



«За що ви її вбили, росіяни? За що ви вбили її ненароджену дитину?»

# Вибуховою хвилею вагітній розірвало живіт з дитиною і відірвало руку...

32-річна Тетяна Гришко з окупованої Голої Пристані на Херсонщині намагалася врятувати своїх бабусю та дідуся, але потрапила під обстріл російського дрона й загинула разом із ненародженою донькою

Подробиці, що розривають душу, – на с. 7

● НАРОД І АРМІЯ – ЄДИНІ!

## «Спочатку воїни вишикувалися в чергу, бо думали, що це потрібно буде... купувати»

Олександр Фісаюк (ліворуч) понад 30 разів зі своїм волонтерським бусом побував на «нулі»

Фото з архіву Олександра ФІСАЮКА.



«Хлопці так чекають гостей із дому...»

Історія Небайдужого Серця – на с. 5

Найважчий чоловік на планеті схуд на 330 кіло



Читайте на с. 8

Все буде Україна!

# Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

21 червня 2023 року №25(288) Ціна 7 грн



● УСЕ ДЛЯ ФРОНТУ, УСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!

Фото з архіву Валентини КОВАЛЬЧУК.



Маневицькі волонтери вирушають на Схід України.

## «Втомилася. Але коли подумаю, як там зараз на передовій нашим хлопцям, – втома одразу минає»

Ці слова довелося почути від Валентини Ковальчук (на фото), яка очолює волонтерський центр у селищі Маневичі, що на Волині. Маршрути волонтерів на другому році війни не змінилися. Вони, як і раніше, ведуть на Схід, Південь України.

А ось мереживо рожевих ниток на карті, що висить у кабінеті очільниці центру Валентини Ковальчук (ними позначено, куди доставлено вантаж), стало густішим, ніж було торік. Ось і нещодавно на Схід водночас було відправлено сім автомобілів

Розповідь про тих, хто кує Перемогу і в тилу, – на с. 6

● УНІКАЛЬНИЙ ВИПАДОК

## Близнюки з'явилися на світ... 30-річними

З ембріонів, які пролежали у глибокій заморозці кілька десятиліть, народилися двоє діток (на фото). Це найдовший в історії термін, протягом якого зародки чекали шансу на життя



Фото із сайту joe.co.uk.

І не скажеш, що вони «з пробірки».

Медичні теми і поради – на с. 9

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

### Чи буде у Харкові вулиця Бандери?

Міський голова другого за розміром українського міста Ігор Терехов зізнається, що не вірив у повномасштабне вторгнення росії

Василь КІТ

Однак, за його словами, велика війна суттєво змінила настрої містян. Як приклад наводить себе. Каже, тепер намагається розмовляти українською і підтримує декомунізацію.

На грудень минулого року в Харкові потрібно було змінити 400 топонімів. Частина вже перейменували, частину назв виноситимуть на наступну сесію. За словами Терехова, зміни мають відбуватися поступово. А на запитання, чи буде у Харкові вулиця Бандери, в інтерв'ю «Радіо Свобода» міський голова відповів: «Я поки що не уявляю цього. Війна дуже багато змінила ментально в харків'ян. Але ми поки що не розглядаємо такої можливості». Терехов наголошує, що війна йде в тому числі за демократію, за демократичне суспільство, тому коли суспільство приймає перейменування, декомунізацію й цивілізоване знесення пам'яників, то він «буде стояти на боці суспільства, людей, харків'ян».

### Зниклу 9-річну дівчинку знайшли зґвалтованою і вбитою

За підозрою у жорсткому злочині затримали її 34-літнього дядька

Леонід ОЛІЙНИК

Мешканку селища Кути на Івано-Франківщині Вероніку Богданюк, яку 18 червня поліція оголошувала в розшук, увечері того ж дня знайшли зґвалтованою і задушеною в хащах на території селища. Дівчинка близько 15-ї години вийшла з дому та зникла. Її батько повідомив, що донька пішла до сестри, але так і не з'явилася там, а її мобільний телефон був поза зоною досяжності.

Того ж дня увечері близько 21:30 тіло дитини з ознаками насильницької смерті знайшли у хащах на території селища. Неподалік виявили й одяг дівчинки. За підозрою у зґвалтуванні та вбивстві Вероніки поліцейські затримали її 34-річного дядька. «Як з'ясували слідчі, фігурант того дня приїхав у гості до свого двоюрідного брата – батька дівчинки. Невдовзі дитина пішла до сестри, а чоловік рушив за нею. Фігурант запропонував скоротити дорогу і так заманив її у хащі. Там він зґвалтував і задушив дівчинку», – розповіли в поліції.

Поліцейські вилучили записи з камер відеоспостереження та оперативно встановили винуватця тяжкого злочину. За кілька годин підозрюваного, раніше судимого за злочини проти ставової недоторканності та проти власності, затримали в селищі Кути. Йому загрожує до 15 років позбавлення волі або довічне ув'язнення.

● ПЕКЛО НА ЗЕМЛІ

## Якщо ви вирішили зателефонувати родичам за кордоном – вас просто розстріляють...



Фото із сайту insider.com.

І все одно мільйони людей вірять, що їхня Північна Корея – найкраща у світі країна

Барбара ДЕМІК, уривок із книги «Повсякденне життя в Північній Кореї»

Що заборонено в Кореї? Народна-Демократична Республіка:

1. Якщо вас посадили на 30 років у в'язницю і ви померли, відсидівши 25 років, – один із ваших родичів буде досиджувати 5 років.
2. Заборонені порнофільми, покарання – страта.
3. Заборонено інтернет, але якщо ви маєте зв'язки в уряді і у вас є ОСОБЛИВИЙ дозвіл – тоді можна, але ВСЕРЕДИНІ КРАЇНИ.
4. Ви НЕ МАЄТЕ ПРАВА вибрати собі професію – швидше всього ви працюватимете тим, ким працюють ваші батьки.
5. Заборонені подорожі за кордон, але ви можете їздити всередині своєї країни за дозволом.
6. Заборонені будь-які мітинги – смертна кара, але у дея-



Кім Чен Ін: «І хай тільки хтось нам не поаплодує!». Уявіть, що диктатору лише 39 років!

9. У столиці Пхеньяні живуть виключно ОБРАНИ та багаті. В'їзд до Пхеньяна звичайним громадянам заборонено.
10. Релігія та все, що з нею пов'язано, заборонені. За зберігання Біблії можна отримати смертну кару.
11. Жодного Різдва чи святкування Нового року – це заборонено.

12. Існують тільки й виключно 18 жіночих та 15 чоловічих стрижок. Зробити недозволену стрижку не можна, як і фарбувати, завивати волосся. Довжина волосся не довша за плече (тільки жінкам).
13. Сині джинси заборонені, можна носити лише чорні. Шорти та мініспідниці – під заборону. Тут є поліція моди, яка за цим суворо стежить.
14. Якщо у вас є родичі за кордоном і ви вирішили їм зателефонувати – вас розстріляють.
15. Заборонені будь-які татування та пірсинг.
16. Не можна використовувати презервативи.
17. Заборонено слухати закордонну музику – якщо потрапляє, «світить» в'язниця. Слухати можна лише вітчизняну музику з патріотичними текстами.
18. З 2007 року – повна заборона на куріння.
19. Якщо ви наважитесь втекти з країни – ВСЮ вашу родину РОЗСТРІЛЯЮТЬ.
20. Заборонені тампони та прокладки. Жінкам дозволено лише вату та обрізки тканини.

● РЕЗОНАНС

## Божевільний путін назвав Зеленського «ганьбою єврейського народу»

«У мене з дитинства багато друзів-євреїв. Вони кажуть: «Зеленський – не єврей, це ганьба єврейського народу», – заявив російський диктатор

Фотоколлаж із сайту informator.ua.



Головний рабин України Моше Реуєн Асман: «Я пишаюся Президентом Зеленським, що він не втік і робить усе для Перемоги українського народу».

Василь КІТ

На ці слова правителя росії відреагувала Єврейська конфедерація України. «Володимир Зеленський – лідер, який показав приклад мужності своєму наро-

дові та всьому світу. Володимир Зеленський – герой не лише єврейського народу, а й усієї політичної української нації, до якої належать, звісно, і євреї. Ми пишаємось непохитною стійкістю нашого Президента, який захищає демократичні цінності, свободи та миролюбні права України та наших громадян», – наголошується у заяві.

Крім того, у документі підкреслюється, що в сучасній Україні, тим більше на державному рівні, немає ніякого «неонацизму», про який так любить брехати путін. Конфедерація нагадала, що рівень побутового антисемітизму в Україні – один із найнижчих у Європі, а після 24 лютого 2022 року прояви цього явища практично відсутні.

