

ЯК БЕЗКОШТОВНО НАВЧАТИСЬ У США **НОВИНИ** » с. 2



№127 • 25.10-26.10.2010

ПОНЕДІЛОК-ВІВТОРОК



«НИВА» ЗНОВУ ПРОГРАЛА **СПОРТ** » с. 11



РЕКОМЕНДОВАНА ЦІНА

250 грн

Газета є членом Всесвітньої Асоціації

Завтра ринки бастуватимуть

«Податковому кодексу – ганьба!» — з таким гаслом близько 300 вінницьких підприємців разом з колегами з інших регіонів пікетували Верховну Раду. Акцію протесту планують продовжити у Вінниці — у вівторок ринки міста не працюватимуть

НОВИНИ » с. 3



У четвер вінницькі підприємці протестували у Києві, завтра акцію планують перенести у Вінницю

КАНДИДАТ ВІД «БАТЬКІВЩИНИ» ЗНЯВ З ВИБОРІВ СВОЮ КАНДИДАТУРУ

Оксана ПУСТОВІТ,
(0432)555-111

Раптове «прозріння» за тиждень до виборів демонструють деякі вінницькі політики. Член партії «Батьківщина» Василь Жорноклей разом зі своїм колишнім однопартійцем Іваном Вітенком, у п'ятницю, 22 жовтня, вирішили зробити заяву для журналістів.

Василь Жорноклей запевнив, що зняв свою кандидатуру із виборів місцевих депутатів. Балотувався він по мажоритарному округу №15 (район Вишеньки). Озвучена причина — обурення політикою місцевого осередку партії «Батьківщина».

— Партія повинна формувати свої списки відкрито, — сказав Василь Жорноклей. — Сьогодні я — член

партії, навіть помічник голови обласного осередку Юрія Медведєва — по зв'язках з громадськістю. Але мене обурило те, що відбувалося на останній партійній конференції: у списках з'явилися люди, які ніколи не були в партії. Я побачив у прохідному списку сімейні клани. Голова міської організації Людмила Щербаківська пише в газеті, що з «Батьківщини» йдуть порядні люди. Ні — це порядних людей «пішли».

Хвилин 40 «протестний» Жорноклей розповідав усе, що він думає про вінницьке керівництво «Батьківщини» і про свою небайдужість: як він на площі сам футболки роздавав і спонсора знайшов, щоб вивіску на штабі повісити... За словами Василя Жорноклея, з партії він ще не вийшов. Але збирається це зробити сьогодні, у понеділок.

Легко було б повірити в «актив-

ну позицію» Жорноклея, якби він був перший день в політиці. Навіть його назвати важко — він ішов у мери у 2006 році, був заступником міського голови, тому знає: альтруїстів при владі немає. І всі, хто йдуть на вибори, знають «ціну питання» прохідного місця у списку і вартість передвиборчої кампанії. Тому ніхто не дивується появі у списках спонсорів партії. Лише констатують. І прес-конференції напередодні виборів просто так не збирають — комусь це потрібно.

На запитання «20 хвилин», що позиція Жорноклея за тиждень до виборів більше нагадує чийсь замовлення знизити рейтинг «Батьківщини», екс-кандидат відповів:

— Замовлення?! Що таке рей-



тинг? Юлії Володимирівні потрібен рейтинг? Люди не її будуть вибирати, а депутатів від «Батьківщини».

Проте Юлії Тимошенко свою позицію Василь Андрійович доносити не збирається: «Марно». До речі, на п'ятницю у Юлії Володимирівні запланована поїздка у Вінницю. Навряд чи ми дізнаємося, що вона думає з приводу заяви Жорноклея.

Обговорюємо разом
■ vn.20minut.ua/news/10185390

Більше фото
■ vn.20minut.ua/news/10185390

КОРОТКО НОВИНИ

Шукайте себе у списках

• Представники Державного реєстру виборців закликають вінничан перевірити себе у попередніх списках виборців, що знаходяться на дільницях. Кожен виборець має право звернутися до дільничної виборчої комісії, або ж безпосередньо до органів Державного реєстру, із заявою щодо уточнення попереднього списку виборців. Також необхідно перевірити у списках наявність відповідної позначки для тих людей, які через постійну нездатність пересуватися самостійно, мають право голосувати у своїй оселі. Це потрібно зробити для того, щоб у день виборів, 31 жовтня, представники ДВК змогли забезпечити волевиявлення таких вінничан, приїхавши до них додому.

«Вінницягаз» оштрафували

• Вінницьке обласне територіальне відділення Антимонопольного комітету оштрафувало ВАТ «Вінницягаз» на 10 тисяч гривень за зловживання монополістичним становищем. Як встановила перевірка, товариство безпідставно стягувало зі споживачів плату за технічне обслуговування комбінованих будинкових регуляторів тиску газу. Адже така плата не передбачена чинним законодавством. Товариство припинило порушення у ході розгляду справи.

Будується молокопереробний комплекс

• До 2012 року у Вінниці має з'явитися потужний молокопереробний комплекс. На цьому комбінаті вироблятимуть усі види сухих продуктів, згущене молоко, згущені вершки, якісні молокопродукти. Збудувати його має кондитерська корпорація Roshen. — Ухвалене рішення і сьогодні вже завершено проектування нового потужного молокопереробного комплексу. Сума інвестицій тільки в будівельні роботи складе більше 270 млн грн. Також передбачаються багатомільйонні закупівлі устаткування, — повідомив засновник корпорації Петро Порошенко.



НОВИНИ

Редактор рубрики ЄВГЕНІЙ ФРОЛОВ jenya.frolov@gmail.com



Кожний вінничанин може звернутися у редакцію "20 хвилин" із запитанням, що хвилює, і отримати відповідь через газету, пишiть: Хмельницьке шосе, 2а або maxzotov@gmail.com

СЬОГОДНІ НА САЙТІ
www.20minut.ua

За освіту заплатять американці

У вінницьких студентів є шанс безкоштовно отримати закордонний диплом

Найчастіше читають

Шість машин, две аварії в Вінниці - в одно время и на одной улице

Вінницький студентський парламент обирали зі скандалами

Як з «МакДональдса» вінничанин викурювали

Армагеддон починається с Вінниці

Найчастіше обговорюють

Вінницький студентський парламент обирали зі скандалами
vn.20minut.ua/news/10184985

Святе місце покровителів подружжя везуть в Вінницю
vn.20minut.ua/news/10184982

Як з «МакДональдса» вінничанин викурювали
vn.20minut.ua/news/10185036

На Покрову казаки стреляли из пушки
vn.20minut.ua/news/10185039

Кровні війни кандидатів за владу
vn.20minut.ua/news/10185007

Ваша позиція

На сайті 20minut.ua зайдіть та проголосуйте сьогодні:

Введення продуктивних карток – це:

- реальна допомога бідним
- черговий популізм від влади
- непотрібний механізм, краще б зарплати та пенсії підвищили
- повернення до СРСР



Інга КУЦ,
(068)1106323

Навчання за кордоном — мрія багатьох вінницьких студентів. Там, мовляв, здобувати освіту і престижно, і весело. Ось тільки біда — дозволити собі таку розкіш можуть лише обрані. Або генії, або "мажори". Третього не дано.



"Моя донька зараз навчається на другому курсі Педуніверситету, вивчає англійську мову, — пише у своєму листі до редакції вінничанка Вікторія Баранюк. — Її мрія — потрапити до одного із європейських чи американських університетів. Підтримати її фінансово ми не здатні. Наш сімейний бюджет витримає, хіба що витратити на дорогу. Але я щось чула про те, що зараз є можливість влаштуватися в закордонний універ-

ситет безкоштовно, так би мовити, на "бюджет". Чи є у Вінниці організації, які можуть допомогти моїй донці таким чином здобути престижну освіту.

Виявляється, шанс безкоштовно отримати закордонну освіту є. Мова йде про навчання у США, яке фінансується фондом імені Фулбрайта. Усі бажані студенти та молоді науковці можуть взяти участь у конкурсі. Головне — вільно володіти англійською мовою та гарно написати грант.

— Виграти конкурс не дуже просто, але якщо ви людина активна, котра хоче змінювати себе та світ навколо себе на краще, варто пробувати, — розповідає координатор проекту Інна Баріш. — Конкурсний відбір за будь-якими грантами Фулбрайта відбувається у три етапи. Претенденти пишуть есе за своєю програмою, потім на співбесіді обґрунтовують мету поїздки. Фіналісти складають комп'ютерні тести з англійської



Студентка Вінницького педагогічного університету Наталя Радько (21, праворуч) та випускниця цього ж вузу Наталя Івахненко (23) за однією з програм імені Фулбрайта три тижні стажувалися в університеті штату Міссурі

мови. Перед написанням гранту потрібно обрати актуальну тему, яка може бути з будь-якої сфери знань, навіть вивчення української мови в Америці. Головне — щоб свої навички можна було використати з користю для інших, повернувшись в Україну. Раджу багато читати на обрану тему, щоб на співбесіді вільно оперувати фактами, цифрами, відстоювати свою думку.

Цьогоріч за різними конкурсами програми Фулбрайта у США навчається четверо студентів з Вінниці.

З усіма можливостями програми та запропонованими на сьогодні грантами можна ознайомитися на сайті fulbright.org.ua

Коментують відвідувачі сайту 20minut.ua
ІМЯ НЕ УКАЗАНО

Как правило, все желающие получат подобное

образование даже не собираются его "использовать" для других, повернувшись в Украину". Поучиться и набить концы, чтобы в дальнейшем туда свалить с наибольшим комфортом — это да. Возвращаться сюда? Ага, ща! Дурных нет.

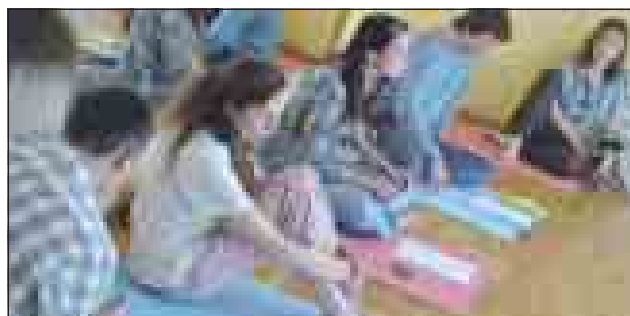
"Папа Цикорий"

Так обидно, что наша молодежь, вынуждена выпрашивать зарубежные подаяния, вроде этих грантов имени Фулбрайта. Обидно, что перспективным молодым украинцам готовы помогать кто угодно, кроме нашей родной страны.

ІМЯ НЕ УКАЗАНО

По таким программам действительно ездят только дети мажоров. А простому студенту, который даже пусть будет супер-пупер гениален, можно рассчитывать на практику на ферме или же уборщиком, продавцом в магазине. Причем такое удовольствие будет тоже стоить от 1000 зеленых.

Вінничани вчили заробляти гроші по фен-шую



Про те, як стати багатими, слухали понад півсотні вінничанин, не зважаючи на вихідний день

Ольга ЛИТВЕНЮК,
(097)2661093

Про різні способи заробити гроші та відкрити власну справу: від соціальних зв'язків, Інтернету та франшизи — до питань фінан-

сового захисту і... психології грошей — про це і не тільки говорили 24 жовтня на Фестивалі грошей.

Усе має бути по фен-шую і навіть гроші. Знаючи певні моменти, як облаштувати свій офіс чи дім, можна створити сприятли-

ву атмосферу для багатства. Як це зробити і, власне для чого. І що таке багатство, як його не тільки накопичити, але й зберегти для своїх дітей.

