

ДО УВАГИ ОРЕНДОДАВЦІВ АГРОПІДПРИЄМСТВ КОМПАНІЇ КЕРНЕЛ!

Повідомляємо Вам про те, що Ви можете поставити запитання юристам Кернел. Кваліфіковані фахівці нададуть вичерпні відповіді на два найбільш актуальних запитання на шпальтах газети «У кожен двір». Тому, якщо Вам потрібна юридична консультація із земельних, майнових, спадкових питань, телефонуйте на гарячу лінію Компанії:

0-800-501-483

**РАЗОМ З КЕРНЕЛ
КРАЩЕ ТА НАДІЙНІШЕ!**

ДОРОГІ ДРУЗІ!

Газета «У кожен двір» за сприяння компанії Кернел приймає вітання з ювілеями, днями народження, святковими подіями! Якщо Ви бажаєте привітати на шпальтах видання своїх рідних, ласкаво просимо до нас!

**Замовлення приймаються
щодня за номером:**

0-800-501-483

Публікація побажання стане приємним подарунком для Вашої близької людини. Привітання розміщуються безкоштовно.

**ПЕРШІ ДЕСЯТЬ
ПРИВІТАНЬ ГАРАНТОВАНО
ПОТРАПЛЯТЬ
У ЧЕРГОВИЙ НОМЕР
ГАЗЕТИ!**

*Давайте разом
дарувати щасливі миті,
тепло та радість один
одному!*

Свої зауваження та пропозиції надсилайте на адресу:
01001, м. Київ, а/с 50,
та на e-mail:
u-kozhen-dvir@ukr.net
з приміткою
«У кожен двір».
Тел.: (044) 461-88-65

Телефон гарячої лінії
0-800-501-483

СОЦІАЛЬНІ ПРОЕКТИ

У приміщенні фельдшерсько-акушерського пункту с. Лисогірка (Дунавецький р-н, Хмельницька обл.) за фінансування підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» **ВСТАНОВЛЕНО МЕТАЛОПЛАСТИКОВІ ВІКНА ТА ДВЕРІ**. Сума витрат Компанії склала близько 26 тис. грн.



СТОП.
3

ІНФРАСТРУКТУРА

Осінній період став плідним на проекти, спрямовані на відновлення систем водопостачання в селах Хмельниччини. Так, підприємство «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» **СПРЯМУВАЛИ МАЙЖЕ 200 ТИС. ГРН** на вирішення відповідних проблем у селах області.



ПРОФЕСІОНАЛИ

ГОЛОВНОЮ ЦІННІСТЮ ДЛЯ КОМПАНІЇ КЕРНЕЛ **Є КОМАНДА**. Кожен кернелівець — це висококласний фахівець, який любить свою роботу, знає, як виконувати її результативно. Ми продовжуємо знайомити Вас з історіями успіху тих, хто будує успішне майбутнє своїх родин та всієї України.



СТОП.
6

У кожен ДВІР

Д Ж Е Р Е Л О Я К І С Н О Ї І Н Ф О Р М А Ц І Ї

Газета виходить за підтримки
компанії Кернел

№ 34 (56)

16 листопада 2018 р.

ШАНОВНІ АГРАРІЇ!

**ПРИЙМІТЬ
НАЙЩИРІШІ ВІТАННЯ
З ПРОФЕСІЙНИМ
СВЯТОМ!**

День працівників сільського господарства — це свято, коли ми вшановуємо тих, хто взяв на себе найважчу та найважливішу відповідальність — працювати на землі та вирощувати хліб. Адже з маленького зерна народжується сила нашої держави. І нехай ми живемо у різних регіонах, застосовуємо різні технології та культуру землеробства, але у нас спільний пріоритет — досягати високих показників урожайності та годувати країну. І ми рік за роком доводимо, що можемо та вміємо це робити. Дозвольте від щирого серця подякувати Вам за збереження аграрного потенціалу, самовіддану працю, терпіння та витримку.

**НЕХАЙ НИВА ЩЕДРО КОЛОСИТЬСЯ,
ЗДОРОВ'Я МІЦНІЄ, А ВИРОБНИЧІ
УСПІХИ ПРИМНОЖУЮТЬСЯ**

З повагою, компанія КЕРНЕЛ

СТАТИСТИКА ДОБРИХ СПРАВ

- У навчальних закладах сіл Малий Чернятин (Старокостянтинівський р-н) та Вільхівці (Чемеровецький р-н) за фінансування підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» пройшли капітальні ремонти покрівель. Кернел виділив на ці справи **480 тис. грн.**
- На встановлення дитячих майданчиків у селах Сахнівці, Немиринці (Старокостянтинівський р-н) та Пилявка (Старосинявський р-н) компанія Кернел та БФ «Разом з Кернел» направили майже **170 тис. грн.**
- У літньо-осінній період підприємство «Енселко Агро» (Кернел) спільно з БФ «Разом з Кернел» спрямували близько **2 млн грн** на проекти з упорядкування дорожнього покриття в селах Хмельниччини.

◆ ВАЖЛИВО

В УКРАЇНІ ПІДВИЩИЛИСЯ ЦІНИ НА ГАЗ

Найбільше зростання тарифів вдарить по бюджету українських родин, які опалюють газом будинки.

З 1 листопада в Україні підвищилися ціни на газ для населення. Така вимога передбачена постановою Кабінету Міністрів від 19 жовтня 2018 року № 867.

У «Нафтогазі України» підраховували, що кінцева ціна тисячі кубометрів газу для населення становить 8548,92 грн. До цього тарифу вже включена вартість доставки газу та його розподілу, а також ПДВ. Газ для підприємств ТКЕ коштуватиме 8361,85 грн. Тарифи залишаться такими до кінця нинішнього опалювального сезону, тобто до весни 2019 року.

До підвищення тарифу українці, які користуються газом тільки для приготування їжі, в середньому платили за нього по 414 гривень на місяць, але тепер віддава-



тимуть в середньому по 510 гривень. Відчутніше зростання ціни вдарить по бюджету тих, хто опалює газом будинки, — обігрів 90 кв. м коштуватиме майже 3500 гривень замість 2800 гривень.

Крім газу, в Україні подорожчають послуги централізованої подачі тепла й гарячої води — в середньому на 16%. Точна вартість залежатиме від постачальника.



В УКРАЇНІ ВПРОВАДЯТЬ НОВІ ПРАВИЛА ВИДАЧІ ЛІКІВ

Вже з 1 квітня 2019 року українці зможуть отримати медикаменти за програмою «Доступні ліки» в будь-якій аптеці країни. При цьому частину ліків можна буде отримати за електронним рецептом, не пред'являючи медичну картку. Йдеться про препарати від трьох категорій захворювань: діабет II типу, бронхіальна астма і проблеми серцево-судинної системи.

Зараз для отримання ліків українцям потрібно зробити лише три кроки: взяти у лікаря правильно виписаний рецепт, звернутися в аптеку, яка має позначку «Доступні ліки», і забрати там необхідні препарати безкоштовно або з незначною доплатою. У проєкті по всій країні бере участь вісім тисяч аптек.

