

Ми всі помремо,  
але це не точно:  
що передбачив  
Нострадамус  
на 2023 рік



Прогнози астролога — на с. 12, 9

● ІСТОРІЯ НОМЕРА



фото із сайту censor.net

Інна Сергієва навіть уявити не могла, що їй доведеться у такому поважному віці партизанити.

# «Писала на дверях пошти крейдою: «ЗСУ знищили 44 орки. Смерть рашистським окупантам!»



фото із сайту ukropostha.ua

З 84-річною Інною Сергієвою кореспондент «Цензора» познайомився у селі Станіслав на Херсонщині, де опинився завдяки медичному десанту. Поки київська бригада лікарів вела прийом пацієнтів, ця неймовірна жінка – хірургиня з величезним стажем і досвідом, а ще людина з гострим розумом і великим хоробрим серцем – розповіла, як партизанила

Евген КУЗЬМЕНКО, censor.net

— **П**ані Інно, коли росіяни зайшли у ваше село Станіслав, вони це вважали, що їх тут будуть зустрічати хлібом-сіллю?

— Ні. Коли вони зайшли, а це було 23 березня, уже було відомо, що йде спротив. І по телевізору бачили, як Херсон бунтував з прапорами на мітингах. Хоча взагалі-то я не дуже надіялася на Хер-

«То ви Бандеру шукаєте?»  
— «Да». — «Так його ще у 1959 році уніщили».

сон – російськомовний. І я була вражена! Так-от, 23 березня дивлюся: собаки гвалт здійняли. Я визирнула у вікно – 13 карликів ідуть, ледь не волочаться їхні пушки по землі. Ну, тобто автомати. З ними танк, два бронетранспортери. І

вони йдуть повільно по боках вулиці, і ця техніка – як траурна процесія. У мене така асоціація була.

І потім росіяни з'являються з тими пушками, ходять кругом... А там оця вишка зв'язку, вони її стерегли... Я, звичайно, бесідувала з ними: хто ви, що, звідкіля? Мнуться так... Я кажу: «Чого вы сюда пришли?» – «А мы тут ищем бандеровцев». – «І як, багато знайшли?» – «Ну, много»... – «То ви Бандеру шукаєте?» – «Да». – «Так його ще у 1959 році уніщили».

Історія нескореної — на с. 7

● УСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!

## Військовослужбовець Максим Панчев придумав СУПЕРГРІЛКУ

Як йому це вдалося і скільки коштує – читайте на с. 6

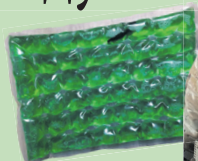


фото з архіву Максима ПАНЧЕВА

● ДІЛО МАЙСТРА ВЕЛИЧАЄ

## До пічника Андрія Ткаченка записуються на кілька місяців наперед

Розповідь про нього – на с. 8



фото з архіву Андрія ТКАЧЕНКА

Як перевірити,  
чи не обманули  
з пенсією

с. 8



фото із сайту novyni.live

Все буде Україна!



ГАЗЕТА на вихідні

21 грудня 2022 року №49(262) Ціна 7 грн



4 820230 060027

## ● ПУЛЬС ТИЖНЯ

**Шеф польської поліції в лікарні після вибуху подарунка з України**

Ярослав Шимчик отримав легкі травми, коли відкрив презент у своєму офісі у Варшаві

Василь КІТ

Наразі невідомо, що це був за предмет, але місцеві ЗМІ припускають, що це був гранатомет. Подарунок Шимчик отримав від одного з керівників української поліції та ДСНС, яких він відвідав кілька днів тому. Польща звернулася за поясненнями.

## ● ЗАМАЛО ДАЛИ...

**Чоловіка, який виявляв позиції HIMARS, посадили на 12 років**

Суд визнав винним чоловіка, який збирав інформацію про переміщення підрозділів Збройних сил України на Донецькому напрямку

Леонід ОЛІЙНИК

«Насамперед він намагався виявити можливі бойові позиції реактивних артилерійських систем HIMARS. Крім цього, передавав окупантам точні координати об'єктів критичної інфраструктури регіону», – йдеться в повідомленні пресцентру Служби безпеки України. За наведенням засудженого окупанти вдарили по водозабірній системі в місті Селидове.

Чоловіка затримали в серпні. «За даними слідства, колаборантом виявився місцевий житель, який після початку повномасштабного вторгнення підтримував зв'язок з окупантами і прагнув допомагати у війні проти України. Зібрану інформацію він передавав через зв'язкового. Ним був учасник підконтрольної росії терористичної організації «народна міліція днр». Передачу координат здійснював через заборонені соціальні мережі «ВКонтакте» і «Однокласники» у вигляді фотоматеріалів з позначками об'єктів на електронних картах», – зазначили у пресцентрі. Суд визнав чоловіка винним у колабораційній діяльності і засудив до 12,5 року позбавлення волі. Чесно кажучи, малувато. Бо саме через таких покидьків гинуть люди, а нашим захисникам стає важче бити ворога.

## ● ТІЛЬКИ ФАКТИ

647 українців, які перебували або перебувають у російському полоні, отримують виплати по 100 тисяч гривень.

48% громадян Німеччини підтримують надання Україні сучасних бойових танків (проти – 41%). Згідно з опитуваннями, кількість прихильників такого рішення за останній місяць зросла на 5%.

## ● ОЦЕ ТАК ТАК!

**Добкін не служить у ЗСУ, Нацгвардії, поліції чи СБУ**

Колишній народний депутат Михайло Добкін, який останнім часом позує на фото у формі ЗСУ, не належить до жодної із так званих силових структур

Василь КІТ

Про це повідомив нардеп Ярослав Юрчишин. Він сказав, що вирішив перевірити, чи справді Добкін служить. Парламентар надіслав відповідні запити до СБУ, Нацгвардії, поліції та ЗСУ і отримав офіційну відповідь, що Добкін не проходить службу у зазначених структурах. Нагадаємо, у жовтні дочка Добкіна Алла опублікувала фото свого батька у формі Збройних сил України, написавши, що він «у відрядженні». Пізніше вона видала цей пост в Instagram. Михайло Добкін – один із найодіозніших екстремалів. 8 квітня митрополит московського патріархату в Україні Онуфрій висвятив його у сан диякона української православної церкви московського патріархату.



Невже фото у військовій формі лише для реклами?

## ● АРТФРОНТ

**Співали в укритті: переможцем нацвідбору «Євробачення-2023» став гурт Tvorchi**

Фінал пісенного конкурсу пройде наступного року в британському Ліверпулі

Лія ЛІС

За суддівським столом були лідер гурту «Антитіла», боєць ЗСУ Тарас Тополя, фронтвумен The Hardkiss Юлія Саніна та переможниця «Євробачення-2016» Джамала. Від журі Tvorchi отримала 9 балів із 10 можливих, водночас глядачі віддали їм 10 балів із 10.

Ведучими національного відбору, який уперше в історії відбувся в укритті через загрозу російських обстрілів, стали Злата Огневич та солістка гурту Go\_A Катерина Павленко – в попередні роки вони вже представляли Україну на цьому конкурсі. Жіночу компанію розбавив телеведучий Тімур Мірошниченко, який коментує відбір уже багато років.

Сам пісенний конкурс пройде у Ліверпулі. Перший півфінал відбу-



Tvorchi здобули перемогу на глибині 90 метрів під землею в укритті.

деться 9 травня 2023 року, другий – 11 травня, а фінал – 13 травня. Участь у «Євробаченні» візьмуть представники 37 країн світу.

TVORCHI – гурт із Тернополя, заснований у 2018 році Андрієм Гуцу-

ляком та темношкірим співаком із Нігерії Джеффі Кенні. Хлопці познайомились, коли навчались у Тернопільському муніверситеті. На відборі до «Євробачення-2023» вони перемогли з піснею «Сталеве серце».

## ● ПРЯМА МОВА

Олексій АРЕСТОВИЧ, радник Офісу Президента, про те, коли закінчиться війна:

Ми розуміємо, що через 2 місяці війна ні фіга не закінчиться. А ще я сильно підозрюю, що вона ще пів року не закінчиться після цих двох місяців. Півтора року маємо – це в принципі можна кваліфікувати як затяжний конфлікт.



## ● ЗОЛОТІ РУКИ

# Житель Вінниці збудував власну міні-ГЕС на випадок блекауту

На створення установки чоловік витратив близько 10 тисяч гривень, працював над нею понад п'ять місяців



Foto із сайту vinnitsa.info.

«Я збирав матеріали, дивився в інтернеті, як працюють аналогічні ГЕС, і вже цього року придумав цей механізм», – розповідає Іван Верещак.

**На випадок повного блекауту електроенергію від цієї ГЕС можна буде використати на освітлення приміщення або накопичувати в автомобільних акумуляторах для заряджання мобільних телефонів, ліхтариків.**

будинку біля Віннички, в мене відразу виникла думка, що її можна використати, аби отримати трішки електроенергії. Я з дитинства захоплювався технікою. Мабуть, від батька, який любив майструвати, і це моє хобі – робити електричні механізми. Здобув вищу технічну

освіту. Я збирав матеріали, дивився в інтернеті, як працюють аналогічні ГЕС, і вже цього року придумав цей механізм», – розповідає Верещак. Зараз, каже, потрібно підібрати та встановити генератор, за допомогою якого буде надалі вироблятися електроенергія.