На Фестивалі не лише були представлені грошові знаки різних епох з історії України, зібрані вінницькими нумізматами. Більше тут говорили про саму сутність грошей, як досягти фінансового успіху, наважитись відкрити власну справу і отримувати прибутки.

Усього охочих дізнатись більше про гроші, знайшлося більше півсотні осіб. У рамках фестивалю пройшло близько 20 майстер-класів на теми фінансів, бізнесу, інвестицій, управління часом та на інші теми, пов'язані з грошима.



ФОТО ДНЯ

14.40 • 21 жовтня • Барське шосе



— Сьогодні цілий день мрячить дощ, погода така холодна, що краще сидіти вдома, пити гарячий чай та нікуди не виходити. А я ще й парасольку вдома забув, — розповідає студент Ярослав Кітко (20). — Але насправді дощ — це не перешкода. Якщо в душі сонячно, то ніяка осінь на заваді не стане.

ОЛЬГА КОВАЛЕНКО

ШИНИ
13" - 22,5"

АКУМУЛЯТОРИ

ПП "Контан" м. Вінниця, вул. К. Маркса, 5а, тел. факс: (0432) 64-34-31, 64-34-31, 27-76-81
м. Вінниця, вул. І. Боруса, 92, тел. факс: (0432) 22-34-42

Професійний догляд присадибних ділянок

-15%

www.anti-rag.com.ua

21007, м. Вінниця
вул. Кірова 95
+38 (0432) 67-60-62
+38 (097) 400-14-91
anti-rag@ua.fm

Завтра ринки бастуватимуть

«Податковому кодексу — ганьба!» — з таким гаслом близько 300 вінницьких підприємців пікетували Верховну Раду. Акцію планують продовжити у Вінниці — у вівторок ринки міста будуть бастувати



Підприємці кажуть, що нова редакція Податкового кодексу змусить їх відмовитися від малого бізнесу

Ольга ЛИТВЕНЮК,
(097)2661093

Проти нової редакції Податкового кодексу, запровадження касових апаратів, повної бухгалтерської звітності, підвищення податків та зменшення обсягу товарообігу, який дозволяє залишатися на спрощеній системі оподаткування, пікетували підприємці з різних регіонів України.

Акція протесту відбулася у четвер, 21 жовтня, під стінами Верховної Ради України. На неї зібралось близько тисячі представників малого бізнесу. З Вінниці та області, за словами голови ВМГО "Центр" Алли Алексенцевої, приїхали близько 300 людей.

Підприємці розвісили перед будівлею парламенту плакати, скандували: "Кодекс — ні!" і "Ганьба", "Третій Податковий — гірший третього рейху", "Пенсійна реформа — чергова брехня", "Ганьба новій владі!", "ВР проти народу — хто виграє? Великим вареником можна подавитися", "Уряд Азарова: бери шинель..." Крім цього, пікетувальники принесли кілька поховальних вінків.

— Ми хочемо, щоб вла-

да відповідала за свої дії та слова. Адже коли спочатку говорили про те, що малий бізнес до закінчення кризи не чіпатимуть, то тепер за рахунок нього хочуть виїхати, — каже Алла Алексенцева. — Тож тепер влада має відповісти, куди підприємцю, який працює на єдиному податку, подіти зайвих вісім працівників. Адже відповідно до останньої редакції кодексу він може мати не десять, як

підприємцю треба наймати бухгалтера. Це при тому, що може бути тільки два найманих працівника.

В той же час, в уряді інша думка. Прем'єр-міністр Микола Азаров, коментуючи пікетування підприємцями Верховної Ради, заявив, що не розуміє, через що пікетують підприємці. Мовляв, Податковим кодексом передбачене зниження податків і зобов'язань обов'язкової їх сплати.

— Акція протесту послужила поштовхом до того, що нарешті до нашої думки почали дослухатися. Розпочалися переговори, — каже голова громадської організації приватних підприємців "Центр" Алла Алексенцева

зараз, а лише два найманих працівника. Що роботи перукарням, де є мінімум чотири крісла. Що роботи перевізникам, які мають кілька бусів, які скоріше за все, були куплені в кредит і тепер ними здійснюють перевезення пасажирів. Продавати? Як? Кому?

Також, за її словами, влада має відповісти, як бути підприємцям з книгою обліку та касовими апаратами. Адже у такий спосіб фактично вводиться повна звітність. А для цього

— Якщо щось і скорочується, то це — фискальний тиск. Кодекс спрямований на те, щоб у нас в країні податки були нижчими, але щоб ці знижені податки платили всі, — наголосив він.

Але, незважаючи на це, в той же день за дорученням спікера парламенту Володимира Литвина, створено робочу групу по Податковому кодексу.

Обговорюємо разом
vn.20minut.ua/news/10185387

Більше фото
vn.20minut.ua/news/10185387

В здоровом теле — здоровый дух

Все мы родом из детства, и характер человека формируется там же. Поэтому если уж родители с юных лет привили любовь к спорту, то это иной раз становится основным занятием и смыслом жизни.

Для вінничанина Бориса Максимчука здоровий образ жизни — не пустой звук. Еще будучи студентом Вінницького педагогического университета, он начал исследовать проблему разви-

тия. Он поставил своей целью найти возможности привить трезвые взгляды на свое здоровье как можно большему количеству людей.

Факультет физического воспитания, на котором он остался преподавать после окончания вуза, предоставлял для этого большие возможности. Ведь должность преподавателя — это эффективная возможность решения поставленных задач. Например, с помощью будущих специалистов, которые из года в год

покидают стены альма-матер. Именно для этого Борис Максимчук написал кандидатскую, которая была востребована в учебном процессе не только родного университета, но и в других высших заведениях Украины. Помимо научных трудов, молодой вінничанин активно участвует в научных конференциях и конкурсах, помогает и курирует юных аспирантов. Свое виденье здорового будущего общества помогает ему форму-

лировать и формировать всесторонние планы развития такой научной отрасли как валеология.

— Это наука о нашем здоровье и здоровье наших детей. Имеются в виду все возможные аспекты: будь то пища, вода или спорт, — говорит Борис Максимчук. — Речь идет об усовершенствовании тела и души.

Сейчас Борис Максимчук пишет докторскую диссертацию на тему валеология, и в совершенстве изучает эту науку.

SMS-новина
від підписки 120 копійки



Вашу новину
прочитають

89 884

Вінничанин

Ви гарантовано отримаєте
10 гривень* на Ваш
мобільний рахунок

Просто надсилайте новини
на номер (063) 499-69-17

Куди діти? Діти обирають роботу: учень
"Міжнародного центру ДТТ" у Вінниці.
Павел

На вулиці вулиці "5-й квартал" ДТТ, у Вінниці,
співпрацює з працівниками "Повний універсальний"
Вінниця

Вінниця: 150000. Найкращий новий магазин
Юлія

На вулиці вулиці "5-й квартал" ДТТ, у Вінниці,
співпрацює з працівниками "Повний універсальний"
Юлія

На вулиці вулиці "5-й квартал" ДТТ, у Вінниці,
співпрацює з працівниками "Повний універсальний"
Юлія

Щоб зберегти здоров'я, необхідно
робити: адміністрація в центрі міста
на вулиці вулиці "5-й квартал" ДТТ, у Вінниці,
співпрацює з працівниками "Повний універсальний"
Юлія

В центрі міста, у Вінниці, ДТТ новина
в 15:00 години відбувся великий концерт
"Міжнародний центр"
Наталія

В центрі міста, у Вінниці, ДТТ новина
в 15:00 години відбувся великий концерт
"Міжнародний центр"
Наталія



МОБІЛЬНА РЕДАКЦІЯ

Двор застраивается, мнения жильцов никто не спрашивает

Девятиэтажка по Келецкой, 12а от остальных винницких домов мало чем отличается — та же куча разнокалиберных неприятностей, на которые, кроме самих жильцов, никто внимания не обращает. Более того, решения, непосредственно влияющие на жизнь людей, принимают без их ведома

Олег ЛЕВАДНЫЙ,
(068)2123180

Проблем в любом многоквартирном доме, как всегда, — вагон с тележкой. Жаловаться есть на что — от проблем с мусоркой и канализацией, до крыс «воот такого размера!», которые, по словам жильцов, перебегают из расположенного рядом частного сектора, где люди содержат домашних животных.

А еще прямо во дворе уже два года стройка идет — полдвора перегородено. Там раньше была пристройка от обувной фабрики. По словам жителей девятиэтажки, предприниматель, который получил права на эту территорию, сперва сказал, что будет строить там маленькую цветочную лавку. Но потихоньку маленький

магазинчик превратился в двухэтажный, а затем и в супермаркет. Что не очень обрадовало жителей района.

— Если тут будет круглосуточный супермаркет — тут и машины будут ездить, и стоянка будет, и вообще — проходной двор, — говорят жильцы. — Жить станет невозможно.

По словам людей, их мнения никто не спрашивал, вроде как не ходили по квартирам и не собирали подписи. Все как бы были против, но стройка все же началась и конца-края ей не видно. К тому же, она мешает проходу по тротуару.

— Я ничего не подписывала, я всегда была против, — говорит жительница этого дома Ольга Коваленко. — Кто ему разрешение давал — понятия не имею!

С мусоркой — вообще разговор особый. Раньше на территории двора стояла огороженная пло-

щадка для мусора, которой пользовались жильцы как этого дома, так и соседних общежитий медуниверситета. Но теперь площадку снесли и, по слухам, на ней вместо мусорки будет... кафе. Пока там машины паркуются, а баки с мусором разместили вокруг детской площадки.

В общем, претензий масса. Включая ту же работу ЖЭКов.

— В том же счете на дом пишут: «за ремонт детской площадки». Никто ее не ремонтирует! — говорят жильцы. — Поставили баки прямо рядом с детской площадкой! Здесь дети играют и туда же мусор выбрасывают.

— Подобные проблемы имеются не в одном районе города, — говорит начальник отдела благоустройства горсовета Игорь Корольчук. — Нужно наладить работу ЖЭКов с жильцами. Сейчас город находится на пути решения этих вопросов.



Начальник отдела благоустройства при горсовете Игорь Корольчук (40) убеждал жителей многоэтажки, что их проблемы будут решены. Вот только людям в это верится с трудом



ЕПІЦЕНТР®

БУДІВЕЛЬНО-ГОСПОДАРСЬКИЙ ГІПЕРМАРКЕТ

ВІДКРИТТЯ

30 ЖОВТНЯ

ПРИЙДИ ТА ВИГРАЙ

100 000 грн.

або • побутову техніку
• DVD • телевізори
• електроінструмент
та безліч інших призів



Вінницька обл., с. Зарванці
1-й км Хмельницького шосе, 1

Попередні акції на сайті
www.epicentrum.com.ua



РЕПОРТАЖ

Редактор рубрики **ОЛЕГ ЛЕВАДНИЙ** Levadny.Oleg@gmail.com

С миру по копейке – детям радость

Воздушных змеев, футбольные мячи, ракетки и прочий спортивный инвентарь привезли в Самгородскую школу-интернат волонтеры из благотворительного общества «Бригантина»

Олег ЛЕВАДНИЙ,
(068)2123180

Еще не успели распаковать все пакеты с подарками, а дети уже вовсю гоняли по футбольному полю – запускали воздушных змеев, а для самых маленьких уже готовили выступление клоуны.

