

● НЕЙМОВІРНО!

Фото із сайту tsn.ua.



Військовослужбовець 5-ї штурмової бригади Петро Лавров планує повернутися на передову: «Хочу, аби моя майбутня дитина жила у вільній країні».

## Петра оголосили «200-м»

### і вже готували пакет, а він... прокинувся!

Боєць Петро Лавров одружився в лікарні Івано-Франківська і чекає з дружиною на дитинку. А також рахує дні, коли зможе повернутися на фронт. Це дивовижно, бо ще зовсім недавно парамедики прийняли його за загиблого. У боях за Донеччину в складі 5-ї штурмової бригади воїн отримав серйозне поранення і мало не стік кров'ю

Історія Хороброго Серця – на с. 3

● ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

Фотоколлаж із сайту obozrevatel.com.



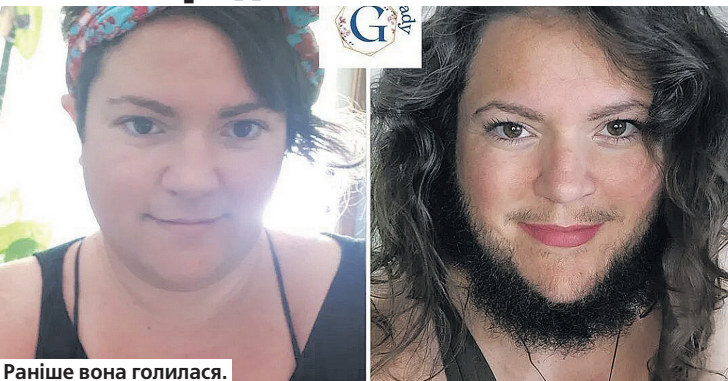
На жаль, іноді й м'ясу дають укол, щоб мало привабливіший вигляд...

## Як відрізнити якісне м'ясо від «напханого» антибіотиками та хімією

Корисні поради – на с. 7

● НУ І НУ!

### Жінка перестала соромитися своєї бороди і більше не голиться



Раніше вона голилася.

Розповідь про це – на с. 12

Залужний поділився рідкісними фото зі своєю дружиною

Подробиці – на с. 6



Все буде Україна!

# Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

7 червня 2023 року №23(286) Ціна 7 грн



● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

## Лікарі поставили на ноги хлопця, який 16 років не міг ходити

Володимир Приріз із міста Стебника на Львівщині має орфанне генетичне захворювання — торсійну дистонію. Однак правильний діагноз йому встановили лише у 2021-му. До того із раннього дитинства медики не могли розпізнати недугу саме через те, що вона дуже рідкісна



Фото із сайту shoptam.info

Перед операцією Володя сказав: «Я вже нічого не боюся». І результат перевершив очікування.

Яким був шлях до одужання – на с. 9

● СЕ ЛЯ ВІ

## 16-літня народила у «швидкій» третю дитину

Фото із сайту obozrevatel.com.

Породіллю не встигли відвезти в пологове відділення Іршавської районної лікарні, адже пологи були передчасними



Їй би ще з ляльками гратися.



Як це відбувалося – читайте на с. 8



## ● ПУЛЬС ТИЖНЯ

**Австралія планує передати Україні списані винищувачі**

Країна може виділити 18 літаків американського виробництва F/A-18 Hornet, які планувалось утилізувати

Леонід ОЛІЙНИК

Австралійська преса пише, що США не проти, але за умови, що українці будуть їх використовувати лише на своїй території. На озброєнні в Австралії є 41 винищувач Hornet, усіх їх планували списати. Частина з них уже не придатна для польотів, їх можна лише розібрати на деталі.

До речі, ці літаки досі є на озброєнні в кількох країнах. Вони чудово зарекомендували себе в операції «Буря в пустелі» у 1990–1991 роках, де літак збивав винищувачі та бомбардував ворожі цілі. F/A-18 Hornet здійснив свій перший політ у 1978-му і був прийнятий на озброєння в США у 1983 році.

**росіяни зірвали концерт Олега Скрипки у Швейцарії**

«кремлівська пропаганда працює»

Сергій БОРОХ

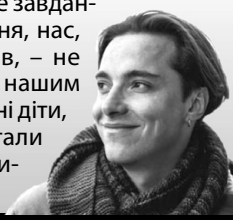
За словами артиста, він мав дати благодійний виступ у швейцарському Цюриху, однак захід скасували. Скрипка переконаний, що це справа рук росіян. Зокрема, пропагандисти поширили брехню, що Скрипка – прихильник ультра націоналістичної ідеології. «Кремлівська пропаганда працює за кордоном: чим брутальніша брехня, тим більше у неї вірять. Абсолютно безпідставно мене звинувачують у прихильності до ультра націоналістичної ідеології, що є цілковитою неправдою. Відтак, не перевірявши фактів, зарубіжні медіа поширюють цю дезінформацію, що призводить до скасування концерту в Цюриху (Швейцарія)», – обурився Скрипка.

Нагадаємо, це не вперше, коли концерти Олега Скрипки за кордоном зривають російські пропагандисти. Минулого року виступи у Німеччині скасували, адже у пресі з'явилася інформація, що нібито артисти гурту «Воплі Відоплясова» – фашисти.

## ● ПРЯМА МОВА

**Андрій ЛЮБКА, письменник, про дітей і війну:**

Страшний час, коли одне з перших слів, яке вчаться вимовляти діти – «тливога». Скільки моторошного жаху в цьому слові!.. Глобальне завдання нашого покоління, нас, дорослих українців, – не передати цю війну нашим дітям. Щоб бодай їхні діти, наші внуки, виростили без повітряних «тливог».



## ● ДІЯННЯ «ВИЗВОЛИТЕЛІВ»

**Зеленський про підриг рашистами Каховської ГЕС: «Ані водою, ані ракетами Україну не зупинити!»**

Вночі 6 червня російська окупаційна армія підірвала Каховську ГЕС, оголошено евакуацію

Василь КІТ

На правому березі розгорнуто технічний штаб в обласній адміністрації. Унаслідок підригу гідроелектростанції в першу чергу постраждає лівий берег, оскільки він географічно нижчий. Основне затоплення припаде саме туди. Підтоплення зазнає і мікрорайон Корабел у Херсоні.

Президент Володимир Зеленський ініціював через підриг ГЕС екстрене засідання РНБО. У зв'язку з інцидентом глава держави зазначив, що військові терористи руйнуванням дамби Каховської гідроелектростанції лише підтверджують для всього світу, що їх треба вигнати з кожного куточка української землі. «Жодного метра не можна їм залишати, бо кожен метр вони використовують для терору. Лише Перемога України поверне безпеку. І ця Перемога буде! Ані водою, ані ракетами, ані чим завгодно терористам не вдасться зупинити Україну!» – заявив Президент України.

Внаслідок підригу рівень води в Каховському водосховищі стрімко знижується, що є додатковою загрозою для тимчасово окупованої Запорізької АЕС.



Божевілля росіян не має межі... Повністю зруйнована гребля і машинна зала, ГЕС відновленню не підлягає. Вода рухається великим потоком і дуже швидко...

“**Жодного метра не можна їм залишати, бо кожен метр вони використовують для терору.**

ДОВІДКА «ЦІКАВОЇ ГАЗЕТИ»:

Каховська ГЕС імені П.С. Непорожнього (днем її народження вважають

18 жовтня 1955 року) – остання (нижня) сходинка Дніпровського каскаду гідроелектростанцій. Розташована на півдні України в 5 км від міста Нова Каховка Херсонської області. У своїй роботі Каховська ГЕС забезпечує річне регулювання стоку Дніпра для живлення електроенергією, зрошення та водозабезпечення засушливих районів Півдня України і навігацію від Херсона до Запоріжжя.

## ● КРИМІНАЛ

**В'язні ошукали 12 сімей, рідні яких у полоні**

Рівненська обласна прокуратура скерувала до суду обвинувальний акт стосовно 4 осіб, які у складі організованої групи займалися шахрайством

Оксана СКРИПАЛЬ

Злочинну схему придумали троє в'язнів, котрі відбувають покарання в колонії на Сарненщині. У відкритих профільних групах у соціальних мережах вони знаходили інформацію про військовослужбовців ЗСУ, які зникли безвісти або потрапили у полон. Тоді дзвонили до рідних, представлялись військовими та пропонували інформацію про зниклих, а також сприяння у їхньому поверненні. За свої «послуги» просили до 30 000 гривень. Потерпілі переказували аванс на картку

жителя Донеччини, який був четвертим учасником злочинної групи. І тоді шахраї просто блокували номери «клієнтів».

У ході досудового розслідування встановлено 12 потерпілих, які відправили шахраям більше 100 тисяч гривень. Під час обшуків у виправній колонії у фігурантів провадження вилучили планшети, мобільні телефони, сім-картки, банківські картки та «чорнові» записи. Санкція статті передбачає покарання у вигляді позбавлення волі на строк від 5 до 12 років.

## ● УСЕ ДЛЯ ФРОНТУ, ВСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!

**Війна війною, а ретрофестиваль – за розкладом**

3 червня у Львові пройшов фестиваль старовинної авто-, мото- та велотехніки Leopoldis Grand Prix

Микола ДЕНИСЮК

У святі взяли участь 131 автомобіль з 5 країн (Україна, Латвія, Естонія, Фінляндія, Німеччина) та 15 областей України. Цього року фестиваль отримав статус благодійного – на ньому збирали кошти на реанімобіль для медиків-добровольців з Першого добровольчого мобільного шпиталю імені Миколи Пирогова та для потреб ЗСУ.

Під час заходу було зібрано 360 000 гривень. Вхід був безкоштовним, але платними були заїзди на ретроавтомобілях трасою «Львівський Трикутник», також відбувались лотереї, аукціон та стояли скриньки для збору коштів. Не оминули на фестивалі й військову тематику – Український військово-історичний музей представив унікальну військову техніку часів Другої світової війни – швидку допомогу Dodge WC54, позашляховик Willys MB та неймовірно рідкісний повнопривідний ГАЗ-61-73, єдиний в Україні.

Крім цього, на окремому майданчику показали цікаві старовинні мотоцикли та велосипеди.

## ● БІДА

**Внаслідок зіткнення поїздів в Індії загинули 300 людей**

Це одна з найбільших катастроф останніх десятиліть на залізницях країни

Антон КАРАСЬ

Ще понад 1200 людей отримали поранення. Аварія сталася через неполадки



в роботі сигнальної системи – потяг повернув не на ту колію. Там пасажирський експрес врізався у вантажний поїзд, який перевозив залізну руду. В результаті кілька вагонів перекинулись. Рятувальні роботи тривали кілька днів.





## ● НЕЙМОВІРНО!

# Петра оголосили «200-м» і вже готували пакет, а він... прокинувся!

Закінчення. Початок на с. 1

Василь КІТ

Під Нью-Йорком їхній підрозділ вибив «вагнерівців» із позицій та зайняв оборону, але ворог продовжував поливати їх вогнем, саме тоді осколки влучили у Петра і перебили ногу. Чоловік ще пам'ятає, як парамедики клали його до евакуаційної машини... А згодом у лікарні дізнався, що дорогою... «помер». «Коли доїхали на «швидку», то сказали: «Давайте пакети. 200-й»... Не знаю, яким дивом, але в мене розплющились очі, я почав кричати, що мені боляче», – пригадує чоловік.