З 1 квітня наступного року ліки можна буде взяти у будь-якій аптеці на території України. Крім того, у рамках медичної реформи видача ліків проходитиме через електронні рецепти. Так, у програмі вказані медикаменти від трьох категорій захворювань: діабет II типу, бронхіальна астма і проблеми з серцево-судинною системою.

Раніше в Україні Міністерство охорони здоров'я розширило список ліків. Зараз у нього входить 261 найменування від 43 виробників. Що стосується виробників, які беруть участь у програмі реімбурсації, то в списку вітчизняних компаній вказані: «Лекхем-Харків», Борщагівський хіміко-фармацевтичний завод, «Фармацевтична компанія

«Здоров'я», «Дарниця», Київський вітамінний завод, «Фармак», «Кусум Фарм», «Київмед-препарат», «Лубнифарм», «Астрафарм».

Представниками зарубіжного фармацевтичного ринку є Sanofi-Winthrop Industrie (Франція), Gedeon Richter (Угорщина), Teva Pharmaceutical Industries (Ізраїль). Також до української програми приєдналися виробники з таких країн, як Словенія, Туреччина, Швейцарія, Румунія, Греція, Мальта, Іспанія, Польща та Індія.

Вартість ліків покриває Національна служба здоров'я (НСЗУ). Гроші будуть переведені конкретно кожній із аптек на території України.

У профільному Міністерстві впевнені, що «Доступні ліки» зможуть мотивувати фармвиробників знижувати ціни на медикаменти. «Правила програми «Доступні ліки» спонукають фармвиробників знижувати ціни. У новому реєстрі ціни на окремі препарати стали нижчими на 40% і більше. У середньому ціни на препарати знизилися на 6,5%», — стверджують у Міністерстві охорони здоров'я.

З 1 ГРУДНЯ УКРАЇНЦЯМ ПЕРЕРАХОВУЮТЬ ПЕНСІЇ. Це пов'язано зі зміною прожиткового мінімуму

Пенсійний фонд має намір з 1 грудня 2018 року провести перерахунок пенсій. Про це повідомили у відділі з питань призначення пенсій департаменту пенсійного забезпечення ПФУ.

«Сьогодні скажемо єдине, що з 1 грудня вже буде проведено перерахунок у зв'язку зі зміною прожиткового мінімуму. І такий прожитковий мінімум для осіб, які втратили працездатність, стано-

витиме 1 тис. 497 гривень», — йдеться в повідомленні.

Також повідомляється, що для перерахунку будуть встановлені мінімальні розміри пенсій.

«Наприклад, особи, які досягли 65-річного віку, та жінки, які мають 30 років, а чоловіки — 35 років страхового стажу, забезпечуються мінімальним розміром пенсії у розмірі 40% мінімальної заробітної плати. Тобто в наступному році зміниться мінімальна заробітна плата, пенсії також будуть перераховуватися 65-річним особам», — розповіли у відділі.

За даними «Укрінформ»

КАТЕГОРІЇ ГРОМАДЯН, ЯКІ МОЖУТЬ НЕ ОТРИМАТИ ПЕНСІЇ В 2019 РОЦІ

Українцям, які тривалий час проживають в іншій країні, можуть відмовити у нарахуванні пенсії.

Якщо держава, у якій проживає громадянин України, уклала з Україною відповідний договір і відраховує пенсійні внески, то такий громадянин має право на українську пенсію.

Це може стосуватися деяких переселенців і тих українців, яким не вдалося заробити необхідний стаж.

Пенсійні виплати можуть припинити, якщо громадянин не проживає за місцем реєстрації. У Пенсійному фонді пояснюють, що виплату можуть скасувати, якщо з'ясується, що переселенець-пенсіонер не проживає за офіційним місцем проживання.

У 2019 році залишаться без пенсій громадяни, які не мають відповідного стажу, — хоча б 15 років. Якщо є 15-16 років стажу, на пенсію можна вийти в

65 років, якщо від 16 до 26 років — у 63 роки.

Стаття 49 Закону України «Про загальнообов'язкове пенсійне страхування» передбачає, що рішення про скасування пенсії може прийняти не тільки суд, а й будь-територіальний підрозділ Пенсійного фонду.

Однак є й позитивні моменти в сфері українських пенсій. У Мінсоцполітики відзначають, що пенсія протягом 2019-2021 років щороку зростатиме на 200 гривень.

ПІД ІНДЕКСАЦІЮ ПЕНСІЙ У НАСТУПНОМУ РОЦІ ПІДПАДУТЬ БЛИЗЬКО 10 МІЛЬЙОНІВ УКРАЇНСЬКИХ ПЕНСІОНЕРІВ

«Формула індексації пенсій передбачена законом. Береться пенсія, розрахована у відповідності до закону про загальнообов'язкове пенсійне страхування, підвищується на 50% від зростання середньої зарплати за попередній рік плюс 50% від інфляції за попередній рік. З урахуванням того, що 10,2 мільйона пенсіонерів мали підвищення пенсій у жовтні 2017 року, практично всі вони підпадають під індексацію пенсій у 2019 році», — повідомляє заступник міністра соціальної політики Микола Шамбір.

За словами заступника голови Мінсоцполітики, у проєкті державного бюджету на 2019 рік передбачена загальна сума дотації з державної скарбниці Пенсійного фонду, «але не можна сказати, що якась чітка сума закладена на індексацію пенсій».

«Все розраховано в проєкті бюджету Пенсійного фонду, який також був поданий у Верховну Раду, і однією зі складових є дотація з державного бюджету. Загальна сума — 166 мільярдів гривень», — пояснює Шамбір.

В Україні на сьогодні прожитковий мінімум становить 1853 грн. У наступному році він зросте до 2011 грн. Традиційно індексацію проведуть у липні та грудні. Мінімальні пенсії також прогнозують підняти на початку 2019 року. Пенсіонери отримуватимуть не менше 1497 грн, а під кінець року розмір мінімальної пенсії становитиме вже 1624 грн, наголошується в проєкті бюджету України на 2019 рік, який ВР 18 жовтня прийняла в першому читанні.

За інформацією «Укрмедіа»

УКРАЇНЦЯМ, ЯКІ БІЛЬШ НІЖ НА 60 ДІВ ВІЇДЖАЮТЬ ЗА КОРДОН, СКАСУЮТЬ СУБСИДІЇ НА КОМУНАЛКУ

У Мінсоцполітики уточнили, що скасовувати субсидії будуть особам, які не декларують в Україні свої доходи.

Сам факт перебування за кордоном українського громадянина не є підставою для відмови йому у субсидії. Однак скасування відшкодувань на комуналку може статися в разі, якщо субсидіант виїхав і більше 60 днів не декларує в Україні свої доходи.

Про це повідомили в Міністерстві соціальної політики.

Там зазначили, що субсидії збережуть, якщо:

- фізособа отримує в Україні пенсію або інший дохід від держави, відповідно, в уряді знають про його доходи;
- направлений на лікування, поїхав на навчання або у відрядження, про що є підтверджуючі документи;
- відраховує ЄСВ собі на пенсію до України.

В уряді рекомендують ознайомитися з переліком країн, з яких українці можуть перераховувати собі податок на пенсію в ПФУ.