— Этот проект называется «1 копейка», — говорит директор благотворительного фонда «Бригантина» Дмитрий Дидык. — Каждый посетитель аптеки или магазина бросает в ящик копейку. За месяц-полтора набегает сумма тысяч в десять, и на эти деньги мы покупаем то, что необходимо для досуга детей. В эту школу мы везем спортивный инвентарь – шиповки, кеды, мячи, ракетки... Много чего. Через месяц-полтора – поедem в другую школу-интернат.

По его словам, за все время существования этого проекта они собрали больше 200 тысяч гривен. Сам проект работает уже третий год. За это время девушки (вот не идут в волонтеры парни!) посетили уже

16 школ-интернатов. Это – семнадцатая.

— Ну не идут ребята в волонтеры, — говорит Дмитрий. — Девушки как-то более ответственные, что ли...

— Мы занимаемся этим, чтобы детям помочь, — говорит одна из волонтеров, студентка Марьяна Воронюк. — Чтобы увидеть улыбки на их лицах, их глаза. Когда мы приезжаем, они всегда радуются!

— К нам благотворительные организации приезжают не так, чтобы часто, но бывают. В основном это банк «Украина» и верующие – евангелисты. Вот сейчас и «Бригантина» приехала, — говорит директор школы-интерната Александр Сабчук.

В школе сейчас воспитывается 115 детей. Это специальная школа для детей со сниженным зрением. Сюда направляются дети из Винницкой области с проблемами зрения и дети-сироты – сейчас в интернате учатся семь сирот и шестнадцать детей, у которых родители лишены родительских прав.

Більше фото
■ vn.20minut.ua/news/10185389



— Первый раз змея запускал – такой адреналин, такие ощущения! — говорит Юра Жалюзивский (14)



— Ой, а они правда – кожаные? – живо интересовался футбольными мячами Руслан Патык (11)



Для самых маленьких клоуны подготовили отдельную программу



Подарки еще не были распакованы, а детвора уже вовсю гоняла со змеями по полю



Что отличает детей школы-интерната, так это – дружба и взаимовыручка!

Фірма «Вікма»

ПІД КЛЮЧ

**КОНДИЦІОНЕРИ
ВЕНТИЛЯЦІЯ
ТА ОПАЛЕННЯ**

- проектування і монтаж
- фільтри, нагрівачі води
- монтаж та ремонт морозильних камер

**ПРОМИСЛОВЕ
ТА КОМЕРЦІЙНЕ
ХОЛОДИЛЬНЕ
ОБЛАДНАННЯ**

- Холодильні камери та агрегати
- Скороморозильні тунелі
- Системи охолодження рідини
- Монтаж, налагодка, сервіс

Підприємство ТОВ «ВІКМА» є офіційним представником підприємства ТОВ «Спліт-Сервіс» по Вінницькій та Хмельницькій областях, пропонує

**ІНСТАЛЯЦІЙНІ МАТЕРІАЛИ
ДЛЯ ВЕНТИЛЯЦІЇ ТА
КОНДИЦІОНУВАННЯ**

Знижка 20%
з 01.10.2010 по 31.10.2010

вул. 40-річчя Перемоги, 27 А
тел.: (0432) 35-05-88,
65-58-68, 65-58-70
www.vikma.vn.ua;
vikma@svitonline.com;
info@vikma.vn.ua

Навреди себе сам

То, что у нас каждый второй, в лучшем случае, сам себе врач — ни для кого не секрет. Зачем врач, если есть аптека. Вот только закончиться такая самодеятельность может плохо

В связи с похолоданием и очередной грядущей эпидемией, появилась масса рекламы медикаментов, применяемых для лечения простуды и гриппа.

После ее просмотра, проникаешься тем, что парацетамол, который содержится в таких популярных средствах, как терафлю, колдрекс, фервекс и прочие эффералганы, однозначно — панацея. То же самое касается и препаратов, содержащих ацетилсалициловую кислоту, то есть аспирина — та же реклама советует принимать его чуть не по любому поводу.

О том, что тот же парацетамол имеет огромное количество противопоказаний, реклама скромно умалчивает. А ведь врачи его настоятельно не рекомендуют принимать людям, страдающим заболеваниями печени, почек, желудочно-кишечного тракта. Так же этот препарат повышает артериальное давление и может вызвать токсическое действие на кровь, особенно если превысить дозировку.

— Токсические гепатиты редко, но случаются, — говорит ассистент кафедры инфекционных заболеваний ВНМУ им. Пирогова КМН Александра Попович. — В позапрошлом году у пожилой женщины, 75 лет, развился токсический гепатит, из-за длительного приема парацетамола. Причем она дозы не превышала, просто долго принимала — лечила суставы. И в прошлом году был похожий случай.

Очень часто люди забывают

прочитать инструкцию и совмещают один препарат с парацетамолом, с другим, в котором он тоже есть. В результате — передозировка. Организм не выдерживает, и пациенты оказываются в инфекционных отделениях с геморрагическим синдромом. Не менее опасен и аспирин, причем как для пожилых людей, так и для молодых.

Подобные примеры можно приводить, чуть ли не до бесконеч-

— Когда я назначаю препарат, я за это несу ответ. А вот аптекари не несут, — говорит винницкий врач Игорь Пахно

ности — таблеткам, настойкам и прочим панацеям несть числа.

Фармацевтам такая ситуация тоже на руку — народ не только скупает то, что по телевизору им нацептали, но и то, что провизор в аптеке посоветует.

— Иногда я тоже прихожу в аптеку и стою в очереди, — говорит заведующий отделением анестезиологии и реаниматологии первой горбольницы Игорь Пахно. — В солидную аптеку, крупную, где специалисты. Они иногда такое несут, такие консультации проводят прямо на месте! Причем их консультации похожи на

правду — но только похожи! Продавец стоит в аптеке, а больной рассказывает ему свои симптомы — это он в аптеке ведет прием! Они не имеют права этого делать. К тому же они ни за что не отвечают. Когда я назначаю препарат, я за это несу ответственность. Если с большим по моей вине что-то случится, меня с работы выгонят, посадят, в конце концов, родственники придут — морду набьют. Даже если просто придут, скажут — мне стыдно будет.

Но идет народ не к врачу, а в аптеку. Какой смысл идти в больницу, толкаться в очередях, чтобы узнать, что «желудку с мезимом хорошо»? Это и по телевизору, и в аптеке скажут, чего доктора по пустякам дергать? К тому же у нас масса людей живет совсем не в местах прописки, а это лишняя головная боль — или едь в другой район (а то и совсем — в другой город), или заключай договор с поликлиникой, или... Или вообще — чего туда ходить, к тому же у многих людей просто нет ни денег, ни времени. Хотя мало кто знает, что в тех же обычных поликлиниках и условно-бесплатных больницах работают те же самые врачи, только в другое время и за совсем другую зарплату.

Детальнее про опасность самолечения читайте в библиотеке на сайте "20 минут".

Обговорюємо разом
■ vn.20minut.ua/news/10185388

Дивіться бібліотеку
■ www.20minut.ua/tema/1233

Десятка самых продаваемых в Украине препаратов



АКТОВЕГИН
(Nycomed, Швейцария)
неврологический препарат



НАТРИЙ ХЛОРИД
(разные производители)
физиологический раствор



ЭССЕНЦИАЛЕ
(Sanofi-Aventis, Франция)
применяется для лечения заболеваний печени



НО-ШПА
Sanofi-Aventis
спазмолитический препарат



МИЛДРОНАТ
(Grindex, Латвия)
улучшает кровообращение



ЛАЗОЛВАН
(Boehringer Ingelheim, Германия)
средство от кашля



АМИЗОН
(Фармак, Украина)
используется для профилактики и лечения вирусных заболеваний



КОЛДРЕКС
(GlaxoSmith-Kline, Великобритания)
жаропонижающее и противовоспалительное средство



МЕЗИМ
(Berlin-Chemie, Германия)
применяется при лечении панкреатита



ПРЕДУКАЛ
(Servier, Франция)
кардиологический препарат

КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА



Игорь Пахно
(45)

заведующий отделением анестезиологии и реаниматологии больницы №1

— По поводу самолечения — был, к примеру, случай — больной с лептоспирозом, с серьезным поражением печени, почек, сердца... При нем продромальный период (период предвестников) с обязательной температурой, но еще не видно основных симптомов, похож на все. Видимо, у него раньше был опыт — при гриппозных состояниях он принимает «панadol» по 500 миллиграммов. И пробует снизить себе температуру. Причем так попробовался, что принял 15 таблеток за полтора суток. Это опасно и само по себе, а при этом заболевании — особенно. В результате — смерть от нарастающей печеночной недостаточности. Возможно, он бы умер от самого лептоспироза, была достаточно тяжелая форма — но самолечение панадолом ее усугубило конкретно.

Или другой случай — сын с отцом — симптомы одинаковые. Сын лег в больницу, отец не захотел — решил лечиться сам. На работу все равно не ходил — рвота неделю была. Потом из-за этой же рвоты обострился панкреатит — все равно сюда попал.

Производителей лекарств штрафуют за рекламу

Антимонопольный комитет Украины за полтора года провел 65 расследований по поводу распространения ложных данных о лекарственных препаратах.

В итоге оштрафовал на миллион гривен одну австрийскую компанию Boehringer Ingelheim RCV GmbH&Co KG за недостоверную информацию о сиропе Лазолван и на четверть миллиона компанию Рейнбо-ЛТД за рекламу лекарства Доллар. Причем Boehringer штраф заплатили, а Рейнбо-ЛТД продолжает судиться. Есть у Антимонопольного комитета претензии и к другим производителям, но это — капля в море.

По данным специализированного медицинского издания «Морион», в прошлом году украинцы прикупили себе без рецеп-

тов разных лекарств на сумму 8,68 миллиарда гривен. А с учетом того, что минимум половина была куплена «про запас, на всякий случай», то получается, что реклама «развела» наших граждан в пользу фарм-компаний, больше чем на четыре миллиарда. Ну да мы страна богатая, не будем мелочиться.

Правда, некоторые депутаты, вроде Татьяны Бахтеевой, все же пытаются внести законопроект, запрещающий рекламу препаратов. Но это не у всех вызывает восторг — на продвижение лекарств тратятся огромные деньги — по Украине это около 9% всей рекламы в масс медиа. Так что отказаться от таких сумм наши СМИ вряд ли смогут — только телеканалы на них в год зарабатывают порядка миллиарда долларов.

МИ ВИРІШУЄМО ЮРИДИЧНІ ПРОБЛЕМИ.

Судова тяганина - це не гра,
це наша справа.
В компанії «Право24»
ми до кінця відстоюємо позицію
клієнта і досягаємо
потрібних результатів.

Право24

Телефон: 098 500 0000
Україна, м. Київ, вул. Майданська, 11



ЛЮДИ СПРАВИ

Редактор рубрики НАТАЛІЯ ПІСКУНІЧЕВА | Nataliya.Piskunicheva@gmail.com

Про роботу

Робота — це головне у житті. Від усіх неприємностей, від усіх бід можна знайти тільки в одному порятунку — у роботі.
Ернест Хемінгуей

Коли не вишиваю — в'яжу

Вишивання для мене не тільки основна професійна діяльність, але й життєва необхідність, — каже Ірина Штунь. — Я просто без цього не можу. І це зовсім не марудна справа. Це творчість, яка дозволяє мені зробити свій світ яскравим

Наталія ПІСКУНІЧЕВА,
(063)7386310

Коли Ірина Штунь навчалася у першому класі, її подруга захопилася вишивкою і якось запропонувала: «Вишивати так цікаво, давай будемо разом». Пройшло багато років, але Ірина до цих пір з посмішкою згадує свою відповідь: «Це так нудно. Я ніколи не буду вишивати!» Тоді вона й уявити не могла, що ця «марудна» робота захопить її і стане справою життя.