Війна для Петра Лаврова розпочалася 2015-го, коли його старшого брата важко поранили під Мар'їнкою. Тоді він почав учитися стріляти, а коли прийшла велика війна, одразу пішов на фронт водієм штурмової групи. «Водій – це не тільки той, хто сидить і крутить баранку, водій – це та людина, яка як возить людей на позиції, так і працює разом із цими людьми, тобто ти залишаєш машину і йдеш з ними в бій», – розповідає Петро.

Медики повернули чоловіка практично з того світу і почали боротьбу за його ногу. Ворожий осколок серйозно пошкодив стегнову кістку, перебив артерію та вену. «Велика крововтрата, пошкодження артерії – це вже важка травма. Кілька годин – і можна лишитися без кінцівки», – пояснюють медики.

Петро не встиг виписатися з лікарні, як знову повернувся туди, адже внаслідок травми розвинувся тромбоз. Перенести це, кажуть лікарі, чоловікові допомогла кохана. «Багато що залежить від психологічного стану. Дружина не відходить від нього, постійно з ним», – кажуть медики. «Я думаю, всі мене зрозуміють. Коли кохана людина поруч, є підтримка, ти готовий



«Коли кохана людина поруч, є підтримка, ти готовий звернути гори. У мене це є».

«Коли доїхали на «швидку», то сказали: «Давайте пакети. 200-й»... Не знаю, яким дивом, але в мене розплющились очі, я почав кричати, що мені боляче.

звернути гори. У мене це є», – розповів Петро журналістам ТСН.

Це було кохання з першого погляду, твердять обоє. Позналилися у магазині прифронтового Торецька, де Надія працювала продавчинєю. «Трошечки старенький, він був з великою бородою, брудний, з окопу тільки. Але такий ввічливий, мене це зачепило. Ну, прямо така бу-

січка», – сміється дружина Надія.

Освідчилася саме вона. «Вона така: «Дай руку». Я даю руку, вона бере каблучку і дивиться на мене. Я подивився: «Так, звичайно», – ділиться спогадами Петро.

Їхні почуття перевірило поранення Петра. В лікарні Івано-Франківська вони одружилися і вже чекають на дівчинку. Після Перемоги готуються влаштувати справжнє весілля у білій сукні. Аби наблизити цей день, Петро і хоче якнайшвидше повернутися на фронт. «Я сподіваюся, що війна закінчиться до того моменту, як у нього все загоїться. Тому що я не хочу туди його більше відпускати, то важко», – вже у сльозах каже Надія.

Петро налаштований рішуче, бо, як стверджує, має серйозну мотивацію. «Щоб моя майбутня дитина жила у вільній країні», – додає він.

## ● ОТАКОЇ!

## «вагнерівці» взяли в полон... російського підполковника

**В московській орді, бо армію це назвати неможливо, почалися відкриті розбірки між різними угрупованнями. Дійшло до того, що зекі взяли в полон офіцера**

ним. На ньому військовий, якому перебили носа, каже, що він командир 72-ї окремої мотострілецької бригади Роман Веневітін і що обстрілював машину у стані алкогольного сп'яніння «через особисту неприязнь».

«пригожин принизив і опустив російську армію так, як цього раніше в росії ніхто не робив. Такого ще не було в історії сучасних воєн у жодній країні світу! – емоційно прокоментував цю подію український військовий журналіст Юрій Бутусов. – Так, це повна деморалізація. Якщо міноборони рф таке терпить, отже, російські офіцери й генерали – це жалюгідні терпіли, які бояться заступитися за своїх. Моральні амеби, які тримаються за владу».

Леонід ОЛІЙНИК

За словами ватажка пвк «вагнер» евгена пригожинна, його бойовиків під Бахмутом обстріляли кадрові військові. Нібито російські збройні сили заміняли тилову зону пвк «вагнер». А коли найманці скерували туди саперів, по них відкрили вогонь. У результаті підполковника, який обстріляв автомобіль пвк «вагнер», узяли в полон і опублікували відео з

## ● НЕХАЙ РОСТЕ ЗДОРОВОЮ!

## «Це до миру»

**Офіцерка ЗСУ Поліна Кравченко поділилася у соцмережі фотографіями своєї доньки Соломії, яку на руках тримає Головнокомандувач Збройних сил України Валерій Залужний**

Лія ЛІС

На одній зі світлин головком разом із немовлям і офіцеркою, а на іншій – тримає дитину, яка спала в той момент. «Міцний сон Соломії на руках у нашого гетьмана. Кажуть, це до миру», – підписала фото військова.

Згодом Поліна Кравченко розповіла журналістам, що з Головнокомандувачем знайома по службі і зараз хотіла познайомити з ним свою доньку

Фото з архіву Поліни КРАВЧЕНКО.



«Міцний сон Соломії на руках у нашого гетьмана».

Соломію. За її словами, дівчинці п'ять із половиною місяців. Додала, що всю зустріч із Валерієм Залужним дитина «проспала».

29-літня Поліна Кравченко останні 6 років будує кар'єру в армії, вона служила в 72-й бригаді «Чорних Запорозжів».

## ● Я ТАК ДУМАЮ!

## «Волонтер за спецзавданням»

Нові деталі в історії про втечу за кордон обвинуваченого у корупції депутата Київської міської ради від «Слуги народу» Владислава Трубіцина, який для цього скористався листом за підписом начальника Головного управління розвідки Міністерства оборони Кирила Буданова. Нагадаю, у ГУР визнали, що сприяли виїзду депутата, але пояснили, що ініціатива йшла від іншої структури

Наталія СЕДЛЕЦЬКА, журналістка-розслідувачка, авторка, редакторка та ведуча програми телевізійних розслідувань «Схеми. Корупція в деталях»



Цією структурою виявилися Сили спеціальних операцій (ССО ЗСУ). Лист ССО до ГУР на запит нам не надали, але «Схемам» вдалось дістати його від джерел в оборонних структурах.

У документі, датованому 20 січня 2023 року, командувач ССО ЗСУ Віктор Хоренко звертається з листом на ім'я Буданова з проханням про сприяння виїзду п'ятьох осіб, «які є волонтерами», серед них – Владислав Трубіцин. Вказується період виїзду – з 28 січня до 25 травня 2023 року.

Як повідомляла «Схеми», у цей період депутат перетнув кордон на виїзд лише раз і не повернувся – виїхав через пункт пропуску «Рава-Руська» ввечері 13 травня.

Далі – пряма мова речника ССО в коментарі «Схемам»:

«Вищезгадане звернення дійсно було ініційоване командуванням Сил спеціальних операцій у січні 2023 року. Мета цього звернення – виїзд за кордон Владислава Трубіцина як представника благодійного фонду «Рідна Оболонь» та ще чотирьох осіб, теж від цього фонду.

Виїзд потребував виконання ним та групою осіб спеціального завдання щодо забезпечення ССО спеціальним обладнанням. На жаль, характер завдання не може бути розкритим, оскільки містить дані, що становлять службову таємницю», – зазначив речник ССО Олександр Кіндратенко.

Також у ССО прокоментували той факт, що, виїхавши за ініційованим ними дозволом, обвинувачений у хабарництві депутат зрештою не повернувся в Україну та перестав виходити на зв'язок.

«Ми сприяли виїзду за кордон задля благих цілей, а саме забезпечення підрозділів ССО всім необхідним для боротьби з ворогом. Ми вкрай негативно ставимося до того, що ця особа скористалася таким приводом під час війни в особистих цілях і не повернулася в Україну задля виконання процесуальних обов'язків у суді», – додав речник ССО.

Ось так один із топових обвинувачених в корупції представників саме нинішньої влади наразі уникнув українського правосуддя.

**P.S. Юрій БУТУСОВ, головний редактор видання «Цензор.НЕТ», свій коментар до цього дикого випадку на sensor.net назвав «Наївні люди», зазначивши:**

«ГУР МО та ССО дуже жалкують з цього приводу та засмучені, вони, очевидно, не здогадувались, що таке може статися, і що вони сприяли втечі обвинуваченого, бо депутат дуже незамінний, проводив спецоперацію у Європі, про яку нічого не можна розказати.

Наївні, довірливі люди у погонах... Добре, що пояснили, а то усі подумали, що Трубіцин просто дав хабаря за цей дозвіл».



## ● ПУЛЬС ТИЖНЯ

## «Біль неможливо досягнути»: Зеленська розплакалася на відкритті меморіалу загиблим дітям

4 червня біля Харківського обласного палацу дитячої та юнацької творчості відбулася церемонія відкриття пам'ятника дітям регіону, які загинули внаслідок повномасштабної війни, розв'язаної росією

Василь КІТ

Пам'ятник має вигляд дітей-янголів з обгорілими крильми, які злітають на небо. «Маленьким янголам, які так рано зустрілися з людською жорстокістю та, на жаль, ніколи не стануть дорослими...» – написано на меморіалі. Офіційну частину презентувала перша леді України Олена Зеленська, яка під час виступу розплакалася від болю та розпачу. «Зараз показали ці фото, де батько тримає за руку свого загиблого сина. Цей біль неможливо передати і неможливо змиритися з ним. Ми тримаємо наших дітей за руку, коли вони вчаться ходити, тримаємо за руку, коли ведемо вперше до дитячого садка чи школи. І найстрашніше, що може бути, – це коли батьки тримають за руку дітей, які загинули. Так не має бути», – не стримуючи сліз, сказала перша леді...

Зазначимо, що від початку вторгнення російських окупантів у нашої країні загинули 485 українських дітей, 76 із них втратив Харків.

РЕКЛАМА

### Повідомлення про оприлюднення проєкту документа державного планування та звіту про стратегічну екологічну оцінку

**Повна назва документа державного планування:** Детальний план території земельної ділянки орієнтовною площею 15,7 га в адміністративних межах Маневицької селищної ради Маневицького району Волинської області (за межами населеного пункту) для розширення меж існуючого кладовища орієнтовною площею 4,0 га.

**Орган, що прийматиме рішення про затвердження документа державного планування:** Маневицька селищна рада.

**Передбачувана процедура громадського обговорення:** Відповідно до статті 12 Закону України «Про стратегічну екологічну оцінку» громадське обговорення звіту про стратегічну екологічну оцінку та проєкту документа державного планування детального плану території розпочато з дня їх оприлюднення на вебсайті Маневицької селищної ради та триватиме протягом 30 днів.

Громадськість у межах строку громадського обговорення має право подати в письмовій формі зауваження та пропозиції до звіту про CEO та проєкту документа державного планування. Усі зауваження і пропозиції до проєкту документа державного планування та звіту про CEO, одержані протягом встановленого строку, підлягають обов'язковому розгляду замовником. За результатами розгляду замовник враховує одержані зауваження або вмотивовано їх відхиляє.

**Ознайомитися з проєктом документа державного планування, звітом про стратегічну екологічну оцінку, а також отримати додаткову інформацію можна за адресою:** Маневицька селищна рада, вул. Незалежності, 30, смт Маневичі, Волинська область, 44600 та на вебсайті Маневицької селищної ради.

