплекс, де рівняни та гості міста зможуть відвідати музей та особисто зробити дегустацію пива, провести екскурсії межами підприємства та гарно провести час.

## **- ЧИ ВСЕ ВАМ ВДАЛОСЯ РЕАЛІЗУВАТИ З ТОГО, ЩО ПЛАНУВАЛОСЯ, НА ЦЕЙ МОМЕНТ?**

- Звичайно, ще є певні моменти. Але насправді – це дрібниці. Тож я думаю, що так! А попереду – ще більше!

## **- ПАНЕ МАР’ЯНЕ, А КОЛИ ВСЕ Ж ТАКИ ВІДБУДЕТЬСЯ ВІДКРИТТЯ ЦЬОГО УНІКАЛЬНОГО ДЛЯ РІВНОГО КВАРТАЛУ?**

- У планах було зробити невеличке Свято пива на території кварталу вже на День Міста. Та ми маємо незавершені зовнішні роботи – зокрема, це ремонт тротуару по вулиці Петра Могили.

Тому відкриття історичного кварталу переносимо на Покрову. Традиційно 14 жовтня ми відзначаємо це свято всі разом!

## **- ЯК В УМОВАХ СКЛАДНОЇ ЕКОНОМІЧНОЇ СИТУАЦІЇ В КРАЇНІ ТА КАРАНТИНУ РОЗВИВАЄТЬСЯ ВАША СПРАВА? ЧИ ВПЛИНУЛО ЦЕ НА ВАШ БІЗНЕС?**

- Ну, звичайно! Чотири місяці не працювали заклади громадського харчування. Приблизно триста осіб персоналу лишилося без роботи. Звичайно, заробітну платню було виплачено. А як інакше?! Що стосується підприємства – звичайно, обсяг продаж впав. На жаль, ми не маємо того обсягу, на який ми розраховуємо. Але це треба розуміти й мати терпіння. Особисто моя думка – бізнес має працювати. Від цього залежить бюджет міста.

## **- ЯКІ ПРОЄКТИ ХОЧЕТЕ РЕАЛІЗУВАТИ У НАЙБЛИЖЧОМУ МАЙБУТНЬОМУ?**

- Насамперед мої плани пов’язані з виробництвом. Воно має працювати, й усі заклади, які навколо цього виробництва, мають теж працювати. Що хочу реалізувати? Я вже згадував у першій частині нашого інтерв’ю: мені дуже важливо зберегти історичні місця нашого міста та туризму зокрема. Тому я, як бізнесмен, створюю для туризму у нашому місті такий острівок, як історичний квартал! Я задоволений, що мені вдалося зберегти цей квартал, який багато хто з рівнян називає Воля, або Кант. Якщо бути відвертим, мені важко дивитися, коли такі історичні будинки у цьому районі зашивають пінопластом, руйнують, змінюють або взагалі стирають з історії. Дуже прикро, адже ці будинки є нашою історичною пам’яткою. Це для мене і є першочергове завдання – зберегти та відновити.

## **- ЯКІ ПЕРШОЧЕРГОВІ ПРОБЛЕМИ МІСТА ПОТРІБНО ВИРІШИТИ?**

- Місцеві проблеми роками маємо ті ж самі: це насамперед дороги, це комунально-житлові проблеми: вода, каналізація, сміття. Охорона здоров’я, навчання, наповнення бюджету міста... План такий: буде обрано склад депутатів міської ради, буде пошук однодумців для створення коаліції, щоб вирішити ці питання життєдіяльності міста.

## **- І НАОСТАНОК, ЩО ВИ ЯК КЕРІВНИК ТАКОГО ПІДПРИЄМСТВА ХОТІЛИ Б ПОБАЖАТИ ДЛЯ НАШИХ ЧИТАЧІВ?**

- Як керівник та депутат, хочу сказати: наш успіх ми маємо завдячуючи такій продукції, яку дуже полюбили рівняни та гості міста. Ми й надалі будемо тримати високий рівень. Дивувати новинками. Запрошую до нашої великої сім’ї усіх шанувальників рівненського пива. І тільки разом ми зробимо місто туристично привабливим та дійсно особливим.

# СВЯТОСЛАВ СТЕЛЬМАЦЬУК – ПРО ВПРОВАДЖЕННЯ ВАЖЛИВИХ РІШЕНЬ У МІСТІ



Ні для кого не секрет, що депутат повинен відстоювати та представляти інтереси тих людей, які довірили йому таку місію. Про це говорить Закон України і знають самі виборці. Але тільки час показує, хто насправді сприймає депутатську роботу як обов'язок та місію. Так, Святослав СТЕЛЬМАЦЬУК, який був обраний депутатом міської ради у 2015 році, своєю працею довів, що відчуває відповідальність за долі людей. Про те, що вдалося реалізувати для розвитку міста – на сторінках журналу «РІВНЯНИ».

## *Крок у розвитку міста*

Зважаючи на досвід Львова, Житомира та Вінниці, у 2016 році я виступив з ініціативою створення Громадського бюджету Рівного, розробивши його положення. Вважаю, що висхідним трендом прямої демократії в Україні є саме бюджет участі, адже завдяки йому жителі міста долучаються до розв'язання місцевих проблем і безпосередньо беруть участь у розподілі частини коштів місцевого бюджету, реалізувавши власний проект. Програмою про громадський бюджет передбачено виділення до 10 мільйонів гривень на рік на реалізацію проектів переможців, які фінансують упродовж наступного бюджетного періоду. При цьому приміщення та земельні ділянки, яких стосуються громадські проекти, перебувають у комунальній власності міста, а це означає, що доступ до них мають абсолютно всі жителі та гості міста.

Деякі міста лише навчаються процесу, у нас же за чотири роки його існування є реальні результати – реалізовані за бюджетні кошти міські ініціативи рівнян. Завдяки реалізації проектів, підготовлених активними мешканцями міста, Рівне з кожним роком змінюється на краще. Громадський простір, відновлення парків, спортмайданчики, розумні зупинки та інші ініціативи поступово втілюються у Рівному за кошти громадського бюджету.

## *Вирішення соціальних гарантій учасникам АТО*

У Рівному обов'язково потрібна інвентаризація землі, адже це допоможе розібратися, скільки її вільної є в місті, аби зрушити з місця земельну чергу учасників Антитерористичної операції та Операції Об'єднаних сил, саме тому я був одним з ініціаторів її проведення. Нині ж прийнято ряд рішень, за якими Управління земельних відносин має віднайти вільні земельні ділянки та за жеребкуванням роздати їх частині учасників АТО, які перебувають у черзі. Однак, є й негативні сторони такого



рішення – це означає, що близько  $\frac{3}{4}$  учасників бойових дій залишаться без нічого, адже вільної землі однозначно в місті немає стільки, аби забезпечити усіх учасників АТО, а їх близько 2 тисяч. Своєю чергою, бачу інший варіант вирішення соціальних гарантій захисникам територіальної цілісності нашої держави, а саме: земельні ділянки, що будуть віднайдені великими масивами, виділити для будівництва багатоквартирних житлових будинків, зареєструвавши за Рівнерадою, після чого звернутися до Кабінету Міністрів України з питанням виділення коштів з державного бюджету для будівництва таких будинків на цих земельних ділянках. Таким чином, нам вдасться забезпечити квартирами усіх учасників АТО та ООС. Саме з такою пропозицією нині виступаю на пленарних засіданнях Рівнеради.

### *Відновлення парку Шевченка*

Як депутат Рівнеради переймаюся не лише питаннями свого виборчого округу, а й усього міста. Зокрема, відкритим залишається питання комфортного відпочинку рівнян, яких

упродовж багатьох років годували обіцянками, що центральний парк ім. Т.Г. Шевченка стане окрасою Рівного. Проте, єдине, що вже багато років спостерігали містяни, так це його «совкове» обличчя. Тому для розв'язання цієї проблеми я ініціював створення комісії, що зайнялася вивченням роботи КП «Міське об'єднання парків культури та відпочинку». За результатами якої виявлено ряд порушень директором парку: незаконно встановлені торгові кіоски, наявність платної автостоянки в парку, яка є господарською територією, жахливий стан атракціонів, відсутність доріжок та асфальтного покриття, освоєння бюджетних коштів через «сімейний підряд» та інше. Тому під тиском громадськості вдалося звільнити цього горе-чиновника. Нині ж, за моєю ініціативою, на розвиток парку виділено 6 мільйонів гривень, і рівняни вже можуть спостерігати як активно в парку тривають господарські роботи: з вулиці Соборна облаштували бруківкою центральну доріжку, частково замінили та пофарбували бордюри, обрізали аварійні дерева та почали роботи з відновлення каскаду фонтанів, розпочато ремонт арки, що на вході з боку вулиці Чорновола. Також «перестарілі» паркові насадження за-

мінили новими, висадили 440 нових дерев – катальп. А у планах є навіть оновлення атракціонів. Крім того, зараз проводять повну інвентаризацію території парку та його комунального майна.

### *Підтримка Пагорбу Слави як рекреаційної зони*

Чимало рівнян, напевне, пам'ятають історію, коли забудовник-порушник намагався захопити шматок землі у парку на Пагорбі Слави, вирив там котлован, понищив дерева та зареєстрував майно, якого не існує. Тоді я очолив комісію з питань законності забудови земельної ділянки на Пагорбі Слави, щоб не допустити забудови рекреаційної зони міста. Разом із депутатським корпусом підтримали проєкт рішення, який стосувався мораторію на забудову зони природних ландшафтів, обмежених вулицями Київська та Костромська. Парк «Пагорб Слави» є одним із найбільш популярних місць відпочинку мешканців Рівного, зокрема жителів прилеглих будинків, єдиним парком в районі Автовокзалу, і має ним залишатися.

# РОМАН КОВАЛЬ: «НИНІШНІЙ РІК ВКОТРЕ НАМ ДОВОДИТЬ, ЩО Й ВІД НАС ЗАЛЕЖИТЬ ДОБРОБУТ У НАШІЙ КРАЇНІ»



**Без сумніву, 2020 рік не тільки надовго залишиться у нашій пам'яті, а й увійде в нову історію України. Теперішні часи створюють для нас часом неждані проблеми та ставлять перед нами запитання, відповіді на які ми давно відклали на майбутнє. І от настав той час фатальний, коли доведеться відповісти на всі, хай навіть болючі, запитання.**

Про екзистенційні та економічні виклики перед нами, про те, що ми повинні досягнути, і яке майбутнє нас може очікувати, нещодавно вдалося порозмовляти з відомим політиком та лікарем, рівнянином Романом КОВАЛЕМ.

*«Люди занадто втомилися, ситуація стає небезпечною...»*

З березня цього року ми увійшли в період, якого давно не було в нашій історії – в Україні оголосили тотальний карантин через поширення коронавірусу COVID-19. Зрозуміло, що чогось подібного ні наша Батьківщина, ні світова спільнота давно не зустрічали. Востаннє ми таке переживали сторіччя тому, коли земною кулею ширився так званий "іспанський грип". Але, попри

те, що не було таких глобальних загроз, це не означає, що не розвивалася медицина, не накопичувалися нові знання. Загалом, медицина постійно має справу з коронавірусами, єдине: COVID 19 – дуже новий і про нього мало відомо. І через це у кожній країні влада приймала різні сценарії боротьби з цією інфекцією. В нас вирішили запровадити тотальний карантин. Та за тривалий час обмежень чимало наших співвітчизників втратили місце роботи, зазнали збитків, які наша влада, м'яко кажучи, не поспішає відшкодовувати. А ще наш народ "закипів" від цієї кількості обмежень, люди знервовані: часто стаю свідком, як у громадському транспорті люди чіпляються один до одного через те, що хтось неправильно одягнув маску. Або ще через якісь дрібниці. Це свідчить, що рівень знервованості доволі високий. Демарш представників самоврядування кількох обласних центрів – Тернополя, Луцька та Львова – проти повторних карантинних обмежень явно підтверджує: ситуація ускладнюється з кожним днем.

Знаково, що за кордоном уже почалися COVID-протести: як прочитав на Укрінформі, на початку серпня в Берліні активісти вийшли на акцію протесту проти карантинних обмежень. При чому, проти карантину об'єдналися радикали і правого, і лівого спрямування. Й це у Німеччині, яка відома на весь світ своїми соціальними гарантіями та соціальною допомогою. У мене виникає питання: а що далі може бути в Україні, де останнім часом з'явилися проблеми з економікою, а через "коронавірусне призупинення діяльності" українська казна суттєво недоотримала коштів? Питання риторичне.