● ПРЯМА МОВА

Олексій РЕЗНИКОВ, міністр оборони, про те, скільки треба часу українським пілотам вчитися літати на американських F-16:

«Усі публічно обговорюють, скільки часу потрібно українським пілотам, щоб опанувати F-16. Звучить уже всім відомий період: після тестування наших двох пілотів у Сполучених Штатах вважається, що до шести місяців буде достатньо. Я оптимістично дивлюся на те, що наші досвідчені пілоти з їхнім бажанням та прагненням, напевно, полетять швидше. Я маю на увазі не просто полетять, а вільно: з маневром, уночі, в парі. Я думаю, за чотири місяці – це реалістично».



● ТІЛЬКИ ФАКТ

У Херсоні 16 червня двоє чоловіків напали на відомого волонтера та жорстко побили його. Ім'я потерпілого – Карен, він, окрім евакуації херсонців, також привозив у місто гуманітарну допомогу, проводив збори на військові потреби, веде свій телеграм-канал. А нападники – члени так званої «мафії чорних перевізників», які наживаються на біді людей, вимагаючи великих грошей за евакуацію з міста, тоді як волонтери роблять це безкоштовно.

● РЕЗОНАНС

# Залужний не дав підірвати мости в Києві

«Це буде зрада тих, хто залишився на лівому березі Дніпра – і військових, і цивільних», – заявив він

Василина СМЕТАНА

На початку повномасштабного вторгнення росії Головнокомандувач Збройних сил України Валерій Залужний відмовився підірвати мости через Дніпро у столиці, стверджує BBC.

26 лютого 2022 року, на третій день великої війни, вже було очевидно, що план росіян «захопити Київ за три дні» провалився, проте шальки терезів на фронтах ще хитаються у той і інший бік.

Окупанти не змогли висадити десант з військовою технікою у Гостомелі, проте взяли в оперативне оточення Чернігів,



Фотоколлаж із сайту ichef.bbc.co.uk.

Після початку великої війни Залужний перебуває на службі практично нон-стоп. Його колеги стверджують, що він починає працювати вдосвіта і до глибокої ночі.

стрімко просувалися Сумщиною і з дня на день могли вийти на лівобережжя передмістя Києва.

Публічно влада закликала українців не панікувати, однак між собою члени уряду почали активно обговорювати ідею підірвати усі київські мости. Це

дало б можливість затримати ворожу армію перед природною перешкодою – річкою Дніпро, і не допустити рашистів до урядового кварталу.

Саме тоді один із високопоставлених урядовців набрав тодішнього голову СБУ Івана Баканова. Вимагав, аби той на-

казав своїм спецпризначенням підірвати мости і відрізати лівий берег Дніпра від правого.

Підірвав мостів затримав би ворожу армію перед природною перешкодою – річкою Дніпро, і не допустив би рашистів до урядового кварталу.

Ситуація була складною. Баканов подзвонив до Головнокомандувача ЗСУ Валерія Залужного. Той його вислухав і без вагань відповів: «Підірвати мости? В жодному разі! Це буде зрада тих, хто залишився на лівому березі Дніпра – і військових, і цивільних».

Час показав, що рішення, яке генерал ухвалив на третю добу без сну в задимленому від сотень викурених цигарок бункері, з розкладеними на столах картами оперативної обстановки, виявилось правильним.

● І СМІХ І ГРІХ

# Не давали знести пам'ятник колгоспниці, бо... дуже схожий на Тимошенко



Фото із сайту zaxid.net.

«Ви їй лице розбили, вона ж на Юлю схожа!» – бідкалися селяни на... Львівщині

Орися ШИЯН

Цими днями під час демонтажу радянського монумента у селі В'язова Жовківської громади тутешні мешканці перешкоджали ініціативній групі, обзивали їх і відстоювали його збереження. На думку місцевих, він зовсім не радянський, а навпаки, нагадує сучасну політикинню Юлію Тимошенко. Для врегулювання конфліктної ситуації викликали поліцію. В результаті цього дня у В'язовій таки демонтували колгоспницю, а також дві скульптури піонерів біля школи.

Секретар робочої групи



«Ми її перейменували на Лесю Українку...»

при Львівській обласній державній адміністрації з питань декомунізації Анна Герич розповіла виданню zaxid.net про перебіг подій: «Керівництво громади прийняло рішення про демонтаж радянських пам'ятників. Але напередодні

місцеві відрядили священника в міськраду, щоб домовився про те, аби скульптуру колгоспниці лишили. Вони мають якесь застереження щодо демонтажу, вони її люблять, підфарбували очі, називають її Юлею».

Коли обласна група з декомунізації прибула у В'язову, під'їхав маніпулятор, з села вийшли кілька нетверезих агресивних чоловіків, які почали перешкоджати роботі, обзивати учасників процесу. Місцеві наполягали, що пам'ятник не має радянської символіки. «Тут нема нічого незаконного проти української національності. Файно відреставрували своїми силами два роки тому. Ми її перейменували на Лесю Українку», – на оприлюдненому відео чути, як чоловіки висуюють нову версію існування скульптури.

Зрештою радянський монумент таки демонтували, хоч і довелося викликати поліцейських для врегулювання конфлікту. Коли пам'ятник упав, скульптура розбилася, а один із місцевих мало не розплакався: «Ви їй лице розбили, вона ж на Юлю схожа!».

До речі, від початку 2023 року на Львівщині демонтували 62 радянські об'єкти. Залишилося ще близько 180 пам'ятників. Повністю позбутись спадщини тоталітарного минулого у Львівській області планують до кінця року.

● Я ТАК ДУМАЮ!

# Перша заповідь українця, яку має знати кожен



Воюєш, волонтериш, донатитиш – однозначно свій, незалежно від статі, мови, релігії та політичних уподобань

Геннадій ДРУЗЕНКО, правник, публіцист, перекладач, громадський активіст, співзасновник та керівник Першого добровольчого мобільного шпиталю ім. Миколи Пирогова

Сьогодні Україну фактично не можна зруйнувати ззовні. Її можна зруйнувати тільки зсередини. Бо зовнішня загроза нас гуртує. Але щойно зовнішній тиск слабшає, з нас одразу починає фонтанувати наша одвічна отаманщина: самовпевненість, нетерпимість та невміння відрізнити ворогів від опонентів.

Аби уникнути братовбивчих срачів у віртуальному просторі, які згодом можуть виплеснутися у реальне насильство на вулицях, **пропонує просте й універсальне правило:**

Добре все, що наближає нашу Перемогу. Шкідливе все, що її віддаляє.

Воюєш, волонтериш, донатитиш – однозначно свій, незалежно від статі, мови, релігії та політичних уподобань.

Розганяєш хайп у ФБ, досі ділиш українців на «зеленобобиків» і «порохоботів», заробляєш на корупції, рекетуєш бізнес тощо – ворог або щонайменше корисний ідіот.

Звичайно, ми можемо (і будемо) до хрипоті сперечатись, що стане нашою Перемогою. Втім, для мене відповідь очевидна: перемогти – це вистояти (done) та стати справжнім хазяїном власної долі. Аби долю України вирішував не путін, не Байден, не Сі, не Сунак чи фон дер Ляен і навіть не Зеленський, а український народ.

Просто повернути території – набагато легше...

# ● НА ЛІНІЇ ВОГНЮ Фейсбук попередив мене за «мову ворожнечі»



Гм, а якою мовою треба говорити з ворогом, який плюндрує і вбиває мою країну?

Юрій ЛУЦЕНКО, політик і державний діяч, колишній Генеральний прокурор України, ексміністр внутрішніх справ, воїн ЗСУ

Зціплюю зуби і повторюю: війська путіна підірвали Каховську дамбу.

Безсилі у війні, вони нарощують масштаб терористичних атак.

Орда драпає, руйнуючи все навколо. На територіях, які рф ще торік оголосила своїми.

Зазіхання путіна на українські землі Запоріжжя і Херсонщини накрилися мокрим рядном.

За останні дні, коли українська армія прорвала фронт відразу у декількох напрямках, загарбники усвідомили нікчемність усіх їхніх ліній оборони перед наступом ЗСУ й активністю українського руху опору.

Підірвав Каховської дамби – це фактична капітуляція рашистських окупантів на Південному фронті.

**Станом на 19 червня Сили оборони України звільнили вісім населених пунктів за останні два тижні.** На таврійському напрямку ЗСУ просунулися в глибину противника до 7 км. Загальна звільнена площа сягає 113 км<sup>2</sup>.

**Сейм Республіки Польща ухвалив резолюцію на підтримку вступу України до Північноатлантичного альянсу. Як зазначається, українська армія стає дедалі більш сумісною із силами НАТО та сильнішою.** «Польща повністю підтримує європейські та євроатлантичні прагнення України», – йдеться у резолюції.

**Уряд Данії готовий передати Україні винищувачі F-16,** однак за умови схвалення цього кроку США, які виготовляють ці літаки.

**Україна перехоплює ініціативу на полі бою, але для нарощення потрібне далекобійне високоточне озброєння дальністю до 200 км.** Про це заявив заступник міністра оборони Володимир Гаврилов.