Раніше у Мінсоцполітики повідомили, що за перше півріччя 2018 року українцям нараховували субсидії понад необхідної суми на 5 мільярдів гривень.

◆ **СОЦІАЛЬНІ ПРОЕКТИ**



Підприємство «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» придбали для відділення поштового зв'язку с. Пахутинці (Волочиський р-н, Хмельницька обл.) два велосипеди

НА НОВИХ КОЛЕСАХ

Про соціальні проекти, до реалізації яких у підопічних населених пунктах долучається підприємство «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел», громада с. Пахутинці (Волочиський р-н, Хмельницька обл.) знає не з чуток. Адже за фінансової підтримки цих аграріїв тут втілюється в життя чимало важливих справ.

Нещодавно Компанія зробила корисний подарунок відділенню поштового зв'язку села — придбала два сучасних велосипеди. Відтепер працівники установи зможуть оперативніше виконувати свої функціональні обов'язки.

— Щодо велосипедів, то ці засоби пересування не лише популярні серед жителів — це чи не єдиний транспорт, яким можна без перешкод доїхати в будь-яку точку населеного пункту, — розповідає Євгенія Дзюмак, завідувач відділення зв'язку Пахутинців. — А той велосипед, який донедавна нам служив, перебував у несправному стані й був непридатним для використання.

Справа в тому, що місцеве поштове відділення обслуговує два села — Пахутинці та Копачівка Друга, а також хутір Березина. Відстань між ними — близько 7 км. А поштарка щонайменше тричі на тиждень повинна курсувати між цими населеними пунктами — розвозити кореспонденцію, посилки, повідомлення про отримання орендної плати пайовикам, пенсії — жителям. Таких послуг потребує майже дві сотні місцевих мешканців.

— Від себе особисто та від жителів села вдячна Кернел за допомогу, — резюмує Євгенія Євгенівна. — Завдяки підтримці аграріїв ми змогли вирішити чимало робочих моментів. Сподіваємося, що співпраця з нашим орендарем і надалі приносить користь громаді. Миру всім нам та добра!

УПОРЯДКУВАЛИ ОСЕРЕДОК КУЛЬТУРИ

Для жителів села Шершенівка, що в Борщівському районі Тернопільщини, Будинок культури є місцем відпочинку та якісного проведення дозвілля. І навіть попри те, що приміщенню закладу вже понад тридцять років, тут зуміли зберегти його в досить непоганому стані. При осередку функціонують вокальний жіночий ансамбль та дитячий танцювальний колектив, часто проводяться тематичні заходи до всеукраїнських та престольних свят.

Нещодавно в Будинку культури пройшов перший етап ремонтних робіт. Кошти на їхнє проведення виділило підприємство «Агрополіс» (Кернел) спільно з БФ «Разом з Кернел».

— Правду кажучи, таких ремонтів у закладі давно не було, — розповідає староста села Василь Байталюк. — Наразі ж завдяки коштам від Кернел ми впорядкували дві кімнати, зокрема зал для репетицій, а також частину коридору. Крім того, облаштували й прилеглу територію. Йдеться про встановлення частини огорожі та брами.

За словами Василя Андрійовича, з підприємством «Агрополіс» (Кернел) громада має плідний досвід співпраці та добре налагоджену комунікацію. Неодноразово аграрії допомагали соціальним установам села, зокрема сільській амбулаторії та школі.

— Спілкуючись з очільниками сіл району, своїми колегами, я розумію, що соціальна підтримка, яку наше село має від Кернел, є значимою та суттєвою. А діяльність аграріїв позитивно впливає на соціально-економічний розвиток нашого населеного пункту. Переконали, що так буде й надалі.



Підприємство «Агрополіс» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» направили кошти на проведення ремонту в Будинку культури села Шершенівка (Борщівський р-н, Тернопільська обл.)

З СУЧАСНИМИ ВІКНАМИ

Донині сільську владу та громаду села Лисогірка, що в Дунаєвецькому районі Хмельниччини, турбувало питання стану адмінприміщення села, де розташоване поштове відділення зв'язку, старостат, бібліотека та фельдшерсько-акушерський пункт.

Хоча ця будівля й не стара, зведена у 1976 році, вона була в аварійному стані. Цьогоріч прийнято рішення про проведення тут ремонтів. До проекту залучили кошти соціально відповідальних інвесторів, зокрема й орендаря землі сільради — підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел». Саме за кошти Компанії у тій

частині приміщення, де функціонує медичний пункт, встановлено двоє вікон та двері на суму близько 26 тис. грн.

— Дякуємо всім тим спонсорам, які не залишилися осторонь проекту, — каже Михайло Сулима, в. о. старости с. Лисогірка. — Завдяки їхній підтримці ми крок за кроком покращуємо стан будів-

лі, яка ще вчора, здавалося, була приречена на повний занепад.

Варто зауважити, що, окрім підтримки сфери охорони здоров'я, Кернел фінансує й інші важливі для громади справи, надає допомогу пайовикам, вчасно виплачує орендну плату, бере участь у вирішенні господарчих питань та покращенні інфраструктури населеного пункту.



У приміщенні фельдшерсько-акушерського пункту с. Лисогірка (Дунаєвецький р-н, Хмельницька обл.) за фінансування підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» встановлено металопластикові вікна та двері

◆ **ФОТОФАКТ**

ЮВІЛЕЙ ПАЙОВИКА ВІДЗНАЧИЛИ РАЗОМ!

Першого листопада свій 90-річний ювілей відзначив Дем'ян Павлович Трачук, житель с. Баглаї, що у Волочиському районі Хмельниччини. Рідні організували для ювіляра справжнє свято зі щирими привітаннями від почесних гостей та односельців, виступом місцевого художнього колективу «Калина». Звісно ж, не обійшлося без задування свічок на торті.

Серед присутніх, які завітали привітати Дем'яна Павловича, — представники підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» Ігор Мальований, менеджер Компанії у Волочиському районі, та Микола Мурін, менеджер Компанії у селі Баглаї. Вони вручили ювіляру теплий подарунок та побажали міцного здоров'я, щоб ще довго залишався «у строю».

Варто зауважити, що Дем'ян Трачук пройшов нелегкий життєвий шлях. У молодості був на відбудові Сибіру. А повернувшись у рідне село, працював у колгоспі трактористом. Виростив синів, має онуків та правнуків.



Представники підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» вітають Дем'яна Трачука із с. Баглаї (Волочиський р-н, Хмельницька обл.) із славним ювілеєм

◆ ОСВІТНІЙ ПРОСТІР



За фінансування підприємства «Агрополіс» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» оновлено меблевий фонд у школі с. Берем'яни (Буцацький р-н, Тернопільська обл.)



У вихованців садочка та учнів школи с. Сахнівці (Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.) завдяки фінансовій підтримці Кернел з'явилися спортивний інвентар та ноутбук



НАЛЕЖНА ПІДТРИМКА НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ХМЕЛЬНИЧЧИНИ Й ТЕРНОПІЛЬЩИНИ

Потреба в інноваціях та осучасненні в українській школі зараз постає як ніколи гостро. Але якщо в містах учителі, учні та їхні батьки мають можливість обирати для себе найкращі можливості, то в селах вибір обмежений, а матеріально-технічна база освітніх закладів потребує всебічної підтримки. І це в умовах того, що саме сільські школи часто відіграють вирішальну роль у розвитку всієї громади.