*«Українці поляризувалися й у майбутньому можуть розділитися за новим принципом»*

Інша вкрай неприємна тенденція – це те, що наші співвітчизники із вогником гризуться через Володимира Зеленського та Петра Порошенка. У віртуальному світі вже доходить до взаємних погроз та принижень. Я дивуюся цьому, адже для мене вони обоє рябоє: це лише політики високого рівня, які піклуються про свій рейтинг і майбутню перемогу на виборах. Сьогодні я, чесно кажучи, не бачу людини, яка взяла б на себе всю повноту відповідальності за Україну, яка була б готова приймати та втілювати в життя непопулярні рішен-

ня, що виведуть нашу країну на новий щабель історії й забезпечать гідне життя майбутнім поколінням. Проте ж, наші співгромадяни вперто шукають світоча серед тих політиків, яких постійно бачать на екранах телевізорів й за них готові мало не перегризти один одному горлянки. Завдяки цьому набирають впливу проросійські сили, які можуть на місцевих виборах отримати велику кількість голосів, адже на президентських виборах голосували за Зеленського і його команду, в тому числі, й наперекір Петру Порошенку.

А їхня перемога може переформатувати наявну соціальну поляризацію: виникне проросійське та проукраїнське крило прибічників, що, своєю чергою, на руку Росії, яка зараз веде з нами війну, та іншим нашим "добрим сусідам": Польщі, Румунії та Угорщині, які не полишили у минулому свої територіальні претензії до України. Чому "на руку"? Тому що подібний суспільний розлом загрожує українській державності, оскільки може спровокувати, не дай Боже, протистояння всередині країни. А ситуація, як я вже казав, нині доволі напружена.

*«Варто довіряти справжнім українським патріотам»*

Зважаючи на вищесказане, вкотре хочу наголосити: сьогодні ми маємо довіряти справжнім українським патріотам, які усім своїм життям, діями, рішучістю, жертвовністю довели свою любов до України. Слід віддавати свої голоси саме патріотичним силам, адже можна повернутися на сто років назад не тільки через ситуацію щодо масштабного карантину. Ми не повинні забувати події в УНР, коли інтелігенція розділилася й займалася реалізацією своїх амбіційних планів, тоді як потрібно було рятувати Україну. І цим розрізненням успішно скористалися більшовики, що призвело не тільки до загибелі Української Держави, але й до багаторічних страждань українців.

Сама наша історія доводить: будучи на нашій державі залежить від кожного. Нинішній рік вкотре нам доводить, що й від нас залежить добробут у нашій країні. Зараз не потрібно помилитися з вибором. Я уже визначився, кого підтримуватиму. Не скажу поки що конкретно, зазначу, що це справжні українські патріоти. Тому і вас закликаю відповідально поставитися до того, кому довірити долю України та розвиток нашого краю.

# РЕМОНТ ОСЕЛІ З WHITE STORE RIVNE

*це просто!*

МИ СТВОРЮЄМО ЩАСЛИВУ ІСТОРІЮ ЖИТТЯ!

Найпопулярніші матеріали декоративної штукатурки: **INFINITO** та **MONTENAPOLEONE ARGENTO**



## INFINITO

- Фактурне мінеральне покриття на водяній основі із вмістом мармурового пилу і кварцового піску
- Для внутрішніх та зовнішніх робіт
- З легкістю створює будь який ефект: від античного мармуру і травертину до сучасного лофту
- Нанесення лише одного шару декоративного матеріалу дозволяє поєднати гладкі та фактурні поверхні
- Матеріал складається із гранул мармуру округлої форми, що додатково сприяє легкості у використанні та створенні фактурної поверхні, досягаючи неймовірних античних ефектів, створюючи як матові, так і глянцеві поверхні.

## MONTENAPOLEONE ARGENTO

- Декоративне покриття на основі натурального шовкового фіброволокна у сріблястій перламутровій базі для створення холодних відтінків
- Декоративне інтер'єрне покриття найвищої якості з ефектом шовкової тканини дамаст
- Особливість дамаста – це щільне плетіння шовком, яке дозволяє створювати тканини з рельєфними візерунками
- Атласна, максимально близька за тактильним і візуальним ефектом до натуральної шовкової тканини
- Матеріал дозволяє створювати трафаретні візерунки з рельєфним виробленням і кольоровою комбінацією



- Має високі показники зносостійкості, що дозволяє використовувати матеріал для декорування зон підвищеної прохідності (коридори, салони краси, готелі, ресторани тощо)
- Матеріал стійкий до вологого середовища, не боїться прямого попадання вологи та не схильний до подряпин, при цьому не вимагає використання додаткових захисних лаків

#ZhylnskyiSurgicalTeam

# МЕДИЧНІ ТАЄМНИЦІ БАРІАТРІЇ

“Медичні таємниці” – рубрика про те, як повернути, зберегти та примножити здоров'я, для тих, хто цікавиться не тільки власним організмом та самопочуттям, а й досягненнями сучасної медицини. У ній буде все, що хвилює кожну людину. Гострі, як хірургічний ніж, питання. Корисні, як зарядка вранці, поради. Та унікальна, як папілярний малюнок на пальцях, інформація.

Я, разом зі своїми помічниками – відомими практикуючими лікарями, хірургами Рівненщини, України та іноземними спеціалістами – будемо ставити й відповідати на гострі питання медицини та хірургії, розповідати про всі таємниці та тонкощі хірургії, неймовірні випадки захворювань, засновані на реальній медичній практиці.

Розпочнемо ми з **Андрієм ЖИЛІНСЬКИМ** – хірургом вищої категорії, #ZhylnskyiSurgicalTeam – з малоінвазивних



операцій, з бариатричної хірургії та з вирішення проблем надлишкової ваги, ожиріння й цукрового діабету. Всім добре відомо, наскільки надлишкова вага згубно діє на організм, викликає численні хронічні захворювання та погіршує рівень життя. Здається, що порятунку немає. І тут на допомогу приходить бариатрична хірургія.

## – ЩО ТАКЕ БАРІАТРІЯ?

– Бариатрія – це напрямок в медицині, що займається проблемами лікування ожиріння. Бариатрична хірургія – це сучасні, малоінвазивні операції на шлунку та кишечнику, для лікування ожиріння, метаболічних розладів та цукрового діабету II типу.

Надлишкова вага пагубно діє на організм, спричиняє численні хронічні захворювання та погіршує рівень життя. Бариатрична хірургія пропонує багато способів радикальної боротьби з надлишковою вагою, основним принципом якої являється зменшення надходження кількості їжі. Пацієнт зменшує свій денний раціон до п'яти разів, не відчуваючи голоду. У зв'язку зі зменшенням надходження їжі, людина починає худнути, в середньому, на п'ять – десять кілограмів за місяць. Схуднення відбувається у нормальному для здоров'я темпі, а з подальшим дотриманням рекомендацій вага не набирається.

Операції проводяться малоінвазивними методиками (лапароскопічно та ендоскопічно).

## – ПЕРЕРАХУЙТЕ ВИДИ ОПЕРАЦІЙ:

– Є три головних види операцій:

- Gastric bypass – вважається універсальною операцією, що підходить більшості пацієнтам з ожирінням та метаболічним синдромом, є операцією вибору при лікуванні цукрового діабету II типу.

- Duodenal switch – більш радикальна операція, що включає два компоненти: рукавна резекція + реконструкція тонкої кишки. Ця операція використовується для пацієнтів з високим ІМТ в поєднанні з цукровим діабетом II типу.

- Використання інтрагастрального балона – це коли вслідок заповнення частини шлунку балоном, людина швидше насичується їжею та вживає менше калорій, що веде до зниження маси тіла.



Найголовніше, що всі ці операції проводяться без розрізу, тобто, через проколи або ендоскопічним методом.

#### **- ЩО ТАКЕ РУКАВНА РЕЗЕКЦІЯ ШЛУНКА?**

- Рукавна резекція шлунка – це операція, в ході якої видаляється частина шлунка, в тому числі де виробляється гормон голоду – грелін.

#### **- ЯКІ ПОКАЗАННЯ ДО ТАКОЇ ОПЕРАЦІЇ?**

- Рукавна резекція шлунка показана пацієнтам з індексом маси тіла більше 40. У тому випадку, якщо у пацієнта наявні підвищення тиску, цукровий діабет, проблеми з суглобами або варикозне розширення вен, потрібний для операції ІМТ зменшується до 35. Частим показом при високому ІМТ є жіноче безпліддя. У таких випадках бариатричні операції стабілізують і реанімують дітородну функцію жінки.

#### **- ВИ ТА ВАША КОМАНДА Є КОРИФЕЯМИ РІВНЕНСЬКОГО РЕГІОНУ У ВОЛОДІННІ МАЛОІНВАЗИВНИМИ МЕТОДИКАМИ ХІРУРГІЧНОГО ЛІКУВАННЯ.**

- Протягом останніх декількох років наша команда вдосконалювала навички володіння малоінвазивними методиками хірургічного лікування. Пройдено стажування у провідного бариатричного хірурга Європи – dr.med. Plamen Staikov – у клініці Саксенхаузен у Франкфурті. Оволодівши сучасним забезпеченням та відшліфувавши знання навчаннями в колег з Запоріжжя, Харкова та Одеси, виконуємо бариатричні операції згідно з сучасними протоколами. Оскільки у нашому регіоні ми є першими в цій галузі, було проведено ряд майстер-класів для спеціалістів з Тернополя та Луцька.

#### **- ЩО ДАЮТЬ ПАЦІЄНТАМ ТАКІ ОПЕРАЦІЇ?**

- зменшення ваги на 60-70%.
- купування або повне звільнення від проявів цукрового діабету II типу.
- зменшення ризиків смерті від складних серцево-судинних патологій.
- покращення рівня життя.

#### **- ЯКЕ ПОДАЛЬШЕ ЖИТТЯ ПАЦІЄНТА?**

- Операція – це тільки перший крок у вирішенні проблеми ожиріння. У подальшому шляхом корекції раціону харчування та правильно підібраних фізичних навантажень пацієнти стабільно зберігають свою вагу впродовж всього життя. Після операції пацієнти перебувають на спостереженні, ми надаємо повну інформацію про те, як правильно зберегти своє здоров'я.

#### **- КОЛИ ВИ ПРОВОДИТЕ ПЛАСТИЧНІ ОПЕРАЦІЇ ПІСЛЯ СХУДНЕННЯ?**

- Має пройти не менше ніж дванадцять місяців після проведення бариатричної операції, за цей час нормалізується



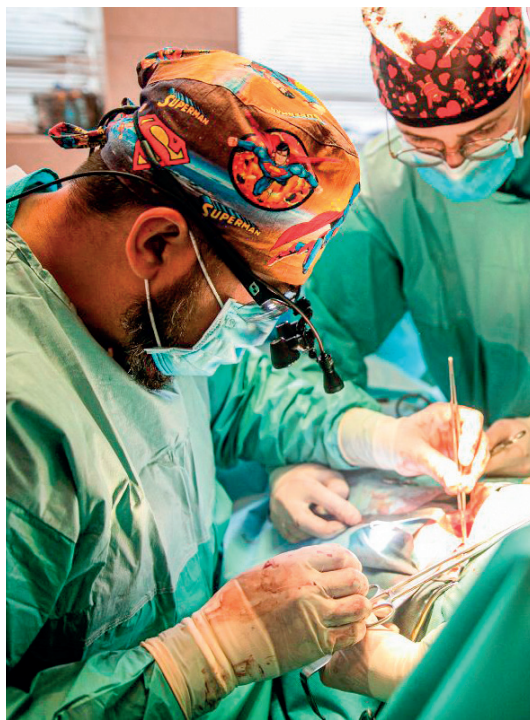
метаболізм, а пацієнти втрачають до 70% маси тіла. Клітини, які втрачають масу, зберігають метаболічну активність. Зважаючи на це, в результаті пластичних операцій зменшується ризик виникнення повторного ожиріння.

#### **- ЯКІ САМЕ ПЛАСТИЧНІ ОПЕРАЦІЇ ВИ ПРОВОДИТЕ?**

- Ми проводимо:
  - пластику молочних залоз: аугментаційну пластику, "якірну" пластику – зменшення розмірів грудей з можливістю встановлення імплантів.
  - абдомінопластику.
  - глутеопластику.
  - пластику контурів всього тіла

#### **- ЯКИЙ КІНЦЕВИЙ ТА НАЙБІЛЬШ ВАЖЛИВИЙ РЕЗУЛЬТАТ ДЛЯ ПАЦІЄНТА ВІД БАРИАТРИЧНОЇ ТА ПЛАСТИЧНОЇ ХІРУРГІЇ?**

- Найголовніший результат – це ваше здоров'я!



# ЛІКАР-ОРТОДОНТ ГАЛИНА ШМИГА: "КРАСИВА ПОСМІШКА – ВАША НАЙГОЛОВНІША ПРИНАДА"

*Все, що потрібно знати про ортодонтів,  
брекет-системи і найгарнішу у світі посмішку*



А чи знаєте ви, хто такий лікар-ортодонт? Чим ортодонт відрізняється від звичайного стоматолога? І до чого тут брекети? Насправді, все дуже просто: ортодонт – це вузький спеціаліст у галузі стоматології, який займається вирівнюванням зубів та прикусу. Саме ортодонт після встановлення діагнозу та консультацій з іншими фахівцями стоматології, займається встановленням брекет-систем. Якщо ви мрієте про сяючу посмішку, хочете виправити дефекти мови та дихання, бажаєте візуально змінити форму щелеп та зубів – то вам саме до лікаря-ортодонта. Все, що потрібно знати про ортодонтів, брекет-системи і найгарнішу посмішку, нам розповіла майстер свого ремесла Галина Зеновіївна ШМИГА.