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

### З війни в росію повернулись десятки тисяч зеків

Тепер «герої» покажуть свій норів у цивільному житті

Василина СМЕТАНА

Ватажок так званої приватної військової компанії «вагнер» еugenій пригожин заявив, що після участі у війні проти України на територію росії повернулося 32 тисячі колишніх в'язнів. Незважаючи на запевнення пригожина про «мінімальну кількість» нових злочинів, які вчинили його зекі, росіяни впевнені: скоро багато хто відчує на собі героїзацію цих убивць.

Багато зеків війну в Україні сприйняли як «унікальний шанс» опинитися на волі, оскільки після пів року «служби» їм пообіцяли помилування. І якщо на початку вербувальної кампанії у «вагнері» стверджували, що на війну відправлять лише засуджених за нетяжкі злочини, згодом усе виявилось з точністю до навпаки. Так у лавах «визволителів» з'явилися вбивці та гвалтівники, причому деякі з дуже довгим кримінальним шлейфом.

Ці злочинці мали щонайменше по 15–20 років провести за ґратами, але, відправивши їх воювати, російська влада вбила одним махом двох зайців: скоротилася кількість ув'язнених у колоніях, а також частково вирішилось питання з мобілізацією. Проте є й зворотна сторона такого рішення, і найближчим часом вона виллється у різке зростання рівня злочинності.

### У Києві після вживання психотропів померли дві 15-річні дівчинки

У Солом'янському районі столиці в житловому будинку на сходовому майданчику виявили тіла двох школярок

Марта САЛО

За попередньою інформацією, вони приходили до однієї з квартир з метою вживання психотропних речовин.

Як повідомили в пресслужбі київської поліції, власника житла вже затримали правоохоронці. «Провівши ряд слідчих дій, поліцейські з'ясували, що 16 червня двоє дівчат попросили у знайомого ключі до його квартири на вулиці Уманській, де у подальшому вживали психотропні речовини – солі PVP. Після цього 15-річні подруги залишилися в оселі до ранку та в подальшому були виявлені мертвими», – розповіли правоохоронці.

Зловмиснику повідомили про підозру.

● ТІЛЬКИ ФАКТИ

Вищий антикорупційний суд України засудив колишнього суддю Миколу Чауса (на фото) до 10 років ув'язнення з конфіскацією майна. Причиною звинувачення стало отримання хабаря на суму 150 тисяч доларів у 2016 році. Гроші суддя нібито закопав на городі в банках.



● АКТУАЛЬНО



Фото із сайту eurosolidarity.org.

«Я пишаюся бути тут разом із відважною 46-ю Бригадою вела героїчні бої в різних напрямках. Я пам'ятаю Соледар, коли 46-та до останнього тримала позиції. Я пам'ятаю і Бахмут».

## «Припинити срачі: у нас є один ворог – це путін»

**Петро Порошенко, який повіз техніку на східний фронт, разом із бійцями 46-ї бригади ДШВ звернувся до українців із закликом припинити внутрішні конфлікти і зосередитись на допомозі Збройним силам**

Ольга СОКОЛОВА

«Не менш важливою, ніж міць Збройних сил України, є допомога наших партнерів та союзників, є наша внутрішня єдність. У нас є один ворог – це путін, – наголосив Порошенко. – Я розумію, що нерви. Але треба припинити срачі, вибачте на слові. Треба тримати єдність аж до нашої повної Перемоги. І це послання, яке я хочу передати від наших військових з фронту: єдність, підтримка

Збройних сил і Перемога понад усе».

не-пральних комплексів. Буває таке, що військові місяць мо-

“**Треба тримати єдність аж до нашої повної Перемоги.**

Порошенко, до речі, привіз бригаді техніку, зокрема 5 лазне-пральних комплексів та гранатометні боеприпаси. «46-та нарешті отримує повний бригадний комплект лаз-

жуть залишатися без можливості прийняти душ. А тут на кожен батальйон буде комплекс і за день декілька рот зможе попрайти форму і прийняти душ», – сказав він.

● ПОЛІТИКА

## Божевільний диктатор скиглить, що Порошенко з партнерами «водили його за носа»

**Канцлерка Німеччини у 2005–2021 роках Ангела Меркель неодноразово заявляла, що Мінські угоди дали Україні час підготуватись до війни**

Василь КІТ

Президент росії володимир путін поскаржився під час економічного форуму у Санкт-Петербурзі, що його обманули за допомогою Мінських домовленостей. «Ми ж знаємо, з чого все почалося. Це ж не ми водили за носа наших партнерів. А вони, як з'ясувалось, підписуючи Мінські угоди, не збирались нічого робити. І публічно зовсім недавно про



Фото із сайту durdom.in.ua.

**Ми почали війну шоб не було війни**

Оце так маячня: «Ми почали війну, шоб не було війни».

це сказали», – поплакався путін.

Нагадаємо, що слідом за Меркель експрезидент Франції Франсуа Олланд в інтерв'ю виданню The Kyiv Independent теж заявив, що Мінські домовленості дали Україні необхідний час для зміцнення ЗСУ, і це зламало плани путіна на перемогу у 2022 році. Він також зазначив, що «Мінськ» не дав змоги путіну розширити тимчасово окуповані території на Донбасі у 2014-му.

Крім того, один з авторитетних експертів, голова Мюнхенської конференції з безпеки Крістофер Хойсен в одному з інтерв'ю підтвердив тезу Меркель про те, що Мінські угоди дали Україні необхідний час для зміцнення армії.

**Люксембург визнав Голодомор 1930-х років геноцидом українського народу.** Голодомор визнали геноцидом 26 країн світу, 11 з них – за останній рік.

**Через аномальну спеку в індійських штатах Уттар-Прадеш і Біхар за останні три дні загинули 98 осіб.** Температура повітря сягнула 42,2 градуса за Цельсієм.

Підпишіться на Telegram-канал Volyn nova

● **НАРОД І АРМІЯ – ЄДИНІ!**

# «Спочатку воїни вишикувалися в чергу, бо думали, що це потрібно буде... купувати»

**Олександр Фісаюк понад 30 разів зі своїм волонтерським бусом побував на «нулі»**

Алла ЛІСОВА

**УВЕЧЕРІ 24 ЛЮТОГО 2022 РОКУ РАЗОМ З ОДНОДУМЦЯМИ-ДОБРОВОЛЬЦЯМИ БУВ УЖЕ БІЛЯ ВІЙСЬКОМАТУ**

Волонтер Олександр Фісаюк із Нововолинська, що на Волині, завжди там, де найважче. А ще він володіє унікальною рисою – об'єднувати навколо себе людей і націлювати їх на роботу задля найголовнішої мети – Перемоги. Такі відгуки про цього чоловіка чула не від однієї людини. Напевно, від початку повномасштабної війни не було жодного дня, аби Олександр не опікувався тими, хто на передовій захищає країну і нас усіх.

Його волонтерський бус накрутив сотні тисяч «фронтвих» кілометрів, і не тільки. Бо відправляється він туди, куди потрібно щось привезти для ЗСУ.

«Велика» війна для підприємця Олександра Фісаюка починалася так: увечері 24 лютого 2022 року він разом із однодумцями-добровольцями був біля Нововолинського військомату. А через кілька днів вони вже організували блокпо-

Олега Іванова, Ігоря Бричка, Юрія Міхеєва, яким він передав український прапор. Саме ці безстрашні бійці, які воювали в лавах «Айдару», встановили стяг на високовольтній лінії у Бахмуті.

**«БУВ ШОКОВАНИЙ, АДЖЕ ПОТРІБНО БУЛО ВСЕ: ВІД ЦВЯХІВ – І ДО ГЕНЕРАТОРА ТА АВТОМОБІЛЯ»**

Волонтерська діяльність Олександра розпочалася із телефонної розмови з партнером по бізнесу з Іваничів, який був мобілізований в артилерійський підрозділ 14-ї бригади.

– Коли запитав, що їм на фронті потрібно, він мене скерував до командира, а той передав список необхідних речей. Глянув і, чесно кажучи, був шокований, адже потрібно було все: від цвяхів – і до генератора та автомобіля. Однак за 5 днів ми зібрали не лише все, що значилося у списку, а навіть більше.

– Чи виробили вже свій алгоритм діяльності? – запитую.

– Все дуже просто. Щоразу оперативно збираємося, бо знаємо, що нас там дуже чекають. Маю власний склад, куди звозимо все для військових. З проблемами, які виникають, справляємося, бо поруч – надійні друзі, побратими по волонтерській діяльності, зокрема Олександр Веселий, Андрій Бревко.

мій автомобіль накрутив туди сотні тисяч кілометрів. Щойно повернувся і треба знову збиратися на Схід.