**Орган, до якого подаються зауваження і пропозиції, поштовою та електронна адреса та строки подання зауважень і пропозицій:** Маневицька селищна рада. Адреса: вул. Незалежності, 30, смт Маневичі, Волинська область, 44600. Ел. адреса – mane vychi.rada@ukr.net.

Зауваження та пропозиції до проєкту державного планування та звіту про стратегічну екологічну оцінку надаються протягом 30 днів.

**Дата, час і місце проведення запланованих громадських слухань:** громадські слухання відбудуться 15.06.2023 року о 12.00 год у приміщенні Маневицької селищної ради (зал засідань).

## ● КОМУ – ВІЙНА, А КОМУ...

## Їздить відпочивати за кордон і поміняв 3 авто: депутат потрапив у гучний скандал

Народний обранець від «Слуги народу» Богдан Торохтій, ініціатор законопроєкту про «заборону виїзду нардепів за кордон», під час війни сам виїжджав відпочивати у Болгарію, поміняв 3 автомобілі і тепер їздить машиною Mercedes-Benz EQS за 7 млн гривень

Василь КІТ

Про красиве життя українського депутата під час війни йдеться в журналістському розслідуванні Bihus.Info. Як стверджують розслідувачі, після початку повномасштабного вторгнення родина «слуги народу» змінила три автомобілі, що були записані на ім'я його дружини Аліни Левченко. Зокрема, після того як вона продала свій Range Rover Sport приблизно за 76 000 доларів у липні 2022-го, одразу ж стала власницею Mercedes-Benz 2020 року випуску вартістю щонайменше 158 800 доларів. А вже у грудні 2022-го Левченко змінила Mercedes на новий Range Rover – такі наразі продаються за 185 000 доларів.

Довго їздити на цьому авто сім'я також не стала, і в березні 2023-го змінила його на спецверсію електромобіля Mercedes-Benz 2022 року – новий такий можна знайти у продажу за 197 850 доларів. Журналісти за-



Розповідаючи про євротур народного обранця під час війни, журналісти глузливо вжили термін «ретрит», який означає духовні практики, спрямовані на профілактику й поліпшення свого ментального та духовного станів якомога далі від загальної метушні.

фіксували, як цим автомобілем користується сам нардеп Торохтій.

Ба більше, незадовго до початку повномасштабного вторгнення народний обранець був одним з ініціаторів законопроєкту, який забороняє виїзд із країни нардепів, окрім як за розпорядженням Президента, хоча документ так і не ухвалили. А вже 23 квітня

2022 року Торохтій здійснив невдалу спробу виїхати з країни через прикордонний пункт «Порубне» на межі з Румунією – на кордоні його не пропустили. Однак уже в серпні нардеп був одним з ініціаторів законопроєкту, який забороняє виїзд із країни – журналісти зафіксували його відпочинок на морі в Болгарії, зокрема у місті Єленіте, разом із дружиною, незадовго до річниці їхнього весілля.

## ● ГЕРОЇ НЕ ВМИРАЮТЬ!

## Вони добровільно пішли на штурм позицій ворога і загинули в бою

Співголова фракції «Європейська Солідарність» Ірина Геращенко повідомила, що Верховна Рада України підтримала запит до Президента щодо нагородження Олега Барни (на фото) та його товаришів, які полягли в районі Вугледара

Ольга СОКОЛОВА

«Важливо! Парламент підтримав запит до Президента Зеленського і міністра оборони щодо відзначення державними нагородами Олега Барни і його 8 побратимів, які загинули під Вугледаром, виконуючи бойове завдання. Загинули як Герої. Дякуємо всім колегам, які підтримали запит», – зазначила Ірина Геращенко.

Народний депутат VIII скликання, старший сержант ЗСУ Олег Барна поліг у бою на Донеччині під час штурмових дій поблизу села Павлівка у квітні цього року.

Олег Барна був активним громадсько-політичним діячем, починаючи від студентського голодування у 1990 році під назвою «Революція на граніті» до Революції гідності, де отримав поранення під час обстрілів 18 лютого 2014 року. У липні 2014-го пішов добровольцем у



Політик Олег Барна загинув 17 квітня 2023 року в бою на Донеччині.

зону АТО. Коли ж ворог вторгся в нашу країну з новою силою у 2022-му, знову пішов її захищати. Спершу служив у складі 44-ї окремої артилерійської бригади імені гетьмана Данила Апостола, потім

– у 68-й окремій егерській бригаді імені Олекси Довбуша. Як повідомили у бригаді, Олег Барна разом із побратимами загинули під час штурму ворожих позицій. «Із сумом в серці маємо повідомити, що під час виконання бойового завдання загинув наш Росомаха, помічник гранатометника, старший сержант Олег Барна. Пан Олег відомий всім як народний депутат VIII скликання, але для нас він – побратим, який нарівних із усіма виконував бойові завдання. Коли командири оголосили набір у групу на штурм ворожих позицій, старший сержант Барна не вагався ані хвилини. Завдання виконано, ворога вибито. Але, на жаль, ціною життів наших хлопців. Вічна пам'ять усім полеглим за Україну! За кожне життя наших бійців буде помста у десятикратному розмірі», – написали військові.

Нагадаємо, що рідний брат Олега Барни – Степан, екснардеп від «Європейської Солідарності» – теж на фронті з перших днів повномасштабного вторгнення.



## ● НА ЛІНІЇ ВОГНЮ

# Боець викинув пораненого побратима у вікно, і сам вистрибнув. Обоє вижили...

У мережі показали фільм, у якому бійці 3-ї окремої штурмової бригади розповідають фронтові історії, які їм довелося пережити, беручи участь у боях на Бахмутському напрямку. Стрічка швидко набрала сотні тисяч переглядів. Ось декілька вражаючих історій із фільму

Вікторія МИКИТЮК

## ПРОВІДНИК

«Ти коли в Бахмут заїжджаєш, тобі кажуть: зараз провідники будуть вас заводити на позиції, – розповідає штурмовик із позивним Чіл. – І ти думаєш: «О, провідники, це, певно, якісь розвідоси жорсткі...». Й ти собі міркуєш, що це клас, вони тобі розповідають, що ось там окупанти, а тут – перебіжка. Тут повземо, тут обережно, бо обстріл. Ти за ними йдеш. А на третій день ти вже сам все знаєш й тобі кажуть бути провідником, щоб завести нову групу. Ну і все. Ти вже сам провідник. Півтора кілометра вночі пройти, щоб ніхто не загубився, – завдання дуже непросте. Потрібно нормально контролювати ситуацію, зберігати дистанцію. Достатньо



Фото із сайту ab3.army.

## ВРИВАЙСЯ У ВИРІШАЛЬНУ БИТВУ

III ОКРЕМА  
ШТУРМОВА  
БРИГАДА

Жоден кіношній кіборг не зрівняється з відвагою бійців 3-ї окремої штурмової бригади.

скупкована для того, аби не розсипатись, не загубитись і дійти, група легко піддається ризику, може без проблем потрапити у засідку. Тому й потрібні провідники, які добре знають місцевість, вони мають так скласти маршрут, щоб уникнути контакту з ворогом».

ЛЕГІОН

«Позицією на той момент керував боець із позивним Леґіон. І з ним весь день спілкуюсь по рації, але в один момент він перестав виходити на зв'язок, – розповідає воїн із позивним Док. – Через дві хвилини виходить Баланс й каже, що побратим тяжкий «трюхсотий». Кульове поранення навиліт у ключицю... Проходить

п'ять хвилин, і я чую по рації: я Леґіон, все нормально. Й він готовий далі вести бій. Я розумію, що там половина контужених, хлопці вже такі побиті. Я попросив їх відтягнутись у будівлю назад, трохи дав слабину й злякався за них. Й тут вони відходять назад, а я собі думаю: «Чого це ми маємо віддавати позицію?». Питаю в Леґіона, чи може він повернутись назад. Він відповів, що так. Він починає штурмувати окупантів, давить та заганяє їх в ангар. Прикол у тому, що дах його пробитий, і ми росіяни

## ВІКНО

«На одній позиції вагнерівці знаходились на першому поверсі, на другому поверсі було троє наших. Один із них тяжкий, неходячий «трюхсотий». І вже що у ворога, що у нас закінчили гранати. У наших на трюх лишилось пів магазину патронів. Я приймаю рішення з сусідньої позиції відтягнути людей, щоб вони почали просто закладати у вікна ВОГи, щоб задавити ворога, аби хлопці встигли вистрибнути з другого поверху. І вони починають давити, а Лисий мені кри-

На війні настільки швидко потрібно приймати рішення, що страх зникає сам по собі.

бачимо з безпілотною. Запропонував кинути в той простір кілька мін, аби не ризикувати. На це я від пораненого Леґіона отримав у відповідь по рації: «Я їх загнав, я їх доб'ю». Найбільша складність для воїна – азарт. Бо запалюєшся, а тут лише майстерніший виживе...»

## ХВИЛЯ

«Вони хвилями діють. Як у грі. Одна хвиля пробігла. Якщо ти її знищиш, біжить інша, – розповідає наш боець про тактику росіян. – Перші люди, які заходять, наприклад, у дім, намагаються занести зброю, БК. Знищуєш їх – забігає друга група, користується цим боекомплектком. Коли ти знищуєш другу групу, може прибігти й третя. Якщо всі три були подавлені, починається мінометний обстріл. Так працюють окупанти. Обстріл закінчується, і по рації нам доповідають, що рухається піхота противника, намагається нас обійти з флангу».

чить, що БК закінчується: «Хай швидше стрибають!». Виходжу на одного нашого, а він каже, що не може лишити пораненого побратима. Я вже починаю кричати у рацію: «Якщо ти зараз не візьмеш, не викинеш його й не вискочиш за ним, то ви там залишитесь з ним удвох назавжди!». Боець таки зважився викинути пораненого у вікно, тоді сам вистрибнув, у результаті обоє залишилися живі».

Наприкінці українські штурмовики додають, що на війні настільки швидко потрібно приймати рішення, що страх зникає сам по собі. А потім ти просто втомлюєшся боятись і виконуєш завдання. Бо за день тебе можуть убити сотні тисяч разів, кожної секунди, тому маєш діяти першим. Й кожен, хто стає на позицію, – це вже Герой, а не середньостатистичний боець.

Джерело: fakty.ua.

## ● БО «КАКАЯ РАЗНИЦА»...

## Нардеп від «Слуги народу» відмовився перейти на українську мову в прямому ефірі

Скандальний депутат Верховної Ради Максим Бужанський, відомий своєю незрозумілою любов'ю до так званого «руського міра», влаштував провокацію в ефірі телеканалу «Київ24»

Василь КІТ

Незважаючи на закон про функціонування державної мови та неодноразові прохання ведучого Сергія Смальчука перейти на українську, він навідріз відмовився це робити. Мовляв, у законі про державну мову не згадується про зобов'язання депутатів говорити виключно українською. «Відповідно до 10 статті Конституції, державна мова – українська, а держава гарантує свободу й розвиток інших мов», – сказав Бужанський. Нардеп також аргументував тим, що його розуміють і так, до того ж більшість українців теж говорять російською. «Наші глядачі багатомовні. Наші глядачі багатомовні. Багатомовні», – заявив Бужанський. При цьому він стверджує, що прохання веду-



Фото із сайту youtube.com.