## **– ЧИМ ЛІКАР-ОРТОДОНТ ВІДРІЗНЯЄТЬСЯ ВІД СТОМАТОЛОГА?**

– Лікар-стоматолог – це загальна назва зубних лікарів, які власне займаються лікуванням зубчиків. А ортодонція – це є вузькоспеціальна сфера стоматології, яка займається виправленням кривизни та скупченості зубів, а також прикусу. Лікар-ортодонт відрізняється від лікаря-стоматолога тим, що робить красиву посмішку.

## **– ПОГОВОРИМО ПРО БРЕКЕТИ. РОЗКАЖІТЬ, ЯКА ОСНОВНА ФУНКЦІЯ БРЕКЕТ-СИСТЕМ?**

– Загальна функція брекетів – це корекція кривизни зубів, виправлення прикусу. Брекети бувають різні за своєю конструкцією та матеріалом, з якого вони складаються. Їх є декілька видів, серед яких найпоширеніші металеві й керамічні. Вони налагоджують естетичний вигляд зубів та посмішки загалом. Дія брекетів полягає в тому, що вони мають у собі "код" – інформацію, яка у них закладена під час виготовлення. Брекети – це ніби подушечка, яка утримує зубчик, контролює, як йому правильно стати. Під час встановлення брекет-системи лікар-ортодонт має правильно зафіксувати всі "подушечки" до кожного зуба, щоб повністю використати інформацію брекета для виправлення кривизни зубів.

## **– БРЕКЕТИ – ЦЕ ЛИШЕ ДЛЯ ДІТЕЙ, ЧИ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ ТЕЖ МОЖНА ЇХ ВИКОРИСТОВУВАТИ ДЛЯ ВИПРАВЛЕННЯ ЗУБІВ?**

– Брекет-систему рекомендується використовувати під час лікування зубів у дівчаток з 11 років, а у хлопчиків – від 11,5 років. Під час постановки діагнозу, коли пацієнт звертається за консультацією до лікаря-ортодонта, ми враховуємо всі особливості організму. Це й фізіологія, стать пацієнта, генотип і фенотип – все це потрібно для точного діагнозу і подальшого лікування. Також у дітей враховується максимальна кількість постійних зубів.

Ортоданти використовують брекет-систему також у зрілому віці – як пре-ортопедичне лікування. Ортопедичного лікування вже потребують люди для заміщення дефектів зубно-щелепної системи, відсутності зубів. Бувають випадки, коли лікар-ортопед просить допомоги ортодонта. Наприклад, ми використовуємо брекет-систему, коли потрібно звільнити місце після імплантації, щоб уся загалом конструкція правильно функціонувала.

Також варто підкреслити, що лікар-ортодонт у своїй роботі з пацієнтом, неодмінно консультується з іншими спеціалістами, наприклад, стоматологом-ортопедом, імплантологом, парадонтологом, стоматологом-хірургом і стоматологом-терапевтом. Все це необхідно для досягнення максимального лікувального ефекту.

## **– ГОЛОВНА ПЕРЕВАГА – ЦЕ СЯЮЧА ЗДОРОВА ПОСМІШКА. АЛЕ ДАВАЙТЕ ПОГОВОРИМО І ПРО НЕЗРУЧНОСТІ, ПОВ'ЯЗАНІ З БРЕКЕТАМИ**

– Основне, що викликає дискомфорт – це стороннє тіло у ротовій порожнині. Брекети самі по собі невеликого роз-



хто знає, що виправлення кривизни зубів та прикусу за допомогою брекетів, зробить організм набагато здоровішим. Людина зі скоригованими рівенькими зубами зможе не лише гарно посміхатися, але й легше дихатиме, позбудеться дефектів мови, краще пережовуватиме їжу. Я рекомендую батькам, навіть якщо якихось візуальних проблем не видно, обов'язково у віці від 6 до 11 років показати дитину лікарю-ортодонті. Дуже важливо саме у цьому віці проконсультуватися з фахівцем.

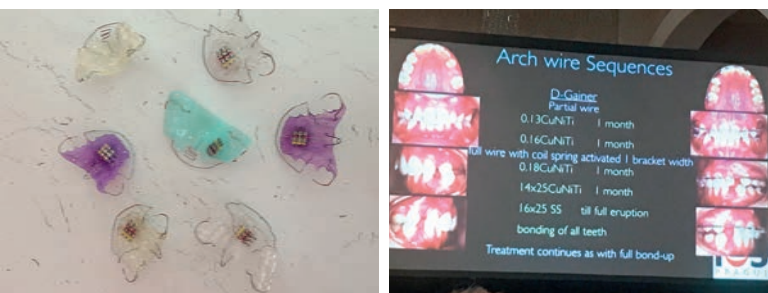
#### **- ЧОМУ НЕ ВАРТО БОЯТИСЯ ЛІКАРЯ-ОРТОДОНТА?**

- Не варто боятися ортодонтів, ми нікого не лякаємо. Найменш "страшний" лікар у стоматології – це саме ортодонт, який виправляє посмішку, робить її біль сяючою і здоровою. Ортоднти у своїй роботі не використовують знеболення, оскільки у ньому немає потреби – всі процедури абсолютно безболісні. При додатковому використанні мікроімплантатів – знеболення можливе, в інших випадках у знеболенні немає необхідності.

#### **- У ЯКИХ ВИПАДКАХ ВАРТО ЗВЕРНУТИСЯ ДО ОРТОДОНТА?**

- Будемо відверті, багато хто може знехтувати дефектами мови чи дихання, але якщо йдеться про естетичний вигляд зубів та посмішки загалом, то більшість йдуть саме за цим. І справді, гарна посмішка – це дуже важливо, це ваша найголовніша принада, але не варто забувати й про інші проблеми, які тягнуть за собою криві зубчики й неправильний прикус. Тому консультація ортодонта буде корисною для всіх.

*Розмовляла Таліна Закачюра*



міру, але вони створюють певний дискомфорт, можуть натирати внутрішню сторону губ, щічок, язик. Проте це триває лише у перші кілька днів після встановлення. Згодом пацієнт звикає до зайвих предметів у роті, слизова адаптується і цей дискомфорт проходить. Найважливіше при встановленні брекет-системи – це гігієна ротової порожнини та зубів, а також правильне харчування. Ми пояснюємо пацієнтам, що під час такого ортодонтичного лікування не варто їсти тверді продукти. Наприклад, ви не зможете відкусити яблуко чи моркву, м'ясо також потрібно подрібнювати.

#### **- ЯКІ БУВАЮТЬ ПРОТИПОКАЗАННЯ ДО ВСТАНОВЛЕННЯ БРЕКЕТІВ?**

- Протипоказання звичайно є, і найголовніше – це алергія. Брекет-система може бути металева або керамічна і якщо, наприклад, у пацієнта є алергічні реакції на якусь зі складових брекетів (метал, нікель, титан), тоді ми пропонуємо замінити їх на системи з іншим складом або знаходимо іншу альтернативу. Наприклад, металеві брекети, для уникнення алергічних реакцій, можна замінити на керамічні. Це найголовніше, загальних якихось протипоказань немає.

#### **- СЕРЕД УКРАЇНЦІВ І РІВНЯН ЗОКРЕМА, ПРАКТИКА ВСТАНОВЛЕННЯ БРЕКЕТІВ НЕ ДУЖЕ ПОШИРЕНА. ЧОМУ ТАК ВІДБУВАЄТЬСЯ?**

- У першу чергу це пов'язано з тим, що встановлення брекетів – дещо недешева процедура. Люди не завжди розуміють, для чого потрібно носити брекети. Насправді мало



*Dr. Relina*  
Косметологічний центр



**ЛІКАР ДЕРМАТОЛОГ,  
КОСМЕТОЛОГ  
ЛАЗЕРНА, АПАРАТНА  
КОСМЕТОЛОГІЯ  
ІН'ЄКЦІЇ КРАСИ**



*Dr. Relina*  
Косметологічний центр

Вул.С. Бандери,49  
+38 098 020 30 90  
+38 067 37 38 707  
© relina.tatiana

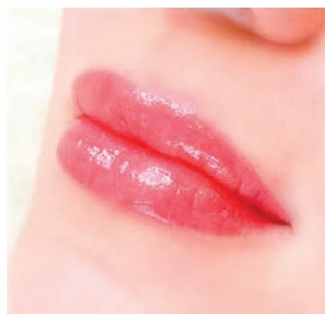
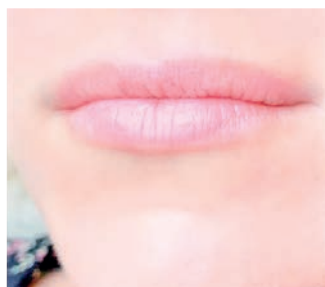
# Beauty Studio & School

by Irena Kar

- ПУДРОВЕ НАПИЛЕННЯ
- МІКРОБЛЕЙДИНГ ГУБ, ПОВІК ТА БРІВ
- НАВЧАННЯ МАЙСТРІВ ПЕРМАНЕНТНОГО МАКІЯЖУ (пудрового напилення)

МАЙСТЕР ТА ВИКЛАДАЧ: засновниця «Beauty Studio & School by Irena Kar», багаторазовий призер та суддя Міжнародних чемпіонатів, сертифікований викладач Ірена КАР

Будьте приголомшливо красивими. Будьте бездоганними. Будьте на висоті. Даруйте світу красу, насолоджуйтеся власною привабливістю та робіть інших прекрасними. З «Beauty Studio & School by Irena Kar» це так легко!



  
*By Irena Kar*  
BEAUTY STUDIO & SCHOOL

+38 096 273 30 26  
м. Рівне, вул. Ювілейна, 5



# МайстерСтом

**Ми готові взятися  
за будь-який складний випадок у стоматології  
із залученням профільних фахівців та лікарів-партнерів.**



Ось одна з галузей стоматології, у якій ми досягаємо досить непоганих результатів:

## **Лікування зубів під мікроскопом.**

**Лікар-ендодонт Юрій Ігорович Муха:**  
*«Використання мікроскопа дозволяє діагностувати захворювання навіть на початковій стадії. Збільшення до 24 разів дає змогу побачити найдрібніші деталі всередині зуба. Лікування під мікроскопом дає можливість диференціювати інфіковані тканини від здорових».*

**Мікроскоп – і розкіш,  
і необхідність у наш час.**

### **Переваги в роботі під мікроскопом:**

- Висікання лише ушкоджених тканин;
- Видимість кореневого каналу по всій довжині;
- Можливість побачити всі недоліки попереднього лікування.
- Легко визначається кількість каналів, їх відгалужень, навіть найнепомітніших;
- Видимий аналіз ступеня очистки корневих каналів;
- Можливість видалення зламанних інструментів.
- Визначаються приховані тріщини, які неможливо побачити неозброєним оком.

### **Михайло Майструк, лікар-ортопед, головний лікар «Майстер-Стом»:**

*«Використання мікроскопа – революція в стоматології. У нашій клініці широкий спектр стоматологічної допомоги, тому ми будемо старатися інформувати вас, наші любі друзі, про все. Звичайно, ми не могли обійти стороною це досягнення науки!!!»*



Ліцензія МОЗУ АЕ №197236 від 06.06.2013р. Свідоцтво про державну реєстрацію АОО №815691 від 22.02.2008р.