Василина СМЕТАНА

Іван Верещак (на фото), який проживає у багатоповерхівці, зумів спорудити невелику гідроелектростанцію на річці Вінничка, що розташована за 30 метрів від його будинку. На випадок повного блекауту електроенергію від цієї ГЕС можна буде використати на освітлення приміщення або накопичувати в автомобільних акумуляторах для заряджання мобільних телефонів, ліхтариків. Невеличке колесо на вузькій річечці Вінничка нагадує атракціон чи карусель. Колесо крутиться і виробляє електроенергію. Роботу над створенням міні-ГЕС винахідник розпочав у травні. Механізм зібрав з підручних матеріалів. «Коли я і моя сім'я поселились у цьому

## ● ІСТОРИЧНА СПРАВЕДЛИВІСТЬ



Фото із сайту spravdi.gov.ua.

Лише через 90 років цивілізований світ віддав шану мільйонам невинно убієнних.

## Європарламент визнав Голодомор в Україні геноцидом

Резолюція була ухвалена 507 голосами, проти – 12 та 17 тих, хто утримався

Василина СМЕТАНА

«У резолюції, ухваленій у четвер, Європейський парламент визнає го-

лод, влаштований радянським режимом в Україні у 1932–1933 роках, відомий як Голодомор, геноцидом. Депутати Європарламенту рішуче засуджують цю дію, внаслідок яких загинули мільйони українців, і закликають усі країни та організації, які ще не зробили цього, наслідувати їхній приклад та визнати це геноци-

дом», – постановили депутати. Європарламентарі заявляють, що «обілення та прославлення тоталітарного радянського режиму і відродження культу радянського диктатора Йосипа Сталіна призвели до того, що сьогодні росія є державою, яка підтримує тероризм». Депутати законодавчого органу ЄС також засуджують жорсткі злочини росії, які вкотре вчиняються проти українського народу, як-от цілеспрямоване знищення цивільної енергетичної інфраструктури України взимку. «Резолюція звинувачує нинішній російський режим у порушенні суверенітету та територіальної цілісності України, прагненні ліквідувати Україну як національну державу та знищити самобутність і культуру її народу», – наголосили у ЄП. Нарешті! Нарешті через 90 років після страшного злочину, який СРСР намагався усіляко приховати, цивілізований світ ось таким чином віддав шану мільйонам загиблих українців, а також, сподіваємось, остаточно усвідомив нацистський та імперіалістичний характер нинішньої російської влади і більшості російського народу. Маски з кривавої московії зірвано!

## ● ПОГЛЯД

## Командири на війні діляться на 4 категорії

Категорія номер 1 завжди схильна до самостійних рішень та критично ставиться як до ворога, так і до намагання вищого керівництва втрутитись у їхню сферу відповідальності



Юрій БУТУСОВ, журналіст, головний редактор українського новинного суспільно-політичного інтернет-порталу Цензор.нет

Командири на війні діляться на чотири категорії:

1. Ті, хто хоче вбивати.
2. Ті, хто хоче служити, робити кар'єру та вбивати.
3. Ті, хто хоче служити, робити кар'єру та вижити у підвалі.
4. Ті, хто хоче вижити у підвалі і знайти місце подальше від війни.

Категорія номер 4 шкідлива, але вона намагається відмититись на фронті та залишити зону бойових дій сама.

Категорія номер 3 дуже небезпечна для своїх, бо ці люди безвідповідальні щодо підлеглих, але дуже зручні і приносять виключно гарні новини для вищого керівництва, через що завжди брешуть та спотворюють обстановку.

Категорія номер 2 створює в армії дієздатний кістяк, ефективність якого залежить від планування та якості управління вищого керівництва.

Категорія номер 1 завжди схильна до самостійних рішень та критично ставиться як до ворога, так і до намагання вищого керівництва втрутитись у їхню сферу відповідальності, через що нерідко має конфлікти та проблеми з кар'єрою.

Але саме категорія №1 завжди вирізняється азартом та шукає противника сама, вона ефективна у будь-якій обстановці, саме вона створює перевагу на полі бою.

## ● НАМ БИ ЇХНІ ПРОБЛЕМИ...

## У Берліні тріснув гігантський акваріум з мільйоном літрів води і рибами

Він стояв у фое готелю Radisson Blu

Василь КІТ

Акваріум AquaDom – домівка для 1 500 тропічних риб заввишки 14 м – вважався найбільшим окремим циліндричним акваріумом у світі, тож потрапив до Книги рекордів Гіннеса. Внаслідок надзвичайної події двоє людей отримали поранення осколками. Більша частина води витекла у підвал, решта – на вулицю, яку тимчасово перекрили.

AquaDom відкрили у грудні 2003-го і модернізували два роки тому, всередині зробили ліфт із прозорими стінками для відвідувачів. На момент його будівництва він коштував близько 12,8 млн євро. За одну з версій, причиною «вибуху» є «втома» матеріалу. Дивно, враховуючи нещодавній ремонт. Попри це, поліція не вважає, що хтось спеціально спричинив аварію.

## ● ПУЛЬС ТИЖНЯ

**Онуфрій звинуватив «Квартал 95» та 1+1 у богохульстві**

Кошовий і Пікалов висміювали упц мп

Дмитро ГРИНИЧЕНКО

Глава української православної церкви московського патріархату Онуфрій звинуватив студию «Квартал 95» у блюзнірстві та богохульстві за те, що коміки Євген Кошовий та Олександр Пікалов висміювали церкву, пов'язану з рф. Про це йдеться у заяві упц мп, інформує liga.net.

За словами Онуфрія, в одній із програм студії «Квартал 95» глузували «не лише з людських вад, але й з віри в Бога як такої». Він запропонував текст звернення до телеканалу «1+1» з вимогою попросити вибачення у вірян та видалити «програму з богохульством». Духовенство упц мп підтримало звернення.

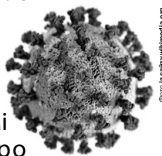
Йдеться про випуск програми «Байрактар News» від 7 грудня, де резиденти «Кварталу» Євген Кошовий та Олександр Пікалов висміювали упц мп, представники якої останнім часом були піддані санкціям, обшукам та підозрам з боку Служби безпеки України за розпалювання національної та релігійної ворожнечі.

«Україна забороняє на своїй території діяльність російського батька, московського сина та бункерного духу», – сказали шоумени у випуску. Також Кошовий і Пікалов назвали представників упц мп «російською агентурою, яка ховає погони фсб під рясами».

**COVID-19 зберігається у трупах упродовж 17 днів після смерті**

При цьому здатності до зараження вірус також не втрачає

Лія ЛІС



«Як у фільмі жахів про зомбі, коронавірус може жити в тілах інфікованих пацієнтів навіть після смерті упродовж 17 днів», – зазначається у статті The New York Times, яка посилається на дослідження університету Тіба в Японії та медичного центру Гамбург-Еппендорф у Німеччині.

Водночас японські вчені наголосили, що ризик поширення коронавірусу від живого пацієнта набагато вищий, ніж потенційна передача від трупів.

Раніше гендиректор ВООЗ Тедрос Аданом Гебреїсус заявив, що, за оцінками експертів організації, щонайменше у 90% населення планети вже сформувався імунітет до вірусу SARS-CoV-2.

## ● ПОЛІТИКА

**«Багато хто 5 літ тому сміявся, коли ЗСУ включали в десятку найбільш спроможних армій світу»**

За каденції п'ятого Президента Петра Порошенка після 2014 року були зроблені величезні зусилля в побудові української армії – як у якісному, так і кількісному плані

Ольга СОКОЛОВА

Про це в інтерв'ю виданню «Новое время» заявив експерт британського Королівського об'єднаного інституту оборонних досліджень Олександр Данилюк (на фото). «Багато хто 5 років тому сміявся, коли в десятку найбільш спроможних армій світу включили українську. Але це так і є. Я думаю, що значною мірою ми повинні подякувати і військовому, і політичному керівництву України в той момент за те, що насправді Збройні сили були створені в тому боездатному вигляді, в якому вони ніколи до того не існували», – сказав Данилюк.

«Якщо говорити, наприклад, про кількісні показники. Україна за своїми артилерійськими спроможностями (а це найбільш важливі спроможності у цій війні, як ми бачимо) входила в світовий ТОП: понад півтори тисячі одиниць ствольної артилерії, приблизно така ж кількість РСЗВ (реактивні системи залпового вогню). Це такі кількості, які небагато країн у світі мають: росія, Сполучені Штати, Китай, Іран, Пакистан – найбільші оці військові super power, ті, що путін згадає, – пояснює експерт. – Щільність протиповітряної оборони: 60 дивізіонів відновлених і модернізованих систем С-300, БУКи, трошки С-125 (вони менш важливі). Колосальна робота над підви-



Фото з архіву Олександра ДАНИЛЮКА.

«Ми повинні подякувати і військовому, і політичному керівництву України, які 2014-го створювали Збройні сили, які до того в боездатному вигляді ніколи не існували».

щенням живучості, постійні тренування з виживання в умовах повномасштабного вторгнення й ударів ракет по місцях дислокації. У нас менше 15 відсотків втрат по системах з початку війни. Це безпрецедентний успіх».

кетами, не було», – констатував Данилюк. «Та ж авіація. У нас, здавалося, цих літаків не так і багато. Якщо порівняти з середньою (кількістю) по країнах НАТО, не беручи до уваги Сполучені Штати, то виявиться, що і літаків було не так мало,

**Понад 900 танків у строю, більшість з яких були після 2014 року не те що відновлені, модернізовані. Просто їх не було до 2014-го, були абсолютно зворотні процеси.**

«Подивіться, що відбувається зараз із російськими аеродромами внаслідок атак українських безпілотників. Хочу сказати, що у нас, на щастя, таких втрат нашої небагатовисхідної бойової авіації навіть в умовах, коли рівняли із землею аеродроми «Калібрами», іншими російськими ра-

і пілоти були непогано підготовлені. Танки – також дуже важливе питання. Понад 900 їх у строю, більшість з яких були після 2014 року не те що відновлені, модернізовані. Просто їх не було до 2014-го, були абсолютно зворотні процеси», – нагадав Данилюк.

