

ШОК!

# Потрійне убивство: в Польщі українець задушив дружину та двох маленьких доньок

Подробиці трагедії – на с. 8

Із серця 4-річної дівчинки дістали уламок російської міни

с. 9

**Все буде Україна!**

# Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

ПОСІВНИЙ  
КАЛЕНДАР-2024



с. 7

29 листопада 2023 року №48 (311) Ціна 7 грн 4 820230 060027 >

ТЕМА №1

На одній із вугільних копалень на Сході України беруть на роботу представниць так званої слабкої статі, щоб вирішити проблему нестачі працівників під час російського вторгнення. А вже тисячі чоловіків, які раніше трудилися на цій шахті, долучилися до лав ЗСУ

# На шахтах жінки замінили чоловіків, які пішли на фронт

«Таке сталося уперше в історії»

Фото із сайту www.nytimes.com.



Оскільки багато шахтарів загинули або були поранені, очікується, що жінки працюватимуть на копальнях і після завершення війни.

Репортаж про сильну слабку стать – на с. 6

ЗНАЙ НАШИХ!

# «Перші дрони паяла дружина»



Далекобійник В'ячеслав Стражець із Вінниччини пішов добровольцем на фронт, після поранення йому ампутували праву руку... Але чоловік не здався: виграв грант і став виготовляти безпілотники



В'ячеслав сам випробовує БПЛА.

Фото Олеси МАЦЮКОВИЧ, nv.ua.

Закінчення – на с. 3

У НОМЕР!

У місті Надвірна Івано-Франківської області поліція затримала вчителя ліцею, де під час заняття зі стрільби загинув 14-річний учень

Лія ЛІС

Заданими слідства, в приміщенні навчального закладу згідно з розкладом проводилось гурткове заняття зі стрільби по мішенях із пневматичної гвинтівки. Однак вимоги та заходи безпеки були порушені – практичні стрільби відбувались на коридорі загального користування.

«Під час цього заняття учень 9-го класу, 15-річний підліток, при перезаряджанні пневматичної гвинтівки з необережності здійснив постріл в іншого учня. Куля калібру 4,5 мм поцілила в ділянку грудної клітки. Від отриманої травми 14-літній хлопець помер до приїзду швидкої допомоги.

# На уроці школяр застрелив свого однокласника

Фотоколаж із сайту informator.ua.



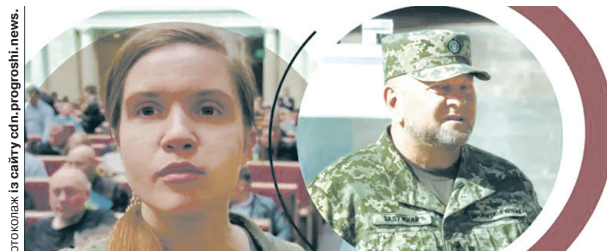
Випадковий постріл із цієї гвинтівки став фатальним.

Заходи безпеки були порушені – практичні стрільби відбувались на коридорі загального користування.

На момент події вчитель був присутній у коридорі, де відбувались стрільби, – йдеться у повідомленні.

60-річного педагога, жителя Надвірної, затримали. Під час обшуку за місцем його проживання вилучено пневматичну гвинтівку.

Розпочато два кримінальних провадження – за ч. 1 ст. 119 (вбивство через необережність), а також ч. 2 ст. 137 (неналежне виконання обов'язків щодо охорони життя та здоров'я дітей, що спричинило смерть неповнолітнього) Кримінального кодексу України. Вчителю загрожує позбавлення волі на строк від 3 до 5 років.



Фотоколаж із сайту edn.prozroshti.news.

Невже словами пані Безуглої Офіс Президента промацує ґрунт, як відреагує суспільство?

# Безугла пішла війною проти Залужного

с. 2

Заступниця голови Комітету Верховної Ради з питань національної безпеки, народна депутатка від «Слуги народу» Мар'яна Безугла вимагає відправити Головнокомандувача Збройних сил України Валерія Залужного у відставку. «Це дурість чи ворожа ІПСО?» – дивуються українці.



