

### Міська влада подбає про освітлення Луцька

Торік Луцька міська рада виділила 729,8 тис. грн для реконструкції мереж зовнішнього освітлення міста на 20 вулицях і 19 дворах. Міський голова Микола Романюк повідомив, що в місті ще не освітлена 31 прибудинкова територія. За його словами, цього року це буде пріоритетним завданням. Також він зауважив, що міська влада працюватиме над виділенням коштів для заміни старих ламп вуличного освітлення на сучасні енергозберігаючі.



### У Львові жінка повідомила міліцію про вибух бомби

13 грудня до львівських правоохоронців надійшло повідомлення від невідомої особи щодо можливого вибуху бомби. Жінка зателефонувала з мобільного та вказала 11-значний код активації вибухового пристрою, після чого поклала слухавку. Про це повідомляє прес-служба Львівського міського управління міліції. Правоохоронці з'ясували, що телефонувала пацієнтка однієї з львівських лікарень. 34-річна жінка приїхала на лікування в район. Відкрито кримінальне провадження.

## Купатись у мороз – справжнісінька насолода

Так вважає бувалий морж із Ківерців Віктор Воробей

Майже 16 років Віктор Воробей із Ківерців день у день купається в місцевій водоймі. Тріскучі морози, дощ, вітер чи гроза ще ні разу не зупинили його. Більше того, чоловік до пізньої осені ходить без верхнього одягу, а в найсильніші холоди навіть не думає вдягати шапку та рукавиці.



Ківерчанин Віктор Воробей розповідає, що ніколи подумати не міг, що почне «моржувати», бо все життя навіть улітку не дуже любив купатись.

— Сталося це зовсім випадково. Наприкінці березня мій друг запропонував з'їздити з ним на озеро купатися. Я не зрозумів: як скупатися? Але ні, дивлюся: занурюється, пропливає до середини озера. Я здивувався, підійшов ближче, пальцем торкнувся води, а вона холоднюча! Це ж усе-таки березень, надворі ще сніг лежить. Однак це мене зацікавило, кілька днів по ходив із ним, поспостерігав. А вже 14 квітня 1998 року о восьмій годині ранку при температурі +2°C я без будь-яких попередніх обтирань та обливань повністю занурився у воду на так званому Солдатському озері в Ківерцях. Десь через два тижні зрозумів, що таке загартування — то моє. Найцікавішою була перша зима, а вона видалась ой якою суворою: вже в листопаді було -19°C! І ось не полишаю цієї справи вже майже 16 років. Хоча в моїй медичній картці пишуть, що мені проти показано переохолоджуватися.

Віктор Адамович купається щодня з самісінького ранку. За майже 16 років моржування не пропустив жодного дня.

— Купаюся вже 189 місяців, 5670 днів. Ні сніг, ні вітер, ні морози мене не затримують. Найнижча температура, за якої занурювався, — -32°C, хоча цікаво було би спробувати ще при більшому морозі. Якоюсь навіть у грозу плавав, хоча знаю, що

не можна так робити. Бувало, занурювався в досить екстремальних місцях. Кілька років тому був поблизу Донецька на виборках. Розвідав, що поруч є дамба, і вирішив там спробувати. Знайомі переконували цього не робити, бо водойма дуже глибока. Та я не міг порушити графік — і скупався, більше того, одного дня пішов туди о четвертій ранку, коли ще темно було. Звичайно, зробити це виявилось страшною, бо місцевість незнайома, наверх через слизькі плити взагалі важко було вилізти, — пригадає пан Віктор.

Віктор Адамович зазначає, що завдяки моржуванню почав дотримуватись режиму дня, став стійкішим і витривалішим, виробив силу волі, адже іноді до озера доводилось іти в завірюху, коли снігу по коліна. Звісно, холодна вода позитивно вплинула і на здоров'я, бо за стільки років ні разу не хворів на грип чи застуду.

— Вже 14 років не ношу взимку шапки й рукавиць, а до середини жовтня ходжу в сорочці з корот-

кими рукавами. Всі дивуються, а я вважаю, що ні один кожух людину не зігріє, бо це лише тимчасова річ: сьогодні є, а завтра нема. Тепло має йти зсередини, з душі, — переконує морж.

Окрім цього, холодолюбний ківерчанин іноді змінив себе ще й голодуванням. Легко без їжі та води обходиться цілу добу, а буває, що не їсть і довше. Каже, після цього все, що раніше вважав несмачним, видається справжнім делікатесом. До того ж щовечора пан Віктор ще й обливається крижаною водою, а взимку ходить босоніж.

— Вікторе Адамовичу, порадьте, коли і як краще починати «моржувати»?

— Новачкам ліпше починати з квітня-травня і поступово рухатися до холодів. Так, потрохи звикаючи, можна почати й обтирання та обливання крижаною водою. Якщо є можливість, краще робити це надворі, бо у ванні вода здаватиметься холоднішою, — ділиться морж. —

Загартовуватися під силу кожному, було б лише бажання та здоров'я дозволяло, бо ж силувати свій організм не варто. Якби хтось захотів цим зайнятись, я б із радістю допоміг.

Після розмови Віктор Адамович вирішив скупатися, щоби довести нам правду своїх слів. Погода тоді не тишила: саме піднявся сильний вітер, шов сніг із дощем. Але моржу це не завада, хоча, каже, вже не може дочекатися похолодання: мов, купатись у мороз — справжня насолода!

— Коли на вулиці мінус 20, то у воду лізеш грітись, — сміється він. — Та найблагоприятніший час для купання — кінець лютого — початок березня, коли все починає розтавати і ти по-справжньому відчуваєш силу талої води. Унікальними для купання є ще й усі дні Різдва Христового та, звісно, Водохреще. Головне — позитивно себе налаштувати, і тоді купання принесе лише хороший результат!

Ольга УРИНА

### На Рівненщині затримали групу кримінальних авторитетів

Правоохоронці Рівненщини припинили діяльність злочинного міжетнічного угруповання, яке діяло у Рівненській області й поза її межами.

Учасники злочинної групи раніше неодноразово судимі та мають авторитет у кримінальному середовищі. Про це повідомили у секторі зв'язків із громадськістю УМВС України в Рівненській області.

Створювати злочинну групу розпочав іноземець — 46-річний Вадим, відомий у злочинному світі під прізвиськом «Батя». Робив це, ще перебуваючи у в'язниці. Після звільнення разом зі спільниками — 36-річними Валерієм і Сергієм — продовжив злочинну діяльність — організував канал постачання тяжких наркотиків у містя позбавлення волі. У подальшому, застосовуючи фізичне та психологічне насильство, зловмисники вчинили шість тяжких й особливо тяжких злочинів у Рівненській і Київській областях.

У вересні минулого року підозрювані почали вимагати 10 тис. грн у рівнянки. Під час передачі їм грошей потерпілою працівники спецпідрозділу БОЗ і затримали учасників злочинної групи.



## Телегід

### Понеділок, 20 січня

Table with TV channel schedules for Monday, January 20th. Columns include 1+1, ІНТЕР, СТБ, ICTV, ТРК «УКРАЇНА», K1, 2+2, ЕНТЕРФІЛЬМ, НОВИЙ КАНАЛ, МЕГА, НТН, K2, ПЕРШИЙ КАНАЛ ЄВРОПА, ТЕТ, and УТ-1. Each column lists program titles and start times.