Саме тому для агропідприємств компанії Кернел та БФ «Разом з Кернел» інвестиції в покращення умов сільських навчальних закладів є пріоритетними. Щороку Компанія виділяє мільйони гривень на проекти з розвитку освіти в селах. Значиме фінансування від Кернел отримують школи та дитячі садочки Хмельницької й Тернопільської областей.

До Вашої уваги — чергові добрі справи аграріїв, втілені в життя з думкою про дітей. Мова про придбання меблів для школи с. Берем'яни (Буцацький р-н), закупівлю комп'ютерної техніки та спортивного інвентарю для освітніх осередків с. Сахнівці (Старокостянтинівський р-н), а також морозильної камери та посуду для школи с. Лажева (Старокостянтинівський р-н). Крім того, завдяки коштам Компанії в навчальних закладах сіл Воронківці (Старокостянтинівський р-н) та Кустівці (Полонський р-н) з'явилися шкільні дошки та сучасні вікна. Також аграрії профінансували проект із благоустрою території ДНЗ с. Гірчична (Дунаєвецький р-н, Хмельницька обл.).



Підприємство «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» виділили кошти на проект із вимощення бруківкою території біля ДНЗ с. Гірчична (Дунаєвецький р-н, Хмельницька обл.)

ДЕТАЛІ — У КОМЕНТАРЯХ

Іван Мукан, голова Берем'янської сільради

«Одразу ж зауважу, що підприємство «Агрополіс» (Кернел) спільно з БФ «Разом з Кернел» надають фінансову підтримку всім об'єктам соціальної сфери, які працюють на території сільради. Проте значиму увагу приділяють усе-таки освіті. Так, за кошти від Кернел ми змогли повністю оновити меблевий фонд школи — купити стільці та парти для всіх учнів, зокрема й першачків, а також частину — для педагогічного колективу. Крім того, у харчоблок закладу було придбано електричну плиту та посуд, у кабінет першого класу — сучасний плазмовий телевізор, ламінат. Додам, що за фінансування «Агрополіс» (Кернел) цього року проводилася підсипка доріг, була облагороджена алея парку Слави та майданчик для проведення урочистих заходів. Дякуємо Компанії за добрі справи, завдяки яким наше село стає комфортнішим для життя».

Катерина Стопнюк, завідувач ДНЗ с. Сахнівці

«Наш дошкільний навчальний заклад «Малютко» є одним з найбільших у районі, щодня його поріг переступає близько 80 дітей. Цьогоріч влітку за фінансування підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» ми реалізували проект зі встановлення ігрового майданчика. А у жовтні аграрії презентували нам сучасний ноутбук та принтер. Ця техніка значно полегшить роботу вихователів у проведенні занять у рамках нової програми з розвитку дитячих здібностей. Дякуємо Компанії за увагу до проблем закладу».

Сергій Кравець, вчитель фізичної культури школи с. Сахнівці

«Завдяки фінансовій підтримці від «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» ми час від часу оновлюємо спортивний інвентар, потрібний для занять фізичною культурою. Нещодавно Компанія вкотре допомогла у придбанні футбольних і волейбольних м'ячів,

а також скакалок. Ці речі необхідні для уроків, оскільки всі вони проходять в ігровій формі. Дякуємо аграріям за надану допомогу та сподіваємося на подальшу плідну співпрацю в укомплектуванні спортивної зали».

Віта Кручок, директор школи с. Лажева

«Щороку підприємство «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» допомагають нашому закладу у проведенні поточних ремонтів, а також вітають випускників та першокласників. Проте на цих пунктах підтримка з боку аграріїв не завершується, що не може не тішити. Разом з Кернел ми реалізовували проект із заміни наосного обладнання в котельні, а до свята села Компанія презентувала закладу морозильну камеру та посуд для кожного учня. Щодо морозильної камери — потреба в ній справді існувала, бо донині діюче обладнання не вмещало потрібного об'єму продуктів, тому доводилося постійно шукати варіанти збереження харчів. Вдячні за корисні подарунки».

Галина Янковська, директор школи с. Воронківці

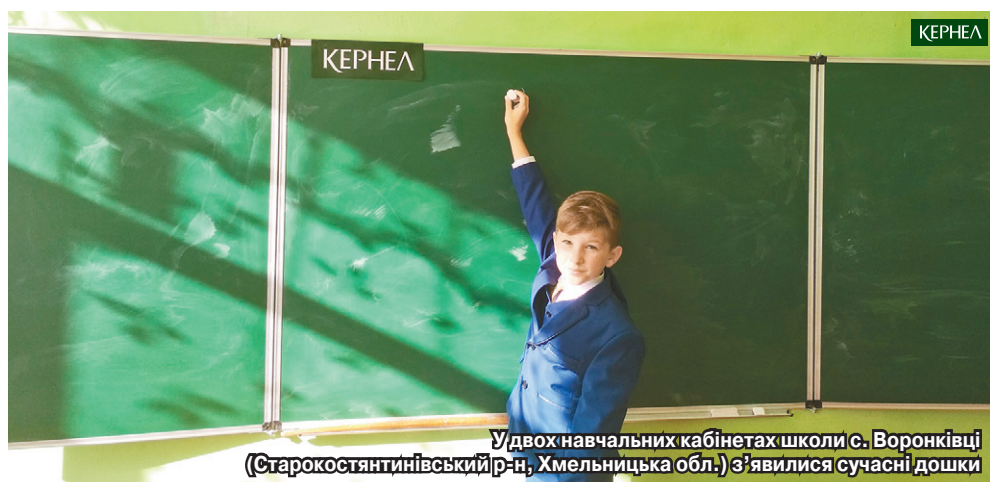
«До 50-річчя нашого навчального закладу представники підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» подарували нам сертифікат на придбання двох шкільних дошок. Уже зараз вони придалися для проведення уроків у кабінеті 4-го класу та української мови й літератури. До речі, до Дня знань ми отримали від Кернел не менш значимий подарунок — сучасний плазмовий телевізор. Щира подяка за те, що турбуються про наших дітей».

Анатолій Рейда, директор школи с. Кустівці

«Цьогоріч завдяки фінансуванню підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» ми оновили значну частину вікон у школі. Йдеться про 12 віконних конструкцій у кабінетах історії, фізики, інформатики, зарубіжної літератури. А ще в поточному році Компанія спрямовувала



Учніський, педагогічний та батьківський колективи школи с. Лажева (Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.) дякують Кернел за придбану морозильну камеру та посуд



У двох навчальних кабінетах школи с. Воронківці (Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.) з'явилися сучасні дошки

кошти на проект заміни димової труби в котельні, оплатила підключення закладу до Інтернету та абонемент на користування даною послугою, придбала музичну апаратуру — мікрофони, колонки, підсилювачі. Тож співпраця з Кернел приносить гарні результати для нашого освітнього осередку. Ці аграрії — молодці!»