Волонтерська група Олександра Фісаюка співпрацює не лише з 14-ю князівською бригадою, а й іншими військовими частинами. Пригадав такий епізод:

– Яюсь через одного мого працівника, до речі, єдиного волянина у підрозділі, потрапили до солдатів Луганської бригади, які сказали, що ніяких волонтерів ще не бачили в очі. Ми їм тоді привезли повербанки, зарядні пристрої, продукти харчування, одяг. Спочатку воїни вишикувалися в чергу, бо думали, що це потрібно буде... купувати. Дуже дивувалися, що роздаємо просто так.

**«ТУДИ ХОЧЕТЬСЯ ЇХАТИ, АБИ ПОБАЧИТИ ЖИВИМИ Й ЗДОРОВИМИ НАШИХ КОЗАКІВ...»**

Олександр зазначає, що в них склалися дружні зв'язки із жителями селища Баштанка на Миколаївщині. Фактично цей населений пункт його мешканці самі відбили в рашистів до приходу ЗСУ. Факт – унікальний.

– Уперше в це селище, де дислокувалася частина бійців нашої «чотирнадцятки», ми привезли багато медикаментів. Головний лікар однієї із тамтешніх лікарень допомогла нам їх правильно розподілити. За один день роздали медикаменти, а також продукти харчування більш як двом тисячам людей. Познайомилися з одним подружжям, через яке налагодили прання білизни для солдатів, підвезення продуктів у частини, організацію «банних» днів. Вони стали нашими надійними партнерами.

Як розповіла керівниця центру гуманітарної допомоги «Нововолинськ HELP», радниця Нововолинського міського голови Катерина



Фото з архіву Олександра Фісаюка.

**Олександр Фісаюк (зліва) не з тих чоловіків, які відсиджуються вдома.**

Варвус, цей волонтер їздить і туди, де найважче, – на «нуль», і за кордон, звідки привозить потрібні для армії авто. Мавіки, старлінки, амуніція, обладнання – це все доставляється бійцям.

Волонтера разом з іншими колегами часто запрошують у навчальні заклади міста, де вони розповідають школярам про виклики та труднощі у своїй роботі, про радість зустрічей із захисниками, про організацію поїздок на Схід та Південь, згуртованість мешканців Нововолинської громади в допомозі армії та внутрішньо переміщеним особам.

– З якими відчуттями їдете щоразу до лінії фронту? – цікавлюся.

– Туди хочеться їхати, аби побачити живими й здоровими наших козаків – друзів, знайомих, земляків, привезти їм усе, що замовляли, й потішити чимось приемним. І крається

серце, коли ще не так давно пліч-о-пліч працювали, рибалили, спілкувалися, а сьогодні їх уже немає серед нас...

До слова, після переведення нашої 100-ї бригади тероборони на Схід поїздки Олександра туди почастішали. А по-іншому, зазначає, і бути не може, він просто зобов'язаний таким чином підтримувати захисників.

А сил та енергії волонтерів додають найближчі люди – кохана дружина Надія, донька Данієла і син Матвій.

**\* Вихід цього матеріалу став можливим завдяки фінансовій підтримці Програми з допомоги та розвитку українських медіа (Ukrainian Media Aid and Development Program), частково профінансованій Міністерством закордонних справ Швеції (Swedish Ministry for Foreign Affairs).**

**Сил та енергії волонтерів додають найближчі люди – кохана дружина Надія, донька Данієла і син Матвій.**

сти. Згодом їм підвезли зброю, записали до складу територіальної оборони. Були налаштовані рішуче й впевнені: ворог тут не пройде!

Коли ситуація на Волині стабілізувалася, частина друзів пішла на фронт. Олександр за станом здоров'я не міг служити. З великим жалем співрозмовник згадав загиблих нововолинських Героїв

Тісні зв'язки налагодили з нововолинським міським головою Борисом Карпусом, міською радою, де нам постійно допомагають. Держслужбовці передавали й передають бійцям генератори, радіостанції, теплий одяг. Разом із ними також придбали автомобілі для однієї з військових частин. У гарячих точках я особисто був понад 30 разів, а

● **АРТФРОНТ**

## Співак Віталій Козловський іде воювати

**В Україні триває загальна мобілізація, запроваджена через повномасштабне вторгнення росії. Багато чоловіків ідуть на фронт захищати свою землю від ворога. Зірки також не виняток. Цього разу повістку одержав співак Віталій Козловський**

Василина СМЕТАНА

Артист отримав документ із призовом на службу в армію. Його він показав у соціальній мережі. «От і мені прийшла повістка», – лаконічно підписав знімок Козловський, на якому спілкується із представником військомату.

Водночас ЗМІ з посиланням на коментар представника Віталія Козловського пишуть, що співак отримав мобілізаційне розпорядження з направленням до військової частини. А це означає, що він уже пройшов військово-лікарську комісію і незабаром вирушить на фронт, оскільки така форма повістки видається військовозобов'язаним, які пройшли медкомісію та визнані придатними до служби.

Тобто фактично – це безпосередній виклик до армії.



Фото – Instagram/Mozodyshy music

**«От і мені прийшла повістка».**



● **СВІТ ІЗ НАМИ!**

Фото із сайту sport.ua.



Легендарний голкіпер Домінік Гашек: «Я захоплююсь тим, що ви робите».

## «Гоніть назад російське лайно!»: легенда хокею підтримав Україну

Видатний голкіпер із Чехії, олімпійський чемпіон 1998 року та дворазовий володар Кубка Стенлі Домінік Гашек записав відео на підтримку українців після того, як відвідав Харків, Київ та міста біля столиці, які постраждали від російської агресії

Петро ПАС

«Привіт, Україно! Було приємно провести тиждень із тобою... Я зустрівся з багатьма юними та дорослими хокеїстами. І зі спортсменами, які отримали різні каліцтва внаслідок війни. Хочу сказати, що я захоплююсь тим, що ви робите. І ви це робите не лише заради своєї країни, а й усієї Європи. Я схрестив пальці за вашу праведну битву. Захистіть свою прекрасну державу та свободу! Гоніть російських імперських окупантів із вашої країни. Гоніть назад російське лайно! Слава Україні! Слава українському спорту та хокею!» – сказав Гашек.

Це не перша його публічна підтримка України. Раніше він назвав боягузом російського хокеїста, засновника руху Putin Team Олександра Овечкіна, який мовчить про війну.

Водночас чеху дістається від російських хокеїстів-імперців. Так, олімпійський чемпіон з хокею з рф Олександр Кожевников назвав Гашека хворим на голову.

Хоч усім притомним людям світу ясно, що щось не те з головою якраз у більшості росіян...

● **ВОЛОСЯ ДІБКИ**

## А про допомогу благав... голос із могили

Моторшна історія трапилася у місті Люблін (Польща)

Марта СОВА

Тут на місцевому кладовищі одна пані провідувала могили своїх родичів, під час чого почула крик із відкритої могили.

Виявилось, що у ямі приблизно на глибині 5 метрів лежить закривавлений чоловік із травмованою ногою.

На кладовище викликали рятувальників, які спустилися в яму, перев'язали рану, витягли постраждалого на поверхню і передали його лікарю.

З'ясувалося, 60-річний чоловік під час відвідування могили матері сперся на бетонну плиту. Остання тріснула, внаслідок чого він упав у яму, а потім на нього зверху впали уламки бетонної плити.

**ЗАМОВТЕ РЕКЛАМУ:**  
0967731037, 0668247160

● **СЕ ЛЯ ВІ**

Фото із сайту gettyimages.com.



Перед тим, як стати на ноги, Хуану довелося тижнями крутити педалі велосипеда сидючи.



«Якби не схуд, то ковід вбив би мене».

# Як найважчому чоловікові в світі вдалося схуднути на 330 кіло



**Мексиканець Хуан Педро Франко (на фото), який важив понад 590 кг, за три роки зміг скинути аж понад три сотні кілограмів**

Лія ЛІС

У 2016 році Книга рекордів Гіннеса визнала його найважчою людиною на планеті. Проблеми з ожирінням у Хуана почалися ще в дитинстві. Коли йому було шість літ, він уже важив 63 кг! Травма в підлітковому віці лише погіршила ситуацію – і в 17 років він був 228 кг.

Відтоді лише набирив вагу. Хуан побив світовий рекорд, коли йому виповнилося 32. Через ожиріння він був прикутий до ліжка, а для того, щоб його перемістити, потрібна була допомога восьми людей. Чоловік постійно носив підгузки, бо не міг зайти до туалету.

Зрештою, після прохання про допомогу знайшовся фахівець з ожиріння, який погодився прооперувати Хуана. Тож уперше за 7 років його підняли з ліжка, щоб доставити у лікарню...

«Ми повинні припинити погано харчуватися, маємо зайнятися спортом та змінити своє життя на краще».