— Коли я закінчила школу — вміла вишивати хрестиком і думала, що вже все вмю, — розповідає Ірина. — Нових швів навчилася, коли працювала на «Вінничанці». Та у кінці вісімдесятих у якійсь програмі по телебаченню я побачила нові техніки. Тоді зрозуміла, що вмю дуже мало і почала освоювати нові шви.

Зараз Ірина володіє 50 техніками вишивання та починає пізнавати таємниці східної вишивки.

— У східній вишивці працюють в основному шовком. Це важче, але набагато цікавіше, — розказує майстриня. — Порівняно з нашою вишивкою, східна природніша і витонченіша.

Вишиває майстриня і рушники, і серветки, скатерки, картини. Та зізнається, що найбільше любить працювати над сорочка-

ми. Зараз якраз вишиває сорочку для себе. Та працює ще над кількома роботами на замовлення. А замовників у Ірини багато. Найчастіше просять вишити весільний рушник, і навіть замовляють родинні рушники-обереги.

— Вишивка стає модною, і все більше людей хочуть мати ексклюзивні речі, — каже майстриня. — Та буває, що замовляють вишивку, щоб просто «сховати дірку» на зіпсованій речі.

Паралельно з улюбленою вишивкою жінка любить в'язати. Цим вона захопилася ще у школі.

— Вчителі, які приходили до мене, в основному були одягнені у в'язані речі. Я запитувала, як їх в'язали і вони мені швиденько писали схему узору, — згадує Ірина.

А в'язанням гачком оволоділа сама, по книзі. Перше, що створила гачком — кімнатні капці, які подарувала мамі. Тепер в'яже одяг, головні убори, серветки і предмети інтер'єру.

— Зараз закінчую в'язати торшер на замовлення, — показує майстриня. — Принесли каркас і попросили: «Зроби з ним щось». Учора прийшла дівчина і попросила зв'язати светр «як ні у кого». Раніше мене дратувало таке формулювання, тому що не знала, що хоче незнайома людина. А зараз мені навіть подобається щось придумувати, фантазувати. Головне — побачити нитку і людину.

Багато з робіт майстрині уже побували на різних виставках. А нещодавно у бібліотеці імені Шевченка пройшла її перша персональна виставка.

Спочатку планувалося, що виставка триватиме п'ять днів, але вона викликала жвавий інтерес у читачів, тому її продовжили до двох тижнів.

Виставка саме у цій бібліотеці



— Займатися рукоділлям я можу 24 години на добу, — каже Ірина Штунь

— не випадковість. Ірина часто заходить до бібліотеки почитати та й просто поспілкуватися.

— У нас в місті небагато місць, куди може заїхати людина на інвалідній колясці, — каже Ірина. — А у цій бібліотеці все гарно обладнане.

Не дивлячись на фізичні обмеження, Ірина не відірвана від світу, вона спілкується з людьми, має учениць, які переймають у неї майстерність.

— Я займаюсь і зі школярками, і з жінками за сорок, — каже Ірина. — У першому занятті

нікому не відмовляю. Якщо бачу, що людині це дійсно цікаво — продовжую займатися. А ні — відмовляю.

Нещодавно Ірина придбала комп'ютер та виставила деякі свої роботи на інтернет-сторінці.

— Мені було цікаво, що люди скажуть про мої роботи. Різні пишуть: і хвалять, і критикують. Але я чекала гіршого. Тепер знаю, що працюю у правильному напрямку. — каже Ірина. — Та головне, тепер я можу спостерігати за роботами інших майстрів, учитися і розвиватися.

ДОСЬЄ

Ірина Штунь

27 грудня 1967 року

Улюблені книги: психологічна література

Музика: спокійна позитивна музика, слухаючи яку не відчуваєш часу

Хобі: бісероплетіння

Улюблений режисер: Ельдар Рязанов

З ФОТОАЛЬБОМУ НАШИХ ЧИТАЧІВ



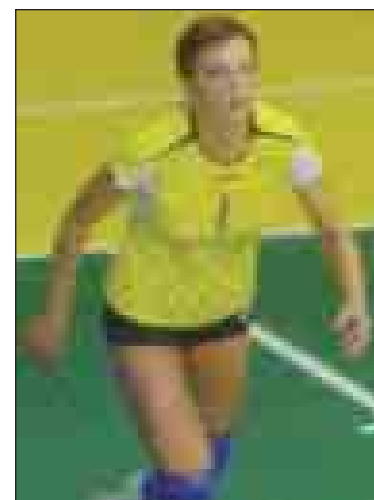
— Надувний матрац — це звичайно не піратська шхуна, але й на ньому можна досхочу наплаватися. Головне — не боятися шубовснути у воду, — кажуть Женя, Оленка та Віола. — А якщо щось станеться — дідусь завжди врятує!

Надсилайте на електронну адресу редакції фото з домашнього архіву. З невеликим підписом (хто на фото, вік, подія). Ми обов'язково опублікуємо найцікавіші моменти ваших пригод, святкувань, відпочинку тощо. Чекаємо листів: maxzotov@gmail.com (з приміткою «фото наших читачів»)

Професійний спорт — важка праця

Перші свої кроки у професійному спорті майбутня волейболістка клубу суперліги Ірина Роголь зробила у Гайсинській дитячо-юнацькій спортивній школі. Зараз професійна спортсменка виступає за вінницьку команду «Кряж-Медуніверситет».

— Мене запросили до команди суперліги «Северодончанка» з Северодонецька, — розповідає волейболістка Ірина Роголь. — Рівень моєї гри відповідав високому статусу команди, але мене постійно тягнуло до дому, до сім'ї. Провівши три сезони у Северодонецьку, я переїхала до Вінниці. Зараз тут в місцевій команді зібрався чудовий колектив. Нам під силу з наступного сезону виступати у суперлізі. Але і працювати є над чим, потрібно відшліфувати свою майстерність. Адже спорт — це важка праця



Спортивну кар'єру Ірина Роголь поєднує з материнством. Увесь свій вільний час вона проводить з маленькою донечкою

ВІТАЄМО

25 ЖОВТНЯ



Дмитрий Дидусенко
<http://vkontakte.ru/id5327682>



Елена Коростелёва
<http://vkontakte.ru/id2401475>

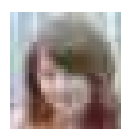


Дмитрий Человой
<http://vkontakte.ru/dimon767>

26 ЖОВТНЯ

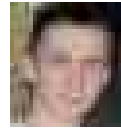


Юрий Гриньков
<http://vkontakte.ru/id19301874>

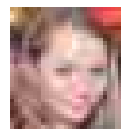


Виктория Ищенко
<http://vkontakte.ru/id18063971>

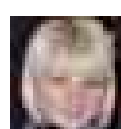
27 ЖОВТНЯ



Сергей Подлесный
<http://vkontakte.ru/id29292575>



Ольга Гребеникова
<http://vkontakte.ru/id9224503>

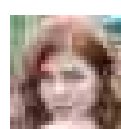


Наталочка Олійник
<http://vkontakte.ru/id21219105>

28 ЖОВТНЯ



Тарас Антоноук
<http://vkontakte.ru/id20308865>



Мариша Левчук
<http://vkontakte.ru/id25018471>

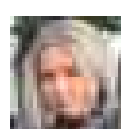
29 ЖОВТНЯ



Алёнка Дележа
<http://vkontakte.ru/id14934977>

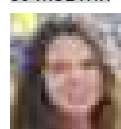


Саша Загребельний
<http://vkontakte.ru/id36780969>

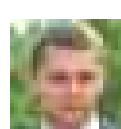


Анетка Спринчак
<http://vkontakte.ru/id29833133>

30 ЖОВТНЯ

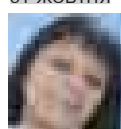


Мирослава Атаманенко
<http://vkontakte.ru/id10101315>



Ігорь Маковий
<http://vkontakte.ru/zmeykaaa>

31 ЖОВТНЯ

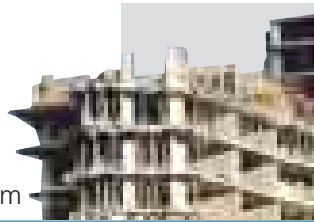


Інна Самолюк
<http://vkontakte.ru/id58210297>



ГРОШІ

Редактор рубрики **ОЛЬГА ЛИТВЕНЮК** olga.litvenyuk@gmail.com



Будівельники набудували на 560 мільйонів

У січні–вересні 2010 р. підприємствами області виконано будівельних робіт на суму 560,8 млн грн, що у порівняних цінах становить 94,4% до обсягів будівництва у січні–вересні попереднього року.

О доступном жилье в Виннице замолвите слово

Правительство написало новую программу о доступном жилье. Но винничанам на господдержку в этом году ждать не стоит. А зарезервированные участки под строительство доступного жилья могут быть застроены в перспективе

Правительство снова заговорило о программе доступного жилья. Но пока ничего нового, кроме самих разговоров, не произошло.

Хотя сама программа уже разработана и рассчитана на 2010–2017 годы. Правительство планирует предоставлять ипотечные кредиты на длительный срок со ставкой не выше 12–14% годовых.

Дальнейшим шагом реализации данной программы является застройка доступным жильем земельных участков, которые по поручению Кабинета Министров резервируются во всех регионах Украины. На сегодня зарезервировано порядка 600 таких площадок. В Виннице, по словам начальника управления экономики и инвестиций горсовета, таких площадок зарезервировано две и обе — на перспективу. Речь идет об участке в районе улицы Тарногородского и об участке в перспективном микрорайоне Восточный (Тяжилов).

Сейчас государство готово оплатить украинцам, стоящим в очереди на улучшение жилищных условий, 30% стоимости жилья. Оставшиеся 70% они должны оплатить из своего карма-

на. Годом ранее, когда только начала действовать программа “Доступное жилье” речь шла о 100% государственной оплаты.

Безусловно, чтобы не собирать деньги “в банку” на протяжении многих лет, можно обратиться в банк за ипотечным кредитом.

В Украинской национальной ипотечной ассоциации (УНИА) сообщили, что на начало III квартала кредиты под залог недвижимости выдавали 23 из 176 банков, при этом диапазон ставок колебался от 17 до 27%.

Поэтому, ставку в 14% глава Винницкого регионального отделения АФНУ Владимир Яцуба, называет довольно приемлемой.

— Другой вопрос в том, кто будет иметь право на доступное жилье и не будет ли процедура его получения сильно забюрократизированной, — говорит он. — В противном случае, людям будет проще обращаться в банк, возможно к тому времени ставки ипотеки еще немного упадут. Кроме того, не нужно забывать, что сейчас есть проблемы и в Молодежном фонде, через который получают квартиры молодые семьи.

То есть, пока что идея доступного жилья остается только те-



Общая очередь на жилье в Виннице —
30 тысяч человек

Количество “социальных” квартир, которые могут быть построены на Тарногородского —
930

Количество банков, выдающих ипотечные кредиты —
23

Процентные ставки, действующие —
от 17 до 27%

Процентные ставки, оглашенные правительством —
14%

орией. Прежде чем приступить к ее реализации, по словам Галины Якубович, нужно разобраться с очередью. Сейчас идет процесс объединения всех существующих очередей в одну.

— Далеко не все, из примерно 30 тысяч человек, пребывающих в общей очереди на жилье, име-

ют возможность заплатить 70% от стоимости квартиры или взять ипотечный кредит, — говорит она.

Также она отмечает, что в этом году, в отличие от прошлого, Винница не подала ни одного дома на участие в программе частичной компенсации стоимости жилья людям.