## ● Я ТАК ДУМАЮ!

**«Теза про «шкідливість Мінських домовленостей» – це російська казка, яку підхопили місцеві «довбограї»**

Відомий український журналіст, головний редактор інтернет-видання «Історична правда» Вахтанг Кіпіані (на фото) прокоментував резонансну заяву ексканцлера Німеччини Ангели Меркель щодо результатів Мінських перемовин

Василь КІТ

Вона, нагадаємо, заявила: «Мінські угоди 2014-го були спробою дати час

Україні. Вона використала цей час, щоб стати сильнішою, як ви можете бачити сьогодні. Україна 2014–2015 років



– це не Україна сьогодні». В росії ця заява ексканцлерки мала ефект вибуху інформаційної бомби. На це звернув увагу Вахтанг Кіпіані: «Російські ЗМІ просто ковбасять, коли Меркель, і не тільки вона, каже, що саме Мінський процес зробив Україну сильнішою, бо вона використала час на підготовку і пе-

реозброєння. Цікаво, коли ж наші місцеві «довбограї» зрозуміють, що багато років тупо просували російський наратив про шкідливість Мінська. Ніколи, звісно». «Головне в тому, що в нас був час і ми частково ним скористались. І руські кілька місяців не можуть взяти Соледар і Бахмут. Думаю, що це не треба пояснювати, – додав він. – Досвід останніх 10 місяців свідчить, що ми підготовлені до великої війни набагато краще, ніж у 2015-му», – зауважив журналіст.

Переможемо!

## ● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

# «Єдине прохання – тільки почути голос дружини»

Не передати словами, як переживали близькі 33-річного бійця із Рівненської області Сергія Печончика, коли з ним зник зв'язок. Сльозами обливалася молода дружина, на руках у якої піврічний син

Василь КІТ

А ж ось через кілька днів у Facebook на сторінці головного лікаря Дніпропетровської обласної клінічної лікарні ім. Мечникова Сергія Риженка з'явився допис про пораненого бійця. На фото було видно молодого чоловіка з опіками на обличчі. «Сергію 33. Струс мозку, широка рвана рана тім'яної ділянки, опіки обличчя, рогівки, кон'юнктиви, верхніх дихальних шляхів, ампутація лівої кисті. Бачить тільки світло. Вдома шести-місячна дитина та дружина. У стані коми доправлений у Мечникова. Єдине прохання – тільки почути голос дружини. Волонтери Мечникова шукають рідних із Рівненської області. Після поранення пам'ятає стерла всі телефони», – напи-

Маленькому синочку було тільки 2,5 місяця, коли Сергія мобілізували.

сав головний лікар.

Сестра воїна, Тетяна, каже, що Сергія вони побачили в соцмережі – й усе зрозуміли. «Можливо, спочатку, поки у нього був больовий шок, після коми він не пам'ятав чогось. Але зараз брат нас впізнає. До нього поїхала молодша сестра, розмовляла з



«Ще буде і на нашій вулиці свято, як і колись».



Професіоналізм лікарів і любов рідних витягнули Сергія з лещат смерті.

ним, я з ним говорила по телефону, він мене відразу впізнав. Спілкувався і зі своєю дружиною. Тож потихеньку він одужує. Звичайно, того здоров'я, що було, вже не повернути, але слава Богу, що живий, це головне. Сестра казала, що його можуть перевести до Києва на лікування», – розповідає Тетяна.

На Сергія вдома чекають дружина Наталія та 6-місячний син Владислав. Пара познайомилася кілька років тому в рідному місті Володимирець. Сергій до війни був робітником у лісгоспі, а май-

бутня дружина працювала в кафе, куди він часто заходив. Молоді люди почали зустрічатись, потім одружилися. Кілька років у них не було дітей, хоч вони дуже мріяли про первістка. Нарешті дружина завагітніла. Маленькому синочку було тільки 2,5 місяця, коли Сергія мобілізували, він лише встиг охрестити малюка. І надзвичайно сумував за своїми рідними. Дружина Наталія теж дуже хвилювалася, коли із Сергієм зник зв'язок, і була щаслива, коли знову почула його голос. Хоч і слабкий, але рідний.

## ● ОЦЕ ТАК ТАК!

## Прибрала за мурчиками – і... залишила багатоповерхівку без води

У Кам'янці-Подільському через жінку, яка викинула в унітаз використаний наповнювач для котятчого туалету, без водопостачання залишився цілий будинок

Лія ЛІС

Працівникам водоканалу довелося відключити воду, оскільки труби водовідведення були повністю забиті і ремонт потребував часу. «З каналізації наші працівники діставали вже всяке. Втім, цього разу виявились безсилями – жодні їхні маніпуляції не дали результатів. Туалетний наповнювач для тваринок повністю паралізував водопостачання і водовідведення у всьому будинку. Тому, щоб запобігти затопленню помешкань каналізаційними відходами, довелося перекрити воду на будинок», – повідомила пресслужба комунального підприємства «Міськтепловоденергія». Люди, які і так страждають від вимкнення електрики через російські обстріли, змушені були

цілу добу обходитися без води.

Комунальники закликають кожного бути відповідальним. Заклики – це добре, але штрафи, напевне, були б дієвішими.

До речі, нещодавно «Хмельницькводоканал» опублікував список речей, які в жодному разі не можна викидати в каналізацію. Йдеться про ватні палички, ватні диски, підгузки, вологі серветки та засоби жіночої гігієни. Також у підприємстві повідомили, що однією з найбільш неочікуваних речей, які коли-небудь знаходили у каналізації, були джинси.



«Тільки не списуйте на нас своєї провини».

## ● ДЕЛІКАТНА ТЕМА

## Залужний «благословив» скандальний еротичний календар «5 каналу»

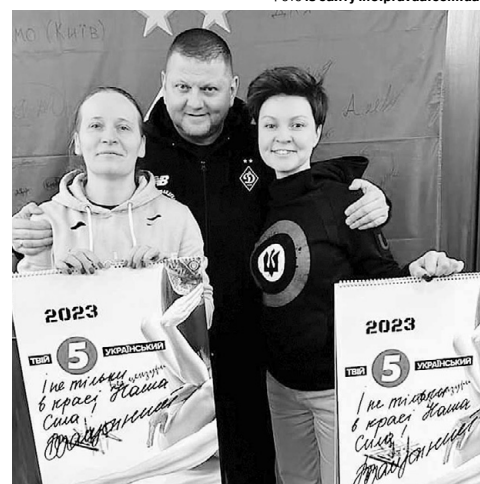
Головнокомандувач ЗСУ розписався на аркушах видання із ню-фотографіями журналісток

Василь КІТ

«І не тільки в красі наша сила», – написав Залужний на календарях. Про це повідомила шеф-редакторка «5 каналу» Ірина Герасимова, а також операторка Ганна Кудрявцева та воєнкор Євгенія Китаїва, які мали зустріч із Валерієм Залужним. «Головнокомандувач благословив на другий мільйон», – написала Ірина Герасимова.

Нагадаємо, до Дня ЗСУ «5 канал» оголосив про випуск благодійного календаря з фотографіями оголених журналісток, які позують з елементами військового спорядження. Кошти з продажу пообіцяли спрямувати на рації для військових – за перший тиждень зібрали понад мільйон гривень.

Водночас ініціатива чомусь обурила багатьох медійників та правозахисників, а також жінок-військових. Зокрема, у спільній заяві вони засудили такий спосіб збору грошей на потреби армії і назвали акцію сповненою дискримінаційних і сексистських наративів.



Головнокомандувач ЗСУ вміє оцінити красу.

Залужний поставив у цій історії красиву крапку. Молодець Головнокомандувач! І журналістки теж. У них вийшов дуже естетичний, майстерно виконаний ню-календар. А головне – наші воїни отримують додаткові рації. Жаль лише, що патріотичний «5 канал» можна дивитись лише в інтернет-мережі, бо влада чомусь вирішила, що в телевізорі мають бути тільки відцензуровані «Єдині новини».

● **УСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!**

## Військовослужбовець придумав, як на фронті зігрівати воїнів

Інструктор з тактичної медицини Максим Панчев став виготовляти грілки для захисників і тепер забезпечує ними безкоштовно десятки тисяч бійців на передовій



Фото Максима ПАНЧЕВА.

Володимир РИХЛІЦЬКИЙ

Умирному житті Максим мав успішний бізнес у Дніпрі – виробляв добрива. Після початку великої війни підприємець став військовослужбовцем – інструктором з тактичної медицини. Півтора місяця тому на його підприємстві почали виготовляти багаторазові грілки.

Це герметичний пакет із сольовим розчином та спеціальним активатором усередині. Принцип роботи грілки полягає в переході рідини в кристалічну форму, під час якого стабільно виділяється тепло – 50–55°C.

На відміну від електронних пристроїв, ці грілки не розряджаються, не бояться води та бруду. Їх можна активувати в будь-який час, і для цього не потрібно нічого гріти.

Для повторного застосування грілку слід прокип'ятити, щоб кристали перейшли в рідкий стан, – і вона знову готова до використання. Цей процес можна повторювати безкінечно. Аби грілка почала виділяти тепло, потрібно кілька разів зігнути активатор у пакеті.