І таких українофобів бужанських Зеленський привів у парламент десятки...

чого розмовляти в ефірі українською нібито можна розцінювати як «розпалювання ворожнечі за мовною ознакою».

Крім того, на самому початку ефіру Максим Бужанський демонстративно відмовився від-

відати на привітання ведучого «Слава Україні!».

Наприкінці розмови скандальний нардеп взагалі відключився від ефіру, заявивши, що йому немає про що спілкуватися із Сергієм Смальчуком. У партії «Слуга народу», до якої

належить нардеп, інцидент наразі не прокоментували.

До речі, Максим Бужанський виявився єдиним парламентарем, який проголосував проти закону, що передбачає скасування державного свята 9 травня і перенесення Дня перемоги над нацизмом у Другій світовій війні на 8 травня.

Таке враження, що це депутат не Верховної Ради, а державної думи росії...

## ● ПРЯМА МОВА

Олексій ДАНИЛОВ, секретар РНБО, про відмову Максима Бужанського, депутата від «Слуги народу», переходити на українську мову в ефірі новин:

Недобиткам т. зв. «російського світу», які вважають, що в українських ефірах мають право розмовляти на «руськом», не місце не лише на телебаченні, але і в політиці, і в Україні. Вся проросійська сволота, яка 30 років гвалтувала і зраджувала країну, має бути і буде під корінь зачищена і викинута звідусіль як токсичний московський непотріб.

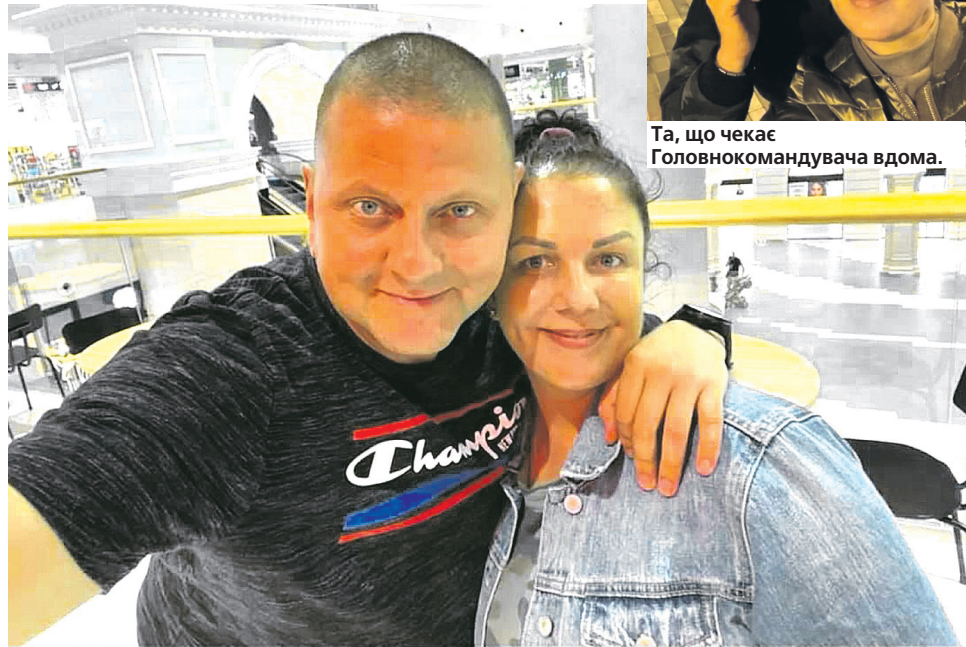




● **НІХТО, КРИМ ТЕБЕ**

# «Залізний генерал» поділився рідкісними фото зі своєю дружиною

Головнокомандувач Збройних сил України Валерій Залужний украї рідко говорить про своє особисте життя. Відомо лише, що він уже протягом багатьох років одружений та має двох доньок



Справді, вони так схожі між собою.

«Справді, вони так схожі між собою. Нез дев'ять місяців. Вони мене не бачили», – розповідав очільник ЗСУ. Він додав, що рідні вже звикли до такого графіка і з розумінням ставляться до його роботи.

Зазначимо, що старша донька Головнокомандувача Збройних сил України – військова і служить у Київському гарнізоні, а молодша в Одесі навчається на медичному факультеті і буде лікарем.



Та, що чекає Головнокомандувача вдома.

Лія ЛІС

Цими днями в мережі з'явилися нові фото «залізного генерала» із дружиною Оленою. Пара виглядає на світлинах дуже гармонійно, впадає в око, що чоловік та дружина також дуже схожі між собою.

24 липня 2022 року – день, коли Залужний дозволив собі винести на публіку трохи особистого. Тоді на своїй сторінці у Facebook опублікував пост, який присвятив своїй обранці. У ньому він лаконічно привітав дружину з днем народження і оспівдав їй у коханні.

Не так давно в інтерв'ю Дмитру Комарову для його проєкту про війну «Рік. За кадром» Валерій Залужний розповідав, що від 2014-го дуже рідко бачить своїх близьких: «Родина мене від 2014 року майже не бачила. Я розповідав, не пам'ятаю кому... А, скажу, головнокомандувачу збройних сил Америки. Кажу, я влітку, в липні 2014 року, поїхав. Повернувся через три місяці на два тижні. Знову поїхав. Повернувся че-

“**Пара виглядає на світлинах дуже гармонійно, впадає в око, що чоловік та дружина також дуже схожі між собою.**”

● **НІКОЛИ НЕ ЗДАВАТИСЬ!**

# 7-річна українська гімнастка, яка втратила ногу через російську агресію, виграла перший турнір

Юна українська спортсменка Олександра Паскаль із протезом виборола «золото» на своїх перших змаганнях з художньої гімнастики



Браво, Сашенько!

медикаментозній комі, але врятувати кінцівку не змогли.

Після багатьох місяців лікування в Україні Олександра торік пройшла реабілітацію в Австрії. Їй зробили операцію на руці, вставивши

спеціальні спиці, які залишаються досі. Там дівчинка також отримала протез, на якому 4 місяці навчалася ходити. Після приїзду в Україну Саша першим ділом пішла на заняття з художньої гімнастики.

● **СВІТ ІЗ НАМИ**

# Данці плакали разом із нами, коли на екрані розривалися ракети і снаряди в Україні...



На благодійному гала-концерті «Українські вечори» у Королівському театрі Копенгагена неподалік її Величності королеви Данії Маргрете II була й авторка цього матеріалу. Відколи в Україні почалася війна, на вулицях столиці Данії поруч із данськими знаменами з'явилися синьо-жовті прапори. А напередодні цього горючого літа кольори мирного неба й золотої пшениці, здавалося, огорнули миролюбним теплом древню велич Королівського театру Копенгагена, який з воістину королівською гостинністю приймав на своїй сцені зірок українського мистецтва. «У зловісній тіні війни іноді легко не помітити силу мистецтва. Приходьте і боріться, приходьте і подивіться, задля збереження чого українці жертвують своїми життями», – йшлося в данській афіші

Лєся ВЛАШИНЕЦЬ

НАШ БІЛЬ РОЗДІЛИЛИ ПЕРШІ ОСОБИ КРАЇНИ КАЗКАРЯ АНДЕРСЕНА  
Звістка про «Українські вечори» на



її Величність королева Данії Маргрете II на власні очі переконалася: українському мистецькому роду не буде переволі!

головній сцені Данії швидко розлетілася Копенгагеном. Вона неабияк порадувала українців, які знайшли в цій країні прихисток від війни, й зацікавила данців, уже знайомих із красою українського мистецтва, і тих, які отримали можливість висловити Україні свою підтримку благодійними пожертвами та оваціями її мужності й красі. Благодійний захід відбувся з ініціативи та за організації Посольства України в Данії у співпраці з данським культурним діячем Філіпом Маурі та з фундацією першої леді України Олени Зеленської за підтримки Міністерства оборони України.

В очікуванні концерту представники двох чудових культур приязно гомонили на плацу перед входом. Мої земляки були неймовірно красивими у рідних вишиванках, а датчани навіть без знання мови читали на наших обличчях почуття, які зворушливо до сліз гармонювали з поетичним рядком Олександра Олеся «З журбою радість обнялася».

...Усі шанобливо встали, коли в ложу зайшла її Величність королева Данії Маргрете II. Другий Український благодійний вечір вшанувала своєю

“**Перша леді України по-материнськи переповіла, як болить Україні війна.**”

присутності сестра данського монарха, її Королівська Високість принцеса Данії Бенедикт. Серед глядачів були члени данського парламенту, уряду, місцевого політичного істеблішменту, бізнес-спільноти.

Далеко від Батьківщини здається найгарнішою, найправеднішою піснею її Гімн. Ним розпочався грандіозний концерт, його підхопили українці, які були в залі. Данці плакали разом із нами, коли на екрані розривалися ракети і снаряди в Україні, чорніли пустками розбомблені наші міста та села, як слухали відеозвернення Олени Зеленської. Перша леді України по-материнськи переповіла, як болить Україні війна. Вона висловила вдячність Данії за надання політичної, гуманітарної, фінансової та військової допомоги, а також наголосила на важливості продовження підтрим-

ки України.

Біль країни, мрії наших співвітчизників жити у вільній і мирній Україні вчувалися у кожному номері двох благодійних концертів.

**ГУЧНЕ І БАГАТОГОЛОСЕ «БРАВО!» УКРАЇНСЬКІЙ ДУШІ**

Протягом майже трьох годин публіка дякувала митцям бурхливими оваціями за неперевершене виконання творів української і світової музичної класики, української народної вокальної музики, українських народних танців, сучасних балетних постановок. Творцями незабутніх «Українських вечорів» були понад 100 талановитих українських митців. Досконаліми до чарівності звучали мелодії у виконанні Національного президентського оркестру України під диригуванням підполковника маестро Максима Гусака. Під акомпанемент цього зіркового колективу й велелюдне «Браво!» виступили провідні зірки оперної сцени – народний артист України Сергій Маєра (бас), унікальний контраптенор Юрій Миненко, Олена Белкіна (меццо-сопрано).

Цвітом миру бачилися діти – юні танцівники Дитячої хореографічної школи при Національному заслуженому академічному ансамблю танцю України ім. Павла Вірського. Юні нарівні з дорослими колегами кожним па засвідчували: Україна неймовірно красива культурою, історією, людсьм і любов'ю українців до своєї країни, яких не в силі здолати війна.

До слова, колектив мав честь познайомитися з її Величністю Королевою Маргрете II і вручити презентаційні подарунки від України на знак вдячності за підтримку в боротьбі з російським агресором.

Родзинкою «Українських вечорів» було виконання гімну Данії хором хлопчиків (Det Danske Drengekor) під диригуванням маестро Еміля Ріттера.

...Здавалося, на «Українських вечорах» навіть зорі над Копенгагеном сяяли на честь Данії й України, їхньої дружби й віри в Перемогу у війні з ненависною росією.