## ● ПУЛЬС ТИЖНЯ

**Мати військового померла, дізнавшись про смерть сина**

Це сталося у Світловодську Кіровоградської області

Лія ЛІС

Валерія Василенка мобілізували 11 березня 2022 року. 47-літній головний сержант служив на посаді командира відділення мінометного взводу. 22 листопада 2023-го захисник помер від гострої серцево-судинної недостатності. «А 24 листопада 2023 року зупинилося серце матері Анастасії Іванівни Тодосієнко, не витримавши скорботи за сином», – повідомили у громаді.

Поховали захисника на місцевому кладовищі одночасно та поряд із матір'ю.

**У росії продають вкрадені в Україні холодильники**

Зокрема, призначені для продажу в українських магазинах морозильники помітили у Краснодарському краї

Степан БОСІЙ

Цікаво, що росіяни навіть не зняли з холодильників етикетки, за якими легко визначити, звідки вони були привезені. На техніці можна побачити написи українською мовою: «Енергоефективність», «Енергоспоживання» та інші.

За різні моделі холодильників росіянам пропонують заплатити від 68 до 75 тисяч рублів (1 рубль = 0,40 гривні).

«А дивуватися нема чому – друга армія світу» навіть унітази вживані та собачі будки краде», – прокоментували в мережі.

**На Рівненщині арештували лісівника – доларового мільйонера**

Те, що знайшли у нього вдома, – нам, простим смертним, навіть ніколи не снилось

Лія ЛІС

Віталій Сухович, депутат Рівненської області, заступник директора Поліського регіонального офісу «Лісів України», який до лютого 2023 року був начальником Рівненського обласного управління лісового та мисливського господарства, незаконно привласнив мільйони доларів.

Під час санкціонованого обшуку у нього правоохоронці знайшли 150 мільйонів гривень у різній валюті, золото, зброю, авто Audi Q8, Mercedes-Benz GLE, BMW X5, 2 пістолети, автомат Калашникова та 4 земельні ділянки у Рівному.

Як таке може бути у найбіднішій країні Європи, охопленій війною?

## ● ПРЯМА МОВА

Володимир ЗЕЛЕНСЬКИЙ, Президент України, у розмові із західними журналістами розповів, коли закінчиться війна:

Люди чомусь ставляться до цього, як до кіно, та очікують, що в подіях не буде довгих пауз, що картинка перед очима завжди змінюватиметься, щодня будуть якісь сюрпризи. Але для нас, для наших воїнів – це не кіно. Це наші життя. Це щоденна важка праця. І завершиться все не так швидко, як нам би хотілося, але ми не маємо права опустити руки і не зробимо цього.



## ● РЕЗОНАНС

**Колишній полонений «з яблуком» попросив не говорити біля нього російською**

Однак після цього його звинуватили у... розколі суспільства через мовне питання

Василь КІТ

Український воїн Максим Колесников, фото якого з яблуком після 11-місячного полону розлетілося мережею (тоді він сказав: «Аж страшно їсти яблуко, оскільки не їв чогось подібного рік»), опублікував допис, у якому попросив не використовувати біля нього російську мову. «Я був у полоні, російська мене тригерить, буду вам вдячний за спілкування українською, дякую. Поки що вистачає сил на отакий спіч, але хочеться закричати: «Люди, бл\*ть, що з вами?! Це Київ, а не пітер», – написав військовий.



Після 11 місяців перебування в неволі Максим Колесников втратив понад 32 кілограми ваги і виглядав дуже змученим. Втім, зараз воїн змінився до невпізнаності і повернувся на службу.

На допис українського захисника відреагувало чимало людей, зокрема й співзасновник маркетингового агентства Tabasco Олександр Смірнов, який російською мовою звинуватив військового в розколі українського суспільства через мовне питання. «Не

можна вказувати іншим людям, як до тебе звертатися», – зазначив бізнесмен.

На слова Смірнова жорстко відповів український журналіст та історик Вахтанг Кіпіані, який зараз перебуває в лавах ЗСУ. «Можу підписати петицію, щоб вас, як лінгвоінваліда, випустили з України, не чекаючи кінця війни», – звернувся Кіпіані до захисника російської мови.