Такі герметичні пакети також використовують у медицині, щоб прогрівати хворі органи. Однак медичні і туристичні грілки мають специфічні розміри. Для військових вирішили виготовляти невеликі прямокутної форми, щоб їх можна було помістити в рукавички, черевики чи кишені. Також розробили великі грілки для поранених.

«Узимку медики докладають багато зусиль, щоб запобігти переохолодженню поранених, тож грілка може бути зовнішнім джерелом тепла, – каже Максим і пояснює: – Ці грілки безпечні. Максимальна температура нагрівання – 55°C, що виключає ри-

Грілки військовим Максим Панчев надсилає безкоштовно.

**На відміну від електронних пристроїв, ці грілки не розряджаються, не бояться води та бруду. Їх можна активувати в будь-який час, і для цього не потрібно нічого гріти.**

зик опіку. Основна складова грілки – ацетат натрію, тобто перенасичений сольовий розчин. Додатковими компонентами є барвники, утворювачі гелю, деякі речовини, які збільшують час утримання тепла в герметичному пакеті.

Виріб, до речі, можна використовувати не тільки як джерело тепла, а і як джерело холоду. Наприклад, щоб

прикладати до місця забою чи опіку. Для цього потрібно на 30–40 хвилин покласти пакет у морозилку.

Грілки підприємець надсилає військовослужбовцям безкоштовно. Придбати їх неможливо, бо все, що виготовляють, спрямовують на фронт.

Для випуску грілок Максим Панчев придбав спеціальне обладнання за власні заощадження з довоєнного бізнесу. Підприємець підкреслює, що це не комерційний проєкт. На виробництві працюють 15 людей. Це переважно військові та волонтери, які за свою роботу не отримують платні.

**Така продукція могла б мати попит і в мирний час, але після закінчення війни підприємець не планує виготовляти грілки: «Ми професійно виробляли добрива і надалі цим займатимемося. На це ми витратили багато часу та ресурсів. Пріоритет після перемоги – підвищення врожайності. Потрібно буде годувати людей», – наголошує Максим Панчев.**

● **ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК**

## Ризикуючи життям, воїни врятували з-під фосфорних бомб 8-річного хлопчика



Зранку подзвонила знайома. Привітала зі святом (Днем армії – Ред.). Наговорила тонну приємних, але перебільшуючих прикметників на кшталт найсміливіші, найсильніші і т. ін. Та сказала: «Пообіцяй мені, що ми зустрінемо Перемогу разом». А я згадую жіночку на блокпосту...

Данило ДОВБУН, воїн ЗСУ

Ми переїжджали після завдання з одного місця на інше. Вже було темно. Біля блокпоста черга з авто. Ми їдемо без черги. Бачимо десь далі, десь на лінії зіткнення небо палає білим сльвом. «Знову п\*дари фосфором х\*ячать», – каже мій побратим.

На самому блокпосту кіпіш. Якесь жінка в істерії. Караульні її не пропускають. Вона кричить, стогне, кидається. Виходимо з авто. Починаємо розуміти, що там, де все світиться білим, залишився її син. Він там один. Йому 8 років. А вона виїхала на кілька годин у пошуках аптеки. Бо у дитини астма. Закінчується аерозоль.

Я розумію військового, який не

цивільна людина?! Чи зможе тендітна жінка утримувати свою дитину, котрій дуже боляче, та колупатися в її ранах?!

Я подивився на своїх хлопців. Вони кивнули мені. Ми зв'язалися з командиром та попередили про затримку в дорозі десь на годину. Жінка благала: «Пообіцяйте мені, що врятуєте мою дитинку». А я не можу. Не можу! Як взагалі на війні можна давати такі обіцянки?! Аби от\*балися?! То я відповів: «Я не можу цього обіцяти. Але життя віддамо, рятуючи його». І ми поїхали ближче до населеного пункту, що «казково» горів білим сльвом.

Якщо відверто – не знаю, чи сталося б усе так само, якби жінка поводила себе якось більш стримано. Чи став би я ризикувати?! Не знаю...

**Розумію і цю жінку. Я б теж не міг стояти, дивитись та чекати, коли там, можливо, моя дитина отримує жакливі опіки.**

пускає її туди. Бо зараз там усе палає під температурою в 2500°. Якщо хлопчик сховався, то у нього є шанс вижити. У неї не буде того шансу, якщо вона поїде. Та й не доїде. Бо колеса прогорять вмиг.

Але я розумію і цю жінку. Я б теж не міг стояти, дивитись та чекати, коли там, можливо, моя дитина отримує жакливі опіки. Бо й потрапивши на тіло, фосфор продовжує розжарювати все навколо, доки не згорить.

Врятувати людину, на котру впав фосфор, цілком можливо. Головне – припинити взаємодію фосфору з киснем та з тілом. В першому випадку допоможуть вологі ганчірки або вода. У другому ми виколупуємо ножем із тіла залишки фосфору. Бо дістати руками нереально – дуже гарячі. Але чи знає це все звичайна

Хлопчика ми вивезли. Йому пощастило, на відміну від деяких місцевих. Він не постраждав. Але їхня хата згоріла. Як і багато інших. Затрималися ми в дорозі більш ніж на годину. За що отримали пі\*дюлей від командира. Але ворог на своїх позиціях нас почекає. А от жінку з дитиною треба було вивезти кудись хоча б переночувати. Так до чого це я...

**Ні, ми не безсмертні і не безстрашні. Несподіваний вибух нас теж лякає. Можливість загинути теж мотивує боротися за своє життя. Але ми тут, бо поруч ті, хто разом з тобою піде в саме пекло, щоб дати чорту копянка та повернутися живими. Ми тут, тому що у кожного з нас є знайомі та друзі, котрим ми не можемо пообіцяти зустріти Перемогу разом. Але ми життя віддамо за це. Дякую вам.**

● **ІСТОРІЯ НОМЕРА**

## «Писала на дверях пошти крейдою: «ЗСУ знищили 44 орки. Смерть рашистським окупантам!»

Закінчення. Початок на с. 1

Євген КУЗЬМЕНКО, censor.net

Які невігласи... – Вони не соображають! І коли я починаю бесіду, то не так, що, от ви, гади, прийшли, такі-сякі. Ні, я так: як діла, скільки років, звідкіля батьки, чим займався? Вони тають начебто... Я з ними бесіду, і враження таке, що ти говориш з пустим місцем. Пустим, розумієте? Я питаю: «Чого ви це робите? Це ж усе несправедливо!». А їм все одно. Їм дали гроші...

Потім вони почали мародерство. У мене внучка в Одесі живе, і багато наших туди виїжджало на машинах. То на блокпостах брали по 350 доларів з людини.

**– Ви ж розмовами не обмежилися, так?**

**Окупація – це немов тобі перекрыли повітря і ти не можеш дихати. Не те що там жратва якась. А дихати не можеш...**

– Так. У мене була крейда. А у нас двері пошти пофарбовані в чорний колір. І я там, наприклад, пишу: «ЗСУ знищили 44 орки. Смерть рашистським окупантам!». Щось таке. Раз написала – дивлюся, стерли. Другий раз написала. І вони засікли мене. Той, що ними тут керував (машини вони покрали, літали на них – мабуть, швидкість була більше 100 км), він мені каже: «Ти там не особо виступай, бо доведеться щось з тобою робити».

**– А ви?**  
– А я йому кажу (вибачте, зараз буде не дуже гарна лексика): «Якого х\*ра ти приперся сюди в Україну? Що тобі тут треба?». Він там щось белькотів у відповідь, не знаю. Мені ж 84 роки. Вони бачили, може, що стара... А як могли б розібратися – це вже я не знаю...

Я ж кожного дня з ними бесідувала. От, наприклад, був у нас так званий референдум. Приперлися і до нашого двору. Прийшли з урна-

ми дві дами определённого поведенія – і з ними орк з автоматом. І тут я думаю: десь же ж там сидить виборча комісія! Піду, подивлюся на це позорище. Прийшла. Ніякої комісії. Приходять люди, зовсім мало їх було. Я знаю, що практично одиниці там були «за». Хоча були – росіяни, які давно тут живуть...

**– А окупанти у вас в селі сильно пиячили?**

– Сильно. Та людина, яка гоне, каже: «Я їм безплатно той самогон давав, хай співаються...». А потім кореспондент був...

**– Російський?**  
– Російський, з «Первого каналу».

Каже: «Я з вами хочу познакомитися. Мене звати Ваня». – «А я пані Інна, – кажу йому. – У вас нічого не получиться. Оцей ваш біснатовий фюрер не знає, що робить!». Він якось напружився. Я почала далі говорити: ви ж нічого не можете зробити. У вас ніякого голосу там немає.

Вам сказали, погнали, як стадо. У нас, кажу, чуть що – на Майдан, усі верещать, всі свої права качають. Ви Україну ніколи не підімете! Короче, поговорили, і він мені каже: «В крайнем случае я поеду в свой Архангельск». Тобто щось дійшло, може. А так сунули їм на росії ті гроші – і вони пішли вбивать.