Світлана Біла, староста с. Гірчична

«З аграріями підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» ми маємо добре налагоджену співпрацю та ведемо конструктивний діалог. Компанія неодноразово

приходила нам на допомогу в багатьох добрих справах, зокрема й у благоустрої території — мова про встановлення лав на території сільської церкви, брам на кладовищі. Проте особливу увагу вони приділяють нашим освітнім осередкам, зокрема дитячому садочку. Торік Компанія фінансувала придбання комплектів білизни та ковдр для вихованців, а нині виділила кошти на проведення робіт з покращення стану прилеглої території ДНЗ. Йдеться про проект з укладки бруківки на площі близько 80 кв. м. Справа вже реалізована, і нам залишається лише висловити подяку Кернел за добро».

◆ ІНФРАСТРУКТУРА

ВІД СЕЛА ДО СЕЛА ВІДНОВЛЮЄМО ВОДОПОСТАЧАННЯ



Жителі с. Берегелі (Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.) дякують Кернел за фінансування проекту з буріння свердловини, що дозволить громаді вирішити проблему водопостачання

Про проблему відсутності централізованого водопостачання в українських селах сказано та написано чимало. Агропідприємства компанії Кернел та БФ «Разом з Кернел» завжди реагують на потреби сільських громад у питанні збереження існуючих та будівництва нових водогонів. За останні декілька років на подібні справи у селах Хмельниччини Компанія спрямувала мільйони гривень. Про що ми неодноразово розповідали на шпальтах газети.



За кошти від підприємства «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» на двох вулицях с. Підлісний Мукарів (Дунаєвецький р-н, Хмельницька обл.) прокладено трубопровід для подачі води

Осінній період став не менш плідним на проекти, реалізовані разом з Кернел та спрямовані на відновлення систем водопостачання в селах області. Так, підприємство «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» спрямували майже 200 тис. грн на вирішення відповідних питань у селах Підлісний Мукарів (Дунаєвецький р-н), Берегелі (Старокостянтинівський р-н), Баглаї та Копачівка Друга (Волочиський р-н).

«Одним з найболючіших питань для жителів сіл сільради була вода, особливо гостро цю проблему відчували мешканці вулиці Молодіжної с. Берегелі. Централізованої подачі вони не мали, а через падіння рівня ґрунтових вод криниці загального користування висохли. Торік коштом сільського бюджету ми проводили очистку колодязів, але результату це не дало. Тоді ми звернулися до підприємства «Енселко Агро» (Кернел), яке є нашим орендарем, із проханням фінансово допомогти у вирішенні ситуації. Аграрії не відмовили і спільно з БФ «Разом з Кернел» виділили кошти для буріння свердловини (понад 50 м) та придбання необхідного насосного обладнання. За підключення до електромережі заплатила громада. Таким чином ми хоча б частково вирішили питання. І тепер, щоб набрати води, мешканцям не обов'язково йти за 200 м під гору, як це було раніше. Зауважу, що Кернел підтримує й інші соціальні напрямки. Так, Компанія брала участь у проектах з грейдерування доріг у селах Немиринці та Деркачі, надавала підтримку сільській школі, фельдшерсько-акушерському пункту, церкві. Ми дуже задоволені, що маємо такого відповідального та надійного орендаря.»

З повагою, Олег Москалюк, сільський голова Немиринецької сільради

«Як і в більшості населених пунктів області, у Підлісному Мукареві розпочав падати рівень води у криницях. Тому сільська влада розробила проект із централізованого водопостачання. Цього року за співфінансування сільського бюджету та підприємства «Енселко Агро» (Кернел) ми провели один з його етапів — прокладення комунікацій по вулицях Шевченка та Лесі Українки. А це приблизно 1,5 км. За кошти Компанії було закуплено труби. Невдовзі плануємо продовжити проект. Додам, що за роки співробітництва Кернел всебічно підтримував село — надавав допомогу освітній сфері, брав участь у грейдеруванні доріг, допомагав у облаштуванні кладовища, виділяв паливно-мастильні матеріали.»

З повагою, Олена Романішина, староста с. Підлісний Мукарів

«Уже кілька років поспіль ми плідно співпрацюємо з підприємством «Енселко Агро» (Кернел) та БФ «Разом з Кернел» в напрямку реалізації проектів, спрямованих на вирішення питань водопостачання. Так, Кернел виділяв кошти на подібні проекти в селах Бубнівка, Пахутинці, Сергіївка, Трительники, Глядки, Нововолеск. Наразі аграрії направили фінанси на капітальний ремонт артезіанських свердловин у селах Ковпачівка Друга та Баглаї. Завдяки цьому ми зможемо розпочати там спорудження водогонів. Дякуємо аграріям за комплексний підхід до вирішення проблем сільських населених пунктів.»

З повагою, Любов Гула, голова Наркевицької ОТГ

ДОВІДКА

КЕРНЕЛ — провідний у світі та найбільший в Україні виробник та експортер соняшникової олії, ключовий постачальник сільсько-господарської продукції з регіону Чорноморського басейну на світові ринки. Кернел щороку підтверджує беззаперечне лідерство в усіх напрямках діяльності у регіонах присутності та світових рейтингах. Протягом 10 років акції Компанії торгуються на Варшавській фондовій біржі. У 2011 році IPO Кернел було визнано найкращим у країнах Центральної та Східної Європи за всю історію цієї біржі. З року в рік Компанія лідирує в рейтингах найкращих роботодавців. У 2016-му Кернел визнано найбільш прозорою Компанією галузі АПК відповідно до Індексу прозорості найбільших компаній в Україні. У 2017 році Кернел успішно дебютував на ринку євробондів, розмістивши на Ірландській фондовій біржі п'ятирічні облигації. На частку Кернел припадає близько 8% світового виробництва соняшникової олії. Торговельні марки Компанії: «Щедрий дар», «Стожар», «Чумак Домашня», «Чумак Золота». Свою продукцію Кернел постачає у більш ніж 60 країн світу, серед основних ринків збуту — Індія, країни Євросоюзу, Єгипет і Туреччина. Переробні потужності Кернел становлять 3,5 млн тонн насіння соняшника на рік. Із 2010 року Кернел активно розвиває власне сільгоспвиробництво. Щороку Кернел постачає на міжнародні ринки приблизно 4 млн тонн кукурудзи, пшениці, ячменю, сої та ріпаку, закуповуючи сільгосппродукцію у більш ніж п'яти тисяч виробників, а також вирощуючи власну на 550 тис. га землі. Спільно з виробничою діяльністю проводить тісна співпраця з громадами сіл і малих міст на території присутності агропідприємств Кернел. Основне завдання — фінансово-матеріальна підтримка громадських ініціатив, соціальної сфери населених пунктів з метою підвищення рівня життя та добробуту населення. У 2013 році всі соціальні ініціативи Компанії об'єднали в програму підтримки територіальних громад «Разом з Кернел». Для реалізації цієї програми агропідприємства Компанії створили однойменний Всеукраїнський Благодійний фонд «Разом з Кернел». У Хмельницькій області Компанія обробляє землі в Кам'янець-Подільському, Вінницькому, Городоцькому, Дунаєвецькому, Новоушицькому, Чемеровецькому, Ярмолинському, Красилівському, Старокостянтинівському, Старосинявському, Волочиському, Полонському, Славутському, Летичівському та Хмельницькому районах області. На Тернопільщині Кернел орендує земельні наділи в Чортківському, Борщівському, Заліщицькому, Бучацькому, Лановецькому районах. На вказані підопічні території поширюються й соціальні програми Благодійного фонду.