СПІЛЬНОТА



• Як застосувати податкову пільгу у податковому періоді, у якому праців-

ники припинили трудові відносини з працедавцем? ДПА України повідомляє. За результатами розгляду скарг, окремі платники податків (податкові агенти) не завжди враховують особливості нарахування податку з доходів фізичних осіб при застосуванні податкової соціальної пільги. Зокрема, працівникам надається податкова соціальна пільга за місяць, у якому вони припинили трудові відносини з працедавцем.

Платник податку має право на зменшення суми загального місячного оподатковуваного доходу, отриманого з джерел на території України від одного працедавця у вигляді заробітної плати, на суму податкової соціальної пільги.

Податкова соціальна пільга починає застосовуватися працедавцем з податкового місяця, в якому платник податку подав працевдавцю заяву про її застосування з відповідними документами, і зупиняється з податкового місяця, в якому платник податку подав заяву про відмову від пільги або припинив трудові відносини з таким працедавцем.

Спілка підприємців СТІНА запрошує на безкоштовний семінар «Правові відносини з органами контролю. Діалог на рівних» (реєстрація за тел. 69-33-90).

Споживчий кошук тижня. Середні ціни на продукти (у гривнях за кілограм)

	"Привокзальний"	"Урожай"	Центральний	"Маки"
Свинина	36	42	40	40
Сало	16	20	18	15
Яйця (10 шт.)	8,2	9,5	8,5	8,5
Олія (фас.)	12,5	13	13	12,5
Кисломолочний сир	25	30	26	28
Цукор	8,5	8,5	8,5	8,5
Борошно	3,6	3,8	3,7	3,75
Гречка	13	14	13,5	13

	"Привокзальний"	"Урожай"	Центральний	"Маки"
Рис	9,25	11	12	10
Картопля	3,8	5	4	4,5
Капуста	3,5	4	4,5	4
Морква	3	4	4	4
Цибуля	5,5	6	5,5	5
Лимони	13	15	15	15
Апельсини	10	15	15	14
Карасі	10	12	9	12

Скажіть ТАК своїм мріям!

Кредит на Все! Тепер до 50 000 грн!

Без застави та поручителів

вул. 50-річчя Перемоги, 37
0(432) 55 26 00/01

Телефонуйте зараз! 0 800 30 08 02
www.renesancecredit.com.ua

Ренесанс Кредит

МІЖНАРОДНИЙ ІНВЕСТИЦІЙНИЙ БАНК

КРЕДИТИ

для підприємців, малого та середнього бізнесу
від застави нерухомого та рухомого майна

м. Вінниця, вул. Пирогова 39
тел. 507-955

ПОШУК ВАШОГО АВТО

НОВІ АВТО

AUTO.RIA.UA



РОБОТА

Редактор рубрики **ОЛЬГА ЛИТВЕНЮК** olga.litvenyuk@gmail.com



За рівнем зарплат область — двадцята

Серед регіонів країни за рівнем оплати праці Вінниччина посідає 20 місце. Серед семи областей, у працівників яких нарахована зарплата була нижчою, ніж у Вінницькій, виділяється Тернопільська область. Найвищий рівень (2612 грн) — у працівників Донецької області.

Собери из работников команду — получи успех

Не способный совладать с подчиненными руководитель, как правило, рискует расстаться с должностью: либо он уходит сам, не выдержав нагрузки, так как работу приходится тянуть в одиночку, либо его “уходят”

Собрать коллектив — всего лишь полдела, главное — суметь превратить группу людей в команду. В конце концов, от слаженной работы сотрудников зависит не только успех общего дела.

Проще всего создать свою команду, когда вместе с должностью руководителя проекта или начальника отдела человек получает карт-бланш на формирование коллектива.

Если же начальник имеет дело с уже существующим коллективом, ему придется немного труднее. Ведь чтобы “сколотить” просто коллектив в одну сплоченную команду, ему самому нужно для начала стать “своим”.

Сотрудники должны видеть, что начальник не только раздает указания, но и работает наравне со всеми. В таком случае они воспринимают его как одного из них, “своего”.

— А к “своему”, соответственно, и отношение другое: ему не завидуют, его не боятся. Напротив, такому руководителю стремятся помочь, его боятся подвести или разочаровать, — говорит психолог Алена Антонова. — Но при этом очень важно сохранить некоторую дистанцию с сотрудниками. Полностью ассимилироваться с подчиненным тоже будет ошибкой. К примеру, нельзя доделывать после сотрудников работу, если они не успевают. Такому руководителю быстро садятся на голову.

Главный “клей” команды — общая цель. При этом цель должна быть ясной и близкой коллективу: не “принести прибыль компании”, а, к примеру, “получить премию на наш отдел” или “успешно завершить проект” и, опять же, получить комиссионные.

Важно также регулярно делиться с коллективом общими успехами и проблемами. В таком случае сотрудники будут чувствовать себя полноправными членами команды, а не простыми исполнителями.

— Наш начальник отделения после каждого совещания в головном офисе устраивает совещание с нами. Рассказывает, что им говорили там, потом мы вместе обсуждаем наши проблемы. Мне это нравится. На таких совещаниях появляется чувство, что делаешь что-то очень важное, — рассказывает экономист отделения коммерческого банка Елена Ткачук.

На собраниях, кроме общих успехов, стоит отмечать и личный вклад каждого сотрудника. А вот о недостатках лучше поговорить с каждым наедине.

Также, в каждом коллективе, за каждым его членом должна быть гласно или не гласно закреплена определенная роль.

В команде обязательно должны быть некоторые типы сотрудников. Первый тип — “Правая рука”. Доверенное лицо руководителя. Надежный, квалифицированный, способный принимать решения. Этому члену команды можно доверить выполнение самых сложных задач. В случае необходимости может заменить шефа, проследить за рабочим процессом в его отсутствие. Главный способ поощрения — присвоение официального статуса заместителя. Плюс — официоз снимет напряжение в коллективе, вызванное дополнительными полномочиями “правой руки”

“Специалист”. Хорошо разбирается в какой-то теме. Особенно важны специалисты по тем вопросам, которые мало знакомы руко-



Чтобы создать командный дух, начальник должен

- 1 Правильно распределять роли в коллективе
- 2 Отмечать общие успехи
- 3 Справедливо оценивать вклад каждого сотрудника в общее дело
- 4 Делиться информацией с остальными членами команды
- 5 Отстаивать интересы коллектива перед вышестоящим начальством
- 6 Прислушиваться к мнению сотрудников

водителю. Выполнение специализированных задач. Может выступать консультантом руководителя по профильным вопросам.

“Многостаночник”. Широкопрофильный специалист, способный работать практически на любом участке процесса. Многостаночник может на время заменить выпавшего из процесса специалиста, но ему не стоит поручать сложные или нетривиальные задачи. Регулярное признание заслуг многостаночника в присут-

ствии коллектива — лучший способ его поощрить.

“Исполнитель”. Выполняет любую работу, порученную ему руководителем. Исполнитель, но не инициативен, в силу особенностей характера или отсутствия опыта. Ему можно поручить механическую работу, “текучку”, которую все равно нужно кому-то делать. Главное в работе с исполнителем — четко объяснить, что он должен делать. Чем детальнее инструкция, тем лучше.

ВИТАЄМО

25 ЖОВТНЯ

Яропуд Тамара Степанівна
директор СПД Яропуд Т.С.,
т. 62-19-74

26 ЖОВТНЯ

Новогребелець Олександр Васильович
директор ТОВ «Вінпромхолд»,
т. 27-20-07

Горшкова Наталя Олександрівна
директор ТОВ «Вінат-Д»,
т. 55-14-97

Найчук Павло Володимирович
директор «Теплохолд»,
т. 69-36-63

Заброцький Олександр Павлович
генеральний директор ТОВ
«Торговий дім Вінницький
агрегатний завод», т. 55-13-01,
55-13-06

Барецький Володимир Іванович
заступник голови Вінницької
облдержадміністрації, т. 59-21-35

27 ЖОВТНЯ

Пилипчук Дмитро Павлович
заступник директора ТОВ
«Спецтехнологія-В», т. 57-90-65

Пилипчук Дмитро Павлович
директор ТОВ «Гарнет»,
т. 57-51-31

Ратова Валентина Дмитрівна
заступник голови Вінницького
об'єднаного товариства
колишніх політ'язнів, т. 35-00-
19, 68-20-18(д)

Чорна Лариса Володимирівна
заступник головного лікаря по
медичній частині міської лікарні
№1, т. 51-11-90

Беліско Олена Сергіївна
начальник планово-економічного
відділу управління охорони
здоров'я міської ради, т. 59-52-29

28 ЖОВТНЯ

Заболотний Олег Григорович
директор Вінницької обласної
філії НАСК «Оранта», т. 35-72-
93, 32-45-87

Дем'янюк Микола Васильович
завідувач секретаріату міської
ради, т. 59-52-11, 59-51-14

Ковальчук Олександр Васильович
голова Замостянського районного
суду м. Вінниці, т. 35-55-26

29 ЖОВТНЯ

Фільчин В'ячеслав Костянтинович
СПД, т. 61-20-61

Гавриш Леонід Тарасович
голова спостережної ради ВАТ
“Володарка”, депутат обласної
ради, почесний громадянин
міста Вінниці, т. 26-30-14,
26-57-06

Галицький Ігор Андрійович
начальник Державної інспекції
з контролю за цінами у
Вінницькій області, т. 66-11-22





СПОРТ

Редактор рубрики **ВІТАЛІЙ ТАРАН** vitalyk.taran@gmail.com



«Динамо» нарешті перемогло

Футболісти київського «Динамо» виграли перший матч у цьогорічному розіграші Ліги Європи. Три очки кияни набрали у виїзному поєдинку проти АЗ «Алмар». Голландці поступилися українцям 1:2.

«Кряж-Медуніверситет» продовжує переможну ходу

Вінницька жіноча волейбольна команда «Кряж-Медуніверситет» продовжує лідирувати у вищій лізі чемпіонату України. Після зіграних трьох турів, наші волейболістки мають стовідсотковий показник — шість перемог у шести матчах

Віталій ТАРАН,
(093)2068523

Чергові дві перемоги волейболістки «Кряж-Медуніверситету» здобули у домашніх матчах, що проходили 23 та 24 жовтня у спортивному залі Вінницького Національного медичного університету. Цього разу переможеною спортивний майданчик покидала запорізька команда ОДЮСШ «Орбіта» — 3:0, 3:0.

«ОРБИТА» СТВОРИЛА ІНТРИГУ

Перша партія стартового поєдинку пройшла при рівній грі суперниць. Більш того, запорізьким волейболісткам вдалося піти на першу технічну перерву за переможного рахунку 8:5. Та збільшити відрив від вінничанок гості не спро-

дила гра у третій партії, яка виявилася заключною. Наші волейболістки впевнено контролювали хід гри, зберігаючи прийнятний відрив від суперниць. Партія завершилася з рахунком — 25:21.

НЕРВОВІСТЬ ПОЗНАЧИЛАСЬ НА ЯКОСТІ ГРИ

— У третьому турі ми грали проти команди, яка сформована з юних волейболісток (1993-1994 років народження). Тому головним нашим козирем був досвід. Проте запорізька команда у першому матчі полоскотала нам нерви. Причиною цього є деяка розслабленість моїх підопічних, адже важко серйозно налаштуватися на гру проти команди, яка має нижчий рівень майстерності. У першому матчі нервова гра дала свій відбиток на чіткості подачі та на прийомі, котрі бажали бути



Другий матч проти «Орбіти» наші волейболістки провели більш упевнено

дуніверситету» — 25:13. Після виграли двох партій вінничанкам знадобилося 16 хвилин, щоб знову святкувати успіх — 25:13.