**Пізніше стало відомо, що на благодійному гала-концерті «Українські вечори» в Королівському театрі Копенгагена було зібрано близько 4,6 мільйона гривень. Ці кошти Данія офірувала для підтримки благодійного фонду першої леді України «Фонд Олени Зеленської», який допомагає українським дітям.**

Більше публікацій — на сайті **VOLYN.COM.UA**

● **ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!**



Колір є одним із найбільш точних та доступних показників для визначення якості м'яса.

# Як відрізнити якісне м'ясо від «напханого» антибіотиками та хімією

Купити якісне з кожним днем стає дедалі складніше

Ольга ГАНЮКОВА

М'ясо – один із найпопулярніших продуктів у світі, оскільки воно смачне та поживне. Але воно може бути небезпечним для здоров'я людини, якщо тварина була вирощена на антибіотиках, застерігає obozrevatel.com. Адже навіть найменша доза таких препаратів здатна викликати алергію у людини, знижувати опірність організму до різних захворювань, а також призвести до дисбалансу природної флори, дисбактеріозу та зниження імунітету.

“**Навіть найменша доза антибіотиків може викликати алергію у людини, знижувати опірність організму до різних захворювань.**”

На жаль, купити якісне м'ясо з кожним днем стає дедалі складніше. Тому пропонуємо вам ознайомитися з двома головними правилами, як відрізнити корисний шматок від «напханого» антибіотиками та хімією.

**ЯК РОЗПІЗНАТИ ЯКІСНЕ М'ЯСО?**

**За кольором**  
Колір є одним із найбільш точних та доступних показників для визначення якості м'яса. Зокрема, свіжа яловичина та телятина повинні мати відтінок від блідо-рожевого до темно-червоного. А при виборі свинини перевагу слід надавати ніжно-рожевим шматочкам.

**За структурою**  
Структура волокон також надасть інформацію про можливі ризики. Присутність небажаних ліків може зробити м'ясо пухким, м'яким і кровоточивим. Натомість якісний шматок швидко відновлює форму, його текстура еластична та однорідна.

**МАГНІТНІ БУРИ У ЧЕРВНІ**



- ☛ Слабкі: 7, 16 та 30.
- ☛ Середні: 10, 28, 29.
- ☛ Сильні: 18-20.

Бережіть своє здоров'я і здоров'я близьких! Майте при собі необхідні ліки від тиску.

● **КОЗАЦЬКОГО РОДУ!**  
**«На гражданці відчув себе дискомфортно»**

Відомий хореограф уперше за довгий час вийшов на зв'язок

Василина СМЕТАНА

К олишній чоловік співачки Ірини Білик, знаний український танцюрист Дмитро Дікусар наприкінці лютого 2022 року вирішив, що піде на фронт відстоювати незалежність України. З цього часу він рідко з'являється у соціальних мережах, змушуючи нервувати



«Живіть, радійте життю, любіть українці, але не забувайте, яку ціну за це заплатили й платять ті, хто цінує ваше життя більше за своє.»

своїх шанувальників. І ось після перерви у пів року, артист вийшов на зв'язок з фанатами, розповівши, що зовсім нещодавно побував удома і наразі обійняв рідних людей. Щоправда, можливість відпочити від війни пов'язана із хворобою: Дмитро потрапив до медкаблуду через ангіну і тому кілька тижнів провів на лікарняному.

При цьому воїн зізнався, що після року служби відчув себе некомфортно під час позармійського життя. «Нещодавно було звільнення на певний час. Уперше за рік обійняв рідних

і подякував Богу за це. Якщо відверто, на гражданці відчув себе дискомфортно. Повернувся на службу. Живіть, радійте життю, любіть українці, але не забувайте, яку ціну за це заплатили й платять ті, хто цінує ваше життя більше за своє. І дякую, що невтомно допомагаєте Збройним силам! Без вас, любі, ми не дочекались б об'єднаного озброєння», – написав Дмитро Дікусар у соціальній мережі. Під його дописом з'явилось багато коментарів: українці переважно дякували знаменитості за те, що захищає Україну.

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



## ● МОЛОДЧИНА!

**У Дніпрі 10-річний хлопчик врятував маму**

Він вчасно зателефонував до поліції і «швидкої», коли побачив, що неньці стало зле

Василина СМЕТАНА

Мама впала з ліжка і вдарилася головою об батарею, в неї почалися судоми. Дитина не розгубилась і подзвонила на спецлінію «102». «У мене мама впала з ліжка і вдарилася головою об батарею. Вона лежить, смикається і не встає», – сказав хлопчик оператору. Вже через кілька хвилин на місце прибув найближчий екіпаж патрульної поліції. Хлопчик розповів, що також викликав і «швидку»: зробив усе так, як його вчила мама на випадок, коли у неї станеться напад.

Лікарі і поліцейські виявили непритомну жінку на підлозі. Їй надали першу допомогу, один із патрульних тримав її, оскільки жінку судомило. Маму відвезли до лікарні для дорослих, а хлопчика – до дитячої, де він перебував, поки неньку обстежували.

## ● ШОК!

**Син відрізав голову матері**

Моторошну знахідку у смітнику виявили жителі Одеси й одразу ж викликали поліцію

Юрій ЖУК

Прибувши на місце, правоохоронці перевірили смітцеві баки на вулиці і знайшли там решту частин тіла. Особу загиблої встановили – нею виявилася 60-річна місцева жителька.

За лічені години знайшли і підозрюваного у вбивстві жінки. Це був її 39-літній син. З'ясовано, що між ними виникла сварка, під час якої чоловік завдавав матері множинних ударів сокирою по голові, а коли та впала на підлогу, задушив її. Переконавшись, що жінка померла, він у ванній кімнаті розчленував її тіло, розфасував по пакетах та пішов додому у свою квартиру. Наступного дня повернувся, забрав пакети та порозкидав їх по смітцевих баках на сусідній вулиці.

За скоєне чоловіку загрожує до 15 років позбавлення волі. Щоправда, спочатку експерти встановлять, чи він осудний, – для цього в межах досудового розслідування буде проведена судово-психіатрична експертиза.

## ● НЕ СЛАБО...

**Китай хоче пробурити найглибшу свердловину в Азії**

Вона буде завглибшки 10 кілометрів і сягне крейдяної системи у земній корі, яка містить породи, що датуються приблизно 145 мільйонами років

Василь КІТ

Лідер країни Сі Цзіньпін у своєму виступі перед провідними вченими КНР у 2021 році закликав до більшого прогресу у глибокому дослідженні Землі. Така робота може допомогти виявити мінеральні та енергетичні ресурси та оцінити ризики екологічних лих, зокрема землетрусів та виверження вулканів.

Найглибшою рукотворною свердловиною на Землі, як і раніше, залишається російська Кольська, яка сягнула 12 262 метрів у 1989-му після 20 літ буріння.

## ● СЕ ЛЯ ВІ

**16-літня народила у «швидкій» третю дитину**

Закінчення. Початок на с. 1

Лія ЛІС

У молодій жінки це були вже треті пологи. Вагітна розповіла лікарям, що на обліку в гінеколога або сімейного лікаря не була і дитина народжується передчасно, десь на 32–34-му тижні вагітності.

Але досвід і професіоналізм медиків дали змогу благополучно народитися дитині.

«Після огляду та медичних маніпуляцій лікар приймає рішення чим швидше транспортувати породіллю до медзакладу. Але дорогою час між переймами стрімко скорочується і дитина ось-ось має народитися. Авто зупиняється, і бригада готу-



Члени бригади №902, яка допомогла немовляті з'явитися на світ: лікар Зореслава Пукман (ліворуч), фельдшер Наталія Бойко і водій Василь Олашин.

ється до пологів, – повідомило про перебіг подій видання «Закарпаття онлайн». – Ситуація ускладнюється тим, що це стрімкі пологи, сіднине передлежання дитини, а породіллі дуже тендітна»...

Але досвід і професіоналізм медиків дали змогу благополучно народитися

дитині. На світ з'явилася дівчинка. Та на цьому випробування для бригади «екстренки» не завершилися. Немовля не кричало і не дихало. Медики швидко провели реанімаційні заходи – і за 2–3 хвилини маля почало дихати і голосно заявило про себе!

## ● СПОРТ

**Довбик так і не наздогнав Мхітаряна**

До рекорду забракло буквально одного гола: нападник «Дніпра-1» Артем Довбик наколотив їх 24, проте в сезоні 2012/2013 вірменський півзахисник «Шахтаря» Генріх Мхітарян (обоє на фото) зробив 25 влучних ударів

Петро ПАС

Футбол. Українська Прем'єр-ліга (VBET-ліга). Результати заключного 30-го туру: «Верес» (Рівне) – «Інгулець» (Петрове) – 1:0; «Рух Львів» (Львів) – «Олександрія» (Олександрія) – 0:0; «Металіст» (Харків) – «Чорноморець» (Одеса) – 0:3; «Дніпро-1» (Дніпро) – «Кривбас» (Кривий Ріг) – 1:0; «Минай» (Минай) – «Зоря» (Луганськ) – 0:3; «Металіст 1925» – «Динамо» (Київ) – 1:1; «Колос» (Ковалівка) – «Львів» (Львів) – 1:0; «Ворскла» (Полтава) – «Шахтар» (Донецьк) – 2:1.

Головний підсумок чемпіонату: його виграв донецький «Шахтар» (у 14-й раз в історії) і здобув пряму путівку в груповий етап Ліги чемпіонів.

«Дніпро-1», яке виборолло 2-ге місце у луганської «Зорі» завдяки кращій різниці в особистих матчах (перемога 3:0 і поразка 1:2), гратиме у кваліфікації Q2 Ліги чемпіонів, причому для виходу до групового етапу треба буде пройти три раунди відбору. У разі поразок – буде перехід у кваліфікацію Ліги Європи і далі Ліги конференцій.

Луганська «Зоря» як володар бронзових нагород вийшла у кваліфікацію Q4 Ліги Європи. У разі програшу буде група Ліги конференцій. Єврокубкова осінь гарантована луганській команді.

В останньому турі вирішувалося, хто



Загалом за останній сезон 25-річний Артем Довбик забив 29 голів та віддав 8 результативних передач у 39 матчах за «Дніпро-1» у всіх турнірах.

Київське «Динамо» вдруге у своїй історії залишилось без медалей в українській першості і фінішувало на 4-му місці.

За підсумками сезону, Українську Прем'єр-лігу покинули «Львів» (Львів) і «Металіст» (Харків). А ось команди, які фінішували на 13-му та 14-му місцях, будуть змушені провести поєдинки плей-оф за право участі у наступному сезоні УПЛ з ко-

мандами, які послили третє та четверте місця у Першій лізі. Тож маємо такі пари плей-оф: «Інгулець» (Петрове) – ЛНЗ (Черкаси); «Металург» (Запоріжжя) – «Верес» (Рівне).

Перші матчі – 10 червня (субота). Матчі-відповіді – 14 червня (середа).