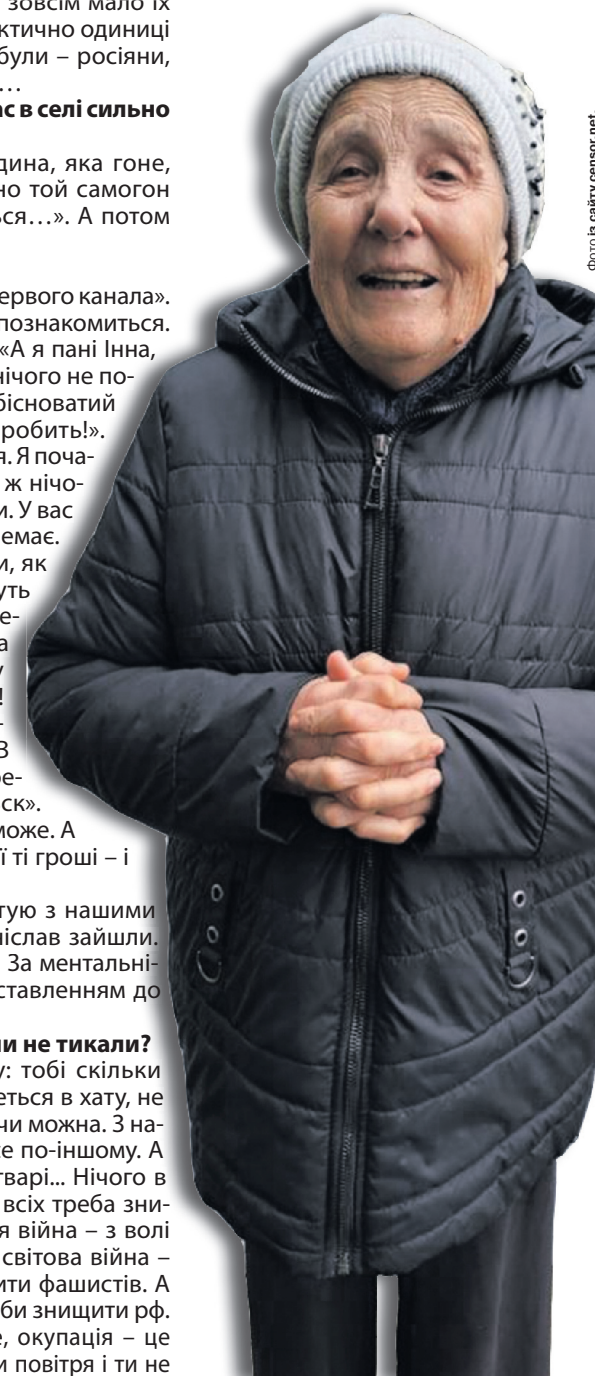
Знаєте, я контактую з нашими хлопцями, які у Станіслав зайшли. Це зовсім інші люди! За ментальністю, за розмовами, ставленням до тебе. Зовсім інші!

**– Вам хоч росіяни не тикали?**

– Тикали. Я кажу: тобі скільки років? Мені – 84. Претясь в хату, не постукає, не питає, чи можна. З нашими хлопцями – все по-іншому. А ці орки – продажні тварі... Нічого в них нема святого! Їх всіх треба знищити. Я кажу, що оця війна – з волі Господа Бога. Друга світова війна – це треба було знищити фашистів. А ця війна для того, щоб знищити рф.

Розумієте, Євгене, окупація – це немов тобі перекрыли повітря і ти не можеш дихати. Не те що там жратва якась. А дихати не можеш... Ти не маєш тої свободи, якої ти раніше не помічав. А вона була. Ви розумієте? А вона була.

Мене питають на базарі: ти рада, що наші прийшли? Я кажу: я не просто рада, я щаслива, що наші повернулися!



«Я не просто рада, я щаслива, що наші повернулися!» - емоційно каже Інна Сергієва.

**Ц** Передплатні індекси «Цікавої газети на вихідні»:  
60304, 60306 (для волинян), 60312 (для рівнян),  
60307 (для читачів інших областей).

Газета «Волинь»: 83 роки довіри читачів  
Наші передплатні індекси:  
30 000, 60 306 (Волинська область);  
97 847 (Рівненська область); 61 136 (інші області України).

Газета **Волинь** НОВА

volyn.com.ua | twitter.com/VolynNova | facebook.com/volyn.com.ua

## ● ДІЛО МАЙСТРА ВЕЛИЧАЄ

# До пічника Андрія Ткаченка записуються на кілька місяців наперед

Сотні різновидів груб, печей, барбекю, камінів, тандирів вимурував за два десятиліття умілець із села Грузьке Конотопського району Сумської області

Світлана МАЛИНОШЕВСЬКА

Поспілкуватися з Андрієм Ткаченком навіть у ці зимові дні доволі складно – через його зайнятість.

– Не встигаю виконати одне замовлення, як уже надходить друге, – каже чоловік.

Воно й не дивно, адже війна внесла певні корективи у життя людей. Через постійні проблеми з електропостачанням зросла потреба в домашніх вогнищах. Тож праця пічника тепер особливо актуальна.

Андрій Іванович родом з Одещини. У Сумській області опинився наприкінці 1990-х років, коли там проходив військовий вишкіл, і зустрів майбутню дружину Олену.

– Важкі то були часи, – розповідає майстер. – Ні роботи, ні грошей, а в сім'ї мала дитина.

Тоді пан Андрій згадав про батьківське ремесло – пічникарство. З

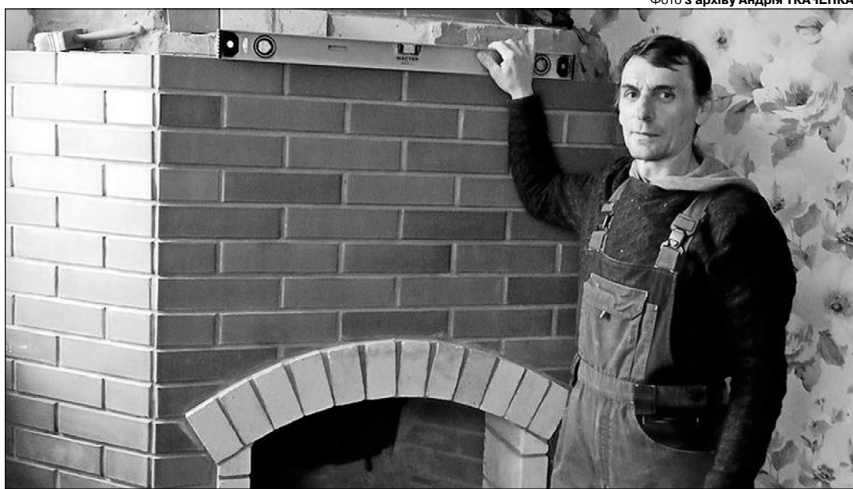


Фото з архіву Андрія ТКАЧЕНКА.

Оригінальні каміни Андрія Ткаченка зіграють оселі.

дитинства він любив спостерігати за татом у роботі, згодом був його помічником. А в 17 років сам вимурував першу грубку...

Тож, відновивши призабуті навички, збудував піч у власній хаті на Кролевеччині. Коли це побачили друзі та

рідні, то почали запрошувати до себе – одному полагодити, іншому звести топку. Невдовзі географія майстра розширилася по всій області, Україні і навіть за межами держави.

Якраз перед початком війни Андрій Ткаченко повернувся з Литви, де

завдяки його працюючим рукам постав не один сучасний камінь.

Чоловік створює вогнища різних модифікацій. Сьогодні в сільській місцевості затребувані традиційні печі, а містяні здебільшого замовляють універсальну грубку – щоб водночас гарно опалювала кімнати, служила духовкою, кухнею. І, звісно, аби дров мало використовувала й довго тепло тримала. За бажанням власника будинку майстер облицьовує печі каменем, плиткою.

На виконання замовлення витрачається до тижня часу.

– Тут не може бути поспіху, адже піч зводиться на десятиліття, – говорить майстер. – Щось десь не так вирахував і поклав – будуть проблеми (мокрітима комин, димітиме чи навіть створюватиметься небезпека для життя людей).

Герой нашої розповіді найбільше полюбить мурувати лежанки, де прямо ходи, й котрі тримають тепло майже дві доби. А найцікавіші – каміни. Спорудження одного забирає близько місяця, бо треба розрахувати, щоб вписався в інтер'єр, довго слугував. У планах Андрія Івановича – поставити в Україні камінь-піч із колбою, власне таку, як доводилось класти в Прибалтиці.

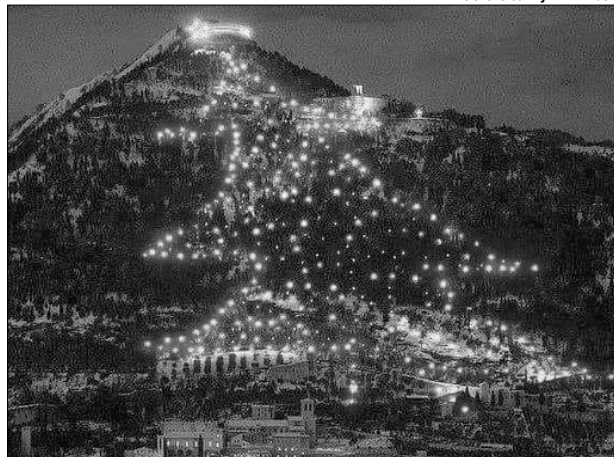
– Це надзвичайно цікава, скрупульозна, точна й захоплива робота, – зауважує ентузіаст.

Як бачимо, працює він не лише заради заробітку. Подобається створювати комфорт та затишок в оселях.

**Джерело: wz.lviv.ua.**

## ● ЦІКАВИЙ СВІТ

Фото із сайту wz.lviv.ua.



# Найбільша різдвяна ялинка планети

Інсталяція (на фото) в італійському Губбю сягає заввишки 450 метрів, а завшишки – аж 750!

Ганна ЄРМАК

В містечку Губбю (регіон Умбрія) уже 42-й раз засяяла вогнями найбільша різдвяна ялинка у світі. Над встановленням цієї світлової інсталяції волонтери працювали протягом трьох місяців.