# Раді вітати Вас у МайстерСтом!



Лікар-ендодонт Юрій Ігорович Муха під час проведення операції

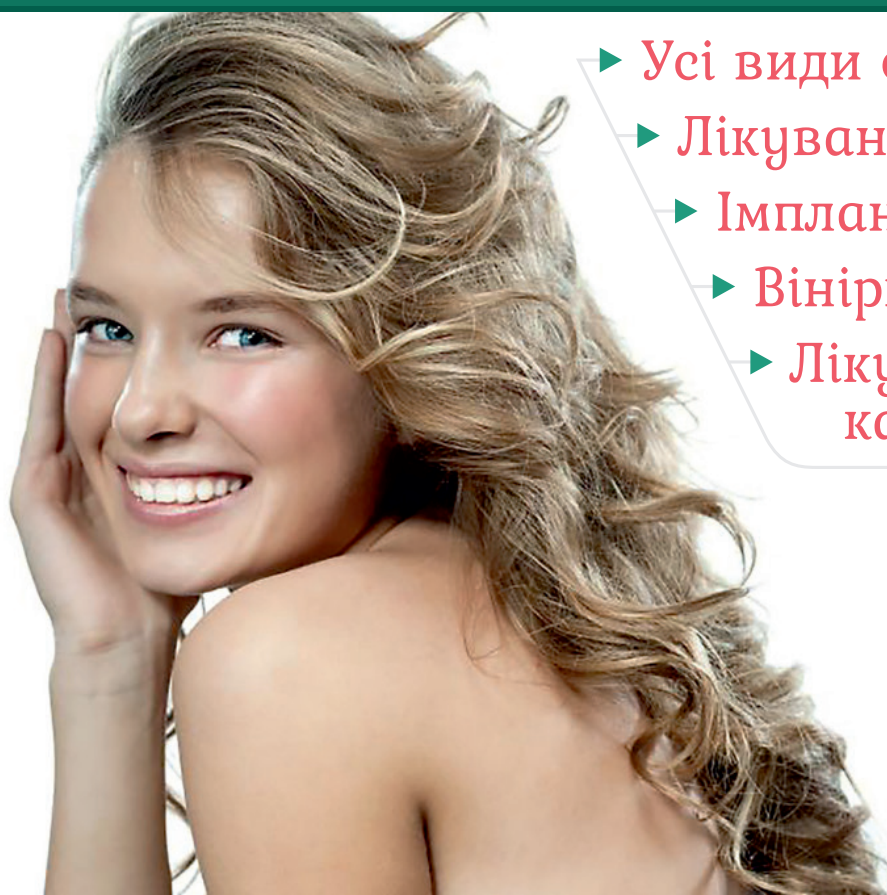


# МайстерСтом

- ▶ Усі види стоматологічних послуг
- ▶ Лікування уві сні (седація)
- ▶ Імпланти
- ▶ Вініри
- ▶ Лікування кореневих каналів під мікроскопом

м.Рівне, вул.Фабрична, 14  
моб.:(096) 43-71-174  
(050) 503-15-72

e-mail: [majsterstomf@gmail.com](mailto:majsterstomf@gmail.com)  
[www:majsterstom.com.ua](http://www:majsterstom.com.ua)





ТАНЦЮВАЛЬНИЙ КЛУБ  
**PLATINUM**  
*ми навчимо вас танцювати!*

Все життя мріяли почати займатися танцями, але ніяк не наважувалися? Маєте діток і хотіли б, щоб вони навчилися танцювати? Тепер у вас є така можливість! **І КОЛИ ВАРТО ПОЧАТИ? САМЕ ЗАРАЗ!**

Клуб спортивного бального танцю «Platinum» відкриває набір дітей у молодшу групу (4-5 років), групу першокласників (6-7 років). Також проводиться добір старших хлопчиків та дівчаток у вже існуючі групи. А до хобі-класу запрошують непрофесійних танцівників без обмеження віку. Навчатимуть вас чемпіони України в категорії «Професіонали» із латиноамериканської програми та призери різноманітних міжнародних конкурсів Олександр та Олена Казатинські.

*Прийдіть та спробуйте!*

**Клуб спортивно-бального танцю «PLATINUM»**

☎ 098 262 6007    @platinum.rivne    platinum.dance

*Перше пробне заняття в танцювальному клубі «Platinum» безкоштовне!*







**МАГАЗИН ШПАЛЕР**

**вул. Степана Бандери 26**

**(068) 296 4828**

**home4me.com.ua**

# Любов РОМАНЮК, начальник управління культури та туризму Рівненської ОДА:

“Кожен, хто хоча б раз у житті відвідав Рівненщину, занурився у сакральність її природної та духовної атмосфери, розуміє, що цей край є не лише цікавим та захопливим туристичним регіоном нашої України, але й глибоким, самобутнім, багатомірним простором історичних та культурних надбань багатьох поколінь полісян.

Народна спадщина Рівненщини, що відлунюється у голосіній прадавнього співу, голосу предків у поєднанні із запахом хвої тисячолітніх сосен величних поліських лісів, зачаровує кожного, хто ступить на цю землю.

Рівненщина є природною автентичною “родзинкою” культурно-туристичного простору нашої країни, адже поєднує в собі багато аспектів культурно-дозвілевого та історико-природного характеру. До зеленого туризму долучаються спеціалісти таких напрямків, як бджільництво, бортництво, кулінарна спадщина. Перебування гостей на садибах супроводжується різноманітним народних практик розваг та відпочинку – від дегустації грибною юшки, навіть з особистою участю у приготуванні, до релаксаційних сеансів на спеціалізованих ліжках-вуликах під мантричний звук гудіння бджіл.



Але ж який відпочинок на Рівненщині без її народної творчості! В регіонах області активно проводяться фестивалі, які представляють культуру того чи іншого населеного пункту – “Красносільські вітряки”, обряд Водіння Куста, “Буца Папороть”, “Новомалинська Любава” тощо. Рушниками зі священними символами стелиться любов народних умільців, що у вишивках розповідають про божественність природи та щирість сердець місцевих жителів.

І якщо раптом вам захочеться відчути Рай, приїздіть на Рівненщину – сакральну, таємничу, але відкриту для гостей!

Відкрийте для себе Рівненщину і ви!

РІВНЕНЩИНА  
RIVNE TOURISM REGION

РІВНЕНЩИНА  
RIVNE TOURISM REGION

РІВНЕНЩИНА  
RIVNE TOURISM REGION

РІВНЕНЩИНА  
RIVNE TOURISM REGION

РІВНЕНЩИНА  
RIVNE TOURISM REGION



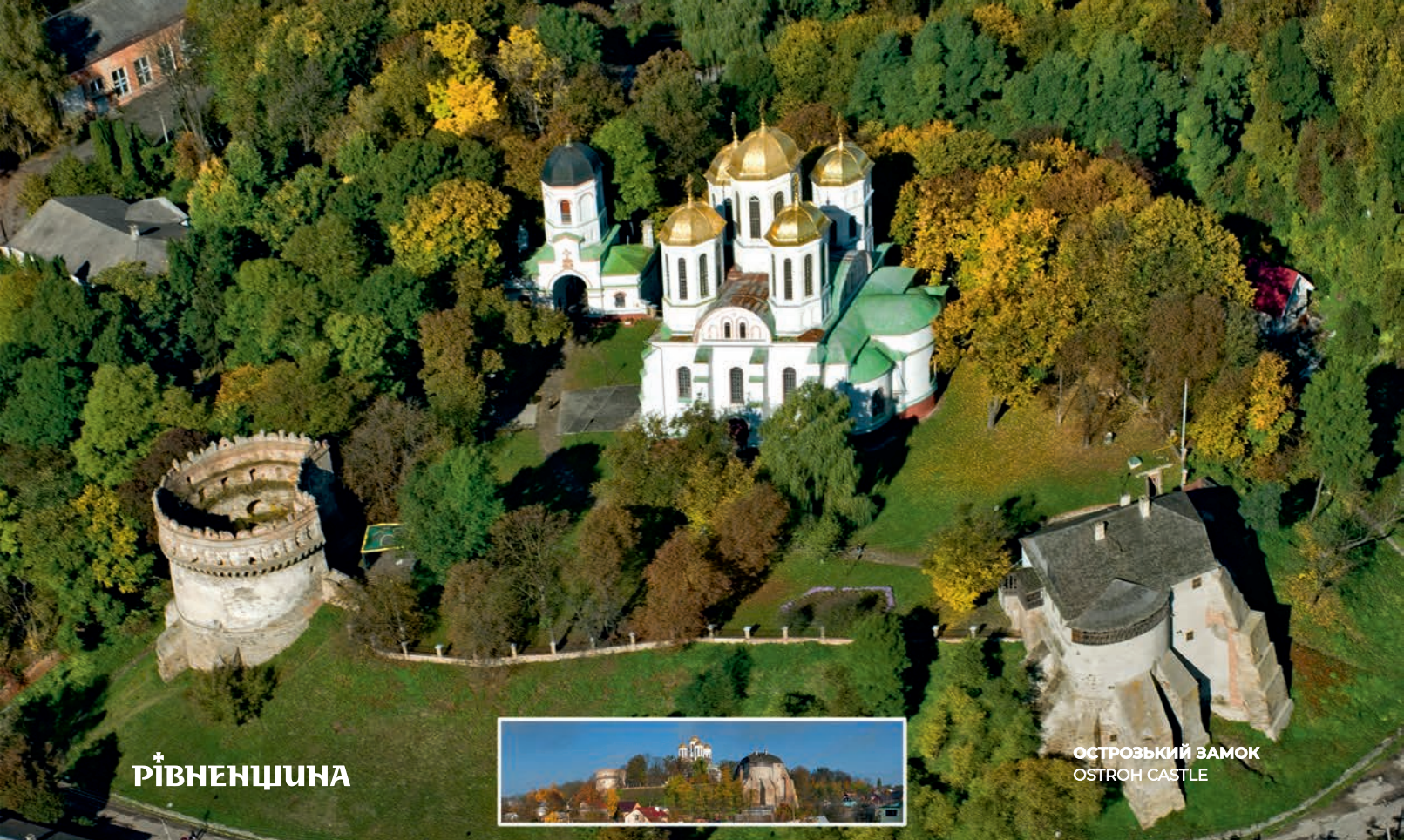
РІВНЕНЩИНА



ТАРАКАНІВСЬКИЙ ФОРТ  
TARAKANIV FORT



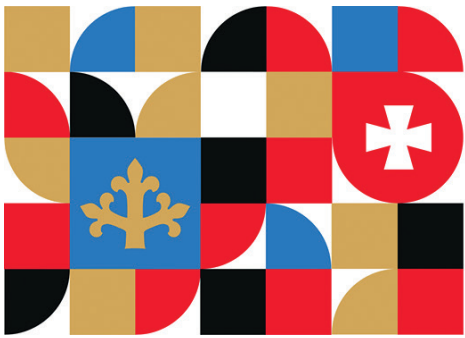
РІВНЕНЩИНА



РІВНЕНЩИНА



ОСТРОЗЬКИЙ ЗАМОК  
OSTROH CASTLE



РІВНЕНЩИНА  
RIVNE TOURISM REGION

🌐 RIVNE.TRAVEL

Ви переконалися,  
що Дива поруч!  
А знайомство з ними  
ми продовжимо вже  
у наступному випуску  
журналу РІВНЯНИ.



МІСТО РІВНЕ  
RIVNE CITY

РІВНЕНЩИНА





## Незалежні жінки нескореного замку

Народ України святкує уже 29-ту річницю, відколи здійснилася споконвічна мрія наших предків - бути господарями на своїй найбагатшій, прекрасній і чарівній українській землі.

З нагоди великого національного свята нашої держави – Дня Незалежності України - прийміть найщиріші вітання і побажання від колективу Державного історико-культурного заповідника м. Дубно!

Від усієї душі зичимо всім українцям здоров'я, щастя, добра, достатку, миру, щедрої долі, сили і наснаги в усіх справах! Прагнемо, щоб наша спільна важлива праця на благо рідної Батьківщини та українського народу завжди була плідною та натхненною і приносила нам лише радість та задоволення.

Низький уклін та шана нашим патріотам, які захищають кордони держави та дарують нам мрію на краще майбутнє, окриляють нас на нові звершення, добрі починання в ім'я соборної, незалежної, демократичної, процвітаючої України - надійної запоруки добробуту й щасливого життя її народу.

Завітайте до Дубенського замку та дізнайтесь про історію нашого краю та Батьківщини.

*Популяризуймо українську мову,  
наші традиції та історію!*



НЕЗАЛЕЖНІ ЖІНКИ НЕСКОРЕНОГО ЗАМКУ. Фотографії Володимира Юраса



# ВЕЛОПАРК "РЕМЕЛЬСЬКИЙ" ЗАПРОШУЄ

Якщо ви любите велосипедні або піші прогулянки в колі родини, якщо вам до вподоби єднання з природою і ви релаксуєте від галасливої тиші лісу, тоді ми знайшли просто ідеальне місце для вашого відпочинку на Рівненщині. Лише десять кілометрів від Рівного – і ви ніби поринаєте в інший світ.

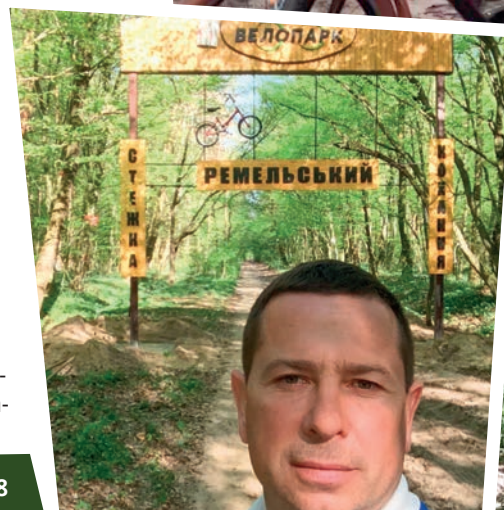
Велопарк "Ремельський", що поблизу села Ремель на Рівненщині – це туристичний об'єкт, що входить до території "Медового кола". Це чудове місце для відпочинку на природі всією родиною.