Під час перебування в медзакладі в Хуана діагностували діабет 2-го типу, дисфункцію щитоподібної залози, гіпертонію та рідину в легенях. Спочатку йому частково зменшили вагу за допомогою режиму, а потім зробили операцію з бандажування шлунка, яка й змінила остаточно його життя (на шлунок накладають бандаж, розділяючи його на дві частини, меншу і більшу, внаслідок чого відчуття насичення під час їди з'являється значно швидше. – Ред.). Після успішної операції та зміни дієти і запровадження режиму фізичних навантажень Хуан продовжував скидати кілограми – за 3 роки він втратив неймовірні 330 кг і важив 260 кілограмів. Уперше за майже десять літ він зміг підвестися і ходити!

«Просто можливість піднімати руки і вставати щодня (вставати по склянку води

або ходити до туалету) змушує почуватися чудово. Це фантастика – більше рухатися і бути більш самостійним», – ледь не кричав від радості Хуан, розповідаючи у 2019 році про чудові результати лікування.

Проте 2020-го в особистому житті чоловіка стався удар, коли він втратив батька через серцевий напад, а через три місяці померла його мама, заразившись Covid-19. Хуан також захворів на коронавірус, але зумів викарабкатись. Він упевнений, що якби не схуд, то ковід вбив би і його.

Перед пандемією Хуан збирався зробити ще одну операцію з видалення зайвої шкіри, яка важить понад 63 кілограми. Проте втрата батьків, закриття його малого бізнесу та затримки із лікуванням через карантин призвели до того, що операцію довелося відкласти.

Проте 39-річний Хуан упевнений, що і цей останній крок він обов'язково зробить – як пообіцяв мамі перед смертю. Але і зараз чоловік продовжує не просто вести здоровий спосіб життя, а й усіляко агітує інших людей. «Ми повинні припинити погано харчуватися, маємо зайнятися спортом та змінити своє життя на краще», – каже він.

● **НЕЙМОВІРНО!**

**Під час похорону в Еквадорі родичі «померлої» пані з подивом виявили, що вона була ще жива**

Василь КІТ

Смерть 76-річної Белли Монтойя констатував лікар з міста Бабахойо. Він написав у свідоцтві про смерть, що жінка померла внаслідок інсульту. Її поклали в труну і відвезли до похоронного бюро, де вже чекали родичі. Коли через кілька годин вони відкрили домовину, щоб переодягнути «небіжчицю» перед похованням, то виявили, що вона... хапала

## Жінка в труні раптом почала дихати

Фото із сайту ap.com.



Про воскреслу бабцю Беллу тепер гомонить увесь світ.

ротом повітря! «Моя мама почала рухати лівою рукою, відкривати очі, рот, їй було важко дихати», – розповів ошелешений син Гілберт Балберан.

На відео, котре зняла одна з присутніх, яка прийшла по-

прощатися з Беллою, видно, що жінка у труні намагається дихати. Інша жінка поруч скаржить, що швидка допомога, яку вони викликали, чомусь тривалий час не приїздила. Першими ж прибули не медики, а

пожежники, які, недовго думаючи, переклали Беллу Монтойя з домовини на носилки та відвезли до тієї самої лікарні, де констатували її смерть. Жінку перевели до реанімації, одягли кисневу маску. «Лікар ущипнув маму за руку – і вона відреагувала, мені сказали, що це добра ознака», – розповів її син.

Тим часом міністерство охорони здоров'я Еквадору створило комітет для розслідування інциденту.

**P.S.** На жаль, жінка, яка «ожила» під час власного похорону, померла в реанімації. Її син повідомив, що тепер йому потрібно вдруге зареєструвати смерть матері у реєстрі актів цивільного стану.

## ● УНІКАЛЬНИЙ ВИПАДОК

**Близнюки з'явилися на світ... 30-річними**

Фото із сайту joe.co.uk.

У штаті Теннессі (США) з ембріонів, які пролежали у глибокій заморозці кілька десятиліть, народилися двоє діток. Це найдовший в історії термін, протягом якого зародки чекали шансу на життя

Оксана СКРИПАЛЬ

«СТАРШІ ДІТИ,  
ХОЧ І НАЙМЕНШІ»

31 жовтня 2022-го подружжя Ріджвей стало батьками незвичайних близнят, яких назвали Лідія-Енн і Тімоті-Рональд.



Ріджвеї знали: матимуть стільки діток, скільки Бог дасть.

були зачаті і з'явилися на світ природним шляхом.

«У цьому є щось неймовірне. Мені було лише 5, коли Бог дав життя Лідії та Тімоті, і відтоді Він зберігає його, – сказав щасливий батько. – Так що в певному сенсі вони — наші старші діти, хоч і найменші».

«Ми ніколи не визначали певну кількість дітей... Завжди думали, що матимемо стільки, скільки Бог хоче нам дати, і коли почули про усиновлення ембріонів, подумали – це те, що ми хочемо зробити», – додав Філіп.

**ТРИ ДЕСЯТИЛІТТЯ  
В МЕРЗЛОТІ**

Створені були ембріони для подружньої пари за допомогою

екстракорпорального запліднення. Чоловікові було близько 50 років, тому лікарі використали сперму 34-літнього донора.

Ембріони заморозили 22 квітня 1992-го та зберігали в лабораторії фертильності на західному узбережжі США. А у 2007 році пара, для якої створювали зародки, пожертвувала їх Національному центру донорства ембріонів у Ноксвіллі з надією, що інша сім'я зможе їх «всиновити».

Майже три десятиліття ембріони чекали свого часу. Зрештою, їх «підсадили» в утробу матері Рейчел Ріджвей, яка згодом і народила чудових малят.

Як пояснюють у Національному центрі донорських ембріонів, час зберігання заморожених за-



Неймовірно: цим крихіткам могло б бути уже 31 рік!

родків не обмежений. Можливо, колись на світ з'являться діти, зачаті 100 літ тому. Проте буде це точно не скоро, оскільки ця технологія з'явилася відносно недавно: перша дитина із замороженого ембріона народилася 1984 року в Австралії.

**За матеріалами «Української правди», ВВС.**

## ● НА ЧАСІ

**А липи цвітуть...**

Суцвіття цього дерева відомі своїми цілющими властивостями та використовуються для приготування ароматного і корисного чаю

Липа цвіте всього 10–15 днів – від середини червня до початку липня. Щоб квітки принесли максимальну користь, заготовляти їх потрібно, коли суцвіття ще повністю не розкрилися і, звичайно, якомога далі від доріг. Робити це бажано в суху погоду рано-вранці, хоча б до полудня. Сушити варто не на сонці, а зберігати краще в паперових пакетах або полотняних торбинах.

Щоб приготувати ароматний чай, залийте окропом сушені квітки з розрахунку 1–2 чайні ложки на чашку води. Накрийте посуд кришкою і залиште настоюватися протягом 10–15 хвилин. Процідіть – і можна пити.

**КОРИСТЬ ЛИПОВОГО ЧАЮ**

• Флавоноїди та ефірні олії мають заспокійливий ефект, знімають стрес, тривогу, покращують настрій, допомагають при безсонні.

• Напій має муколітичні властивості: розріджує мокроту і полегшує кашель. За-

спокоює подразнені слизові оболонки та сприяє виділенню слизу, що полегшує процес відхаркування.

• Флавоноїди зменшують запалення та покращують стан при різноманітних захворюваннях, таких як ангіна, ревматизм, грип, застуда.

• Антиоксиданти знижують рівень вільних радикалів в організмі та захищають клітини від пошкоджень, сприяють підтримці загального здоров'я та молодості шкіри, зміцнюють імунну систему.

• Спазмолітична дія: допомагає зняти спазми та розслабити м'язи шлунково-кишкового тракту.

• Розріджує кров, виводить токсини з печінки, активізує роботу жовчного міхура, шлунка, сечового міхура, нирок і кишківника.

• Примочки з липового настою лікують шкірні виразки, опіки, геморої, знімають болі в суглобах.

• Завдяки вмісту «фітоестрогенів», подібних за складом до жіночих статевих гормонів, напій нормалізує менструальний цикл і полегшує нездужання при хворобливих місячних.

• Це один із небагатьох напоїв, який можна вживати при грудному вигодовуванні. У

теплому вигляді він покращує лактацію, таке материнське молоко заспокоює малюка, полегшує його травлення, позбавляє колюк.

**ПОПРИ ЦІЛЮЩІ ВЛАСТИВОСТІ, ЛИПА  
ТАКОЖ МАЄ ПРОТИПОКАЗАННЯ**

• За наявності серцевих захворювань не варто зловживати цим напоєм, оскільки липовий цвіт дає додаткове навантаження на серце через свої сечогінні та потогінні властивості.

• У деяких людей може виникнути алергічна реакція. Якщо з'явився свербіж, почервоніння шкіри, набряк, краще припинити вживання напою і звернутися до лікаря.

• Липовий чай може посилювати дію деяких ліків, наприклад заспокійливих, тож якщо ви приймаєте будь-які медпрепарати – проконсультуйтеся зі спеціалістом.