ПІДСУМКОВА ТУРНІРНА ТАБЛИЦЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПРЕМ'ЄР-ЛІГИ:

М	Команда	І	В	Н	П	ЗП	О
1	«Шахтар» (Донецьк)	30	22	6	2	69:21	72
2	«Дніпро-1» (Дніпро)	30	21	4	5	61:27	67
3	«Зоря» (Луганськ)	30	21	4	5	64:31	67
4	«Динамо» (Київ)	30	18	6	6	51:25	60
5	«Ворскла» (Полтава)	30	13	6	11	38:37	45
6	«Олександрія» (Олександрія)	30	10	14	6	42:39	44
7	«Кривбас» (Кривий Ріг)	30	12	5	13	26:30	41
8	«Колос» (Ковалівка)	30	10	6	14	23:36	36
9	«Чорноморець» (Одеса)	30	9	8	13	35:40	35
10	«Минай» (Минай)	30	8	9	13	22:33	33
11	«Рух Львів» (Львів)	30	7	11	12	31:37	32
12	«Металіст 1925» (Харків)	30	6	14	10	23:42	32
13	«Верес» (Рівне)	30	8	7	15	35:45	31
14	«Інгулець» (Петрове)	30	8	7	15	22:34	31
15	«Металіст» (Харків)	30	5	7	18	27:58	22
16	«Львів» (Львів)	30	3	4	23	18:52	13



● **ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК**

# Лікарі поставили на ноги хлопця, який 16 років не міг ходити

**Володимир Приріз із міста Стебника на Львівщині має орфанне генетичне захворювання — торсійну дистонію. Однак правильний діагноз йому встановили лише у 2021-му. До того із раннього дитинства медики не могли розпізнати недугу саме через те, що вона дуже рідкісна**

Оксана СКРИПАЛЬ

**В**олодя народився здоровим на вигляд малюком: до двох з половиною років хвороба не давала про себе знати. Але потім ноги почали слабшати, а ліва стопа — відхилитися вбік. Згодом він уже не міг ходити. А лікарі тільки руками розводили.

З'ясувати, що саме відбувається з хлопцем, допоміг випадок. Якось його мама побачила по телевізору сюжет про дівчинку із симптомами, дуже схожими на ті, що були в її сина. У відео прозвучала назва хвороби — торсійна дистонія. Жінка розказала про це лікарям, і чергове обстеження Володі підтвердило: він один зі 100 українців, які живуть із таким діагнозом.

Торсійна дистонія порушує роботу мозку, через що він посилає у м'язи неправильні імпульси, з'являється слабкість і біль, тіло буквально викручує, людина втрачає можливість ходити і навіть сидіти. Вилікувати це, на жаль, неможливо, але є технології, які дають змогу полегшити симптоми і навіть повернути хворого до повноцінного життя.

Київські лікарі вживили Володі в мозок



І хоча зараз вдається пересуватися лише з підтримкою, він обіцяє навчитися ходити самостійно.

## Володя нарешті знову зробив свої перші кроки у 20 років.

нейростимулятор, який посилає правильні імпульси до головного мозку, а він вже — у м'язи. Відтоді з життя хлопця став зникати біль, додалося сил, поліпшився апетит і настрій. Володя почав краще говорити і навіть виконувати фізичні вправи.

Але через роки нерухомості обидві його стопи були атрофовані та деформовані. Крім того, у нього розвинувся нервово-паралітичний сколіоз.

Стопи виправили спеціалісти ортопедично-травматологічного відділення Лікарні Святого Миколая Першого медичного об'єднання Львова, а хірурги разом із американськими колегами провели надскладну операцію: поверх хребта наклали металеві конструкції, аби викривлення не прогресувало.

І після цього сталося диво — Володя нарешті знову зробив свої перші кроки у 20 років.

— Він уже рівніше сидить, став трохи вищим, бо сколіоз перехилив його на один бік, — радіє мама хлопця.

Попереду в нього тривала реабілітація та тренування. Однак юнак поставив собі за мету навчитися ходити самостійно.



Золоті руки медиків дали юнакові шанс змінити життя.



Він ще обов'язково зіграє у футбол!

— Я все життя йшов до цього дня. І ще в мене є мрія поїхати на стадіон «Олімпійський» і там зіграти у футбол із Денисом Бойком (воротар збірної України та київського «Динамо»). — **Ред.**

**За матеріалами Першого медичного об'єднання Львова.**

● **НА ЧАСІ**

## Бережіться ультрафіолету

**Коли обираєте одяг на день, варто не лише оцінити, у чому ходять люди на вулиці та показник максимальної температури, а й перевірити УФ-індекс. Це дуже корисна звичка. Пояснюємо чому**

**УФ-індекс** — це показник рівня ультрафіолетового випромінювання. Він набуває значень від нуля і вище: чим більше значення, тим вища потенційна небезпека для шкіри та очей людини, а отже, необхідно використовувати сонцезахисний засіб.

Аналогічно температурній шкалі УФ-індекс вказує на рівень ультрафіолетового випромінювання і можливу небезпеку від впливу сонця.

За індексом ультрафіолету (UV Index) можна стежити у додатку «Погода» на смартфоні або відповідних сайтах.

**ЗНАЧЕННЯ УФ-ІНДЕКСУ**

**0–2** — захист не потрібен. Перебувати на вулиці безпечно.

**3–7** — захист потрібен. У полуденні години (з 12:00 до 14:00) залишайтеся в затінку. Носіть одяг із довгими рукавами і капелюх. Використовуйте сонцезахисний крем.

**8–11+** — потрібен посилений захист. У полуденні години (з 12:00 до 14:00) залишайтеся у приміщенні. На

вулиці перебувайте у затінку. Обов'язково носіть одяг із довгими рукавами, капелюх, користуйтеся сонцезахисним кремом.



**ЯК ВИБРАТИ СОНЦЕЗАХИСНІ ОКУЛЯРИ**

Не забувайте і про захист очей. Окуляри із темними скельцями зменшують шкідливий вплив сонця на очі. Сумлінні виробники наносять на всю продукцію маркування, що вказує на ступінь поглинання шкідливого випромінювання або категорію затемнення. Категорія 4 (UV 400) означає, що лінзи пропускають найменшу кількість світла, а 0 — найбільше. Найоптимальніший варіант — категорія 3: підходить для яскравої сонячної погоди, прогулянок містом. Важливо захищатися від UVA та від UVB випромінювань, тому стежте за тим, щоб виробник вказував, що скло в окулярах блокує ці типи променів.

**За матеріалами Центру громадського здоров'я.**

● **ВАРТО ЗНАТИ**

## Мармелад: їжте на здоров'я!



**Ці корисні солодощі захищають печінку, щитоподібну залозу та знижують рівень холестерину**

**У**се через компоненти, з яких їх роблять. Мармелад виготовляють із фруктових соків, випаровуючи їх до густого, тягучого стану. Найчастіше для цього беруть фрукти та ягоди, багаті на пектин. Це яблука, абрикоси, айва, смородина. Так мармелад виготовляли спочатку, згодом його почали робити із соку цитрусових. Потім для цих ласощів стали використовувати такі речовини, як желатин, пектин, агар-агар.

Сьогодні склад мармеладу змінився — в сік чи фруктове пюре додають цукор або патоку, випарюють рідину, змішують із желатином чи агар-агаром, додають барвники та залишають до остигання. Корисні ласощі — з натуральних соків і барвників. На жаль, деякі виробники мармеладу використовують замість соку хімічні концентрати, ароматизатори та дешеві барвники.

**КОРИСТЬ МАРМЕЛАДУ**

Пектин, який найчастіше використовується для виготовлення мармеладу, міститься у багатьох фруктах і позитивно впливає на здоров'я. Він знижує рівень поганого холестерину, відновлює вуглеводний та ліпідний обмін, бореться із захворюванням шлунково-кишкового тракту, стимулює швидке загоєння шкіри, допомагає очистити організм від важких металів.

Агар-агар, який також використовують для желювання мармеладу, захищає печінку, виводячи з організму токсини та шлаки, покращує перистальтику шлунка. Оскільки агар-агар видобувається з водоростей і в ньому багато йоду, мармелад є корисним для людей із захворюваннями щитоподібної залози.

Корисний такий продукт і для суглобів, оскільки зміцнює хрящову тканину.

**ПРОТЕ Є «АЛЕ»**

В умовах промислового виробництва мармеладу до нього додають штучні барвники, ароматизатори, хімічні добавки, які можуть спровокувати алергічну реакцію і не лише.

Тому потрібно вибирати корисні, натуральні ласощі без штучних барвників та ароматизаторів і з низьким вмістом цукру.

Але і з «корисним» мармеладом потрібно бути обережними. Якщо продукт приготований на основі агар-агару, він може спровокувати надлишок йоду в організмі.

Через підвищений вміст цукру мармелад не рекомендується вживати діабетикам — для них його виготовляють спеціально без цукру.

**За матеріалами tsn.ua.**





● СІМ «Я»

### Коли з мамою можна й посміятися, й поплакати

— А хочеш секрет розкажу? — моє дошкільнятко аж світиться радісними хитринками, і я спеціально для нього округлюю очі, щоб побачити на його личку ще більше задоволення



Оксана КОВАЛЕНКО, мама

Дитячі секрети з погляду дорослого — це якісь дурнички. Та справжня суть не в них, а в тому, що дитина у такі моменти приходиться не лише з історійкою, а й підсвідомо «робить» зарубку про зворотню реакцію дорогої й авторитетної для неї людини (мами, тата, бабусі, інших). Ще в шість років у неї є сотні секретиків, про які мама мусить знати. У 10 — їх буде значно менше, а в 16 — майже не буде, бо з дорослішанням більш авторитетними стають однолітки, друзі. А батьки ж хочуть бути в курсі справ дитини до її повноліття і далі! Скажу, що ми таки можемо конкурувати за право «бути жилеткою», але за певних правил.

Головна умова для мене — пам'ятати, що я — адвокат, захисник своєї дитини при будь-яких обставинах. (Хто ще візьметься бути захисною стіною для моєї кровиночки, яка ще так багато має дізнатися про життя?) Дотримуватися тієї умови насправді складно навіть тому, що коли я була дитиною, то в суспільстві побувала інакша позиція: вихователь у садку, вчитель (будь-який дорослий) завжди правий. (Наче вони бездоганні люди!) І тепер почує й засвоєне в малому віці (хай і не раціональне), буває, впливає на те, як оцінюю якусь подію... Хтось із мудрих зауважив, що виховання дітей — це постійна праця над собою. Золоті слова! Це, зокрема, і праця над тим, щоб не дозволити собі оцінювати свого сина, доньку. (Казати, що мені не дуже подобається, як оце в тебе вийшло, — це одне. А от засуджувати: «Який ти нездар!» — зовсім інше.) Я дуже ціную, коли старші діти діляться зі мною своїм, а найдужче — якщо приходиться 14-літня донька. Це означає, що поки що мені вдається лавірувати між мамою-вимогливою і мамою-співчутливою. Певно, моє підлітченя розуміє, що батьки мусять бути занудами (мова про навчання, про побутові питання), бо так уже розподілені життєві ролі.

Маркером, який допомагає визначити правильність курсу, є власний і чийсь дитячий досвід. Знайома якось розповіла, що і в 5, і в 17 літ не могла довіритися батькам, бо вони своєю поведінкою навчили її чекати не підтримки, а осуду. Ще одна жінка в дописі на цю тему в соцмережі написала так: «Я ніби взяла у своїх батьків життя в ипотеку». Вона розуміє, що повторювала у вихованні дітей усі їхні помилки.