1991 року її занесли до світової Книги рекордів Гіннеса – як найбільшу на планеті. Встановлення цієї інсталяції на горі Інджіно є складною технічною операцією, що включає, зокрема, транспортування великих ламп і їх кріплення на спеціальних стовпах у точно визначених місцях, – аби ялинка була рівною і симетричною. До речі, святкова інсталяція у Губбю є екологічно «чистою» – потужні led-лампи живляться енергією з відновлюваних джерел.

## ● ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

# Як перевірити, чи не обманули із пенсією

**Після жовтневого перерахунку пенсій багато людей, які вийшли на заслужений відпочинок, не можуть розібратися, чому сума виплат не відповідає тій, на яку вони розраховували**

Ігор ГАЛ

До видання «На пенсії» звернувся мешканець Дніпропетровщини, який попросив пояснити, що не так у його розрахунках. «Зараз мені 75 років, у мене понад 35 років стажу. До жовтня розмір пенсії становив 2685,91 гривні. Наразі, за моїми підрахунками, пенсія має становити 3456 гривень, з яких 3000 гривень – мінімальна пенсія особам віком від 70 років з повним стажем та 456 гривень – доплата особам віком від 75 до 79 років. Але мені виплачують лише 3148,33 гривні. Не можу розібратися, звідки взялася ця сума», – написав пенсіонер.

Незалежний консультант Сергій Коробкін, котрий аналізував його документи, роз'яснив українцеві ключові моменти цього випадку.

За його словами, 2685,91 гривні – це розмір пенсії станом на 1 березня, який із 1 жовтня теоретично міг незначно зрости. Йдеться саме про основний розмір пенсії за віком та доплату за наднормативний стаж.

**За даними Пенсійного фонду, середня пенсія в Україні тепер становить 4539,36 грн.**

31 жовтня до пенсії мешканця Дніпропетровщини додали 300 гривень, оскільки він потрапив до «вікової» категорії 70–74 роки. «При цьому загальний розмір пенсії разом із цією надбавкою був нижчим за три тисячі гривень. Тому спрацювало ще одне нововведення: у чоловіків віком від 70 років зі стажем понад 35 років загальний розмір пенсії з усіма надбавками з 1 жовтня не може бути меншим за три тисячі гривень. Таким чином, до вашої пенсії встановили ще одну доплату у кілька гривень, щоб загальний розмір пенсії

становив рівно 3 тисячі гривень», – пояснив він.

Структура пенсії на 1 жовтня мала такий вигляд: пенсія за віком + вікова надбавка у розмірі 300 грн. + доплата до 3000 грн.

А 20 жовтня чоловікові виповнилося 75 років. Особам віком 75–79 років замість 300 гривень встановлюється надбавка у розмірі 456 гривень. У цьому випадку розмір вікової надбавки збільшився на 156 гривень. Проте структура загального розміру пенсії знову змінилася.

Якщо пенсія з 20 жовтня становить 3148,33 гривні, то її структура може мати такий вигляд:

- пенсія за віком – 2692,33 гривні;
- вікова надбавка особам 75–79 років – 456 грн.

«Як бачимо, доплата до трьох тисяч гривень у цьому випадку зникає – в ній уже немає потреби, оскільки загальний розмір пенсії з надбавками перевищує цю суму. Загалом у жовтні вашу пенсію перерахували фактично у чотири етапи. На деякі зміни у законодавстві наклалося ще і 75-річчя у середині місяця. Тому при виплаті пенсії в жовтні вам частину вікової надбавки порухували як особи старше 70 років, а за 10 днів, що залишилися, – вже як особи старше 75 років», – додав він.

**До речі, за даними Пенсійного фонду, середня пенсія в Україні тепер становить 4539,36 грн.**

● **ХОЧЕТЕ – ВІРТЕ, ХОЧЕТЕ – НІ**

# МИ ВСІ ПОМРЕМО, АЛЕ ЦЕ НЕ ТОЧНО: що передбачив Нострадамус на 2023 рік

Закінчення. Початок на с. 12

Дмитро ІВАНЧЕСКУЛ,  
obozrevatel.com

## ПРОРОЦТВА НОСТРАДАМУСА НА 2023 РІК

Та все ж повернімося до реальності і прогнозів на найближче майбутнє. Якщо вірити трактуванням, які публікує англійське видання Mirror, варто готуватися до чергового складного року, адже нас чекає «велика війна» (путін, спиш?), «небесний вогонь», який може спричинити кінець світу, глобальне потепління та економічна катастрофа.

## ВЕЛИКА ВІЙНА

Одне з перших передбачень на 2023 рік – це «велика війна». У його книзі пророцтв 1555 року особливо виділяється один рядок: «Сім місяців велика війна, люди загинуть через зло. Руан, Евре не повинні впасти перед Королем». Це пророцтво, як вважають, може бути посланням на війну росії проти України, яка 2023 року може перерости у Третю світову.

## НЕБЕСНИЙ ВОГОНЬ І КІНЕЦЬ ЧАСІВ

В іншому передбаченні Нострадамус натякає на «Небесний вогонь на королівській будівлі». Однак, вважається, що це пророцтво набагато зловісніше, ніж підпал королівської резиденції. У Біблії, коли мова йде про судний день або «кінець часів», завжди згадується вогонь як ключовий фактор кінця світу. Передбачається, що з попелу цивілізації постане новий світовий порядок, що спричинить кінець часів, які ми знаємо.

## ВИСАДКА НА МАРС

Попри те, що з підготовкою до місії на Марс в Ілона Маска та його SpaceX наразі не все складається так, як планувалося, експерти вважають, що Нострадамус передбачив висадку на Червону планету у 2023 році. У



Фотоколлаж із сайту ukr.net.

Сподіваємось, коли Нострадамус говорить про «небесний вогонь на королівській будівлі» – це горітиме московський кремль.

## Одне з перших передбачень на 2023 рік – це «велика війна».

його вірші йдеться про «падіння світла на Марс». Це можна було б пояснити ретроградним рухом планети, яка, здається, рухається у зворотному напрямку в небі, але також можна трактувати і як першу спробу людства колонізувати Червону планету. Маск, до речі, не так давно заявляв, що людство опиниться на Марсі до 2030 року.

## ЕКОНОМІЧНА КАТАСТРОФА

Світ уже зараз перебуває у стані економічної кризи, спричиненої наслідками пандемії Covid-19 та російської агресії. Французький провидець писав у своїй книзі: «Так високо підніметься бушель (одиниця об'єму. – Ред.) пшениці, що людина буде їсти свого ближнього». Це пророцтво натякає на те, що економічна криза може викликати відчай і розбрат через вартість життя та стрімке зростання цін на продукти харчування у 2023 році.

## ГЛОБАЛЬНЕ ПОТЕПЛІННЯ

Хоча тема глобального потепління не є чимось новим, у 2023 році може відбутися по-

дальше підвищення температури та підняття рівня Світового океану, згідно з передбаченнями Нострадамуса. В одному з його чотиривіршів йдеться: «Як сонце, голова буде шукати сяюче море: жива риба Чорного моря майже звариться. Коли Родос і Генуя будуть напівголі, місцеві жителі будуть розрізати одне одного».

## ПОВСТАННЯ ПРОТИ БАГАТИХ

Зважаючи на кризу вартості життя та глобального потепління, рівень протестних настроїв у 2023 році може сягнути найвищої точки. Ось, що пише про це Нострадамус: «Рано чи пізно ви побачите великі зміни, страшні жахіття та помсту». Експерти вважають, що тут містяться натяки на можливий бунт бідних проти багатих.

Інший чотиривірш також підтверджує це припущення: «Сурма трясеться від великого розбрату. Угоду порушено: піднявши обличчя до неба, закривавлені уста упиватимуться кров'ю; обличчя, помазане молоком і медом, лежатиме на землі».

померло 83 дитини. Загалом захворювання підтвердили майже у 390 тисяч неповнолітніх.

Щеплення дітям 12–13 років можна зробити лише за наявності поінформованої згоди (форма N 063-2/о) батьків чи опікунів. Пацієнти віком від 14 років можуть самостійно звернутися до центру чи будь-якого пункту вакцинації проти COVID-19, при цьому не обов'язково мати декларацію з педіатром або сімейним лікарем.

● **Я ТАК ДУМАЮ!**

## Дуже важкий грип мандрує Україною

У дітей болять вуха,  
може бути блювота та діарея

Фото із сайту  
event.dentalexpert.info.

Тарас ЖИРАВЕЦЬКИЙ,  
головний лікар медичного  
центру «Біокурс»



Висока температура  
перші 2–3 дні, яка по-  
гано збивається.

Пам'ятайте, що її потрібно збивати, слід пити багато води, а якщо на 4–5-й день у вас температура не знизилася – можливі ускладнення грипу, а це переважно наслідки приєднання бактеріальних інфекцій, тому аналіз крові на ЦРП тут помічний.

Не займайтесь самолікуванням, завжди радьтеся з лікарем!

Будьте пильні і не кидайтесь на всі сто відсотків у роботу чи спорт одразу після того, як у вас зникла температура. Дайте два тижні відновитись вашому організму, він і так у стресі після кількох штамів ковіду, війни, сирен, тривоги, відсутності світла і тепла...

Усім зичу здоров'я і не хворіти!

● **ЦЕ ЦІКАВО**

## Знайшли колір, який може полегшувати біль

Виявляється, є простий, безпечний  
і економічний спосіб його втамувати –  
це зелене світло

Олександр БЕВЗА

Вчені з Фуданського університету (Китай) в ході експериментів над мишами з'ясували, як зелене світло впливає на мозок і чому воно притуплює больові відчуття в тілі. Ще до нового дослідження науковці припускали, що цей колір послаблює біль при артриті та мігрени. Такі здогади виникли після дослідів із тваринами. Потім теорію підтвердили науково – провели експеримент за участю 60 людей, які страждають від головного болю. Половина добровольців повністю пройшла курс фототерапії, друга – у такому режимі користувалася звичайними лампами.