– Унікальність цього велопарку в тому, що саме родинних велопарків у нашій країні просто немає. А у нас ще й все доглянуто та охайно зроблено, щоб кожному, хто завітає, було зручно та цікаво, – говорить **голова садового товариства "Західний" Микола ГАПОНЧУК**. – У нас 70 кілометрів трас різного рівня складності й різні маршрути. Окрім велодоріжок, туристам пропонують відвідати не менш цікаву локацію – туристично-пішохідний об'єкт "Стежка кохання", яка дещо нагадує "Тунель кохання", що у Клевані. Але навіщо багато розповідати – це варто просто приїхати, побачити та насолодитися.

У перспективі тут планують відкрити велопрокат, провести освітлення для комфорту туристів та постійно працюють над новими "роздзинками" велопарку.

Приїжджайте, відпочивайте, діліться враженнями та зауваженнями, висловлюйте свої побажання та бачення.

[www.facebook.com/groups/302238390371038](https://www.facebook.com/groups/302238390371038)





PL-BY-UA  
2014-2020

Funded by  
the European Union



М А Ц И К

КУЛІНАРНА СПАДЩИНА  
РІВНЕНЩИНИ

Місто Рівне, як обласний центр, впродовж десятиліть зібрало в собі культурні традиції всіх районів Рівненщини. Це ж стосується і кулінарної спадщини. Територіальне розташування Рівного майже на межі Полісся та Волині зумовило поєднання в межах міста кулінарних традицій цих історичних регіонів. Однак з часом старовинні традиційні страви все рідше з'являються на кухні рівненських господинь та в меню місцевих ресторанів, а молодь навряд чи знає хоча б декілька назв автентичних смаколиків

Місто Рівне, як обласний центр, впродовж десятиліть зібрало в собі культурні традиції всіх районів Рівненщини. Це ж стосується і кулінарної спадщини. Територіальне розташування Рівного майже на межі Полісся та Волині зумовило поєднання в межах міста кулінарних традицій цих історичних регіонів. Однак з часом старовинні традиційні страви все рідше з'являються на кухні рівненських господинь та в меню місцевих ресторанів, а молодь навряд чи знає хоча б декілька назв автентичних смаколиків

Тому для збереження та популяризації традиційної кулінарної спадщини Рівного в 2020 році стартував міжнародний проект «Культурна спадщина кухні – просування кулінарних традицій через професіоналізацію гастрономічної пропозиції Любліна і Рівного», який реалізовує ГО «Агенція сталого розвитку міста» та Управління з питань стратегічного розвитку та інвестицій виконавчого комітету Рівненської міської ради, спільно з Урядом міста Люблін. Проект здійснюється за фінансової підтримки Європейського Союзу в межах програми транскордонної співпраці «Польща-Білорусь-Україна 2014-2020».

Реалізація проекту розпочалася із вивчення регіональних страв Рівненщини та налагодження комунікації з місцевими ресторанами. Команда ГО «Агенція сталого розвитку міста» їздила у дослідницькі експедиції Поліссям. Свідомо шукали віддалені села, спілкувались із знавцями кулінарії у різних місцевостях, вивчали традиції кухні в родинях, рецепти приготування регіональних традиційних страв.

Господині готували найпопулярніші місцеві страви – зелений борщ з грибами та в'ялою рибою, чорна юшка та потравка, млинці на заквасці запечені в печі, сушені коропи на солоній в печі, куліш з грибами та ребрами, картопля-



ники, розсол до бульби в макусі, наліственніки, шишкове варення та дикий мед з бортів, морс з журавлини та пампушки, посипані маком, тощо – та ділилися власними кулінарними секретами, які передаються в їхніх родинах з покоління в покоління.

У результаті експедиції та дослідження кулінарної Рівненщини,

проектна команда ГО «Агенція сталого розвитку міста» збирила великий перелік страв та рецептів з різних куточків Рівненщини, а частину з них відтворила як з місцевими господинями

під час експедиції, так і з професійними шеф-кухарами відомих ресторацій Рівного.

Для всіх бажаючих впроваджувати в щоденне життя регіональну автентичну кухню Рівненщини, команда ГО «Агенції сталого розвитку міста» створює каталог регіональних автентичних страв з рецептами, фото та цікавими фактами. Цей каталог буде доступний на сторінках проекту «Кулінарна спадщина Рівненщини: МАЦИК» в соціальних мережах Фейсбук <https://www.facebook.com/rivnematsyk/> та

Інстаграм <https://www.instagram.com/rivnematsyk>, а також розміщена на офіційних сайтах партнерів проекту.

Досліджуючи кулінарну Рівненщину, сміливо можна заявити, що нашим регіональним продуктом та нематеріальною культурною спадщиною є мацик та традиція його виготовлення, яка виникла і досі існує на Поліссі, зокрема, в селі Сварицевичі Дубровицького району Рівненської області. Колись тут в кожній хаті готували цю страву, і до процесу приготування долучалася уся родина. Сьогодні мацик все рідше і рідше готують по автентичному рецепту, а молодь тим більше забуває таку традицію.

Мацик – це м'ясо, яке має унікальний рецепт та процес приготування. Саме в грудні, перед Різдом, кололи кабана і готували мацик: щільно напихали в міхур м'ясо, зав'язували та підвішували його на горищі. У перші дні він замерзає, а з приходом весни – поступово всихає, ніби в'ялиться. Мацик стає готовим не раніше як за пів-року. Коли починалася косовиця – тоді господині і нарізали перший мацик для косарів у поле.

Регіональні виробники вже розпочали виробляти традиційний Поліський мацик. Завдяки цьому наш регіональний продукт можна скуштувати в різних регіонах країни та за її межами.

Мацик повністю заслуговує бути стравою №1 в регіоні. Для популяризації та дегустації нашого унікального продукту в рамках проекту в м.Рівне вже в кінці 2020 року проводитиметься фестиваль автентичної регіональної кухні «Мацик».

Проектна команда планує створити Асоціацію гостинності та тісно співпрацювати з місцевими рестораторами, впроваджуючи регіональне меню для туристів та гостей міста. Для цього вже зараз разом з партнерами з міста Люблін розпочинаємо працювати над стратегією популяризації та маркетингу регіональної кухні, як на території України, так і за її межами.

Тому не пропустіть анонс фестивалю, спостерігайте за офіційними сторінками проекту та смакуйте рівненське.

Проект «Культурна спадщина кухні – просування кулінарних традицій через професіоналізацію гастрономічної пропозиції Любліна та Рівного» створено та реалізовується за фінансової підтримки Європейського Союзу у рамках Програми транскордонного співробітництва Польща-Білорусь-Україна 2014-2020. За зміст несе відповідальність лише ГО «Агенція сталого розвитку міста», і він не відображає позиції Європейського Союзу.



# ANDRE TAN

м. Рівне  
ТРЦ Екватор  
вул. Макарова, 23



Магазини:  
Андре Тан Woman  
Андре Тан Kids







# ART FORMAT

ФОТОСТУДІЯ

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



# ЯК ІЗ КУХНІ СТВОРИТИ СПРАВЖНІЙ ВИТВІР МИСТЕЦТВА?

Кухня – найважливіше місце в квартирі, адже свій успішний шлях щоранку ми починаємо саме там: смачний сніданок, веселий гамір зустрічають нас на кухні. І там же ми завершуємо свій день: за вечерею розповідаємо про новини та події. І на кухні ми часто думаємо про життя, будемо плани на майбутнє за горнятком запашної кави чи солодкого чаю.

Кухня стає певним центром домівки, де вирує справжнє життя, народжуються надії. Це той простір, де ми не тільки насолоджуємося смачною їжею, але й переживаємо, без перебільшення, приємні миті. Через це настільки важливо, щоб вона була красиво і зручно облаштована, а там нас оточували стильні, вишукані речі та меблі.

Про те, як із кухні створити сучасний і красивий простір, читаємо журналу "Рівняни" розповіли експерти відомої фірми "Маркет меблі", яка заслужила хорошу репутацію не тільки у Рівному, але й далеко за межами нашого міста.

*Будьте сміливими не лише у власних ідеях, а й у спілкуванні з фахівцями*

Цілком зрозуміло, що ви маєте власне бачення майбутньої кухні, ваші мрії та візії можуть бути найоригінальнішими, але дуже важливо, щоб ви довіряли експертам. Без того, що ви висловите своє бачення та бажання, ваш проєкт цілком може залишитися нереалізованим. Здавалося б, це очевидна річ, але, як розповідають працівники "Маркет меблі", далеко не всі замовники "відкриваються" під час обговорення майбутньої роботи й готові повідати про свої ідеї. Саме спілкування з майстрами та дизайнерами – важливий етап у роботі. А тому спеціалісти "Маркет меблі" ретельно оглядають приміщення, де має бути кухня, вивчають усі нюанси та особливості, для того, аби максимально ергономічно й раціонально спланувати розташування меблів, аби вони взаємодією з іншими елементами інтер'єру. Усе обговорюють із замовником.

Після обговорення розробляється детальний, багатомірний проєкт майбутньої кухні. До речі, в "Маркет меблі" здатні втілити у життя найскладніші ідеї: можливо обзавестися кухнею і в стилі Вікторіанської епохи, і в сучасній, технократичній конфігурації. Приміром, у переліку реалізованих проєктів "Маркет меблі" є дуже цікава кухня, де гармонійно поєднані 7 кольорів та немає жодного прямого кута. Вікно, як частина інтер'єру, стало елементом робочої поверхні. Й це непоодиноким випадок – у портфоліо компанії можна знайти сотні вкрай оригінальних та складних проєктів кухонь, які багато років служать своїм господарям.

Це вкотре доводить: немає нічого неможливого, якщо за справу беруться справжні майстри.

*Варто розуміти: не тільки найдорожчі матеріали – найкращі*

Без сумнівів, існує співвідношення ціни та якості. Проте, не завжди високу функціональність можна отримати за допомогою тільки недешевих деталей, оснащення та матеріалів. Умілі майстри знають на досвіді, що зручну кухню можна створити, виходячи з того бюджету, яким володіє замовник. Команда "Маркет меблі" працює з цілою мережею фабрик в Україні: у Чернівцях, Києві, Тернополі, Львові, Дніпрі. Більшість елементів для проєкту – стандартні, але також можуть зробити певну деталь під конкретні вимоги.



Між іншим, у своїй роботі працівники цієї фірми використовують як і матеріали з натурального дерева: дуб, черешня, горіх, вільха, сосна, так і штучні: мікродеревної фібри (МДФ), деревно-стружкової плити (ДСП). А тому хороша кухня, яка вас тішитиме не один рік, може коштувати від 6 тисяч 600 гривень. Майстерність робітників "Маркет меблі" дозволить вам отримати бажане й не витратити, як нині кажуть, "усі гроші".

*Обирайте тих майстрів, які слідкують за модними тенденціями та готові створити кухню під ваші потреби*

Щороку основні тренди у царині кухонної моди змінюються: цьогоріч, для прикладу, особливо популярний мінімалізм, плавні лінії та контури у меблів, світлі тони та не дуже яскраві кольори. І щоб отримати таку актуальну цього року кухню, вам достатньо звернутися до справжніх професіоналів, які працюють у колективі "Маркет меблі", де особливу увагу приділяють саме ретельному аналізу змін та новинок не тільки в "кухонній моді", але й у світі меблів загалом. І що найголовніше – працюючи саме з цими умільцями, можна бути стовідсотково впевненим: усі ваші потреби щодо функціональності кухні будуть враховані.

*Чому варто довіряти саме фахівцям «Маркет меблі»?*

Аби зрозуміти, чому саме ця компанія заслуговує на довіру, давайте звернімося до фактів, що стосуються її діяльності:

- Лише від початку цього року в "Маркет меблі" замовили більше 400 кухонь. Це явно свідчить про те, що компанії довіряють. Географія замовлень – не тільки Рівне та Рівненщина, але й Київ та Київська область.

- Клієнт отримує не тільки гарантію, але й гарантійне обслуговування, а це означає, що дрібні несправності не доведеться ремонтувати самотужки з викруткою чи молотком в руках. Цим займаються професіонали. За потреби, необхідну деталь замовлять на фабриці з переліку тих, з якими співпрацює "Маркет меблі".

- Майстри та дизайнери цієї фірми зможуть створити будь-яку кухню, навіть орієнтуючись на фото з Інтернету чи знімок, зроблений вами, якщо ви бажаєте мати таку ж кухню як у ваших друзів чи знайомих.

З "Маркет меблі" можна бути впевненим, що ви отримаєте саме ту кухню, про яку мрієте!

**4** МЕРЕЖА  
МАГАЗИНІВ

**МАРКЕТ  
МЕБЛІ**

**ПРИЙТИ У МАГАЗИН "МАРКЕТ МЕБЛІ" ЗА ЯКІСНИМИ МЕБЛЯМИ МОЖНА ЗА АДРЕСАМИ:**

м. Рівне, вул. Соборна, 430а  
м. Здолбунів-2, вул. М.Старицького, 7  
Тел: (0362) 62-14-78, (0362) 20-44-22,  
(050) 375-80-76.