Отож своїм я завжди висловлюю й показую готовність слухати емоційне про приємні чи «важкі» події; уже знаю, що іноді все починається з простенького запитання на кшталт «як в тебе минув день, мам?». І спочатку налаштовую себе не поспішати з реакціями, щоб оте стереотипне не вискочило й не звело цю важливу розмову й усі потенційні наступні нанівець.

**Якщо маєте свої історії про і для дітей — діліться. Наші адреси: okovalenko74@gmail.com або ж tsikava.gazeta@gmail.com, а поштова: 43016, м. Луцьк, вул. Ковельська, 2, «Цікава газета на вихідні».**

● ПОЗИЦІЯ

## «Ворони-немосквички її розбудили...»

Фото із сайту uainfo.org

Відома російська рок-співачка Земфіра, яка 10 лютого 2023 року була визнана іноземним агентом і пісні якої заборонили, перебралась до Європи і стала громадянкою Франції

Лія ЛІС

Вона вже понад півтора року живе в Парижі, де разом з Ренатою Литвиною заснувала компанію у сфері виконавчого мистецтва. Проте артистка не поспішає обривати всі зв'язки з російською федерацією, оскільки нещодавно вона зареєструвала в москві нову компанію «Родина», яка займатиметься звукозаписом.

Зараз моя країна знищує Україну і саму себе. Дуже хочеться миру. Ні — війні!

До того ж на початку травня 2023-го Земфіра подала позов до мін'юсту рф із вимогою зняти з неї статус іноагента. Цей крок дає змогу артистам не звітувати кожні пів року про свої доходи. російський комік і чоловік Алли Пугачової Максим Галкін вчинив так само — хоче через суд зняти зі себе статус так званого «іноагента» (це у росії такий сучасний варіант «ворога народу»). Земфіра із самого початку повномасштабного вторгнення підтримує Україну. Даючи концерти, вона часто критикує російську владу. Під час шоу на Кіпрі Земфіра сказала: «Я не люблю і не вмію говорити зі сцени, але я щодня молюся, щоб війна припинилася. Щоб моя країна припинила цю війну... Я люблю мою країну, але ненавиджу державу». А на концерті в Лондоні 46-річна артистка заявила: «Я хочу висловити підтримку Україні. Прямо зараз іде війна. Абсолютно безглузда і жорстока. І зараз моя країна знищує Україну і саму себе. Дуже хочеться миру. Ні — війні!»



Свого часу співачка випустила пісню «Не стреляйте» з кадрами війни в Україні, акціями протесту у росії та затриманням мітингувальників.

● АРТБАРИКАДА

## Пономарьову приснився віщий сон про війну

Популярний артист розповів, що ще у 1995 році міг переїхати до росії та почати будувати кар'єру там, але обрав Україну і дуже пишається цим

Лія ЛІС

Під час інтерв'ю Дмитрові Гордону Олександр Пономарьов розповів, що ще у 2010 році йому наснився вражаюче реалістичний сон про війну в Україні. «Мені тоді приснилося, що на нас нападає росія. Настільки емоційно і реально, що я купив 1000 банок тушонки, розказав про це своїм друзям, а вони з мене сміялись. Казали: «Які росіяни, це наші брати». Мені снилося, що нас бомблять якимись бомбами з парашутами», — ошелешив співак.

Тоді на емоціях він написав композицію «Заспіваймо пісню за Україну», заспівав один раз і відклав її. А у 2014 році побачив безліч

відео в YouTube із нею. «Там революція, війна, просто люди стоять... Мене запитують: «Це та війна?». Я сказав, що ні...» — переповідає Олександр. І додає, що уві сні спочатку шукав, де сховатися, а потім усе стало добре і спокійно, Київ не розбомбили.

Співак також дуже гордий, що не поїхав працювати у росію, адже раніше серед українських артистів панувала думка, що справжню популярність можна здобути лише якщо станеш знаменитим у «рашці». «Чомусь існувала така теорія, що якщо ти не поїдеш до росії, а через росію не повернешся потім до України, тебе тут не визнають. Незрозуміло чому. Я, російськомовний чувак, прийняв для себе рішення, що буду україномовним співаком. Це промисел Божий. Бо інакше як пояснити, що я міг співати на більшій території, заробляти більше грошей? Так Боженці потрібно було», — поділився роздумами Олександр Пономарьов.



«Я, російськомовний чувак, прийняв для себе рішення, що буду україномовним співаком. Це промисел Божий».

## Усміхніться!



Жінка-водій під'їхала до авторемонтної майстерні і ніяково каже майстру:

— Я трохи вдарила автомобіль об дерево.

Механік оглянув машину, почував потилицю і запитав:

— А скільки разів?

— Розмова з тобою — як розминування боєприпасів часів Другої світової війни: ніхто

знає, в який момент рвоне і з якої причини.

— Отже, по-твоєму, я стара?!!

— Як називаються російські солдати після зустрічі з «Байрактаром»?

— Затуркани!

Напис у маршрутці: «Шановні пасажирі! Прохання не відволікати водія. Моліться мовчки!!!»

ри! Прохання не відволікати водія. Моліться мовчки!!!»

— Сьомо, ще раз пожартуєш за мою фігуру — отримаєш сковорідкою по лобі! Ти мене зрозумів?

— Так, Розо...

— Що ти зрозумів?

— Що твоя зайва вага мені реально загрожує!



## ● НЕХАЙ СМАКУЄ!



Фото із сайту shuba.fite.

Не прогайте цвітіння бузини, адже з її квіточок можна приготувати освіжаючий напій з ніжним смаком і легким медовим ароматом.

## «А в її гіллі живуть ангели, що охороняють домівку»

Так оповідає легенда про бузину чорну – чагарник, поширений у Європі, Північній Америці, Північній Африці та багатьох регіонах Азії. У дикому вигляді вона росте в підлісках широколистяних та змішаних лісів, також часто культивується у садах, але швидко дичавіє. З давніх-давен люди збирали плоди з дикорослої бузини чорної, її кісточку знайшли при розкопках стоянок неоліту. В античній Греції її вирощували спеціально. Гіппократ та Пліній використовували її для лікування застуди. За повір'ям, ця священна рослина дарує людині довголіття. А ще казали, що в гілках бузини живуть ангели, що охороняють домівку. Бузину застосовують і в офіційній, і в народній медицині. А ще з її цвіту, що саме на порі, готують різноманітні смаколики, рецепти яких пропонуємо вам у нинішній добірці

### БУЗИНОВИЙ СИРОП

Він має особливий аромат і діє наче чарівний еліксир. Квітковий концентрат можна використовувати для приготування кремових легких десертів чи напоїв

**Інгредієнти:** 25 суцвіть бузини, 1 кг цукру, 25 г лимонної кислоти, 3 лимони (або 2 лимони й апельсин), 1,2 л води, стручок ванілі.

**Приготування.** Суцвіття бузини акуратно обтрусити від мошки, за потреби можна дуже обережно промити, але не дуже трусити, бо треба, щоб у них залишався пилок. Цукор розчинити у воді, всипати лимонну кислоту і довести до кипіння. Суцвіття бузини та скибочки лимона або лимона й апельсина

викласти у скляну банку, залити гарячим сиропом, закрити капроною кришкою і дати постояти 3 дні за кімнатної температури, час від часу перемішуючи або струшуючи, аби все було покрито рідиною. Потім процідити, закип'ятити і розлити у простерилізовані пляшки. Герметично закритий сироп може зберігатися впродовж року.

### СОРБЕТ

Це знежирений освіжаючий кисло-солодкий десерт. Він не потребує великої кількості продуктів і часу на приготування. Бузина надає йому приємного медового присмаку і неймовірного аромату

**Інгредієнти:** 20 суцвіть бузини, 300 г цукру, 2 лимони, 550 мл води.

**Приготування.** Складіть у каструлю суцвіття бузини із цукром, залийте водою, вичавіть лимонний сік, вкиньте й вичавлені лимони. Доведіть до слабого кипіння, потім вимкніть вогонь і залиште настоюватися на 2–5 годин. Процідіть на сито, застелене марлею, викиньте суцвіття та лимони, а рідину перелійте в посуд із кришкою, придатний для морозильної камери, і заморозте впродовж 2–3 годин – до напівзамороженого стану. Потому перекладіть у кухонний комбайн або блендер і збийте, щоб роздробити грудки льоду. Помістіть сорбет назад у морозилку ще на 1–2 години. Повторіть таку процедуру двічі чи тричі: що більше ви перемішуєте сорбет, то м'якшим він буде. У замороженому вигляді такий десерт зберігається до трьох місяців. Перед подачею дістаньте з морозилки й потримайте деякий час за кімнатної температури. Можна подавати бузини сорбет і як аперитив, поклавши його в склянку й наливши джин.

### ЛИМОНАД

Напій легкий, дещо нагадує лимонну газовану воду, але цікавіший на смак і краще освіжає

**Інгредієнти:** 300 г бузини, 600 г цукру, 6 л води, 1 лимон.

**Приготування.** Зберіть суцвіття бузини якомога акуратніше, щоб не струсити нектар з квітів. Мити їх не треба – одразу розділіть навпіл та закладіть у дві 3-літрові банки. Наріжте лимон і теж рівномірно додайте в банки. Цукор розчиніть в невеликій кількості води, постійно помішуючи. Цей сироп розділіть на 2 частини і розлийте по банках. Залійте усе до верху водою. Перемішайте. Накрийте банку чистою тканиною чи марлею і закріпіть її гумкою. Поставте у холодильник чи в прохолодне місце на 3–4 дні. Не забувайте збовтувати напій двічі на день – вранці та ввечері. Скуштуйте на смак. Щойно напій буде схожий на газовану воду – лимонад готовий. Тоді розлийте його по пляшках і насолоджуйтеся. Зберігайте в холодильнику до тижня.

### ДОМАШНЄ ШАМПАНСЬКЕ

Це натуральний газований напій із символічним вмістом алкоголю і ніжно-солодким квітковим смаком. Можна використовувати і сушені квіти бузини в міжсезоння, хоча ігристе вино матиме трохи інший смак. Авжеж, технічно цей напій із квіток бузини не є шампанським. Але він смачний, освіжаючий і з бульбашками, як справжнє ігристе вино. Для природного бродіння йому потрібно понад 2 тижні. Підсолодженій медом або цукром, кінцевий напій повинен бути шипучим і ледь солодким

**Інгредієнти:** 170 г цвіту бузини, 450 г меду, 4 скл. окропу, 12 скл. холодної води, 2 ст. л. яблучного оцту, сік і цедро з 2 лимонів, 3 г сухих дріжджів.