ЗІГРАЛИ ПО МАКСИМУМУ

Після двох завданих поразок запорізькій «Орбіті» наша команда продовжує перебувати на верхній турнірній таблиці.

— У першій грі мої підопічні

припустилися 12 помилок на прийомі, а сьогодні лише раз. У всіх компонентах гри кожна волейболістка зіграла по максимуму. Задоволений результатом гри та все ще є помилки, над якими потрібно працювати, — розповідає Олександр Бондаренко.

Дивіться відео
vn.20minut.ua/news/10185392

— Наша команда перебуває на першій сходинці турнірної таблиці. Проте головні ігри у нас ще попереду, зокрема і наступна проти «Регіна-МЕРУ» з Рівного, — розповідає головний тренер «Кряж-Медуніверситету» Олександр Бондаренко

моглися. За рахунку 20:20 волейболістки «Кряж-Медуніверситету» виграли три очка на своїй подачі, після чого лише раз дозволили «Орбіті» провести результативну атаку. Стартова партія завершилася перемогою вінничанок 25:21.

Волейболісткам «Орбіти» і на початку другої партії вдалося зав'язати інтригу, зберігаючи відставання від «Кряж-Медуніверситету» в одне, два очки. Та при рахунку 19:17 майстерна гра вінничанок на своїй подачі принесла результат у вигляді виграючої партії — 25:19.

За таким же сценарієм прохо-

кращими, — розповідає головний тренер вінницької жіночої волейбольної команди «Кряж-Медуніверситет» Олександр Бондаренко. — Та все ж таки дівчата не дозволили запорізькій команді створити сенсацію.

Наступного дня наші волейболістки впевненіше контролювали хід гри. Першу партію підопічні головного тренера Олександра Бондаренка виграли з рахунком 25:18. Не витримали натиску вінничанок волейболістки «Орбіти» і у наступній партії, котра завершилася перемогою «Кряж-Ме-

«Колос-Секвоя» пішла у відрив від динамівців

Віталій ТАРАН,
(093)2068523

Центральним матчем третього туру чемпіонату України з хокею на траві серед чоловічих команд, що проходив з 19 по 22 жовтня на стадіоні Центрального парку ім. Горького, стало протистояння двох вінницьких команд «ШВСМ-Динамо» та «Олімпії-Колос-Секвої».

«Динамо» протягом 70 хвилин зустріч так і не вдалося гідно протистояти чемпіону України, котрий тижнем раніше припинив свої виступи на євроарені.

Уже на другій хвилині матчу «секвої» відкрили рахунок у матчі. Точного кидка завдав Артем Озерський. Через 15 хвилин динамівці відновили статус-кво — 1:1. У другій чверті матчу чемпіони України збільшили натиск на

ворота суперників. Атаки «секвої» гравці «Динамо-ШВСМ» стримували до 27 хвилин матчу, коли на ударній позиції опинився Юрій Мороз, який зробив рахунок у матчі 2:1. А через п'ять хвилин Артем Озерський оформив дубль у матчі і збільшив відрив «Олімпії-Колос-Секвої» — 3:1. Питання про переможця матчу повністю було зняте на 48 хвилин. Підопічні Павла Мазура вчетверте заставили капітулювати голкіпера динамівців.

У заключній чверті матчу суперники обмінялися забитими голами, тим самим встановивши остаточний рахунок — 5:2 на користь чинних чемпіонів України з хокею на траві. Ця перемога дозволила збільшити відрив «Колос-Секвої» від динамівців до шести очок.

— Перед цим поєдинком я ставив задачу перед гравцями — з позитивним результатом завершити осінню частину чемпіонату. Разом з тим незадоволений



Гравці «ШВСМ-Динамо», програючи у рахунку, намагалися загострити інтригу у матчі. Та досвід секвоївців взяв верх

якістю гри. Було допущено багато помилок. Проте всі гравці виснажені матчами у чемпіонаті, Європейській хокейній лізі та виступами за національну збірну. Про-

сто потрібно відновити сили, — розповідає Павло Мазур.

Дивіться відео
vn.20minut.ua/news/10185393

СПІЛЬНОТА СПОРТ

Наші кікбоксери виграли командне срібло

• Вінницькі кікбоксери здобули нагороди різного ґатунку на Кубку України, що проходив у Львові.

У ваговій категорії до 60 кілограмів не було рівних Юрію Квасневському. Вінничанин виграє дві золоті медалі у двох змаганнях: лоукік (удари нижче пояса) та фулконтакт (удари вище пояса). А його партнери по команді Андрій Гончарук (вагова категорія до 75 кілограмів) та Денис Борисенко (до 70 кілограмів) стали срібними призерами змагань.

Бронзові нагороди приміряли двоє вінничан — Вадим Мінов (вагова категорія до 70 кілограмів, лоукік та фулконтакт) а також ветеран кікбоксінгу 35-річний Андрій Карета (до 60 кілограмів, лоукік).

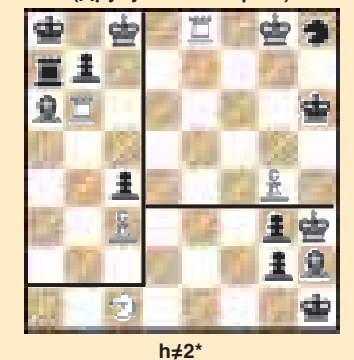
Поповнила медальну скарбничку нашої команди Ірина Дейнека (вагова категорія до 60 кілограмів), яка виборола срібну медаль у змаганнях — лоукік.

— Наші спортсмени у командному заліку посіли друге місце. Більше нагород на Кубку України здобули тільки харківські кікбоксери, котрі мають хорошу фінансову підтримку та належні умови для тренування. У нас же все навпаки: хочеш виграти медаль — шукай кошти на проїзд до місця змагань, оплачуй проживання. Та, незважаючи на всі труднощі, наші кікбоксери продовжують вигравати нагороди на різних змаганнях, — розповідає вінницький тренер з кікбоксінгу Вячеслав Отеранський.

ШАХ І... МАТ!

В ілюзорній і дійсній грі проходить переміна матів в малофігурних задачах на кооперативний мат. В першій задачі біла тура матує чорного короля на різних матових клітинках шахівниці — у ілюзорній грі, навіть, самозв'язується, а потім з допомогою чорних розв'язується і видає вирішального удару супернику.

Задача №916-918 (для школярів)
М. Пархоменко (м. Вінниця)
(Друкується вперше)



h#2*

ПЕРЕВІРТЕ РОЗВ'ЯЗОК:

Задача №914
1.Кра3! Цугцванг;
1...C-K- (+) 2.Kb7 (-)/Kc4 (-):x.
Задача №915
1...Фf3! Загроза 2.g4x;
1...Cf4/hg3/g4
2.g4f4/Фh5/Фg2x.

М. Пархоменко

Ще етюди
www.20minut.ua/biblio/download/949

«Нива» програла третій виїзний матч поспіль

Наша команда на мінорній ноті завершила перше коло чемпіонату України з футболу серед команд першої ліги. П'ятої поразки у чемпіонаті з мінімальним рахунком 0:1 вінницька «Нива» зазнала від бурштинського «Енергетика»

Олександр ЯШИН,
(0432)555-111

Після п'ятого виграного домашнього матчу проти овідіопольського «Дністра», наша команда третю гру поспіль не може здобути хоча б очко на виїзді. На цей раз кривдниками вінничан став бурштинський «Енергетик» — футбольний клуб, який у цьому сезоні веде боротьбу за збереження прописки у першій лізі.

ПЕРШИЙ ТАЙМ БЕЗ ГОЛІВ

Спроби вінничан забити швидкий гол не увінчалися успіхом. Разом з тим гравці «Енергетика» теж не відсиджу-

тика» Олександр Семенюк, після нависної передачі, отримав м'яч і з розвороту пробив у дальній кут 1:0. Записати гол на свій рахунок міг і Руслан Качур. Проте на 74 хвилині удар нападаючого «Ниви» прийняла на себе стійка воріт «Енергетика».

ВИЛУЧЕННЯ НАПАДАЮЧОГО «НИВИ»

Шанси наших футболістів повернутися до Вінниці хоча б з одним очком стали примарними після вилучення на 78 хвилині нападаючого «Ниви» Дмитра Козьбана, котрий грубо зіграв у підкаті. У залишений час зустрічі рахунок на табло не змінився. Після поразки у Бурштині «Нива» опустилася на восьму



Воротар «Енергетика» вистояв перед натиском вінницьких нападаючих, не пропустивши жодного голу

— Невтішна тенденція спостерігається у грі нашої команди. На домашній арені вінницькі футболісти виграють у лідерів чемпіонату, чи принаймні відбирають два очки, а на виїзді програємо командам, які знаходяться на дні турнірної таблиці, — розповідає уболівальник Іван Мерц

валися у захисті і створювали небезпечні моменти біля воріт нашої команди.

Та забити гол жодному із суперників у першій половині зустрічі так і не вдалося.

ГОЛ НАПАДАЮЧОГО «ЕНЕРГЕТИКА»

Після перерви вінничани продовжували штурм воріт «Енергетика». Та на 53 хвилині матчу спрацювало спортивне правило — не забиваєш ти, забивають тобі. Нападаючий «Енерге-

сходинку турнірної таблиці, маючи у своєму активі 30 набраних очок. Проте відрив від другої сходинки складає чотири очки, тому боротьба за місцем «під сонцем» ще попереду.

— У мене немає серйозних претензій до своєї команди. У нас молоді захисники. Ми попереджали, що в «Енергетика» є кілька технічних атакуючих гравців і тому треба грати обережно. У першому таймі був один небезпечний момент і в другому один, коли ми пропу-

стили, — розповідає головний тренер вінницької «Ниви» Олег Федорчук. — Наша команда, за моїми підрахунками, мала п'ять, шість голевих моментів. На мою думку, герой матчу воротар «Енергетика». Він виручав, коли

наші били, свої били і штрафних відбив кілька, та ще й штанга рятувала. Як на мене, результат гри — незаконірний. У «Ниви» була перевага, але неуважність деяких гравців призвела до такого результату.

СПІЛЬНОТА СПОРТ

Вінницький велосипедист

• Дмитрій Титаренко став переможцем щорічного осеннього веломарафону «Куяльник-2010».

Незважаючи на конкуренцію, Дмитрію Титаренку вдалося першим досягти фініша марафонської дистанції протяжністю 65-68 кілометрів. Она проходила вздовж берегової лінії Куяльницького лимана, со стартом у подножжя населеного пункту Корсунці, и фінішем у санаторія «Куяльник». Після завершення гонки на пьєдестале опалилися ще один вінничанин, Александр Каплинский, котрий третім пересек фінішную прямую.

Кубок області з бадмінтону залишився у Вінниці

• Вінницькі чоловіча та жіноча команди стали володарями Кубка області з бадмінтону. Абсолютними чемпіонами також стали представники вінницької школи бадмінтону — Катерина Мухіна та Андрій Дмитришин.

Всього у змаганнях наше місто представляли три команди: «Вінниця-1» (переможці), «Вінниця-2», «Вінниця-3». Також у спортивному клубі «Здоров'я», де проходили змагання, виступали спортсмени з Піщанки, Гайсина та Погребіща.

Гідну конкуренцію трьом вінницьким колективам змогли скласти лише бадмінтоністи з Піщанки. Дівчата з цієї команди разом з «Вінницею-2» розділили друге місце, а хлопці стали одноосібними володарями срібних медалей.