**За матеріалами tsn.ua.**

Фото із сайту portal.abcdzdrowie.pl.



## ● ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

**Таблетки для знезараження води: чого не можна робити**

Якщо у вас є підозри, що питна вода забруднена чи неякісна, найефективнішим способом її очищення є спеціальні пігулки

Анастасія ЛУКАШЕВСЬКА

Доведена їх ефективність проти мікроорганізмів, що спричиняють захворювання на черевний тиф, дизентерію, холеру, поліомієліт та інші гострі кишкові інфекції.

Але при застосуванні таких препаратів, треба чітко дотримуватися дозування. Розчиніть таблетку саме в тій кількості відстоєної/відфільтрованої води, яка вказана в інструкції. Воду, яка має неприємний запах, нехарактерний колір, містить на поверхні плівки (райдужні, білі тощо), піну або інші ознаки, які викликають у вас сумнів щодо її безпечності, краще взагалі не використовувати і не витратити на неї пігулки для знезараження.

Пам'ятайте: щоб таблетка почала діяти, після її розчинення у воді має минути щонайменше 30 хвилин. Не вживайте очищену воду раніше цього часу.

Заборонено ковтати таблетки! Зберігайте їх у сухому, добре провітрюваному, недоступному для дітей місці, застерігає 24tv.ua.

## ● ВАЖЛИВО

**Куріння хочуть зробити «максимально некомфортним»**

Тютюнові підприємства зобов'язали розміщувати на пачках малюнки, які зменшують бажання діставати цигарку

Інна НОВИК

Наказ МОЗ України з відповідними вимогами щодо оформлення цигаркових пачок зареєстровано нещодавно. Про це повідомив головний санітарний лікар, заступник міністра охорони здоров'я Ігор Кузін.

За його словами, у відомстві планують зробити максимально неприємним та некомфортним «вживання» тютюнових виробів. «Починаючи з 11 січня [2024 року] на кожній пачці цигарок буде не лише медичне попередження, як раніше: куріння вбиває, куріння може викликати такі-то стани. Тепер з'явиться відповідний малюнок із візуалізацією наслідків куріння», – повідомив Кузін.

За його словами, дослідження свідчать, що використання таких ілюстрацій на 20–30% знижує потяг діставати цигарку. Малюнки, які обрали в МОЗ, уже використовують у країнах, де доволі ефективно борються з тютюнокурінням.

«Для дуже багатьох курців це також стане дороговказом, що робити [щоб позбутися шкідливої звички]. Одна з вимог – щоб на цих пачках була вказівка, куди звернутися, якщо ви хочете припинити курити», – зауважив Ігор Кузін.

Він також повідомив, що, за статистикою, 87% курців упродовж останніх 12 місяців думали або робили спробу позбутися цієї шкідливої звички.



● СІМ «Я»

### Така таємнича школа

- Мам, а там в школі мене будуть класти спати?
- Та ні, не хвилюйся.
- А в мене там будуть друзі? А телефон можна буде взяти?



Оксана КОВАЛЕНКО, мама

У шість років знань про світ ще недостатньо, аби могли заспокоїти себе самому. З того, як час від часу син береться уточнювати певні моменти шкільного життя, розумію, що його тривожить невідоме. Я позираю на нього й намагаюся спрогнозувати, як йому вестиметься у школі; чи вмітиме він дружити або чи зможе відстояти себе, якщо хтось буде надто агресивним, чи полюбить першу вчительку... Пам'ятаю своє: як непокоїлася у перші дні, заходячи в школу (якось так сталося, що другого вересня заблудилася в покручених коридорах і добиралася до свого кабінету увесь перший урок). Пригадую, як тривожилося, коли наша вчителька хмурилася через когось з учнів. Оце несамовите калатання серця в дитинстві з дріб'язкового приводу сьогодні нашою думку: «Що я можу зробити, щоб моя дитина почувалася впевненіше у будівлі, яку має відвідувати добрий десяток років?». Принаймні це той момент, на який можна впливати. Бо ж мій син у нашій родині буде першим, хто стане першокласником у час війни. (У списку предметів, які потрібно налагодити на 1 вересня, окрім ранця, є і тривожний рюкзачок).

Щоб хоч трохи пом'якшити новий етап життя, ми з сином скористалися пропозицією нашої вчительки – прийти познайомитися. (Це рекомендують, до речі, й психологи). Похід у школу й огляд класу, який має стати рідним, на щастя, вдався: моє дитя посиділо за партою, порозмовляло зі своєю вчителькою, під її керівництвом почитало й пописало по дошці. А на завершення добра і мудра вчителька ще й пригостила майбутнього учня цукерками... Думаю, якщо у вересні його викличуть до дошки, то хвилюватися малий точно буде менше, бо вже там побував.

Окрім того, за порадою вчительки, влітку маємо ще грати в гру з умовною назвою «Пошукай у портфелі». Дітям буде легше, якщо вони добре орієнтуватимуться у своїх речах (без проблем знаходять і складатимуть назад щоденник, ручку, книгу) та зможуть швидко збиратися в укриття, коли, приміром, почнет тривога.

Маєте свої відкриття, як підтримувати дітей, – діліться. Наші адреси: [okovalenko74@gmail.com](mailto:okovalenko74@gmail.com) або ж [tsikava.gazeta@gmail.com](mailto:tsikava.gazeta@gmail.com), а пошта: 43016, м. Луцьк, вул. Ковельська, 2, «Цікава газета на вихідні».

● ЗОЛОТІ СЛОВА

«Багато батьків думають, що дисципліна означає покарання. Насправді це означає навчання»

(Тім СЕЛДІН, 77-річний американський педагог, «Енциклопедія Монтесорі»).



Фото із сайту www.bridgementschool.com.

● СПОРТ

## Ярмоленко бив пенальті – не забив, але добре, що друге заробив...

І сам передав право пробивати одинадцятиметровий Віктору Циганкову

Петро ПАС

**Чемпіонат Європи-2024. Кваліфікація, Раунд 3. Група С, 16 червня. Північна Македонія – Україна 2:3 (1:0 – Барді, з пенальті, 31 хв.; 2:0 – Ельмас, 39; 2:1 – Забарний, 62; 2:2 – Конопля, 68; 2:3 – Циганков, 82).**

**Склад збірної України:** Трубін – Тимчик (Конопля, 46 хв.), Забарний, Матвієнко, Миколенко – Степаненко, Судаков, Ярмоленко (Маліновський, 66), Циганков (Зубков, 90+3), Мудрик (Сидорчук, 90) – Довбик (Ванат, 46).

**19 червня. Україна – Мальта – 1:0 (Віктор Циганков, 72 хв., з пенальті).** На 52-й хвилині Андрій Ярмоленко не реалізував пенальті (поперечина).

**Україна:** Трубін – Конопля, Кривцов, Забарний, Матвієнко (Миколенко, 46) – Степаненко, Маліновський (Буяльський, 63), Ярмоленко (Сидорчук, 81), Циганков (Сваток, 90+5), Судаков – Ванат (Довбик, 63).

– У матчі проти Північної Македонії в першому таймі ми спали, добре, що в другому прокинулися, а після голу Забарного повірили в успіх і



Фотоколаж із сайту champion.com.ua.

25-річний Віктор Циганков у цих трьох літніх матчах збірної став справжнім лідером команди, забивши 4 голи. А 33-літній Андрій Ярмоленко вже 8 ігор не може відзначитися за «синьо-жовтих».

«Я не розумію, чому всі вважають, що ми маємо всіх виносити – 3:0 або 4:0.

перемогли... – *такий короткий висновок зробив головний наставник збірної України Сергій Ребров після нашої перемоги в Скоп'є. А ось про другий матч сказав так:* – Усі навчилися грати в обороні, і Мальта це показала. Я не здивований, що було так важко. Я не розумію, чому всі вважають, що ми маємо всіх виносити – 3:0 або 4:0.

– **Оцініть Віктора Циганкова, який став лідером команди. І хто вирішував, хто проб'є другий пенальті?**

– Циганков сам поставив себе лідером. Тим, що він робив у трьох матчах, він показує свої лідерські якості (забив 4

голи у трьох останніх матчах. – Ред.). Ми визначаємо, хто б'є пенальті. Коли Андрій Ярмоленко не забив перший одинадцятиметровий, він сам сказав Циганкову йти бити. Я розумію, що Андрій не був готовий на 100% до другого пенальті. Вдячний Віктору, що він пішов і показав, що здатний на це.

Як би там не було, але з грою, яку демонструє українська збірна, навряд чи ми фінішуємо вище 3-го місця в нашій групі, адже дуже сумнівно, що зможемо випередити Англію чи Італію. Тим паче, що вже прогали від «бритів» – 0:2.