# ТУРИСТИЧНА ПОЇЗДКА МІСІЇ "ХРИСТОС Є ВІДПОВІДЬ" У КАРПАТИ З ПРАЦІВНИКАМИ ЗМІ ТА ПЕДАГОГАМИ

Це свято для душі дійсно вдалося. Хочеться насамперед подякувати Богові за Його допомогу та благословіння, за охорону, гарну погоду, силу, ідеї...

Дякую щиро місії "Христос є відповідь" за фінансову допомогу. Дякую щиро команді – служителям церкви "Христос є відповідь" за велику допомогу, бо тільки разом ми змогли організувати подібний відпочинок.

Дякую всім, хто молився за

нас, ваша підтримка відчувається завжди. Дякую Віктору та Олесі Фунданич – власникам садиби "Олеся" за тепле прийняття та співпрацю.

Дякую всім працівникам рівненських ЗМІ, педагогам з Рівненського району та "Острозької академії", які були разом з нами в Карпатах. Дякую педагогам з Донецької області, приємно було з вами познайомитись та спілкуватись.



Христос  
є ВІДПОВІДЬ  
ЦЕРКВА



Ми мали гарний відпочинок, різні екскурсії, спілкування, ігри, зібрання, на яких змогли торкнутись різних важливих тем. Був також і вільний час, кожен зміг піти до річки, у чан чи в басейн, або просто погуляти по місту чи відіспатись у гарній садибі.

Особливо приємно було послужити жителям Торецька – міста біля лінії розмежування, тому що там сильно чутно вибухи, бо війна ще не закінчилась, на жаль. Директор школи та частина його колективу прибули до нас в Карпати відпочивати.

Я мав нагоду читати лекції на духовну тематику, розповідав про причини та наслідки війни в Україні, про те, як Бог звільнив мене з полону ЛНР, про християнські свята та викуплення на Голгофі, про Біблію, а також розповідав різні свідчення з життя. А особливо вплинула на слухачів лекція про окультизм. До мене підходили декілька людей з питаннями, дехто навіть зі слізьми, просили допомоги.

Божа благодать наповнювала наше серця, через що всі стали немовби рідні. Дружня атмосфера в колективі має неабияке значення.

Дітям проводили уроки християнської етики, а наприкінці для них влаштували ярмарку, на якій за отримані бали вони змогли придбати собі іграшки.



Багато слів подяки ми почули, то точно не остання наша поїздка, тож далі буде!

**СЛАВА ІСУСУ ХРИСТУ!**  
Тарас СЕНЬ, пастор церкви "Христос є відповідь".

# УКРАЇНСЬКА КРАСА

Софія Климець



Фотограф Наталія Якимчук

# У НВК №2 ТВОРЯТЬ СУЧАСНУ УКРАЇНСЬКУ ШКОЛУ



**В нашому місті шкільна освіта на висоті. Хоча сьогодні прийнято її критикувати, але рівняни мають вибір – традиційні школи, приватні чи спеціалізовані. Актуальною є дискусія: яка школа краща? Можливо, варто просто взяти готовий зразок скандинавської школи чи британської? Або триматися старої радянської системи, бо ж ми колись вчилися і було нормально?**

Понад 20 років я в освіті, 23 роки я мама й активна учасниця батьківських комітетів. Тому мій аналіз буде різноплановий, хоча і дещо заангажований теплими почуттями до школи та колективу.

НВК №2 унікальна й оптимально відповідає сучасним запитам батьків. Унікальна, тому що має свій характер – поєднання лібералізму і класики та атмосферу дружньої спільноти. Андрій Ярославович НАГОРНИЙ особливо інтонує, вимовляючи “НАША школа, НАШ учень”, і це сприймається як пароль і дітьми, і батьками, і вчителями як почуття гордості та приналежності.

Школі 100 років, вона має традиції та власний музей. Водночас підхід до навчання, комунікація між дітьми та вчителями, адміністрацією і батьками є абсолютно сучасними. Це саме той формат ефективною, а головне – нашої, української освіти, який допомагає нашим дітям сформувати особистість, почуватися вільною людиною і водночас з легкістю адаптуватися у будь-якій спільноті, працювати у команді.

Чесно кажучи, поки дитина вчиться у школі, ви просто задоволені, що їй комфортно, що школа не тисне, а навпаки – дитина йде до школи з ентузіазмом і отримує знання

на належному рівні. Маючи двох випускників, я оцінила, яку підготовку дала школа, коли діти стали студентами. Їм було легко у ВУЗі у порівнянні з однокласниками. Реферати, курсові, презентації – без проблем, ми це вміємо зі школи, англійсько-німецька – запросто, університет додав термінів та методик перекладу, але розмовляють діти вільно завдяки шкільним вчителям. Декан мого сина просила передати подяку школі, бо на першому курсі американські гості обрали його гідом, хоча в школі він зовсім не був відмінником. Це політехніка, і англійську, може, там хтось знав і краще, але вчителі нашої школи дають впевненість, легкість спілкування іноземною мовою. Це найцінніше – навчити користуватися здобутими знаннями та виробити звичку ці знання поповнювати.

Педагогічний колектив школи дійсно зірковий. Свідченням цього є не лише високі академічні досягнення учнів, які підтверджує ЗНО, а й те, що попри кількість дітей у класі, вчитель розкриває індивідуальні особливості учня. Інтерактивні методи навчання є візиткою школи. Це постійний діалог з учнем, диспути, такі потрібні сьогодні навички аналізувати інформацію і вміти донести її відстояти свою думку. Мій син постійно сперечався з вчителями. Боже, як вистачило їм мудрості й терпіння навчити цю гіперактивну дитину? А зараз з вдячністю і теплом каже: "Як багато вони дали мені, дозволили бути собою".

Питаю в дітей: що першим спадає на думку, коли згадуєте школу? Гелловін! Піжамна вечірка! Конкурс краси! Андріївські вечорниці! Це не просто шкільні заходи, а традиція, яка гуртує учнів, яскраві моменти, які пригадують протягом життя.

Особливе місце займає молодша школа. Не дивно, що НВК №2 робить такі успіхи у впровадженні "Нової української школи", адже методисти початкової ланки давно втілюють ці принципи: навчання не обриває дитинство, вчитися можна граючись, дитині має бути затишно й цікаво.

Я переконана, що інновації в освіті, як і будь-які реформи, будуть дієвими, якщо це буде наша спільна праця. Справа батьків – сформувати запит: що може дати нашим дітям школа, щоб вони стали успішними та реалізованими у дорослому житті? Звичайно, ми хочемо розкрити індивідуальні творчі нахили дітей, разом зі школою виховуємо в дітях гідність, патріотизм, людські чесноти. Вимогою сучасного дорослого світу є володіння іноземними мовами й ІТ, вміння та готовність вчитися все життя, встигати за стрімким мінливим світом. Вимогою материнського серця є щасливе дитинство. І я вдячна колективу НВК №2, що приймають виклик і, вкладаючи майстерність, душу та нерви, створюють сучасну українську школу.

*Людмила Шербата*



# ПІДГОТОВКА ДО ШКОЛИ Й САДОЧКА:

## *що треба знати батькам*

Зовсім скоро пролунає Перший дзвінок у школах Рівного та області, а разом з ним розпочнуться проблеми та питання від батьків. Адже період після тривалої карантину спричинить особливо важку адаптацію до навчального процесу.

Подібна ситуація чекає і на вихованців дитячих садочків. Адже дошкільнятам досить складно прощатися з батьками на цілий день та проводити їх у новому колективі.

Ми звернулися за консультацією до **дитячого психолога Олени ПОГОРЕЛОВОЇ**, яка працює з дітками та підлітками, щоб вона дала поради батькам щодо адаптації до садочка та школи.

Є три важливі речі, через які молодші школярі хочуть ходити до школи та дошкільнята до дитячого садочка.

**ПЕРШЕ** – це цікава діяльність, яка допомагає дітям задовольнити потреби у пізнавальній активності.

**ДРУГЕ** – це прив'язаність до вчителя або вихователя.

Вчитель – це друга виховна особа для дитини після батьків. І якщо сформовані доброзичливі стосунки з вчителями чи вихователем, то дитині значно легше адаптуватися до середовища.

Батькам важливо з повагою ставитися до вчителя та при дитині уникати критики чи скарг щодо вихователя чи вчителя.

**ТРЕТЄ** – спілкування та гра з однолітками. Це є рушійні сили розвитку дитини, тому в процесі навчання спілкування та вільна гра з однолітками є невіддільною частиною.

Після тривалої перерви (карантин та канікули), діти звикли до проведення часу з батьками, до гри з батьками й до того. Із закінченням канікул на дітей чекають зміни.



*Для того, щоб допомогти дітям, батькам варто:*

- **НАЛАШТУВАТИ ГРАФІК.** За час канікул діти звикли лягати спати та прокидатися в зручний для них час, протягом дня займатися справами у зручному для них темпі. Перед початком навчального року батькам слід потурбуватися про налаштування більш чіткого графіка.
- **ЗАБЕЗПЕЧИТИ СТАБІЛЬНІСТЬ** та передбачуваність. Уникати змін в житті дитини. Перед початком навчання проговорювати з дитиною її день. Зробити день дитини максимально передбачуваним.
- **УНИКАТИ ДОДАТКОВИХ СТРЕСІВ** та навантажень. Не варто записувати дитину на гуртки, секції та репетиторів у перший місяць навчання.
- **ПЕРЕД ПОЧАТКОМ НАВЧАЛЬНОГО РОКУ ВЛАШТУЙТЕ З ДИТИНОЮ "ШКІЛЬНИЙ ШОПІНГ"**, нехай дитина сама обере для себе одяг та шкільне приладдя. Також можна влаштувати вечірку на честь нового навчального року. Згадайте кумедні та цікаві ситуації, які були під час навчального року. В жодному разі **НЕ ВАРТО ЛЯКАТИ ДИТИНУ** школою чи садочком.
- **БУДЬТЕ УВАЖНИМИ ДО ПОЧУТТІВ ДИТИНИ**, не уникайте їх, обговорюйте разом з дитиною її труднощі.
- **ПАМ'ЯТАЙТЕ**, що адаптація може тривати до двох місяців, у цей час дитині потрібна підтримка.



**Психолог Олена Погорєлова**

Індивідуальна психотерапія, групові заняття,  
корекційно-розвиваючі заняття,  
тренінги та лекції для батьків

тел.: +38 (096) 339 19 75

[www.facebook.com/Pohorielova](http://www.facebook.com/Pohorielova)



# 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

A young girl with brown hair in a bun, wearing a white tutu, stands in a field of daisies. She is smiling and holding a small yellow flower in her hands. The background is a bright, sunny outdoor setting with many daisies and green foliage.

# Іванка СОЛДАТКІНА

4 РОКИ

Вихованка садочка. Попри юний вік, вивчає англійську, займається художньою гімнастикою та бере участь у різноманітних конкурсах.

Весела, енергійна, цілеспрямована – це точно про цю маленьку красуню.



Смакуй життя з

 **Морквяна  
Мар'яна**

*За індивідуальним  
замовленням зробимо для тебе  
святковий торт та кендібар*

**Чекаємо в гості щодня на свіжу  
випічку та каву в кондитерських**

**м.Рівне вул. Чорновола, 60,**

**вул. Мазепа, 30**

**тел. +38 (068) 385-72-31**

**@ @morkviana\_mariana**



**5-13  
РОКІВ**

# Школа Леді

**Гармонійний розвиток  
Вашої донечки**

**☎ 097 778 40 08**

**Етикет • Мода та стиль • Хореографія • Дефіле • Самопізнання • Жіноче здоров'я**



# МИСТЕЦТВО – це мікс театру та літератури

Відомо, що одним із засобів формування особистості є мистецтво. З раннього дитинства воно стає частиною людини, формуючи її світогляд

через пісні, ігри, танці, казки, театральні вистави. Важливе місце серед безлічі засобів впливу на формування особистості дитини посідає театр. Цей

особливий вид мистецтва органічно поєднує у собі художнє слово, драматичну дію, поезику, музику, живопис і літературу. Театр розкриває духовний і творчий потенціал дитини і надає реальну можливість адаптації у соціумі.

У вересні 2020 року Літературна Театральна Учнівська Студія («ЛІТУС»), що діє на базі Рівненської ЗОШ №8, святкуватиме свій перший ювілей – 5 років. Студія заснована за ініціативи директора школи Назарук Ніни Вячеславівни. Позаду безліч вистав, конкурсів, виступів, фотосесій, відеопроєктів, попереду – ще більше. Вітаємо! Нових звершень та творчих злетів!

*Тетяна Бенедюк  
Ольга Полевик*

Літературна  
Театральна  
Учнівська  
Студія

Рівненська ЗОШ №8





Fashion week - випускники Рівненської ЗОШ №8 2019-2020 рр. - Миронюк Інна, Москалюк В'ячеслав, Бенедюк Тетяна, Онищук Роман.