28 жовтня о 17⁰⁰
Будинки: Офісний
КАСТИНГ
МІС
«Україна-Поділля»
КОНКУРС КРАСИ
Саме ти - найкраща!
Запрошуємо на попередній кастинг конкурс краси Міс «Україна-Поділля»
Листівки та інформація за тел.: (0432) 336 086
Регістрація на сайті: misspodillya.com

Головний журей: **Сергій Панадій**
Генеральний спонсор: **Gold**

Партнери: **МІС**, **Таранів**, **Versal**

Ексклюзивний партнер: **директор Марина Ярославська**

Медіа-партнери: **20**, **33**, **Місто**, **Вісник**, **Вісник**

ПРЕДЛАГАЮ РУКУ И СЕРДЦЕ В ОБМЕН НА ГРУДЬ И БЕДРА.

РУССКОЕ РАДИО

СЕРГІЙ ГАЛІМІН
ЛІОНА СІВІДОВА

ПЕРШЕ СІМЕЙНЕ РАНКОВЕ БУДІМЛЬНИК-ШОУ

Розклад: 104, 1FM



ТЕХНОЛОГІЇ

Редактор рубрики ІГОР ВЕРЕТКОВСЬКИЙ igor.veretkovskyy@gmail.com

В інтернеті – третя населення планети

Кількість інтернет-пользователей к концу цього года превысит два миллиарда человек, что составит примерно треть мирового населения.

Собираем для себя оптимальный компьютер

Для того чтобы ответить на вопрос, какой компьютер выбрать, необходимо определить круг основных задач, для которых и совершается покупка – для работы с офисными приложениями, учебы или как игровое устройство

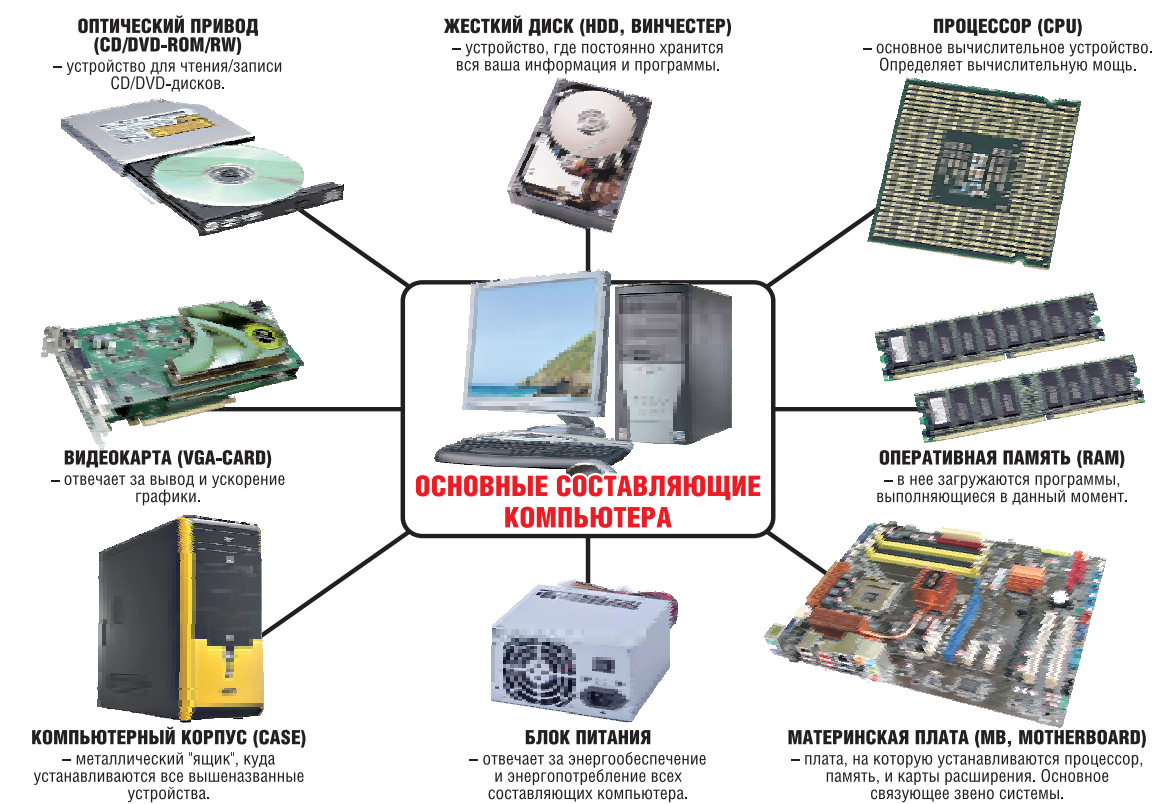
От того, для чего вы собираетесь использовать компьютер, будет зависеть выбор подходящих характеристик комплектующих, и, соответственно, цена. Так, например, для составления финансовых отчетов или выхода в сеть Internet совершенно необязательно покупать сверхмощный компьютер – подойдет так называемый офисный компьютер.

— Мне предложили работу на дому в интернете, — говорит винничанин Андрей Таранюк. — Интересно, насколько необходимо покупать мощные и дорогие комплектующие для компьютера, если работа предстоит в Word и Excel. Ну и, конечно, хочется, чтобы сайты открывались быстро – заявку на подключение интернета со скоростью 5 Мбит/сек. я уже сделал.

В основе большинства сборок, конфигураций компьютеров лежит семь «китов», из них пять — отвечающих за быстродействие, производительность компьютера – процессор, видеокарта, материнская плата, оперативная память, жесткий диск.

ПРОЦЕССОР

Его выбор – один из самых важных этапов и отталкиваться здесь нужно от основного предназначения вашего компьютера. Для стандартного домашнего использования (работа с документами, мультимедиа файлами) оптимальным будет двухъядерный процессор. Однако не следует «сбрасывать с весов» важность и остальных характеристик – таких, например, как тактовая частота, объем КЭШ-памяти, частота системной шины, ведь мощность и быстродействие



процессора зависит от всех параметров в совокупности.

ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ

Оперативная память – это второй по важности параметр, по которому оценивается производительность компьютера в целом. Здесь рекомендация одна – чем ее больше, тем лучше (но не менее 2 Гб). Кроме объема, необходимо обратить внимание и на частоту ее работы. На сегодняшний день основным стандартом памяти является DDR3.

МАТЕРИНСКАЯ ПЛАТА

Материнская плата является платформой всего компьютера,

поэтому зачастую выбор конфигурации всего компьютера именно с ней и начинают. От материнской платы зависят и тип процессора, и оперативная память, которые будут на ней установлены, и многое-многое другое.

ВИДЕОКАРТА

Видеокарта – это графическая карта, которая отвечает за передачу изображения на монитор. При выборе этого компонента первоочередное внимание следует уделить графическим процессорам, а точнее их мощности и поддержке ними современных технологий. Графические процессоры производят лишь два гиганта: AMD

(ATI), выпускающий Radeon, и nVIDIA с серией GeForce.

ЖЕСТКИЙ ДИСК (Винчестер)

Основная ошибка большинства пользователей при выборе этого компонента в том, что внимание они обращают только на объем винчестера, совсем не думая о скорости его работы. Однако это не верно – разумеется, чем больше памяти, тем лучше.

Детальнее про тонкости выбора составляющих компьютера читайте в библиотеке сайта «20хвилини».

Дивіться бібліотеку
www.20minut.ua/tema/1234

СПІЛЬНОТА VIN-NET

Рэпперы Винницы

• vkontakte.ru/club10911798
Группа рэп-исполнителей и групп города Винница, их публики и поклонников.
В группе 3390 участников.

«6 Forever» – г.Винница

• vkontakte.ru/club1218058
Нас всех объединяет школа №6! Для того чтобы вступить в группу, нужно написать администратору (Владу) в личку, что вы из этой школы, и показать инфу, что так оно и есть. После этого ваша заявка будет принята.
В группе 1594 участника.

ФК «Нива» (Винница)

• vkontakte.ru/club14332957
Приглашайте друзей!
«Нива», «Нива», ми з тобою!»
Приймайте активне участие у групі, побажання залишайте на стіні!
В групі 1216 учасників.

Футбольный фристайл в Виннице

• vkontakte.ru/club9375536
Группа винницких фристайлеров. Здесь вы можете связаться с нами. Футбольный фристайл как спорт ещё очень молодой и официально пока не признанный, но очень быстро набирающий обороты. Приглашаем всех желающих.
В группе 150 участников.

Спортсмены Винницы

• vkontakte.ru/club19962192
Здесь будем общаться, как лучше себя физически развивать! Мы против бухла! Бросай пить – займись спортом!
В группе 19 участников.

Моя сім'я

mamclub.ua

ЗАПРАВКА КАРТРИДЖІВ VS

• ЗАПРАВКА • РЕМОНТ
• ПРОДАЖ
• БЕЗКОШТОВНА ДОСТАВКА ПО МІСТУ

Тел. (0432) 65-51-10, 65-01-91

Енрон

НОУТБУКИ

Тел. 650-860

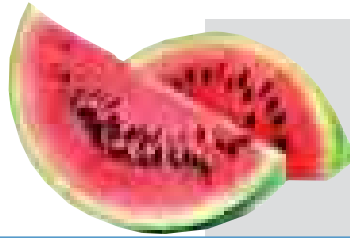
СЕРВІС+ КОМП'ЮТЕРИ

Тел. (0432) 57-53-89, (063) 649-14-00, (097) 618-71-89

КОМП'ЮТЕРИ ТА НОУТБУКИ

ЗДОРОВ'Я

Редактор рубрики **ОЛЕГ ЛЕВАДНИЙ** Levadny.Oleg@gmail.com



Арбуз – профилактика от гипертонии

Исследователи ежедневно в течение шести недель вводили пациентам с предгипертонией шесть граммов арбузного экстракта. В результате — давление снизилось у всех участников эксперимента.

Заклинило колено – к врачу

Среди повреждений коленного сустава травмы мениска на первом месте. Если такое случилось — хромайте к врачу

Олег ЛЕВАДНИЙ,
(068)2123180

Кто же не помнит «старого солдата, не знающего слов любви героя» из фильма «Здравствуйте, я ваша тетя»? А его походку с негнуцимся коленом? Вот, приблизительно так и выглядят проблемы с мениском.

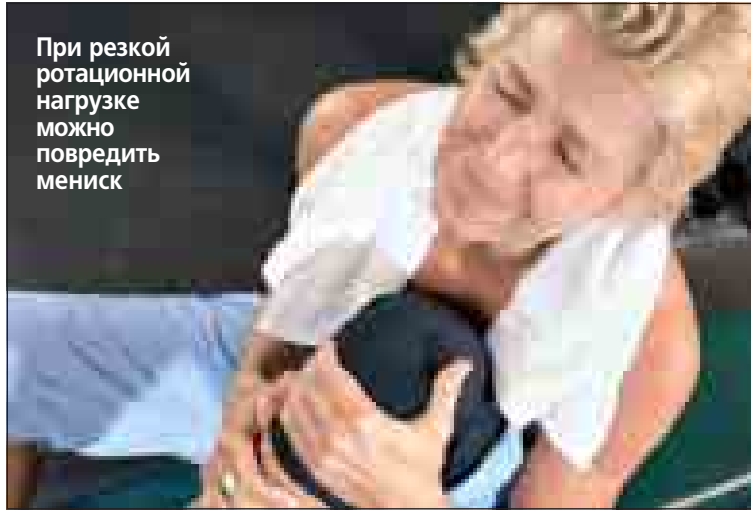
Повредить мениск можно при, так называемой, ротационной нагрузке – когда, к примеру, голень зажата, а человек резко поворачивается. Хотя, в большинстве случаев, нагрузки на мениск носят регулярный характер, и волокна мениска разрываются постепенно. Человек периодически чувствует умеренную боль, возникает небольшая опухоль и в конце концов – волокна могут перетереться при движении и застрять между костями так, что колено замыкается намертво. И тут уже – к ортопеду не то, чтобы бегом, а как ползаете, но чем быстрее.