→ ВАКАНСІЇ РЕГІОНУ ←

ТОВ «Енселко Агро» (Кернел)

МАШИНІСТ-ГРЕЙДЕРИСТ

(Старокостянтинівський, Красилівський, Волочеський, Полонський р-ни, Хмельницька обл.)

- ✓ Посвідчення категорії Е.
- ✓ Досвід роботи від 3 років.

ТРАКТОРИСТ-МАШИНІСТ С/Г ВИРОБНИЦТВА (ОПРИСКУВАЧ)

(с. Сахнівці, Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.)

- ✓ Наявність посвідчення (А1, А2, Н).
- ✓ Досвід роботи від 3 років.

ВОДІЙ АВТОТРАНСПОРТНИХ ЗАСОБІВ

(с. Сахнівці, Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.)

- ✓ Посвідчення водія категорії С та Е.
- ✓ Досвід роботи від 3 років.

ПІДСОБНИЙ ПРАЦІВНИК

(с. Сахнівці, Старокостянтинівський р-н, Хмельницька обл.)

- ✓ Готовність до фізичної праці.

→ Контактна особа: Ірина Іванова, тел.: (095) 279-45-17

БУХГАЛТЕР

(с. Зіньків, Вінковецький р-н, Хмельницька обл.)

- ✓ Досвід роботи від 3 років.
- ✓ Знання 1С.

ПІДСОБНИЙ ПРАЦІВНИК

(с. Зіньків, Вінковецький р-н, Хмельницька обл.)

- ✓ Готовність до фізичної праці.

ТРАКТОРИСТ-МАШИНІСТ С/Г ВИРОБНИЦТВА

(Вінковецький, Дунаєвецький, Ярмолинецький р-ни, Хмельницька обл.)

- ✓ Наявність посвідчення (категорія А1, А2, Н).
- ✓ Досвід роботи від 3 років.

ЗАВІДУВАЧ СКЛАДУ

(с. Зіньків, Вінковецький р-н, Хмельницька обл.)

- ✓ Знання комп'ютера.
- ✓ Досвід роботи від 1 року.

→ Контактна особа: Ілона Гордієнко, тел.: (068) 367-33-84

ТОВ «Агрополіс» (Кернел)

ФАХІВЕЦЬ ІЗ ЗАКУПІВЛІ ЗАПАСНИХ ЧАСТИН ТА МАТЕРІАЛІВ

(м. Чортків, Тернопільська обл.)

- ✓ Вища економічна або інженерна освіта.
- ✓ Комунікабельність та відповідальність.
- ✓ Структурне та аналітичне мислення.

ВОДІЙ АВТОТРАНСПОРТНИХ ЗАСОБІВ

(с. Торське, Заліщицький р-н, Тернопільська обл.)

- ✓ Досвід роботи.
- ✓ Посвідчення водія категорії D та D1.

ПРОВІДНИЙ ФАХІВЕЦЬ ІЗ ЗЕМЕЛЬНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПИТАНЬ

(м. Чортків, Тернопільська обл.)

- ✓ Досвід роботи в земельній сфері.
- ✓ Посвідчення водія категорії В.

ІНЖЕНЕР ІЗ GPS

(с. Торське Заліщицький р-н, Тернопільська обл.)

- ✓ Інженерна освіта.
- ✓ Знання теорії роботи системи GPS-обладнання.
- ✓ Знання принципу роботи та побудови мереж.

→ Контактна особа: Марія Новицька, (050) 375-82-34

◆ ПРОФЕСІОНАЛИ

ВОНИ БУДУЮТЬ СВОЮ КАР'ЄРУ В КЕРНЕЛ



Юрій Анатолійович Шачковський

- **Посада:** провідний інженер на підприємстві «Енселко Агро» (Кернел), Волочеський р-н, Хмельницька обл.
- **Стаж роботи в Компанії:** з 2012 року

«Найяскравіші спогади дитинства — це коли батько, який працював у колгоспі, брав мене з собою на виробництво. Напевно, звідти й прийшло бажання продовжити сімейну традицію, пов'язати свою професію з сільським господарством. І, до речі, за багато років праці я жодного разу не пошкодував про такий вибір. Більш того, я пишаюся тим, що причетний до хліборобської справи. Щодо роботи в Кернел, то все почалося понад шість років тому,

коли наше господарство стало частиною цієї Компанії. Безперечно, за ці роки отримано колосальну кількість практичних знань та вмінь. Адже Кернел — лідер не на словах, а на ділі. Тут використовуються передові технології, застосовуються новітні технічні агрегати, а кожен співробітник має можливість для професійного розвитку — і це чи не найголовніше. Наразі я обіймаю посаду провідного інженера механізованого загону № 1, який працює на полях Волочеського, Красилівського та Хмельницького районів. Моя відповідальність — це технічні агрегати, закріплені за мехзагоном, їхня справність, належна експлуатація та ремонт. Як на мене, кожен з нас має власне розуміння успіху, хтось вбачає його у престижній роботі, хтось — у міцній родині тощо. Проте всі погодяться з тим, що успішна людина — це затребувана людина».



Сергій Борисович Козицький

- **Посада:** адміністратор систем на підприємстві «Енселко Агро» (Кернел), Вінковецький р-н, Хмельницька обл.
- **Стаж роботи в Компанії:** з 2015 року

«Зацікавлення комп'ютерною технікою і всім тим, що з нею пов'язане, з'явилося в мене десь у середині дев'яностих. Саме тоді я придбав перший ПК. Звичайно, він був доволі примітивний, проте на той час прирівнювався до чогось надзвичайного. Після служби в армії влаштувався на роботу охоронця в банківську структуру й там потоваришував з IT-спеціалістом, спілкування з яким тільки додало бажання розвиватися в даній сфері. Проте, коли вирішив

шукати роботу, хоча б наближену до галузі, то виникло питання про відсутність освіти. І я у свої 34 став студентом. Уже навчаючись, працевлаштувався до районного суду. На той час судові установи якраз переходили на єдину комп'ютерну базу, куди вносилися інформація про засідання, акти тощо. Саме за цим проектом мене й закріпили. Після двох років праці потрапив під оптимізацію. Згодом була робота в районній бібліотеці, де обслуговував 12 комп'ютерів. Про вакансію системного адміністратора на підприємстві «Енселко Агро» (Кернел) дізнався від знайомих і вирішив спробувати. Звичайно, спочатку лякали об'єми — а це 180 користувачів ПК, планшетів тощо. Специфікою посади є те, що тут зроблено акцент на комп'ютерну мережу, програмне забезпечення. За роки роботи в Кернел зрозумів, що чимало залежить від колективу. Бо ж раніше на поміч приходив «Гугл», а тут кваліфіковану консультацію та пораду можна отримати від колег з інших кластерів та центрального офісу в Києві. Щодо поняття успіху, то я на власному досвіді переконався, що ключ до нього — у наших руках. А ставати успішним, розвиватися у справі, яка подобається, можна у будь-якому віці. Головне — мати бажання та бути цілеспрямованим, а варіанти того, як саме все повинно бути, підкине життя».