**Приготування.** Не мийте квіти бузини: саме бактерії на їхній поверхні викликають бродіння. Просто струсіть комах, відріжте й викиньте товсті стебла. Вкиньте мед або цукор у велику миску й залийте 4 склянки окропу, перемішайте до повного розчинення. Додайте 12 склянок холодної води, сік і цедро лимона та квітки бузини. Накрийте чистим рушником і залиште за кімнатної температури на 48 годин, помішуючи принаймні двічі на день. До кінця другого дня з'явиться ознака бродіння: верхня частина рідини виглядатиме пінистою, особливо якщо її помішувати. Якщо через 48 годин рідина не почне бродити, додайте маленьку дрібку хлібопекарських дріжджів і зачекайте ще 48 годин, періодично помішуючи, перш ніж перейти до наступного кроку. Процідіть сусло від квітів і цедри через дрібне сито, застелене марлею. За допомогою лійки розлийте напій у чисті пластикові пляшки і закрутіть кришкою. Наповнюйте пляшки лише на 2/3, інакше їх може розірвати. Залиште за кімнатної температури на тиждень, повільно відкручуючи кришки принаймні раз на день, щоб випустити вуглекислий газ. Через 7–8 днів перемістіть їх у холодильник, але час від часу відкривайте пляшки ще тиждень, випускаючи газ. Готовий напій подавайте охолодженим або з льодом.

## ● ЕНЦИКЛОПЕДІЯ СПЕЦІЙ А у вашому раціоні є селера?

Якщо ви прихильник здорового харчування, то відповідь на це запитання, швидше за все, позитивна. Якщо ж ні – саме час виправляти ситуацію

Селера корисна для здоров'я і широко застосовується в кулінарії. Вона містить дуже мало калорій, тому просто незамінна для тих, хто дотримується дієти.

У складі селери – вітаміни групи В, вітаміни Е й К, провітамін А, калій, фосфор, кальцій, магній, залізо, цинк та інші. Її властива антисептична, протиалергенна, тонізуюча дія. Цей овоч корисний для серця і судин, для нервової і травної систем, зміцнення імунітету.

Батьківщина селери – Середземномор'я, та вирощують її в Європі, Азії, Африці. Рослина має сильний аромат та пряний солодкувато-гіркуватий смак. У кулінарії використовують зелень, стебла, насіння та коренеплід.

Корінь підходить для бульйонів, супів, листкової селери додають до салатів, а насіння – до відварних овочів, м'яса, гуляшу, соусів, паштетів. Селера добре доповнює різні гарніри, страви з риби та несолодку випічку.

## ● ГОСПОДИНЯМ НА ЗАМІТКУ Щоб куряче філе для салату вийшло соковитим та ніжним

Це поширений компонент у багатьох закусках і салатах. От тільки іноді готове м'ясо стає жорстким і наче гумовим. Якщо покласти таку курятину в салат, то для заправки знадобиться велика кількість майонезу, що не всі схвалюють

Аби куряче філе було соковитим і м'яким, слід використовувати тільки охолоджене м'ясо. Якщо ж воно було заморожене, то готовий продукт виявиться сухим. Отже, охолоджене філе залишаємо на столі на 30 хвилин. Воно має зігрітися до кімнатної температури. Кип'ятимо в каструлі воду. Щойно закипить, занурюємо в неї м'ясо, додаємо сіль, духмяний перець і головку ріпчастого цибулі. Варимо курятину 25–30 хвилин. Після цього вимикаємо вогонь, накриваємо каструлю кришкою і даємо м'ясу настоятися в бульйоні не менше 20 хвилин. Ідеально – залишити філе в рідині до повного охолодження: бульйон просочить м'ясні волокна, і курятину вийде соковитою і м'якою.

Далі остигле філе можна використовувати за призначенням. Але робити це потрібно того ж дня. У разі тривалого зберігання без бульйону курятину знову стане сухою і жорсткою.



● **СЕ ЛЯ ВІ**

# Народна депутатка України народила дитину від Саакашвілі

1 червня, у День захисту дітей, 32-річна нардепка Єлизавета Ясько зізналась, що стала мамою. Батьком її дитини є колишній президент Грузії, 55-літній Міхеїл Саакашвілі, який зараз у важкому фізичному стані перебуває за ґратами в рідній країні



Фотокколаж із сайту glaved.info.

«Моя дитина – це моя любов». Але про стаття малюка Єлизавета Ясько нічого не розповіла.

Лія ЛІС

Ліза на своїй сторінці у Facebook оприлюднила розлогий допис, присвячений материнству. Жінка назвала дитину «українським корінням та українським продовженням її батька». Про стаття малюка Ясько нічого не розповіла. Та-

країні. Більшість із нас не спали останні кілька діб. Ми не думаємо про літо. Ми думаємо про захист наших дітей. Дітей, які, на жаль, не можуть мати безпеку в своїй хаті через повномасштабну агресію рф.

дитина – це моя любов. Для батька наша дитина – це його українське коріння та українське продовження, про яке він мріяв і так хотів мати, пишаючись своїм паспортом громадянина України», – написала Ясько і додала, що «завжди вірила, що ми – те покоління, яке змінить назавжди країну і звільнить від будь-яких спроб змусити нас жити в несвободі».

Нагадаємо, що про роман Саакашвілі з Ясько стало відомо у листопаді 2020-го. Згодом дружина Міхеїла Сандра Рулофс заявила, що зрада чоловіка була неочікуваною.

Ніколи собі не могла уявити, що поряд на свободі та в здоров'ї не буде батька дитини в дуже важливі моменти, в які ми планували бути разом. Моя

## Ми не думаємо про літо. Ми думаємо про захист наших дітей.

емницею залишилося і це, коли саме відбулися пологи. «Ніколи не могла уявити, що моя дитина народиться в цих страшних реаліях війни у нашій

● **НУ І НУ!**

# Жінка перестала соромитися своєї бороди і більше не голиться

Пані, народивши свого біологічного сина, кинула виклик медикам, які сказали, що вона ніколи не завагітніє



Фото – instagram.com/beardedlady.

Женневе'єв Ваанкур із сином.

Лія ЛІС

Женневе'єв Ваанкур із Канади зрозуміла, що щось не так, десь у 18 років, бо до того часу в неї так і не з'явився менструальний цикл. А волосься почало рости на обличчі ще у 14. Ця хвороба називається синдром полікістозних яєчників (СПКЯ). Зараз жінці 39.

«Після 18 літ у мене було, можливо, один чи два менструальні цикли на рік, а в деякі роки взагалі не було жодного. Я завжди була дитиною з густішим волоссям на тілі, ніж в інших, і вже в підлітковому віці на моєму обличчі почали з'являтися темні бакенбарди та вуса», – розповідає жінка.

Спочатку вона боролася зі своїми дивними симптомами, а потім плюнула і змогла прийняти себе такою, як є. Звичайно, час

від часу вона зазнає наслідок, але навчилася просто не звертати на це уваги. Зрештою Женневе'єв навіть зустріла свою другу половинку – Марті Робітайла, з яким познайомилася на побаченні наосліп у 2007-му. Через три роки вони одружилися і нині живуть як друзі та разом виховують своїх дітей.

Іх у них двоє: 18-літня Емма, для якої Женневе'єв прийомна мама, та 4-річний Дункан, якого вона, попри все, виносила сама. «Коли мені вперше поставили діагноз, лікар сказав, що я, мабуть, не зможу зачати дитину. Це розбило мені серце і переслідувало про-

тягом більшої частини мого дорослого життя, тому що я завжди хотіла бути мамою. Кожна пропущена менструація, невдала спроба чи викидень багато років посилювали страх не стати матір'ю. Я хотіла б, щоб лікарі перестали говорити такі речі пацієнтам із СПКЯ, бо це більше неправда і позбавляє нас надії. Мені було важко дочекатися здорової вагітності, але врешті-решт у мене народився син!» – поділилася вона.

Своїм прикладом Женневе'єв хоче надихнути жінок зі СПКЯ. Зараз вона працює тренером для тих, хто має схожі проблеми. І вже два роки, як не голиться.

● **УВАГА, КОНКУРС!**

# Щоб висловити своє захоплення, слухачі почали підкидати вгору головні убори

Адже композитор, який представив на їхній суд свій новий шедевральний твір, уже був абсолютно глухим



Фотокколаж із сайту youtube.com.

Грицько ГАРБУЗ

Але перед тим, як озвучити прізвисьце генія, за правилами нашої вікторини, маємо повторити запитання, на яке він нас і надихнув.

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 16 (2023)

Ой яка багата українська мова!.. Є у ній і шляпа, шапка й шапурина, капелюх, капелюшок, а чи капелюшик, бриль, циліндр, кучма, хустина, платина... Назвіть ім'я всесвітньо відомого «модельєра», який у ці дні майже 200 років тому дав усім ім «крила».

Чиє фото знаходиться у гранатобузі?

А зараз ті, хто не знав або не здогадався – читайте, запам'ятайте і переказуйте своїм внукам-правнукам: знаменитий ні-

Після втрати слуху з друзями Людвіг ван Бетховен спілкувався за допомогою «розмовних зошитів», куди ті записували для нього свої репліки, на які композитор відповідав або усно, або також письмово.

мецький композитор і піаніст, один із найгеніальніших представників «віденської класичної школи» Людвіг ван Бетховен (1770–1827) створив свою останню симфонію – «Симфонію №9» (ре мінор, 1824

рік), коли вже був абсолютно глухим. Твір, який звучить понад 70 хвилин, став революційним у музиці, адже Бетховен уперше задіяв у симфонії солістів та хор – це була нова тенденція, яку пізніше продовжили композитори-романтики. Під час прем'єри вражена публіка підкидала капелюхи та

стини світу), а нам час оголошувати нове завдання.

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 18 (2023)

Сьогодні ми заховаємо символ найзнаменитішої угоди в історії. Асоціативний ряд із цим «договором»: Ісаак Ньютон, Андрій

## Овація тривала так довго, що поліцейські чиновники зажадали її припинення, адже подібні вітання допускалися лише для імператора...

інші головні убори в повітря, махала хустками, аби глухий композитор побачив їхній захват. Сам композитор стояв спиною до залу і оплесків та вигуків «Браво!» не чув... Тоді одна зі співачок взяла його за руку і повернула обличчям до публіки. Овація тривала так довго, що поліцейські чиновники зажадали її припинення, адже подібні вітання допускалися лише для імператора...

Хто з учасників нашого конкурсу надіслав правильну відповідь – «Людвіг ван Бетховен», а також яке становище лідерів у вікторині «Гранатобуз із секретом» після 16 турів – читайте на сайті volyn.com.ua і фейсбук-сторінці Грицька Гарбуза (за цим QR-кодом ви можете зайти на неї з будь-якої ча-

Шевченко, прощення гріхів, хоч останнім часом – і гріх, дорога, міст, антистихія, щастя, «клоун», назва особливого закладу в анекдотах, четверте просте число, елемент кінської збруї, а в одному із найзнаменитіших українських ліричних творів – із безкоштовним кредитом...

Що зображено на фото, яке ми заховаємо?

Відповідь треба надіслати до 15 червня (включно) тільки у вигляді повідомлення на телеграм-номер Грицька Гарбуза: 093 381 32 45, обов'язково вказати після слова-відповіді у дужках ще й своє ім'я, прізвисько і регіон, який представляєте (наприклад: «Байрактар» (Валерій Залужний, Житомирщина)).

А історії, як шукали відповідь (що вразило, які були труднощі, хто допоміг розгадати), надсилайте на електронну адресу gryczgarbuz@gmail.com.