Крім того, військовий пригрозив Смірнову «особистою зустріччю після демобілізації» та порадив «дивитися по сторонах».

Справді, після невеликого затишшя російськомовні в Україні знову підняли голову і активно використовують у публічних місцях свій «язик». Давайте відсіч, як Максим Колесников!

«Можу підписати петицію, щоб вас, як лінгвоінваліда, випустили з України, не чекаючи кінця війни», – звернувся Кіпіані до захисника російської мови.

## ● НЕСПОДІВАНИЙ ПОВОРОТ



Таке перетворення мало хто міг уявити. І воно – яскравий доказ того, що кожна людина може виправитись у житті.

**Скандально відомий Вадим Тітушко воює за Україну**

Родоначальник «тітушок» перебуває у складі легендарної 72-ї бригади «Чорні запорожці»

Василина СМЕТАНА

Він вступив до лав ЗСУ ще у квітні 2022 року і зараз є командиром відділення. Відповідний допис на своїй сторінці у Facebook зробив військовий та пластун Юрій Юзич. «Десятиліття Революції гідності буде неповним без розуміння одного важливого факту. Де зараз Вадим Тітушко, чиє прізвище додало в українській мові новий термін? У це складно повірити, але він воює в ЗСУ, в складі легендарної 72-ї бригади «Чорні запорожці». 3 квітня 2022-го. Молодий сержант, командир відділення. У той час, як багато

«майданівців» сидять по домах... Правий був Євген Коновалець: «У вогні перетоплюється залізо у сталь, у боротьбі перетворюється народ у націю», – написав Юзич. А в коментарях під постом читачі додали, що Тітушко вже отримав медаль за «Жертвність і любов до України».

Нагадаємо, що 18 травня 2013 року Вадим Тітушко разом з іншими спортсменами у Києві під час мітингу напав на журналістів Ольгу Снічарчук та Владислава Соделю. Згодом його прізвищем почали називати «проплачену» молодь, яка розганяла мирні протести на Майдані за часів Януковича. Після Революції гідності Вадима Тітушка засудили до трьох років в'язниці, але покарання змінили на два роки умовно. І ось таке перевтілення людини, яка асоціювалася з антиукраїнськими діями!

## ● НЕВІДОМІ СТОРІНКИ

**Кримський міст «допомогла» підірвати росіянка**

Вона поруч відпочивала на яхті і захотіла відзняти відео

Юрій ЖУК

Коло українські військові отримали конструкторські документи Кримського мосту, вони вже розуміли, яким чином потрібно завдати по ньому удару. Однак ще одним джерелом інформації став відеозапис росіянки, яка відпочивала на яхті в районі мосту і відзняла відео, де було видно внутрішні конструкції арки.

Про це в ексклюзивному документальному фільмі «СБУ. Спецоперації перемоги» розповів підполковник військової контррозвідки СБУ на псевдо Єнот. Ця інформація дала розуміння, в

якій точці треба атакувати міст, щоб завдати йому максимального пошкодження. «За тими документами, які ми читали, вже розуміли, як воно має виглядати. Але одне діло, коли це на кресленнях, а інша справа, – як вживу зроблено. Під час підготовки до операції більшість інформації, яка використовувалася для розвідки, отримувалася з відкритих джерел», – розповів Єнот. А військовослужбовець військової контррозвідки СБУ на псевдо Хром додає, що кожен росіянин зі смартфоном – це їхній ліпший друг, товариш і клієнт.

Але не забуваймо, що і кожен необачний українець зі смартфоном теж може бути ліпшим другом наших ворогів, якщо зніматиме і бездумно викладатиме це в мережу. Будьмо обачними!

«Світає, Міст гарно палає; Соловейко у Криму СБУ стрічає».



## ● ПОЛІТИЧНА КУХНЯ

**Безугла пішла війною проти Залужного**

Закінчення. Початок на с. 1

Василь КІТ

Суттю критичних зауважень Безугло стало те, що Головнокомандувач ЗСУ нібито не надав депутатам «план перемоги» і в той

самий час запропонував посилити мобілізацію – «забирати не менше 20 тисяч громадян на місяць...» – написала вона.