Щоденне опромінення зеленим світлом знизило в учасників експерименту частоту головного болю на 60%, а їхню інтенсивність – у 2,5 раза.

У контрольній групі лампового світла змін не було. Але коли волонтерів після перерви попросили пройти курс фототерапії, вони показали такі самі результати, як і перша половина добровольців.

Тепер китайські вчені з'ясували, звідки береться знеболювальний ефект. Виявилось, зелене світло активує інтенсивну передачу сигналів гамма-аміномаєвляної кислоти – це один із найважливіших гальмівних нейромедіаторів центральної нервової системи. Через це зростає експресія гена Penk, він кодує білок зі схожою назвою – PENK. Ця речовина є попередником молекули ENK, яка вмикає в мозку опіоїдні рецептори для притуплення болю.

Вчені перевірили свої висновки на модифікованих мишах. Коли їм заблокували можливість доставки PENK у мозок, знеболювальний ефект зеленого світла зник.

Джерело: health.24tv.ua.

● **ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!**

## Для 12-річних дозволили бустерну вакцинацію проти COVID-19

Її рекомендують робити підліткам через 6 місяців після  
завершення первинного курсу щеплення

Ірина КУЛІНІЧ

УМОЗ наголосили: для бустерного щеплення дітей віком від 12 років потрібно застосовувати **лише мРНК-вак-**

цину, схвалено до використання у цій віковій групі (в Україні це Comirnaty/Pfizer).

Українцям нагадали, що за час пандемії в нашій країні від ускладнень коронавірусної хвороби



● СІМ «Я»

# Диво волонтерства

– Мам, я хлопців уже попередив, щоб не їли те печиво, бо воно для нашої армії, – малий, знаючи, що солоденьке вдома не залежується, по-діловому ховає пакуночок

Оксана КОВАЛЕНКО, мама



Спостерігала, як гордо ніс мій хлопчик торби-ну з випічкою у дитсадок: там організували збір ласощів для українських військових. Через день розповідав, що вони підписували малюнки для ЗСУ і він сам вивів своє ім'я. А ще ж ми ходили з ним до дівчат із «Волинського сухпайка», які складають продуктові набори для тих, хто на передовій.

Вже вкотре помічаю, як важливо малому бути причетним до «українських» справ. Тихо цьому радію. Хоч війна перевертає життя з ніг на голову, одночасно вона є тлом, на якому негідники сприймаються як ще більший непотріб, а добродійники – як святі люди. Історії про дорослих і малих волонтерів, які творять справжні чудеса, я ще й зумисне збираю й переказую вдома малому, аби розумів, що неймовірно можуть робити не тільки казкові істоти. Хай там як, та наші діти зараз отримують дуже круті уроки від активної частини суспільства. Ніяке міністерство не здатне на такі програми, методички, ще якісь хитромудрі настановчі документи, які б могли зрівнятися з тим, що надзвичайно оперативно, часто імпровізовано, але віддано і з натхненням роблять наші волонтери! Руки Бога на землі. Тому цього року в оповідях про новорічно-різдвяні дива (у мене із сином часто це формат вечірньої казки) я розказую йому про добрих людей з нашої Волині. Тих, які печуть пироги, ліплять вареники, збирають одяг, гроші, звертаються до інших за поміччю, відправляють усе на фронт, а потім знову починають спочатку.

**Маєте інші думки, як підтримувати зараз себе й дітлашню – діліться. Наші адреси: okovalenko74@gmail.com або ж tsikava.gazeta@gmail.com, а поштова: 43016, м. Луцьк, вул. Ковельська, 2, «Цікава газета на вихідні».**

● ІМПЕРІЯ ЗЛА

# У держдумі цинічно жартують про вбивства наших дітей

У рашистів нічого людського не залишилось

Микола ПАШКО

Депутат держдуми рф олег нілов 14 грудня взяв участь в акції «Ялинка бажань». Знявши одну із записок із новорічними мріями, нілов вдав, ніби в ній написано бажання хлопчика Вови з Києва «отримати ракету», і пообіцяв, що той обов'язково її одержить.

нілов (до слова, його донька здійснила суїцид, а за життя жалілася, що батько її ігнорує) може пишатися собою. Внаслідок таких ось «подарунків» від нього та інших прибічників війни станом на 13 грудня загинули вже 443 українські дітлешки, ще 885 поранено.

● БАТЬКАМ НА ЗАМІТКУ

# Ігри у темряві: як розважити дитину під час вимкнення світла

Якщо малеча боїться темряви, необхідно перемкнути її увагу. Найпростіший спосіб – погратися

Яна ОСАДЧА, life.pravda.com.ua

Ігри не тільки допоможуть пережити «темні» години, а й сприятимуть покращенню стосунків у родині.

### ЗАБАВКИ ЗІ СЛОВАМИ І ЗВУКАМИ

- співати хором;
- грати на музичних інструментах, якщо вони є, а якщо нема, то – на уявних: видавати звуки, наче стукаємо в литаври, б'ємо в барабани, граємо на скрипці тощо;
- «тарабарська мова»: говорити одне з одним вигаданою мовою, намагаючись за інтонацією вгадати, про що йдеться;
- разом промовляти скоромовки;
- «білі вихваляйки»: казати: «А я...!!!» – і розповідати про те, що насправді вміємо, що вдалося;
- «alias»: вгадувати слово за описом, не називаючи його;
- розповідати історії на задану тему;
- розказати щось так, щоб вкlastися в одну хвилину;
- голоси тварин: один імітує звуки тварин, інші вгадують;
- «слова»: один гравець називає слово, а другий мусить придумати інше, яке починається на останню букву слова, названого попереднім гравцем;
- «на щастя, на жаль»: хтось вигадує ситуацію, а гравці по черзі пропонують продовження, починаючи зі слів «на жаль», а наступний гравець – «на щастя»;
- «спотворений телефон»: пошепки казати слово одне одному, а наприкінці дізнатися, що почув останній гравець;
- скласти казку, коли кожен додає по реченню;
- говорити слова навпаки, не записуючи їх: наприклад, «чайник» – «кинійач», «стіна» – «анітс»;
- загадати предмет, щоб інші гравці його вгадали, ставлячи запитання, на які ведучий може відповісти лише «так» чи «ні»;
- назвати чотири (або два) випадкові слова, до яких треба віднайти риму або вигадати вірш на 4 рядки;
- пригадати слова тільки на задану букву;
- назвати два випадкові слова, а інші мають вгадати, чим вони можуть бути схожі;
- вгадувати початок речення, до



Притаманна малюкам боязнь темряви у війну ще більш посилилася, тому дуже важливо переключити увагу дитини на щось цікаве та захопливе.

якого потрібно придумати абсолютно «пришелепкувате» й нереальне продовження;

- гравець називає слово, а наступний – свою асоціацію до цього слова;
- «це слово вміє...»: описати слово його «вміннями»;

## Важливо торкатися до дитини, однак після попередження та отримання дозволу, адже в темряві відчуття доторків сприймаються загострено.

- «слово, якого немає»: вигадувати слова, яких не існує, та що вони могли б означати мовою інопланетян;
- уявити, що потрапив на нову планету, на якій нема звичного світла, а потім – уявити, як на ній можна адаптуватися.

Також важливо торкатися до дитини, однак після попередження та отримання дозволу, адже в темряві відчуття доторків сприймаються загострено.

Для контакту з тілом можуть бути потрібні пледи, щоби накритися і відчувати більшу безпеку, льодяники, які можна розсмоктувати, щоби

відчувати смак, жувальні гумки, вода, а також іграшки, які можна стискати в руках, зокрема «поп-іти», антистреси.

### ЦІКАВІ ВПРАВИ З ДОТИКАМИ:

- «азбука Морзе»: передавати прості слова доторками;
- взятися за руки, гравці мають обережно стиснути долоню тому, хто сидить за ними за годинниковою стрілкою;
- уявити, що тіло – це музичний інструмент, а кожна частина тіла виконує певний звук, потім торкатися до дитини долонею, щоби вона співала, мугикала, кукурікала тощо;
- відбивати ритм разом: знайому пісню, загальний ритм (наприклад, дощу), пропонувати стукати ритм зубами, клацати язиком, відбивати долонею, ногами тощо;
- танцювати під уявну мелодію чи під спів пісень;
- передавати предмет у колі, коли в гравців заплющені очі, торкатися його і вгадувати, що це, чи пропонувати, як його можна використувати;
- торкатися долонь ведучого тільки приємними доторками, щоби ведучий вгадав, хто торкається;
- зробити собі хатинку із подушок і ковдр.

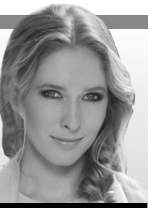
### ЯКЩО Є ЛІХТАРИК:

- грати в тіньовий театр руками або іграшками;
- зробити проектор зі стаканчика та плівки;
- дивитися крізь друшляк на «зорі».

● ПРЯМА МОВА

Катерина ОСАДЧА, телеведуча, мама трьох дітей, про свої страхи під час війни:

Я не відкладаю на завтра спілкування з дітьми, бажання провести вечір з батьками або побачити друзів – нічого, що можу зробити сьогодні. Ця війна нам дала зрозуміти, що нашого «завтра» може не бути... Тому найзаповітніша мрія – після війни зібрати всіх разом – рідних, друзів – у великому колі на подвір'ї.