Але навіть якщо фінішуємо на 3-му місці, є шанс потрапити на Євро-2024 (дві найкращі команди від кожної з груп на пряму проходять до фінальної частини). А тут головний наш суперник у групі – Північна Македонія, яку ми дивом обіграли 2:3, поступаючись 0:2. Тож маємо виставити мого героя автору Гаррі Кейну (відзначився дублем), Букайо Сака (21-річний нападник лондонського клубу «Арсенал» оформив хет-трик) і Ко за те, що вони каменя на камені не залишили від македонців – 7:0.

### ВІДБІР ДО ЄВРО-2024. ТУРНІРНА ТАБЛИЦЯ ГРУПИ С:

М	Команда	І	В	Н	П	З:П	О
1.	Англія	4	4	0	0	15:1	12
2.	Україна	3	2	0	1	4:4	6
3.	Італія	2	1	0	1	3:2	3
4.	Пн. Македонія	3	1	0	2	4:11	3
5.	Мальта	4	0	0	4	1:9	0

Фото із сайту uaf.ua.



У переможній грі проти Мальти 1:0 воротар донецького «Шахтаря» **Анатолій Трубін** (на фото) вперше у кар'єрі провів «сухий» матч у лавах національної збірної України. Для 21-річного Трубіна це був сьомий поєдинок у формі команди. У шести попередніх матчах він пропустив 12 голів.

● СЕ ЛЯ ВІ

Таке зізнання 36-річна Настя зробила в інтерв'ю Маші Єфросиніній (обоє на фото)

Лія ЛІС

«У мене був важкий цей рік, було багато алкоголю. Треба було забути. Раніше я випивала, коли це було доречно. Мало пила. Але, звичайно, цей рік – це було зовсім інше. Алкоголь що дає? Він дає тобі кудись відлетіти. Його було багато», – визнала Каменських. За словами співачки, зараз вона вживає алкоголь дуже рідко, оскільки не хоче пропускати важливі моменти у своєму житті. «Я не можу пропустити усмішки людей на концерті. Мені хочеться тверезості, тому що я хочу насолоджуватися», – сказала артистка.



Фотоколаж із сайту lyding.com.



### ЕКЗАМЕН. НОВА РЕАЛЬНІСТЬ

А про Потапа – жодного слова. А може, він і був головною причиною братися за чарку...

## ● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!



Фото із сайту klopotenko.com.

Дивна річ: зелень цибулі має багатший склад, ніж сама цибулина.

# Більше ніж просто зелень: страви із зеленою цибулею

Ви коли-небудь задумувались про те, що саме зелена цибуля дарує стравам той яскравий смаковий акцент, який робить їх насиченими та злегка прямими? Різні кухні світу використовують для досягнення цієї пікантності різні інгредієнти: гострий перець, імбир, спеції. У нас популярні часник, ріпчаста і зелена цибуля. Вона надає салатом більш насиченого смаку, а організм збагачує вітамінами. А ще зелені цибулі притаманні лікувальні властивості: вона здатна захистити від деяких захворювань, у ній багато антиоксидантів, котрі знижують запальні процеси в організмі, мінімізують окислювальний стрес, що викликає рак. Зелена цибуля багата кверцетином, який є різновидом флавоноїдів, що знижують артеріальний тиск. Також вона понижує рівень холестерину в організмі. Ну а ще ця городня рослина має чудовий смак, що робить її крутим інгредієнтом. Сезон зеленої цибулі саме у розпалі, тож пропонуємо і вам кілька ідей приготування страв із нею

### САЛАТ ІЗ ЯЙЦЕМ, КАРТОПЛЕЮ ТА ЗЕЛЕНОЮ ЦИБУЛЕЮ

Виходить і поживно, і свіженько – ідеальний обід чи легка літня вечеря

**Інгредієнти:** 2 яйця, пучок зеленої цибулі, кілька гілочок кропу, 3 невеликі м'які картоплини, 2 ст. л. соняшникової олії, сіль та перець до смаку.

**Приготування.** Заздалегідь відваріть упродовж 25 хвилин після закипання картоплю, охолодіть, почистіть від шкірки. Яйця зваріть накруто, приблизно 10 хвилин після закипання. Дайте повністю охолонути. Очистивши, розріжте кожне яйце на 4 частини, а картоплю – на 6–8 шматочків. Дрібно посічіть пучок зеленої цибулі та кілька гілочок кропу. Змішайте в салатнику всі нарізані інгредієнти, додайте олію, посоліть до смаку, перемішайте.

### ОМЛЕТ «ОРИГІНАЛЬНИЙ»

Щоб поповнити запаси вітамінів, приготуйте цибульний омлет. Пропарена зелена цибуля не має різкого смаку

**Інгредієнти:** великий пучок зеленої цибулі, 3–5 яєць, сіль до смаку, сметана чи молоко – за бажанням.

**Приготування.** Почищену зелену цибулю помийте і дрібно поріжте (якщо хочете отримати більш ніжний смак – не використовуйте білої частини). Збийте яйця, додайте дрібку солі, за бажанням – ложку сметани чи молока. Додайте цибулю. Змастіть олією розігріту сковороду і вилийте отриману суміш. Накрийте кришкою. Смажте з кожного боку по 2 хвилини до рум'яності.

### ПИРІЖКИ З ЯЙЦЕМ ТА ЗЕЛЕНОЮ ЦИБУЛЕЮ

Зелена цибуля і яйце – ідеальна начинка. Наче й нічого особливого, але ж як смачно!

**Інгредієнти:** для начинки – 4 варені яйця, 400 г зеленої цибулі, сіль; для тіста – 300 мл кефіру, 450 г борошна, 3 ст. л. олії, 1 ч. л. соди, 1 ч. л. солі.

**Приготування.** У борошно додати сіль і соду. Поступово вливаючи кефір, перемішувати. Влити олію, замісити тісто. Залишити його на 30 хвилин, щоб настоялося. Зеленої цибулю дрібно посікти, яйця порізати кубиками, посолити і перемішати начинку. Тісто скачати у валик, розрізати на шматочки, присипати їх борошном. Кожний шматочок розпластати у паляничку, покласти всередину 2–3 ч. л. начинки, защипнути краї. Обсмажити пиріжки в олії на сковорідці по 3 хвилини з кожного боку. Видалити надлишок жиру паперовим рушником.

### ДОМАШНІЙ МАЙОНЕЗ ІЗ ЗЕЛЕНОЮ ЦИБУЛЕЮ

Цей продукт має багато переваг. Він натуральний і з незвичайним смаком. Ним можна заправляти будь-які салати. Готують такий майонез не про запас, а в кількості, необхідній на цей момент, адже зберігати його довго не варто

**Інгредієнти:** 70 г зеленої цибулі, 60–80 мл олії, 1 яєчний жовток, сік половини лайма або 1 ч. л. винного оцту, 1 ч. л. гірчиці, сіль і цукор – до смаку.

**Приготування.** Зеленої цибулю порізати, влити олію і збити у блендері. Додати решту інгредієнтів, ще раз ретельно збити і заправити цим майонезом салат.

### КУРЯЧІ КОТЛЕТИ ІЗ ЗЕЛЕНОЮ ЦИБУЛЕЮ

Вони однозначно сподобаються всім любителям м'ясних страв. Аромат і смак, яких цибуля надає котлетам, здивує навіть гурманів. Подавати їх до столу можна з різними гарнірами: овочами, макаронами, кашами, картоплею

**Інгредієнти:** 300 г курячого філе, 1 яйце, 4–5 стebel зеленої цибулі, 1 ст. л. олії, 1 ч. л. сушеного часнику, сіль та перець – до смаку.

**Приготування.** Промийте м'ясо під проточною прохолодною водою, просушіть і наріжте шматочками. Подрібніть філе в чаші блендера або пропустіть через м'ясорубку. Додайте в підготовлений фарш яйце, трохи солі, мелений перець, сухий або свіжий часник. Зеленої цибулю сполосніть, просушіть, дрібно посічіть і додайте до фаршу. Ретельно вимішайте. Сформуйте невеликі котлети. У сковороді прогрійте олію, викладіть котлети і смажте з обох боків по 4–5 хвилин.

## ● НА ЧАСІ

### А ви вже почали сезон закруток?

Хороша господиня не дозволить пропасти жодній стрілочці цибулі і жодному стеблу часнику-самосійки! Тим паче, що взимку до гарячих страв згодиться така смачна заправка. Тож якщо й у вас на грядках «постріляла» цибулька, поспішіть напхати цієї зелені у слоїчки!

Для приправи зі стрілок і моркви по-корейськи (підійде й торішня) необхідно: 800 г цибулевих стрілок, 400 г моркви по-корейськи, 2 ст. л. сухого кропу, 3 ч. л. солі (морська або екстра), 1 ч. л. меленого лаврового листа, 3–4 ст. л. олії, інші спеції до смаку.