Допис Безуглої, яка неодноразово потрапляла у скандали, викликав хвилю обурення. Цитувати нецензурні висловлювання не будемо. Надамо слово людині,



Про нардепку Мар'яну Безуглу вже давно кажуть, що «в неї не всі дома».

яка нюхала порох війни. «Окремі депутати, які не мають та ніколи не мали жодного стосунку до війська, більше того – ганьблять своїми діями всю країну – ходять у

формі чи в мілітарі. Або ж обговорюють події на фронті, військові рішення, продукують якісь ідіотські ініціативи. Всім було б набагато краще, якби дурні, некомпе-

тентні і неадекватні люди не пхали свій ніс у справи мобілізації, війни та військових», – заявив заступник командира 3-ї окремої штурмової бригади Збройних сил України Максим Жорін, колишній керівник «Азову».

Тим часом партія «Європейська Солідарність» заявила, що вимагає відкликати народну депутату від «слуг» Мар'яну Безуглу з комітету національної безпеки й оборони.



## ● ЗНАЙ НАШИХ!

## «Перші дрони паяла дружина»

Закінчення. Початок на с. 1

Олеся МАЦЮТЕВИЧ, nv.ua

Батько двох дітей В'ячеслав Стражець – інженер за фахом. 10 років працював на залізниці. Згодом за кермом вантажівки перевозив товари Європою. Перед повномасштабним вторгненням саме готував візу для нових рейсів. Проте інтуїція підказувала – скористатись нею не зможе.

«Я не одразу пішов у військкомат. Дружина мене не пускала, забрала ключі від машини. Але я наступного дня поїхав туди велосипедом. Я не мав військового досвіду, не брав участі в АТО. Відчував, що не виконав свого обов'язку. У лютому 2022-го не вагався ні хвилини», – згадує В'ячеслав.

Наприкінці травня 2022 року під час мінометного обстрілу отримав складне поранення, коли надавав допомогу побратимові. Праву руку лікарі ампутували, ліву, на щастя, вдалося зберегти.

Уже під час реабілітації В'ячеслав міркував над тим, чим зможе бути корисним, як одужає. Так натрапив на тему FPV-дронів. «Поки я лежав у лікарні, купив комплектуючі для дронів. Вони прийшли поштою одночасно з моїм поверненням додому. Я сам паяти не могу,



В'ячеслав Стражець планує розширення бізнесу.

бо важко тримати паяльник. То дружина паяла, а син допомагав. Так ми зібрали перший дрон», – згадує В'ячеслав.

Ветеран навчив сина пілотувати. До того сам тренувався керувати дроном на симуляторі. А ще пройшов декілька профільних курсів. Там, зокрема, дізнався про те, як відкрити свій бізнес зі збирання дронів. В'ячеслав переконаний: якби зробив це на волонтерських заходах – довго не протримався б. Тому пішов шляхом підприємця.

Фінансову підтримку йому надав Український ветеранський фонд Міністерства у справах ветеранів України.

Фото Олеси МАЦЮТЕВИЧ, nv.ua.

стало менше вільного часу, його практично немає. Я встаю зранку – і поїхав. Ми тільки починаємо обладнання. Але вже є двоє працівників. Свого побратима взяв на роботу. Він отримав поранення одночасно зі мною. А за пілота у мене син, хоч йому тільки чотирнадцять».

Про те, якого ставлення очікують ветерани від суспільства, він говорить так: «Потрібна елементарна повага від людей. Ветерани – це ті, хто віддав для держави більше, ніж податки. Але люди часто бояться глянути в очі чи щось сказати. Намагаються вдавати, ніби тебе не існує».

Найміцнішою опорою в поверненні до цивільного життя він вважає родину. Згадуючи

### Під час мінометного обстрілу отримав складне поранення, коли надавав допомогу побратимові. Праву руку лікарі ампутували, ліву, на щастя, вдалося зберегти.