## ● ОЛЕ, ОЛЕ, ОЛЕ, ОЛЕ!

Фото із сайту fifa.com.



Відтепер збірна Аргентини на своїх футболках має право вішати три зірки, адже вони – триразові чемпіони світу (1978, 1986, 2022)!

## Мессі «на пенсію» поки не збирається!

«Я хочу спробувати, як це – грати у статусі чемпіона світу», – заявив 35-річний геній після здобуття найпочеснішого у футболі трофея

Петро ПАС

**Чемпіонат світу з футболу-2022 (Катар). Фінал. Аргентина – Франція – 3:3, основний час – 2:2 (1:0 – Ліонель Мессі, 23 хв., з пенальті; 2:0 – Анхель ді Марія, 36 хв.; 2:1 – Мбаппе, 80 хв.; 2:2 – Мбаппе, 81 хв.), у додатковий час – 3:3 (3:2 – Мессі, 109 хв.; 3:3 – Мбаппе, 118 хв., з пенальті), у серії пенальті – 4:2.**

Мені подобається захищати кольори Аргентини, бути у цій команді... Тому я не збираюся йти з національної збірної, а хочу спробувати, як це – грати у статусі чемпіона світу.

Відтепер збірна Аргентини на своїх футболках має право вішати три зірки, адже вони – триразові чемпіони світу (1978, 1986, 2022)!

Її головна зірка, та й усієї планети, найкращий гравець Чемпіонату світу-2022 35-річний Ліонель Мессі поділився емоціями після перемоги всього його життя:

«Звичайно, я хотів завершити кар'єру таким чином, про більше і просити не можна. Дякую Богу за все. Майже завершити кар'єру в такий спосіб – вражає.

Що планую далі? Я зміг виграти Кубок Америки, Мундіаль, і це сталося майже наприкінці моєї кар'єри.

Я люблю футбол, це справа всього мого життя. Мені подобається захищати кольори Аргентини, бути у цій команді... Тому я не збираюся йти з національної збірної, а хочу спробувати, як це – грати у статусі чемпіона світу», – зазначив 35-річний гравець, який раніше заявляв, що, швидше всього, завершить кар'єру у збірній після ЧС-2022.

Що ж, хай живе нова мрія зірки! Тепер Мессі посунав із футбольної вершини Аргентини самого Марадону.

### ЧЕМпіОНАМИ СвіТУ З ФУТБОЛУ СТАВАЛИ:

**5 разів – Бразилія** – 1958, 1962, 1970, 1994, 2002  
**4 рази – Німеччина** – 1954, 1974, 1990, 2014  
**4 рази – Італія** – 1934, 1938, 1982, 2006  
**3 рази – Аргентина** – 1978, 1986, 2022  
**2 рази – Франція** – 1998, 2018  
**2 рази – Уругвай** – 1930, 1950  
**1 раз – Англія** – 1966  
**1 раз – Іспанія** – 2010

**Засновник:** Товариство з обмеженою відповідальністю «Газета «Волинь».

**Головний редактор і відповідальний за випуск –** ЗГОРАНЕЦЬ Олександр Олександрович. Зареєстрована 6 листопада 2017 року.

Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі ТЗОВ «Газета «Волинь».

**Адреса редакції і видавця:**

43016, м. Луцьк, вул. Ковельська, 2

## ● СКУШТУЙТЕ!

## «На полі вирросло, із кожуха вилізло, по столі покотилося, на зубах опинилося»

Фотоколлаж із сайту ukr.net.

Горох здавна люблять у всьому світі, це дуже корисний продукт! Щоб він частіше з'являвся у вашому раціоні (за відсутності протипоказань, звичайно), включіть до свого меню ці смачні та прості в приготуванні наїдки

### ГОРОХОВА КАША З ОГІРКАМИ ТА МОРКВОЮ

**Інгредієнти:** 1,5 скл. гороху, 4 солоні огірки, 1 морквина, 1 цибулина, 8 маслин, сіль.

**Приготування.** Ретельно промийте горох, залийте водою, щоб вона повністю його покрила, і поставте варитися. Коли закипить, зніміть піну, трохи присоліть і зменшіть полум'я. Натріть моркву, подрібніть цибулю. Коли горох почне розварюватися, вкиньте до нього овочі. Продовжуйте готувати на малому вогні і з відкритою кришкою. Поріжте огірки й маслини. Перші всипте приблизно за 10 хвилин до готовності, а другі – за п'ять. Соліть страву з урахуванням того, що огірки додадуть їй солоності.

### СМАЖЕНІ ПИРІЖКИ З ГОРОХОВОЮ НАЧИНКОЮ

**Інгредієнти:** 1 скл. теплої води, 2–3 скл. борошна, по 1 ч. л. цукру та солі, 1 пакетик сухих дріжджів, 1 цибулина, 250 г гороху, 4 ст. л. олії.

**Приготування.** Горох замочіть на ніч або хоча б на кілька годин, промийте та поставте варити. Коли повністю розвариться, зцідіть зайву воду і дайте трохи охолонути. З просіяного борошна, води, солі, цукру та дріжджів замісіть м'яке еластичне тісто, наприкінці додайте 2 ст. л. олії і знову вимісіть, накрийте рушником і поставте в тепломі місці, щоб піднялося. Цибулю почистіть, наріжте дрібно, обсмажте на олії до золотистого кольору, додайте у горох, посоліть до смаку і добре вимішайте. Тісто розділіть на маленькі кульки і розкладіть на присипаному борошном столі. Кожну кульку акуратно розтягніть руками у паляничку, загорніть у неї горохову начинку, щільно зачіпайте і сформуєте пиріжок. Обсмажуйте на пателіні з олією до рум'яної скоринки з обох боків.

### КОТЛЕТИ «ЗОЛОТИСТІ»

**Інгредієнти:** 400 г жовтого гороху, 100 г манної крупи, 1–2 цибулини, 2–3 ст. л. борошна, мелені сухарі, чорний мелений перець, сіль.

**Приготування.** Горох відварити до готовності. На відварі, що залишився, зварити манну кашу (на 250 мл відвару – 100 г крупи). Горох ретельно розім'яти на пюре, додати гарячу манку, борошно, підсмажену на олії цибулю, посолити, поперчити, добре



Горох – важливе джерело білків, особливо під час посту.

вимішати – маса повинна бути густою. Формувати з цього «фаршу» овальні котлети, панірувати їх у сухарях і обсмажувати в олії з обох боків. Потом викласти на деко і запекти в духовці. Подавати гарячими, доповнивши тушкованими овочами чи салатом.

### ГОРОХОВО-КАРТОПЛЯНА ЗАПІКАНКА ІЗ ЦИБУЛЕЮ

**Інгредієнти:** горох, картопля, мелені сухарі, цибуля, олія, перець, сіль.

**Приготування.** Відварити горох до готовності, розім'яти до однорідної консистенції. Окремо приготувати картопляне пюре. Змішати горох із картоплею в рівних пропорціях, всипати трохи борошна, перемішати. Цибулю нарізати півкільцями й обсмажити на олії, посолити, поперчити. У форму для запікання, змащену олією і присипану сухарями, викласти пласт горохово-картопляного пюре, далі – шар смаженої цибулі, а зверху – знову пюре, розрівняти і запекти в розігрітій до середньої температури духовці до рум'яної скоринки, подавати страву гарячою.

### КУЛЕШИК ГОРОХОВИЙ

**Інгредієнти:** 300 г гороху, 2 моркви, 1 цибулина, кілька гілочок петрушки, 2 ст. л. пшеничного борошна, 3 ст. л. вершкового масла, свіжий батон, 2–3 зубчики часнику, сіль за смаком.

**Приготування.** Горох промити, залити водою, залишити на ніч, потім знову промити. Залити свіжою водою і варити до повної готовності — приблизно годину-півтори. Посмажити вершковим маслом, добре вимішати. Моркву зварити до м'якості, потовкти і з невеликою кількістю бульйону додати в горох. За потреби (якщо любите абсолютну однорідну консистенцію) перетерти все це через сито. Цибулю подрібнити кубиками, змішати з борошном та підсмажити на олії до золотистого кольору, вмішати у горохове пюре. Свіжу булку порізати на скибочки або кубики (як вам більше до вподоби), натерти добре часником, порізати на шматочки та зарум'янити в духовці або на пателіні. Подавати її разом із кулешиком.



Telegram-канал **Рецепти Кухня**



**Цікава**  
 ГАЗЕТА  
 на вихідні

Тижневик  
 «Цікава газета на вихідні»  
 www.volyn.com.ua

**E-mail:** tsikava.gazeta@gmail.com, reklama.volyn@gmail.com

**Телефони редакції:**

066 82 47 160, 096 77 31 037

ТЗОВ «Газета «Волинь»

п/р UA83305299000026007000803281

КБ Приватбанк, МФО 305299, ЄДРПОУ 02471695

Друк офсетний. Обсяг – 3 друківані аркуші

**Передплатні індекси:** 60304, 60306, 86772 (для читачів Волинської області), 60312 (для читачів Рівненської області), 60307 (для читачів інших областей)

Реєстраційні номери: ВЛ № 516-249Р. 06.11.2017 р.

КВ № 22953-12853Р від 06.10.2017 р.

РВ № 691/244Р від 07.11.2017 р.

Віддруковано: Поліграфічне видавництво «А-Прінт»

ТОВ «Дім», м. Тернопіль. Тел.: (0352)52-27-37, (067) 352-18-51, сайт www.a-print.com.ua

Тираж згідно із замовленням. Замовлення № 2225.