Для мене, як для матери, «МТУС» - це не просто театральна студія, а гурток творчих, креативних, неординарних особистостей, що сприяє розвитку впевненості, фантазії, ритміки, пластики, танцювальної імпровізації. Я вдячна за всі роки, які провела моя донечка в цій студії, бажаю натхнення і нових творчих успіхів!

Степанюк Ольга Іванівна, мама учасниці студії, учитель фізики та астрономії.

«МТУС» - це можливість знайти себе! Це спосіб розвитку та подальшої реалізації своїх творчих, акторських та ораторських здібностей. Театр виховує почуття поваги до себе та оточуючих, навчає любити та пізнавати світ!

Закревоцька Оксана Миколаївна - керівник студії МТУС, вчитель історії.



Фотопроект «Барви почуттів» - випускники Рівненської ЗОШ №8 2018-2020 рр. - Полевик Ольга, Дубатовка Олександр, Кириленко Ірина.



Кадри з вистави «Життя - як слід від подиху на склі» - випускники Рівненської ЗОШ №8 2019-2020 рр. - Полевик Ольга та Васильєв Євгеній.

«МТУС» - це місце, де загоряються зірки в очах мого сина, це поштовх до нових звершень і досягнень, це майстерня, яка відкриває нову генерацію особистостей.

Онищук Людмила, мама учасника студії.



Проект «Спогад про війну»



*МТУС - це місце, де кожна дитина особлива. Це можливість розкрити свої внутрішні таланти, крок до подолання страху перед оцінкою, камерою та аудиторією.*

*Бенедюк Василь - тато учасниці студії.*

*«МТУС» - це креативний майданчик для талановитої молоді, яка у сірому світі хаосу й безнадії дарує глядачам оптимізм і бажання змінити світ на краще.*

*Черуха Ірина Володимирівна, учитель української мови та літератури.*



Проект «Мова тіла» - випускники Рівненської ЗОШ №8 2019-2020 рр. - Степанюк Марта, Киріша Зоряна.



Проект «Щаслива родина - здорова дитина»

*«МТУС» - перша серйозна спроба у ЗОШ №8 долучити учнів до театру. Траючи на сцені, хай навіть перед ровесниками чи батьками, підлітки однозначно краще зрозуміють і свої вчинки, і життя загалом.*

*Наварук Ніна Вячеславівна, директор ЗОШ №8, засновник театральної студії.*



Проект «Спорт - це любов...»



# УСПІХ – це мистецтво

**ПІВ:** Ковтун Тимофій Юрійович  
**Знак зодіаку:** Риби  
**Сімейний стан:** неодружений  
**Життєве кредо:** "Ad Astra" ("До зірок")  
**Улюблений фільм, актор/актриса:** "Джеррі Магвайр", "Інтерстеллар", Том Круз, Метью Макконахі  
**Улюблений музичний жанр:** я меломан  
**Улюблена книга:** "Граф Монте-Крісто"  
**Улюблений письменник:** Александр Дюма  
**Об'єкт натхнення:** жінка, яка поруч з тобою  
**У вільний час:** розвиток  
**Мистецтво** – це віртуозність у будь-яких проявах людського творення  
**Рівне** – це прикольне місто

Місто – це люди. Це ті, хто не просто працює, а й розвиває себе та свою малу Батьківщину. Рівне однозначно наповнене креативними й мистецькими особистостями. Воно багате творчими дітьми, молоддю та неймовірними проектами. Про риси успішної людини, важливість мистецтва у нашому житті, про те, як повинен думати мільярдер, та багато іншого поговоримо з Тимофієм КОВТУНОМ – власником будівельної фірми, маркетологом, економістом, спонсором мистецького проекту "Фантастичне Рівне. Історії та оповіді 2020".

## **– ПАНЕ ТИМОФІЮ, РОЗКАЖІТЬ ПРО СЕБЕ: ХТО ВИ ЗА ФАХОМ, ЧИМ ЗАЙМАЄТЕСЯ?**

– За фахом я маркетолог, а в житті – бізнесмен. У мене своя будівельна компанія, яка може втілити креативні проекти будь-якого замовника. Ми виготовляємо, будуємо і продаємо залізобетонні конструкції та різні вироби із залізобетону. Відповідно у компанії – я стратег і маркетолог, де задаю тон і втілюю різні напрямки розвитку нашого бізнесу.

## **– КИМ МРІЯЛИ СТАТИ У ДИТИНСТВІ?**

– Мріяв стати професійним спортсменом, футболістом, олімпійським чемпіоном. Виступати за "Динамо" (Київ), збірну України. Але не просто виступати, а досягати перемог у турнірах на національному та міжнародному рівнях. Я успішно рухався у тому напрямку, але через травму змушений був трішки змінити траєкторію мрії.

## **– ЧОМУ ОБРАЛИ САМЕ ТАКУ СФЕРУ ДІЯЛЬНОСТІ?**

– Насправді я не обирав, а рухався інтуїтивно. Відчував, що мені близько по духу, і постійно розвивався, вдосконалювався, відточував майстерність у певному напрямку, а потім переходив на суміжний, де теж наполегливо працював. Маркетинг – це річ цікава й дуже багатогранна, у ній є де розігнатись. Напрямок вектору руху, а також можливостей розвитку дуже багато. Також відзначу, що мої батьки вгадали із ЗВО. Я вступив у декілька вищих навчальних закладів Києва, а коли прибув у Київський торговельно-економічний, сказав: "Я хочу і буду тут навчатись". Дуже часто у дітей буває зворотна сторона медалі. Батьки обирають ЗВО на свій розсуд, той, що, на їхню думку, допоможе краще і якісніше реалізувати їхню дитину у житті. Або взагалі втілюють власну мрію через свою дитину, наполягаючи на вступі в обраний ними заклад, пробувши у якому певний час, дитина розуміє, що їй не подобається у ньому навчатись. Мої батьки завжди давали мені можливість і право вибору, тож завдяки цьому я точно знаю, чого хочу і як цього досягти.



## **– НАСКІЛЬКИ ВАЖЛИВА КУЛЬТУРА ТА МИСТЕЦТВО У ЩОДЕННУ ВАШОМУ ЖИТТІ?**

– На мою думку, культура – це продовження прояву душі. Це річ індивідуальна, і кожен демонструє її по-різному. У це поняття людина завжди вкладає щось своє. Хтось розуміє, що таке культура, а хтось живе на рівні рефлексів. Культура доповнює людину і є невіддільною частиною ідентичності людини і її прояву. Мистецтво для мене – це віртуозна майстерність людини в будь-чому. Культура і мистецтво є дуже важливими у сучасному становленні й розвитку людини. Вони є уособленням людини, яка росте і прагне.

## **– НАЗВІТЬ ТРИ РИСИ ХАРАКТЕРУ УСПІШНОЇ ЛЮДИНИ.**

– Тут коротко і лаконічно: сміливість, завзятість та постійні невпинні повторювані дії.

## **– ЩО ТАКЕ СМІЛИВІСТЬ ДЛЯ ЧОЛОВІКА У ПЕРШУ ЧЕРГУ?**

– Це рішучість у прояві своїх дій, слів, емоцій, а також уміння сприймати іншу точку зору.

## **– ЯК ПОВИНЕН ДУМАТИ МІЛЬЯРДЕР?**

– Мільярдер мало думає. У нього є команда аналітиків і менеджерів, які думають для нього, а інколи за нього. Мільярдер приймає рішення і діє, це ключове.

## **– ВИ ВІРИТЕ У КОХАННЯ?**

– Так.

## **– ЩО Б ВИ ЗРОБИЛИ НАЙПЕРШЕ, ЯКБИ СТАЛИ ПРЕЗИДЕНТОМ УКРАЇНИ?**

– Проклав би якісну асфальтовану дорогу між усіма населеними пунктами України. Один раз і надовго! Таким чином економіка країни відразу зросла б удвічі.

## **– ЧИ ПІДТРИМУЄТЕ МИСТЕЦЬКІ ПРОЕКТИ? ЧОМУ ОБРАЛИ САМЕ ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ КОНКУРС "ФАНТАСТИЧНЕ РІВНЕ. ІСТОРІЇ ТА ОПОВІДІ 2020"?**

– Підтримую та ініціюю. Успіх – це мистецтво у своєму прояві. Конкурс "Фантастичне Рівне" обрав тому, що сам люблю літературу, пишу есе і регулярно апробую "мистецтво пера". Завжди приємно, коли бачиш перед собою юних і обдарованих дітей, які у майбутньому досягнуть великих звершень. Талановитих дітей та молодь потрібно помічати, підтримувати та популяризувати їх маленькі кроки. У майбутньому, опираючись на свої джерела якісних знань, вони обов'язково знайдуть і реалізують себе, стануть щасливими та успішними в океані життя.

*Тетяна Бенедюк*

# РОДИНА НАДИХАЄ

Багато батьків прагнуть, аби їхня дитина була всебічно розвинутою, розумною, здоровою та щасливою. Немає єдиного способу ідеального батьківства, але є багато шляхів бути хорошими мамою чи татом. Усі батьки розвивають своїх дітей, знайомлячи їх з різними видами мистецтва чи віддаючи до садочків, шкіл, центрів розвитку. Про це та інше поговоримо із засновницею центру "Традиція" Ольгою МЕДИНСЬКОЮ.

## - ПАНІ ОЛЮ, РОЗКАЖІТЬ ПРО СЕБЕ.

- Перш за все – я дружина і мама, а ще – єдина донька. Народилась у Рівному, мої батьки – інженери, дуже підприємливі та ризиковані люди. Мама – любить футбол, а тато – прекрасно готує. Я сама маю економічну освіту, останніх 8 років очолюю Сімейний Центр "Традиція" при Католицькому храмі святих Петра і Павла. Разом з чоловіком Андрієм виховуємо семеро дітей, в цьому році відзначили 20-ту річницю шлюбу. Старші наші сини вже студенти, навчаються в рідному місті, а наймолодшій донечці – два роки. Від неї дізнаюся щодня різні новини: що маркери від дивану не відмиваються або що киця пластиліну не їсть... А от від решти дітей дізнаюся правду життя: що діти не мусять бути ідеальними чи суперслухняними, але потребують бути безумовно коханими. І це моя основна робота – діти і сім'я.

## - ЩО ДЛЯ ВАС ВАША РОДИНА? ЯК ВДАЄТЬСЯ ВСЕ МАМІ СІМОХ ДІТЕЙ?

- Родина в ширшому розумінні для мене – це колиска всіх наших талантів, мрій, розвитку особистості, тому для мене родина має величезне значення. А як мені все вдається – це провокаційне питання, бо далеко не все виходить, і слава Богу, що так! Вчуся на своїх помилках, аналізую свої реакції на події, спостерігаю за поведінкою інших людей, і вчуся, вчуся постійно... Зараз, до прикладу, вивчаю італійську мову.

## - ЧОМУ САМЕ "ТРАДИЦІЯ", ЯК ВИНИКЛА ІДЕЯ ТА НАЗВА?

- Традиція, якщо вона добра – є чимось гарним, стабільним, викликає довіру. Тому ми назвали центр "Традиція" – як місце, де на тебе чекають, нічого не вимагають, а лише про-



понують якісні, добрі речі. Європейський центр – бо вивчаємо мови наших сусідів. Ми ходимо в католицьку церкву, говориться "ходимо", але насправді ми живемо тією любов'ю, яку перш за все ми отримуємо в церкві. На початку я і група зацікавлених мам створювали центр з думкою про своїх власних дітей, щоб їх розвивати, зайняти чимось цікавим, і так було: відкрилась Творча студія, художня школа, курси іноземних мов, хореографія, театральний гурток. Але швидко така діяльність перейшла на рівень гурткової роботи для дітей нашого мікрорайону, почали приїжджати батьки з дітьми з цілого міста.

## - ЯК РОЗУМІЄТЕ ВИСЛІВ "ЩАСЛИВА РОДИНА – ЗДОРОВА ДИТИНА"?

- Щаслива родина – це скарб. Його треба берегти, його треба примножувати, як будь-який капітал. Здорова родина для мене – це така, де є пробачення, де є діалог, де немає насильства. Де разом можемо дискутувати, можемо помилятися, де мені допоможуть на 100% і обов'язково почують. А здорова дитина – це продукт її оточення, плід тієї любові та опіки, яку дала родина. Потім вже буде школа і суспільство, спочатку потрібне здорове середовище.

## - ВАШ ЦЕНТР У МІСТІ ОДИН З ТИХ, ХТО ПІКЛЮЮТЬСЯ НЕ ЛИШЕ ПРО РОЗВИТОК ТА НАВЧАННЯ ДІТЕЙ, А Й ПРО ЄДНІСТЬ СІМЕЙ. ЯК ВИ ПРАЦЮЄТЕ З СІМ'ЯМИ, ЩО ПОРАДИТЕ МОЛОДИМ РОДИНАМ?