Для В'ячеслава це була перша спроба подання заявки на конкурс. І одразу – успішна. «Я й сам не очікував. Думав, що отримати грант нереально, що треба бути супер-пупер-підприємцем чи вундеркіндом. Але ні, все набагато простіше», – розповідає він. На запитання, як це – бути ветераном, який займається власним бізнесом, він відповідає бадьоро: «У мене

тривалий період лікування та реабілітації, не уявляє, як би впорався без допомоги дружини. «Під час евакуації я, важкопоранений, ішов три кілометри. Щоб вижити, треба було докласти зусиль». Тому я згадував дітей, свою дружину – і знов піднімався. Думав: якщо зараз засну, то точно вже не встану. І так тримався», – згадує чоловік.

## ● ГЕРОЯМ СЛАВА!

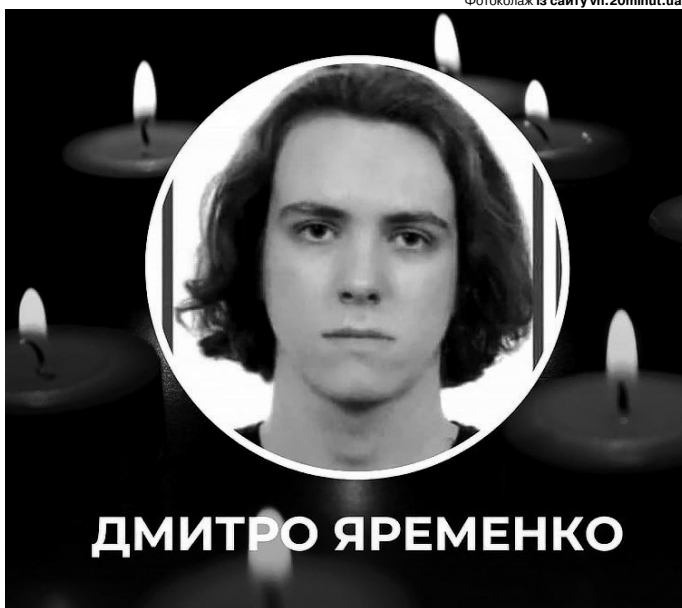
## На фронті загинув 18-річний захисник, який пішов на фронт потай від батьків

Його тато воював на сусідній позиції і навіть не знав про це

Василь КІТ

У Вінниці попрощалися з 18-річним героєм Дмитром Яременком. Хлопець загинув на фронті від мінометного обстрілу. Студент-другокурсник факультету журналістики потай від батьків пішов воювати. «Юний, найкращий, сильний, патріотичний хлопець виявив бажання служити в полку «Азов», це була його мрія, бо він із Маріуполя», – розповіла ТСН ректорка Вінницького педагогічного університету Наталія Лазаренко.

Дмитро кілька місяців жив в окупованому Маріуполі, зрештою родині вдалося виїхати до Вінниці. Там хлопець вступив до університету. Рік навчався на стаціонарі і увесь час марив рідним містом, кажуть друзі. Це одна його мрія – полк



ДМИТРО ЯРЕМЕНКО

«18 років – вік, щоб жити, любити і творити. Назавжди у серцях. Вічна слава Герою!» – написав у фейсбуці викладач Дмитра.

«Азов». Дмитро навіть на заняття ходив із шевроном ЗСУ та українським прапором на плечі. «Він був справжнім патрі-

отом. Це його основна риса, він із дитинства завжди про це казав, він це доводив», – каже однокласник Дмитра Владислав.

В університеті хлопець почав цікавитися документалістикою, аби зняти фільм про рідне місто. «Це був би прекрасний режисер, документаліст. Його вабили роботи Ілленка, і він хотів після журналістських студій у нас вступити далі до університету театру, кіно і телебачення імені Івана Карпенка-Карого, це була його мрія», – каже доцентка педагогічного університету Ірина Зелененька.

На другому курсі навчання Дмитро потайки від батьків перевівся на індивідуальне навчання і пішов добровольцем на фронт. Навіть в окопі продовжував учитись. Його тато теж військовий, їхні позиції були поряд, але про те, що син теж воює, батько дізнався вже після кількох ротаций.