Роман Павлович Когут

- **Посада:** завідувач господарства на підприємстві «Агрополіс» (Кернел), Чортківський р-н, Тернопільська обл.
- **Стаж роботи в Компанії:** з 2010 року

Маючи 37-річний досвід професійної діяльності, я встиг виокремити чимало важливих моментів. По-перше, робота завжди має приносити задоволення, вона повинна давати відчуття того, що ти виконуєш потрібну справу і вкладаєш у це частинку душі. Неважливо, будівельник ти чи вчитель, — своєю працею ти повинен сіяти зерна добра. У моєму випадку «добро» полягає у створенні комфортних умов для співробітників підприємства «Агрополіс» (Кернел). Я

відповідаю за життєдіяльність офісів, токів, зокрема за ремонти та проведення будівельних робіт. Що стосується роботи в Компанії, то мені тут, безперечно, подобається працювати. За стільки років я звик до колективу і звикся з думкою, що від завідувача господарства, як не крути, залежить чимало. Дякую долі за можливість працювати й своєю діяльністю приносити користь людям, які мене оточують, Компанії, у якій працюю».

Ось такі вони, професіонали своєї справи — працівники агропідприємств Кернел, які стоять на варті перемог, досягнень і, відповідно, прибутковості Компанії. Керівництво Кернел переконане, що кожен співробітник має необхідні здібності для того, щоб побудувати достойну кар'єру в улюбленій Компанії. Головне — прагнути цього та використовувати всі надані можливості.

◆ ВАШЕ ЗДОРОВ'Я

ЯК РОЗПІЗНАТИ ІНСУЛЬТ:

проста інструкція, яка може врятувати життя

Однією з найпоширеніших причин смертності людей на планеті є інсульт. Якщо раніше ця страшна хвороба вважалась проблемою зрілого віку, то зараз вона дісталась і до найменших. Медики радять уважніше стежити за самопочуттям та вчасно виявляти перші сигнали, які свідчать про близький напад інсульту.

Точно так само, як стається серцевий напад, інсульт зазвичай викликаний обструкцією артерії, яка не дозволяє крові досягти мозку в належній формі. Це блокування може бути викликане згустком крові або жировим відкладенням.

Сьогодні ми пропонуємо Вам розвіяти найпопулярніші міфи про інсульт.

15 міфів про інсульт

- **МІФ:** при інсульті потрібен спокій, хворого не можна перевозити з дому до лікарні або з однієї лікарні до іншої.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** насправді усі хворі з інсульту якомога швидше мають бути доставлені до лікарні, де можуть отримати необхідну допомогу. Ситуації, коли перевезення в умовах швидкої може погіршити стан здоров'я пацієнта, трапляються дуже рідко (тиск нижче 80 мм рт. ст., незупинена кровотеча, кома та ШВЛ). Якщо пацієнт перебуває у маленькій або погано оснащений лікарні, слід порівняти ризики транспортування й ризики лікування у лікарні, де немає належних ресурсів (спеціалісти, томограф, лабораторія тощо).
- **МІФ:** діагноз інсульту досвідчений лікар може встановити на підставі огляду, а крововилив у мозок можна виключити, зробивши хворому пункцію.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** щоб переконатися, що у пацієнта інсульт, і виключити інші захворювання мозку (наприклад, пухлину або наслідки травми), у кожному випадку необхідно зробити КТ або МРТ голови. Навіть дуже досвідчений лікар без томографії не зможе розрізнити тип інсульту (ішемія чи крововилив), а від типу значною мірою залежить лікування.
- **МІФ:** усім пацієнтам з крововиливом у мозок необхідна операція (видалення гематоми).
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** у більшості випадків при крововиливі у мозок немає користі від операції та видалення крові. Найкращі результати дає лікування у добре оснащеному відділенні інтенсивної терапії (реанімації). Невелику частку пацієнтів, яким все ж необхідна операція, можна визначити на підставі томографії (КТ або МРТ).
- **МІФ:** якщо прояви інсульту швидко минули, подальше лікування не потрібне.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** усім хворим, які пережили інсульт, необхідні термінова консультація лікаря-невролога, що спеціалізується на інсульті, і обстеження, яке дозволить зрозуміти причину

того, що сталося, і призначити необхідну профілактику. Тільки таким чином можна зменшити ризик повторного інсульту на 50-80%.

- **МІФ:** при лікуванні необхідні крапельниці.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** у більшості випадків інсульту крапельниці мають сенс лише протягом 1-2 діб від початку захворювання.
- **МІФ:** що більше крапельниць, то краще лікування.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** більшість ліків, які при інсульті широко використовуються в Україні і вводяться за допомогою крапельниць (ліки для «захисту», «лікування» чи «відновлення» мозку, так звані нейропротектори, «судинні препарати», антиоксиданти, антигіпоксанти тощо) не мають науково доведеної безпечності та ефективності й не використовуються для лікування інсульту у розвинених країнах. Вітчизняні протоколи з лікування інсульту, затверджені МОЗ України, також не рекомендують використовувати ці ліки.
- **МІФ:** лікування інсульту складається з гострого періоду, коли хворий не повинен сидіти чи ставати на ноги і має прокапатись, і подальшої реабілітації, яка розпочинається через кілька тижнів чи місяців, коли хворий зміцніє.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** реабілітація при гострому інсульті має розпочатися з 2-3 дня після надходження до лікарні. Що пізніше розпочнеться реабілітація, то меншою буде від неї користь.
- **МІФ:** час лікує. Порушення, спричинені інсульту (слабкість руки чи ноги, порушення мови, похливання їжею, двоїння тощо), поступово зникнуть самі по собі.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** мозок людини має певну здатність самостійно відновлювати свою роботу, що призводить до зменшення порушень, але відбувається це лише протягом перших 2-3 тижнів, не у кожного хворого (здебільшого при невеликих ураженнях) і зазвичай не повною мірою. Щоб досягти максимального відновлення порушених функцій, повернутися до незалежності від сторонньої допомоги та повноцінного життя, абсолютна більшість пацієнтів зі стійкими післяінсультними порушеннями (не можуть ходити, самостійно вдягнутися чи вмитися, користуватись туалетом тощо) потребує реабілітації. Реабілітація складається не з уколів чи крапельниць, а з занять із фізичним терапевтом, ерготерапевтом та логопедом, метою яких є відновлення порушених функцій і зменшення потреби у сторонній допомозі. До речі, такі методи, як масаж, ванни, електростимуляція уражених

кінцівок, бджоли, п'явки, будь-які крапельниці з нейропротекторами, клітинна терапія не мають науково доведеної ефективності й не рекомендовані для використання. Шукайте правильних фахівців, і вони допоможуть Вам поставити хворого на ноги.