Стрілки помийте, поріжте, спасеруйте в олії під кришкою. Ретельно перемішайте з іншими складниками. Спробуйте на сіль: має бути трохи пересолене, за потреби досоліть. Оцет додавати не варто – він є у моркви по-корейськи. Якщо не любите кислого – всипте 1 ч. л. цукру. Розкладіть у чисті банки під кришку-твіст, добре утрамбовуючи – до виділення соку. Слоїчки стерилізуйте 40 хвилин у каструлі, заливши водою понад кришки (тому стежте, аби були щільно закручені). Після стерилізації охолодіть банки, укутавши ковдрою. Вихід – 4 банки 0.25 л. Зберігати у коморі чи в підвалі.

Джерело: фейсбук-сторінка Марії-Стефанії КОТ.

## ● КОРИСНІ ДРІБНИЦІ

### Кухонна прихватка: яку обрати

Сучасна індустрія пропонує їх величезний асортимент

Загалом їх можна поділити на 3 різновиди за матеріалом, з якого вони виготовлені, – саме від цього залежить, як служать і чи зручно ними користуватися.

- Прихватки із синтетики гарні лише на перший погляд. Вони моментально псуються від високої температури. Крім того, погано захищають руки, тож є ризик обпектися.

- Щільні прихватки з бавовни витримують високу температуру, але доволі незручні та швидко забруднюються.

- Силіконові – найбільш практичні: матеріал жаро- і морозостійкий – зберігає робочий стан за температурного діапазону від -40 до +250 градусів (не плавиться, не горить, не прилипає до рук). Такий аксесуар не промокає, легко миється під краном або в посудомийній машині. А ще такі прихватки зручні в користуванні, бо завдяки їхній рифленій поверхні посуд не вислизає з рук. Крім того, вони вологонепроникні й не вбирають неприємних запахів.

## Усміхніться!



Секрет щасливого сімейного життя: «Люба, давай домовимося: я кажу, що ЦЕ дуже смачно, а ти більше ЦЕ ніколи не готуєш».

)):)))

Сиджу в інтернеті, відчуваю запах смаженої картоплі... Але ж я її варити ставив!

)):)))

Чоловік на ринку вибирає кабачки. Запитує продавця:

– Це у тебе самці чи самки?

– Не розумію...

– Ну мені треба, щоб з ікрою були...

)):)))

– Кохана, до нас сьогодні ввечері придуть гості. Приготуй щось на вечерю, будь ласка.

– Не проблема. Тільки скажи, як приготувати: щоб іще колись завітали чи щоб більше не приходили?

)):)))



**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

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

**Телефони редакції:**  
066 82 47 160, 096 77 31 037

ТЗОВ «Газета «Волинь»

n/p UA83305299000026007000803281

КБ Приватбанк, МФО 305299, ЄДРПОУ 02471695

Друк офсетний. Обсяг – 3 друковані аркуші

**Передплатні індекси:** 60304, 60306 (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 № 976.

● **ФОТОФАКТ**

# «І на оновленій землі врага не буде, супостата...»

У селищі Благодатне Волноваського району Донеччини, яке ЗСУ звільнили від ворога (деокупували цей населений пункт бійці 68-ї окремої єгерської бригади Сухопутних військ ЗСУ), знайшли вцілілий портрет українського поета, митця Тараса Шевченка

Марина ЛІСНІЧУК

Він висів на стіні зруйнованої російськими обстрілами бібліотеки й ніби дивився на супостата – ліквідованого окупанта, тіло якого лежить серед розірваних книжок, уламків і ящиків з-під боєприпасів...

Цю будівлю майже на околиці селища рашисти спробували перетворити на фортецю, але ті, хто відмовився здатися, там і залишилися.

Військовий кореспондент Юрій Бутусов описав це так: «Зі вцілілого портрета Тарас Григорович нагадує окупанту, що заснув вічним сном:

*І на оновленій землі врага не буде, супостата, а буде син, і буде мати, і будуть люде на землі».*

Його слова підтримали користувачі мережі, наголосивши, що це дуже сильне фото. «Портрет вцілів дивом», «Тарас – стовп нації», «Епічне фото», «Пророчі слова», «Погляд Т. Г. Шевченка каже: «Приберіть це гі\*но!»; «І вражою, злою кров'ю ВОЛЮ окупіте! Це наша базова база! Сла-



Осколками зачепило й портрет Шевченка...

ва України!» – зазначили українці.

У Благодатному немає жодного вцілілого будинку та інфраструктури. Як зазначає obozrevatel.com, там залишилося жити всього двоє цивільних. Постраждали й тварини, які нині прибігають на позиції україн-

ських військових і туляться до них під час вибухів. Адже ворог «мстить» – продовжує інтенсивні обстріли населеного пункту. Проте воїни ЗСУ, які звільнили Благодатне, продовжують обороняти й берегти рідну землю.

● **ЗНАЙ НАШИХ!**



Такий мобільний «кінь» дуже потрібний на передовій!

## Львівські студенти зробили електротрицикл для ЗСУ

Його вартість – приблизно 80 тисяч гривень

Василь КІТ

Майстри виробничого навчання разом зі студентами училища №29 у місті Львові виготовили унікальний електротрицикл, який будуть використовувати військові Збройних сил України (на фото). Він оснащений електродвигуном, коробкою передач та двома акумуляторними батареями.

Цікаво, що місяць тому цей електротрицикл презентували на виставці технічної творчості серед закладів професійної освіти – і він переміг у номінації «Транспортні засоби». Наразі триколісну машину уже відправили в один із підрозділів ЗСУ, щоб вона допомагала військовим.

● **УВАГА, КОНКУРС!**

## Ой за лісом, за пралісом кольорова дуга висить...

А ви знаєте, що це – угода на всі покоління й віки?

Грицько ГАРБУЗ

Але насамперед нагадаю запитання, яке стало невідомим каменем для переважної більшості учасників. Хоча, прочитавши відповідь на це завдання, ви точно усміхнетеся. Тож передайте свою усмішку-веселку іншим.



«Веселка над Печерською лаврою». Картина Леоніда Павленка.

більше ніколи не знищить усього живого і більше ніколи потоп не зруйнує землі». Потім Бог додав: «Ось знак моєї угоди з вами та з кожним живим створінням, що з вами. Це угода для всіх майбутніх поколінь. Я даю свою веселку в хмарі, і вона буде знаком угоди між мною і землею. Коли я посылатиму на землю хмари,

обов'язково з'являтиметься веселка. І я неодмінно буду згадувати угоду, яку уклав з вами та всіляким живим створінням, і потоп більше ніколи не знищить усього живого...» (Перша книга Мойсеєва: Буття, глава IX, 13 – 15).



Ось така вічна і красива угода була укладена між Творцем і Ноем. А безкоштовний кредит уже яскраво описав Тарас Шевченко: «...як у Дніпра веселочка воду позичає»... Ну як запитаннячко?

Хто з учасників вікторини порадував нас правильною відповіддю – словом «Ве-

геніального німецького письменника Еріха Марії Ремарка. Так-от: робота цього пана з кіношним ім'ям полягала у відвідуванні оселі під час особливої події в житті. І цей предмет дуже його виручав – завдяки його «чарам» нашому пану більше вірили і уклали з ним угоду. Але якщо він перебував у приміщенні трохи довший час, то «чари» переставали діяти, бо чоловік не міг його дістати з кишені. Тому, щоб більше не палитися, наш персонаж навчився виконувати один трюк, який повністю замінює предмет. А його почали називати видатним артистом. До речі, дивлячись, як цього горіч злетів у ціні цей предмет, більшості з нас не до сміху...

### А безкоштовний кредит уже яскраво описав Тарас Шевченко: «...Як у Дніпра веселочка воду позичає».

селка», а також яке становище лідерів у вікторині «Гранатобуз із секретом» після 18 турів – читайте на сайті volyn.com.ua і фейсбук-сторінці Грицька Гарбуза (за цим QR-кодом ви можете зайти на неї з будь-якої частини світу), а нам час оголошувати нове завдання. Поїхали, мої розумники і розумнички! Цього разу ви точно справитеся!

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 20 (2023)

А на це запитання мене наштовхнув другорядний персонаж одного з романів

Що знаходиться у гранатобузі? Відповідь треба надіслати до 29 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, прізвище і регіон, який представляєте (наприклад: «Байрактар» (Валерій Залужний, Житомирщина)).

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

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 18 (2023)

Сьогодні ми заховаємо символ найзнаменитішої угоди в історії. Асоціативний ряд із цим «договором»: Ісаак Ньютон, Андрій Шевченко, прощення гріхів, хоч останнім часом – і гріх, дорога, міст, антистихія, щастя, «клоун», назва особливого закладу в анекдотах, четверте просте число, елемент кінської зброї, а в одному із найзнаменитіших українських ліричних творів – із безкоштовним кредитом...

Що зображено на фото, яке ми заховаємо?

«...Отже, я укладаю з вами угоду: потоп