- Сьогодні в роботі центру задіяні професійні педагоги, логопед, вихователі та волонтери. Залучаємо психологів, тому що і батькам, як і дітям, корисно вчитися, а саме: вчитися бути мамою чи татом підлітка; вчитися радіти; вчитися просто бути собою – для цього ми проводимо семінари, свята, заходи для сімей. Єдність – вона не з'являється раптово, вона будується. Тобто кожному зі свого боку треба будувати, само собою, без моїх зусиль – все цінне тільки руйнується. Тому молодим сім'ям пропонуємо зустрічі для дорослих, заняття з дітьми 2-7 років, майстер-класи на будь-який смак, проводимо родинні свята. Будуємо єдність через співпрацю, різні благодійні проекти, проводячи разом фестивалі. А що можна радити? Кожна людина – вільна. Пропонуємо нашу відкритість, готовність допомогти, зрозуміти, бути разом і чекаємо! До зустрічі в Центрі "Традиція"!

*Ольга Мединська, Людмила Стасюк*





# ЄВРОПЕЙСЬКИЙ СІМЕЙНИЙ ЦЕНТР ТРАДИЦІЯ

*Розвинута дитина –  
успішна особистість!*

ЗАПРОШУЄ ДІТЕЙ ВІКОМ  
ВІД 2 РОКІВ НА ТАКІ НАПРЯМКИ:

- Англійська мова
- Польська мова
- Розвиваючі заняття для дошкільнят
- Підготовка до школи
- Ранній розвиток від 2-3 років (заняття з мамою)
- Театральне мистецтво
- Творча студія
- Логопед
- Молодіжний клуб «Paradiso»
- Художня школа св. Луки
- Школа для батьків



Фестивалі та родинні свята

**Чекаємо за адресою**

м. Рівне вул. Соборна, 213

тел. +38 096 294 32 79, +38 067 188 59 90

**Філії «Традиції»:**

м. Львів, вул. Стрийська, 6 тел. +38 096 950 69 65

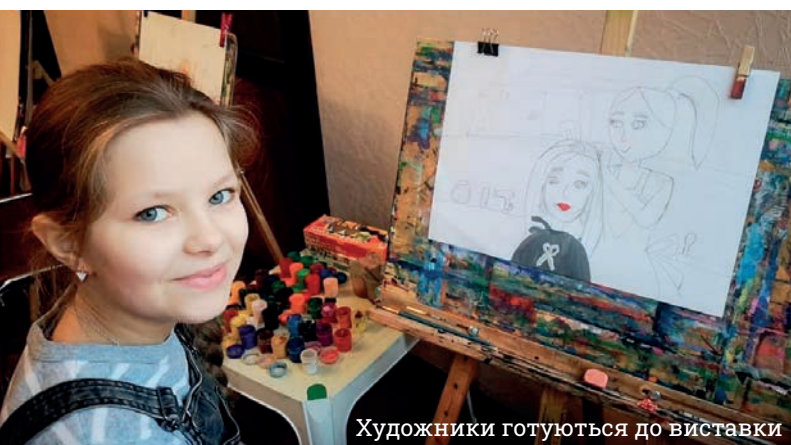
м. Мукачеве, вул. Мункача, 19 тел. +38 067 359 06 83

<https://www.facebook.com/tradivne/>

YouTube : Family Center TRADITION

<https://www.youtube.com/channel/UC9NEPfselgRpQZcRkVs5RCA>

UC9NEPfselgRpQZcRkVs5RCA



Художники готуються до виставки



Заняття для дошкільнят

Працюємо для добра сім'ї та суспільства



Молодіжний клуб «Paradiso»



## ОЛЕКСАНДРА ЖУКОВСЬКА:

*«Книга "За кермом без пригод" – унікальна, бо її писали суддя, адвокат, судовий експерт, слідчий та поліцейський»*

Талановита жінка, суддя Дубенського міськрайонного суду Рівненської області Олександра ЖУКОВСЬКА 15 серпня урочисто презентувала на території Дубенського замку книгу "За кермом без пригод". Це її дебют як професійної письменниці. З чим я особисто та колектив "Видавничого дому "ОГО" вітаємо пані Олександру. Олександра Юріївна перед презентацією найбільше боялась, що будуть незаповнені місця, не всі гості прийдуть. Однак все сталося з точністю до навпаки, не було жодного вільного місця.

**"Кожен водій розуміє, що в будь-який момент може відбутись зіткнення чи наїзд. Дорожньо-транспортна пригода не обов'язково станеться з вами. Але загроза завжди є. Краще знати, як себе поводити в кризовій ситуації. В тому числі у суді" – такими словами починається глава "Слово судді".**

Книга "За кермом без пригод" – унікальна, бо її писали суддя, адвокат, судовий експерт, слідчий та поліцейський. Співавторка Олександра Жуковська написала розділ не лише як від судді, а і як від водійки.

"За кермом без пригод" – це настільна книга для водіїв і автовласників, корисний та місцями смішний посібник, який знадобиться на практиці. Книга дуже цікава, й мені здається, що подібного формату в Україні ще не було.

А сам процес написання книги зайняв у Олександри Юріївни до місяця. Але як зізналася пані Олександра, що без підтримки свого коханого чоловіка Адама Жуковського вона навряд чи мала б сили реалізувати проєкт. У виданні вмістили поради для читачів, про які, як потім з'ясувалось, мало хто знає.

На презентації був присутній відомий у столиці адвокат та співатор видання Вадим ВОЛОДАРСЬКИЙ.

Також на захід завітали читачі суддівського блогу Олександри Жуковської, судді, адвокати, друзі з різних регіонів України, а саме: з Києва, Львова, Хмельницької, Волинської, Рівненської, Тернопільської та Вінницької областей. Один з гостей – Антон БОЙКО, голова Погребищенського районного суду Вінницької області – приїхав здалеку спеціально, щоб познайомитися з нашою героїнею та отримати книгу з автографом. Найбільшим сюрпризом для Олександри Жуковською став приїзд з Києва науковця, голови правління Експертного центру з прав людини Володимира СУЩЕНКА.

Під час презентації книги адвокат Вадим Володарський з Києва, разом з Олександрою Жуковською, зачитували уривки зі своїх глав на сторінках, які для них загадували присутні. На завершення відбулась автографесія, де автори дарували свої автографи всім охочим на сторінках видання.

Після чого гості відвідали виставкові зали Дубенського замку й побували на екскурсії в Тараканівському форті. Тож відбулась презентація не лише книги, а й місцевих цікавинок, в яких черпає натхнення суддя Дубенського міськрайонного суду Олександра Жуковська.



Олександра Жуковська з чоловіком Адамом Жуковським

Письменниця люб'язно надала читачам журналу "РІВНЯНИ" для ознайомлення невеличкий уривок з розділу від судді:

**"Я щодня проїжджаю мінімум 120 км до роботи і назад. Знаєте, як сприймає дорогу суддя?"**

Розглядаючи справи щодо дорожньо-транспортних пригод, ти не просто розумієш, наскільки серйозними можуть бути наслідки неухважності чи бравади за кермом, а бачиш їх регулярно. Ясно бачиш людські трагедії. Ціна помилки – життя і здоров'я.

За кермом мимоволі відмічаю...

Ось на цьому повороті загинув чоловік в аварії.

А це місце, де збили жінку на велосипеді.

Тут обгін заборонено даремно, часті ДТП, багато людей стали інвалідами.

Куди ж ти летиш? Попереду пішохідний. Вже один так долітався.

Розвернута вантажівка, розбиті Жигулі. Хоч би всі живі і здорові. Невже нове кримінальне провадження?

О, а тут все обійшлося тілесними ушкодженнями середньої тяжкості й люди примирились!

Після того як стикаєшся з горем людей, яких аварія висмикнула зі звичного життя і жбурнула по різні сторони в кримінальний процес, на дорогу вже не можеш дивитись інакше. І знову, і знову ідеш трасою, яка знайома не лише як водію, а з жахливих фото матеріалів справи та драматичних розповідей у судовій залі.

**Будьте уважні на дорогах. Бережіть себе і оточуючих!"**



Книгу можна замовити за тел. (098) 218-30-30, (095) 054-69-40, (097) 653-34-86 та зробити заявку можна за E-mail: [unce@ukr.net](mailto:unce@ukr.net). До редакції надходять запити на книгу з автографом Олександри Жуковської. Щоб люди лишлись задоволеними, такі замовлення збираються, після чого книги будуть передані співавторці, підписані й розіслані читачам вже з автографами.



**Олександра Жуковська  
зі співавтором книги адвокатом  
Вадимом Володарським**



# МАЛЕНЬКА РІВНЯНКА ЗАПИСАЛА ПІСНЮ ПРО РІВНЕ

Свою особливу пісню про рідне місто записала маленька рівнянка Євангеліна Шмід. «Рівне – місто щасливих людей» – нова пісня рівненської співачки, презентація якої відбулася напередодні дня міста.

Пісня Євангеліни про Рівне – сповнена віри в те, що тут живуть щасливі та натхненні люди, які готові його змінювати. На композицію відзняли кліп. Зйомки відбувалися на кількох локаціях і найголовніше в процесі зйомок здійснилася мрія Єви – піднятися в небо...

– У кліпі ви зможете побачити Рівне з висоти пташиного польоту, глянути ще інші цікаві місця нашого міста і піднятися у вись неба, – говорить Євангеліна. – Хочу подякувати за підтримку у зйомках кліпу Віктору Шакирзяну, адже завдяки йому ми змогли зняти кліп на особливий, дитячий гімн Рівного.



## ФОТОГРАФІЮ

ВАС, ЕМОЦІЇ, ПОЧУТТЯ І МОМЕНТИ

ОБОЖНЮЮ ЩАСЛИВИХ ЛЮДЕЙ,

ЗУПИНЮ ЧАС НА ФОТО ТА НАВЧУ ВАС

ФОТОГРАФИ ЗРОБИТИ ТЕ Ж

+38 097 269 75 79  
BONDAR IREN

© @bondar\_iren f iren bondar



- ФАРБУВАННЯ
- ЛІКУВАННЯ ВОЛОССЯ
- ЗАЧІСКИ
- СТРИЖКИ
- ПІДБІР ДОМАШНЬОГО ДОГЛЯДУ

## Супер «**NULLTARIF**» пропозиція!

Понад 100 сучасних моделей оправ – БЕЗКОШТОВНО\*

Окуляри на замовлення

від **399<sup>00</sup>** грн.

Три роки гарантії на окуляри

**м. Рівне, вул. Замкова, 13, тел. (0362) 26-88-75**



[www.optika-fielmann.ua](http://www.optika-fielmann.ua)

\* за 2.00 грн. в чеку при замовленні окулярів.

**оптика fielmann**



# Жінка ЩАСЛИВА, КОЛИ ВПЕВНЕНА у своїй красі



І добре, що у Рівному є професійні майстри,  
які допоможуть кожній жінці відчувати себе королевою.  
Феї краси **Spectrum beauty house** щоденно готові  
зробити ваш образ довершеним.



Тут ви зможете **ОТРИМАТИ ПОСЛУГИ:**

- Манікюр/педикюр
- Перукар: фарбування волосся, модельні стрижки, відновлення волосся
- Масаж: бамбуковий, релакс, лікувальний, спортивний, скрабування та обгартування
- Напилення брів, татуаж очей та губ
- Оформлення брів, ламінування вій/брів
- Нарощування вій та волосся
- Косметологічні послуги: чистка обличчя, ін'єкційні процедури, плазмоліфтинг, мезотерапія

*...а ще дружня команда обіцяє  
затишну атмосферу, цікаві розмови  
та чашечку затишної кави!*

 [www.facebook.com/spectrumbeautyhouse](http://www.facebook.com/spectrumbeautyhouse)  [@s\\_beauty\\_house\\_](https://www.instagram.com/s_beauty_house_)

м. Рівне, вул. Костромська, 87, тел.: +38 (067) 540 54 38

**ВАША ОПТИКА**

Центр контактної корекції зору

**ПРОДОВЖУЄ ЛІТО!**

**до -60% на сонце!**  
\* сонцезахисні окуляри



**ЗАВІТАТИ У «ВАШУ ОПТИКУ» У РІВНОМУ МОЖНА ЗА АДРЕСАМИ:**

вул. Міцкевича, 32 (готель «Мир»), тел.: (099) 099 12 82 (запис до лікаря)

вул. Соборна, 17 (ЦУМ, вхід із вул. Чорновола), тел.: (068) 876 64 73, (098) 634 29 05 (запис до лікаря)

вул. Київська, 67 а (ТРЦ «Арена», 1-й поверх), тел.: (098) 634 28 91 (запис до лікаря)

вул. Короленка, 1 (ТРЦ «Злата Плаза»), тел.: (063) 421 72 78



[vashaoptika.com](http://vashaoptika.com) [facebook.com/vashaoptikacom](https://facebook.com/vashaoptikacom) [@vashaoptika](https://instagram.com/vashaoptika)

Акція діє з 18.05.2020 до 1.10.2020 | Модель на фото «BULGET ОССІАЛІ»