- **МІФ:** інсульт виникає внаслідок стресів, і ми нічого не можемо зробити, щоб його уникнути.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** сьогодні фахівці добре знають фактори ризику інсультів. Вони включають похилий вік, поганий спосіб життя і медичні проблеми. До чинників способу життя, що підвищують ризик інсульту, належать куріння, зловживання алкоголем, недостатня фізична активність (менше 150 хв на тиждень) та ожиріння. До числа медичних проблем відносяться підвищений кров'яний тиск (більше ніж 140/90 мм рт. ст. — головна загроза, навіть якщо пацієнт добре почувається), цукровий діабет, миготлива аритмія (підвищує ризик інсульту у п'ять разів!) і високий холестерин. Ми можемо визначити фактори ризику інсульту і розрахувати його імовірність протягом найближчих 5 або 10 років. Знаючи це, можна дати пацієнту поради, як зменшити ризик на 50-80%.

- **МІФ:** щоб запобігти інсульту або «пролікуватися» після нього, необхідно 1-2 рази на рік лягати в лікарню прокапатись або почистити судини.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** «прокапування» немає жодних науково доведених переваг у профілактиці інсульту й не рекомендоване для використання у розвинених країнах. За порадою лягти «прокапатись» може стояти що завгодно, але не науково об'єктована сучасна профілактика чи лікування інсульту.

- **МІФ:** людина після інсульту часто є засмученою або плаче, тому що їй немає чому радіти.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** у 30-40% осіб, що пережили інсульт, розвивається післяінсультна депресія. Це може бути причиною поганого самопочуття, безсоння, болю, погіршення пам'яті та уваги, небажання займатись реабілітацією й навіть нового інсульту. Якщо розпізнати депресію, призначити відповідне лікування (антидепресанти) і трохи зачекати (дія ліків розвивається протягом 2-3 тижнів), настрій і стан пацієнта зазвичай значно поліпшуються. Слід зазначити, що лікар, який може допомогти в такій ситуації, це зазвичай невролог або психіатр, і у разі досягнення ефекту лікування антидепресантом його слід приймати щонайменше шість місяців.

- **МІФ:** після інсульту не можна пити каву.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** помірне вживання кави призводить до зменшення ризику інсульту, інфаркту і смерті внаслідок судинного захворювання. Щоправда, у відповідних дослідженнях вивчали переважно натуральну зернову каву, а не розчинну. Ризик інсульту також зменшують зелений і чорний чай, чорний шоколад (вміст какао не менше 70%, 15-20 г на день) та горіхи (20-30 г на день), а також середземноморська дієта.

- **МІФ:** у разі підвищеного ризику інсульту (гіпертонія, хвороби серця) не можна ходити до сауни чи займатись спортом.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** відвідання сауни, якщо воно не пов'язане з вживанням алкоголю чи сильним зневодненням, зменшує ризик інсульту. Що ж до фізичних навантажень, то медики сьогодні не лише не забороняють їх, а й приписують як ліки. Корисними вважаються аеробні (динамічні) вправи (швидка ходьба, велосипед, плавання, заняття на тренажерах на кшталт «Орбітреку»), а от статичного навантаження (силові вправи) краще уникати.

- **МІФ:** якщо є підозра на інсульт, слід почекаати, доки все мине, або звернутись до сімейного лікаря чи терапевта.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** інсульт — це невідкладний стан. Якщо у людини раптово змінилось мовлення, перекошило обличчя або почали погано слухатись рука чи нога на одній половині тіла, слід негайно зателефонувати 103 і наполягати на доставленні в ту лікарню, де є КТ або МРТ. На сьогодні існує дуже дієве лікування при ішемічному інсульті (тромболізис), але його можна використати лише протягом 4,5 год. від появи перших ознак інсульту, і з кожною хвилиною його ефект зменшується.

- **МІФ:** не має значення, у якій лікарні лікуватися від інсульту, аби лікар був уважний і досвідчений.
- **РЕАЛЬНІСТЬ:** Насправді дуже багато чого залежить від можливостей лікарні. Тут мова не лише про обладнання (наявність томографа, лабораторії, реанімації, нейрохірургії, кардіолога, ендокринолога, уролога, хірурга, ортопеда тощо), організацію лікування у відділенні, де перебуває хворий, а й про вміння команди медиків, їхнє навчання. Найкращі результати лікування інсульту забезпечує багатопрофільна лікарня, де є Інсультний блок (Stroke Unit). Відмінністю Інсультного блоку є не тільки лікарі, які добре знаються на інсульті, а й медичні сестри з відповідною підготовкою, фізичні терапевти та логопеди.

ПАМ'ЯТКА

Фактори ризику

- ✓ Артеріальна гіпертензія.
- ✓ Вік старше 50 років.
- ✓ Хвороби серця.
- ✓ Цукровий діабет.
- ✓ Високий рівень холестерину.
- ✓ Зловживання алкоголем.
- ✓ Стрес.
- ✓ Куріння.
- ✓ Малорухливий спосіб життя.
- ✓ Ожиріння.

Перші симптоми інсульту

- ✓ Слабкість або оніміння в руці чи нозі.
- ✓ Порушення мови. Людина не може говорити або не розуміє, що їй кажуть.
- ✓ Втрата рівноваги, порушення ходи.
- ✓ Запаморочення.
- ✓ Зомління.
- ✓ Гострий головний біль.
- ✓ Параліч половини обличчя (дуже рідко — всього тіла).
- ✓ Перекіс обличчя.
- ✓ Нудота й блювота.
- ✓ Двоїння та «мушки» в очах.
- ✓ Мимовільні рухи очей.
- ✓ Занадто низький або високий артеріальний тиск.

Метод ПЗП: найшвидший спосіб розпізнати інсульт

П — попросіть людину усміхнутися. При інсульті усмішка буде кривою або перекошеною.

З — попросіть хворого заговорити. У передінсультному стані мова звучатиме нерозбірливо, як при алкогольному сп'янінні.

П — попросіть хворого одночасно підняти руки вгору й утримати хоча б п'ять секунд. При інсульті одна рука опуститься.

KERNEL

ВАКАНСІЇ КАР'ЄРНОЇ ПРОГРАМИ КЕРНЕЛ



Той самий авторитет	↓	Так на Русі скакуна величали	↓	Також відомий як кизил	↓	Індіанці в жіночому імені	↓	1			
Символ красного письменства	→	Зірка шансону Мат'є	→	Ім'я дурника з народних казок	↓	Як звать Хопкінса?	↓				
Дитя співочого птаха № 1	→	Місто, в якому Ж. Верн народився	→			Яма на кшталт воронки	↓	До скрині покришка			
Чимале місто на Рейні (ФРН)	↙	Чи то тюлень, чи річка	→	1	→	Публій ... Назон, поет	→		Фізик ... Тесла	Ріка, що в пісні круто в'ється	
Столик для писання (зах.)	↓	Що таке кермо?	↓	Предмет суперечки на ринку	↓	Жорсткий цар біблійних часів	↓	Тонка насадка	→		
Жіноча витонченість	→	Актриса ... Вітовська	→		↓	Ремінь, який тягнутий на плечі	↓	Воли, вівці, кози	↓	Посадовець часів Др. Риму	
	↓		↓		↓	Турецький вояк у давнину	→		↓		
	→		→		→		Музичний епілог	→			
	↓		↓		↓	Гірка трава	→				
Травний орган	→	Чоловік, якого Бог створив	→		↓	Підвісний родич підйомного крана	→				

**3 повагою, однокласниця Олена
Рокицька та колектив підприємства
«Енселко Агро» (Кернел)**