Как правило, в таких случаях врач предлагает операцию – удаление

мениска. Причин для столь радикального подхода достаточно. Во-первых, небольшой шанс на то, что он как-то срастется при незначительных повреждениях, есть только у детей. У них вообще, много чего срастается. У взрослых этот шанс стремится к «минус бесконечности». Лежать на диване, это конечно, приятно, но не всю оставшуюся жизнь. Так что если есть желание ходить – операция необходима. К тому же, из соединительной ткани на месте мениска через месяц-полтора вырастает его подобие.

Операции, кстати, тоже разные бывают. Удаление мениска может быть либо открытое (когда полностью вскрывается коленный сустав), либо с применением артроскопа. В Виннице такой аппарат есть только в Пироговке. Если операция проведена артроскопом – на свои ноги можно встать уже на второй-третий день. А вот если оперировали открытым способом – реабилитационный период затянется где-то на месяц.

Обговорюємо разом
vn.20minut.ua/news/10185391



При резкой ротационной нагрузке можно повредить мениск

КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА



Виталий Глуценко (33)

врач-ортопед, травматолог Винницкого областного лечебно-физкультурного диспансера

— По статистике, из всех повреждений коленного сустава, больше половины – повреждения мениска. Из них, внутренний мениск повреждается в десять раз чаще, чем наружный. Лечение, как правило, чтобы восстановить функцию коленного сустава – оперативное. То есть удаление (частичное или полное) мениска. Если этого не сделать, то свободный конец мениска травмирует хрящ и может даже заблокировать колено. Консервативно лечить можно только у детей – у них богаче кровоснабжение тканей и они могут восстановиться. У взрослых хрящевая ткань бедна сосудами и восстановлению она практически не подлежит.

БЕЗПЕКА ХАРЧУВАННЯ

Едим на ночь и худеем

• И если первые пару часов после возвращения с работы еще как-то можно потерпеть, заняв себя домашними делами, то аккурат к десяти вечера желудок начинает такие концерты устраивать, воля слабеет, а колбаска в холодильнике так и манит, так и манит... Как же быть? Оказывается, если поужинать «специально обученным» продуктами, можно сохранить вес в норме и даже... худеть.

Минус калорийность

• Существуют так называемые «продукты с отрицательной калорийностью». Проще говоря, продукты, на переваривание которых требуется больше энергии, чем они сами содержат. Например, шпинат и капуста. Их можно совмещать с чем-то «потяжелее» – в результате ужин станет более «легким», сбалансированным.

Хто тут лідер? Читачі обирають найкращих у Вінниці

Виграй АВТО, 5 TV та 320 призів. Голосуй!

- ЗАПІСНИТЬ анкету (одна особа може доставити тільки одну анкету)
- Премія 7 в редакції газети "ВМ" до 17 грудня за адресою: Київська 13008, Дз.ч.В1, горада "Профспівробіт" і 9:00 до 18:30
- АБО Надіслати за адресою: (11018, м. Вінниця, Н.с. кв. 5808)
- Структура: господарської валюти на ЦЗУ (НА 201)
- Анкету, одержану на початку, навіки 80% АБО одержану поповненням заповнювачів не будуть

Також заповнювачі працюють на сайті brand.20minut.ua

Прізвище _____
Ім'я та по батькові _____
Адреса, телефон _____

НАРОДНИЙ БРЕНД 2010

Білий _____
Агентство економіки _____
Медіахолдинг _____
Перша АТС _____
Автосалон _____
Автосервіс _____
Кіровоградський магазин _____
Міський магазин _____
Шоппінг магазин _____
Міський побутовий магазин _____
Міський побутовий магазин парфумерія, косметика _____
Міський супермаркет та магазин _____
Міський одяг _____
Міський шкільна та юнацька _____
Салон краси _____
Супермаркет _____
Вестельний салон _____
Торговельний центр _____
Форм-продавець, салон шкільна та юнацька _____
Форм-продавець буд. матеріалів _____
Дітковий магазин _____
Вікни (встановлення і продаж) _____
Туристичне агентство _____
Алкоголь _____
Бюджет _____
Розважальний клуб _____
Кіровоградський магазин _____
Салон краси _____
Сторони (м'ясо) _____
Салон _____
Спеціалізований магазин _____
Міський магазин _____
Спеціалізований магазин _____
Ресторан _____
Кафе-бар _____
Агентство з організації реєстр _____
Текст _____
Структура компанії _____
Фотосалон _____
Агентський магазин _____

ОФІЦІЙНИЙ ПАРТНЕР

БИХНА КОРСА
WWW.KORSA.UA

Спеціалізований магазин

Навічний магазин

555-777



ВІТАЄМО у ВІННИЦІ

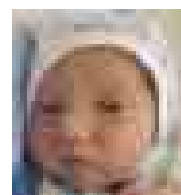
Редактор рубрики НАТАЛІЯ ПІСКУНІЧЕВА Nataliya.Piskunicheva@gmail.com

Дорогі батьки!

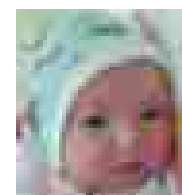
Завдяки підтримці працівників міських пологових будинків знайомимо вас із наймолодшими вінничанами. Якщо бажаєте, фотографія вашого малюка також може з'явитись на сторінках "Вітаємо у Вінниці".

Чекаємо на питання з приводу розміщення фото у рубриці за телефоном: **8(0432)555-111**, або на електронну адресу: **maxzotov@gmail.com**
Редакція

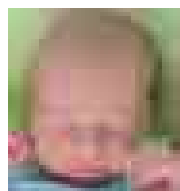
Вінницький міський клінічний пологовий будинок №1,
 Хмельницьке шосе, 98



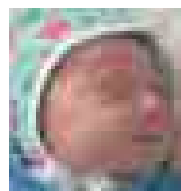
Дмитро Бездітко
 21.10, 2750 г,
 52 см



Анастасія Кондратьєва
 19.10, 2550 г,
 50 см

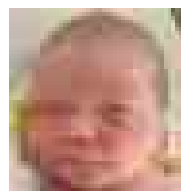


Анастасія Ростова
 20.10, 2500 г,
 49 см

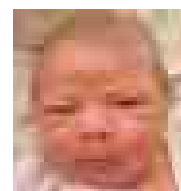


Син Черкасових
 19.10, 2900 г,
 50 см

Міська клінічна лікарня "Центр матері і дитини",
 вул. Маяковського, 138

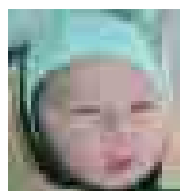


Артем Войцуль
 21.10, 3600 г,
 54 см

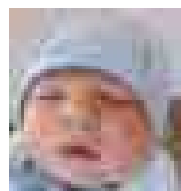


Дочка Швеців
 21.10, 3680 г,
 54 см

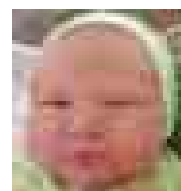
Відділення патології вагітності Вінницької обласної клінічної лікарні ім. М.І.Пирогова,
 вул. Пирогова, 46



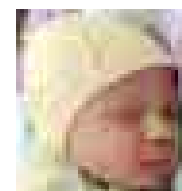
Артем Коцюбинський
 20.10, 4000 г,
 55 см



Син Бойцових
 20.10, 3850 г,
 55 см

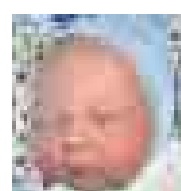


Максим Осіпов
 19.10, 3950 г,
 52 см

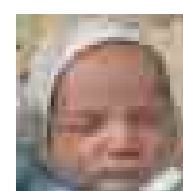


Софія Ніщук
 16.10, 3650 г,
 55 см

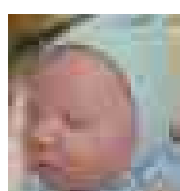
Вінницький міський клінічний пологовий будинок №2,
 вул. Коцюбинського, 50



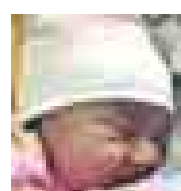
Степан Галаган
 13.10, 4160 г,
 57 см



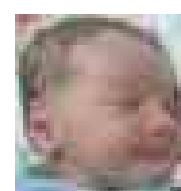
Син Курінних
 14.10, 3900 г,
 58 см



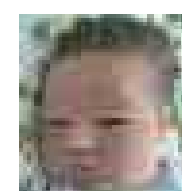
Син Лісевичів
 15.10, 3630 г,
 53 см



Злата Харжевська
 14.10, 3300 г,
 53 см



Всеволод Паращук
 12.10, 3110 г,
 53 см



Микола Заверуха
 15.10, 3700 г,
 54 см

Н О В И Н И Д Л Я М А М

• У моєї доньки в 15 днів лікарі виявили судоми, хоча я їх раніше сама не помічала. Підкажіть, з чим це пов'язано?

Мама Тая

— Судоми чи судомна готовність — це проблеми нервової системи. Можливо у вас був важкий перебіг вагітності, важкі пологи. Проконсультуйтеся у невропатолога з потрібними обстеженнями.

• Дитині сім з половиною місяців. Тиждень тому син почав погано спати, вночі крутиться, може плакати крізь сон. Із зубками ніби не пов'язано, дитинка не має ні нежиті, ні кашлю, щоб міг заважати спати. Єдине, можливо, животики турбує, але він не твердий. Коли торкаюся до животика малий не плаче. Підкажіть, що можна зробити?

Мама Юля

— Проконсультуйтеся у лікуючого лікаря з даного приводу. Можливо, потрібен огляд невропатолога. Спробуйте на ніч поставити свічку вібуркола, вона має заспокійливий і знеболюючий ефект. Скоріше за все — це синдром прорізування зубів, але на нього треба звертати за умови повного здоров'я дитини.

Поради давала лікар-педіатр Лідія Левицька. Подробиці читайте на сайті mamaclub.ua



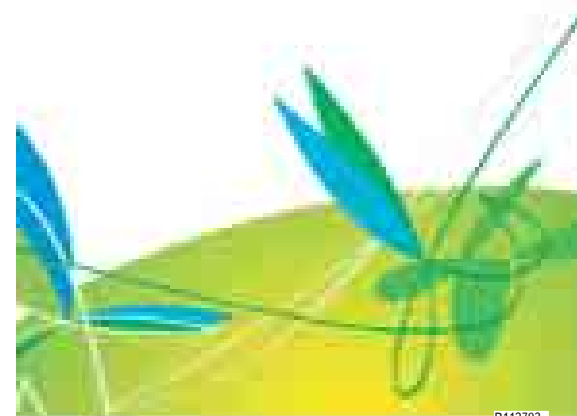
1-Д клас школи №26, класний керівник Мельник Оксана Дмитрівна



1-Б клас школи №16, класний керівник Ветрова Валентина Олександрівна



НАТУРАЛЬНІ ПРОДУКТИ
 для здорового життя



Наступний вихід проекту
 "Першокласник-2010"
 29 жовтня: 1-В та 1-Г класи
 школи №16