«Не можна благословити на війну, я не міг. Просто сказав: «Синочку, бережи себе, бо наше життя це заради тебе. Я взагалі казав, що я пішов в армію, щоб ви не йшли», – не може стримати сліз батько хлопця Валерій Яременко.

Юнак воював у складі полку «Азов», про який так мріяв. 18-річного Дмитра поховали на Алеї слави, він так і не встиг побачити вільний Маріуполь і зняти фільм про нього.

## ● Я ТАК ДУМАЮ!

## Кого цікавить ліфчик Тіни Кароль?

Як же вони задовбували своїми псевдоновинами, наспіх переодягненими з кокошників у вишиванки півчачками і орденоносними кошовими з монатіками, яким «випадала честь» під стінами Святої Софії радісно топтатися брудними чоботами по Державному прапорові у найголовніше державне свято країни!

Марія МАТІОС, письменниця, лауреатка Шевченківської премії (2005), політична діячка



Псевдопафос. Псевдоборотьба з корупцією, з держзрадниками. Псевдо... псевдо. Як же ж вони спаскудили саме поняття ПСЕВДО, яке, очевидно, не лише в мене асоціюється із псевдами безсмертних воїнів минулого – Грім, Черемшина, Боеві!

А днями таблоїди вчергове «ощасливили» посполитих, захлинаючись повідомленням, що «Тіна Кароль у пухнастому ліфчику приспустила джинси для фото на стільці». Вселенська радість, яка дорівнює «радісті» колективного фото на тлі зруйнованого літака «Мрія».

Звісно, я не маю рації: навіть у час війни нікому не заборонено любити, радіти, ділитися радістю. Природна справа. Аби лиш не виключно, бо знаєте, про що я думаю? Ні, не думаю – знаю!

Знаю, що в цей же час десятки тисяч таких же молодих і привабливих українських жінок з мало не приклеєними до шкіри іконками і стертими молитовниками хлипають у подушку чи в кулак, уявляючи, як вони зустрінуть своїх коханих із фронту після року – чи й більше – розлуки... Якщо буде кого зустрічати...

Але їм нікому розповісти про свій душевний і фізичний стан, про безсоння і заламування рук, і про їхні буденні ліфчики і джинси, бо псевдомарафони з таблоїдами вкупі не питають їх, що вони насправді відчувають, чекаючи бодай смайлика в телефоні: є смайлик – значить, живий. До них нема черги софитів і фотографів – до вдів і тих, хто чекає своїх коханих з полону. Та що там черги: їх ганяють, як сидорових кіз з-під адміністрації і майданів, щоб не нагадували, не псували картинку навіть не криками і слізьми, а самим своїм існуванням.

Очевидно, я занадто категорична, але той, хто заїкається про свою боротьбу за Україну на неіснуючому культурному фронті (щоб не сказати, в ситому і теплому тилу), мав би мати бодай залишки свого морального – внутрішнього – цензора, коли стає перед фотографом зі слухачем і штанами чи бере в руки мікрофон на фантастичній забаві, коли через дорогу – в так само нашвидкуруч відведених для цвинтарів полях – шумить не пшениця, як Дунай, а шумлять прапори загиблих героїв. Дехто з них і не нюхав жінки...

## ● СЛОВО – ЗБРОЯ!

## Крістіна і Ксюша чи Христина і Ксеня?

Жіночі українські імена піддалися русифікації

Лія ЛІС

Як пише редакторка Ольга Васильєва, в Україні найпоширеніші такі російські форми жіночих імен: Наташа, Маша, Даша, Ксюша, Анюта та інші. Вони потребують заміни: Наташа – Ната, Наталка, Наталя; Маша – Маруся, Марічка, Марійка; Даша – Дара, Даруся, Дарця; Глаша – Глафа, Глафця; Катюша – Катруся, Катря, Катеринка; Іріша – Іруся, Іринка; Оріся, Оринка; Ксюша – Ксеня; Анюта – Ганнуся, Ганя, Ганця; Альона – це Олена; Крістіна – це Христина (Христя).

Під час тривалого перебування України у складі російської імперії та СРСР нам нав'язали жіночі закінчення для чоловічих імен. Наприклад, у Поліссі завжди розрізнялися Васьо – чоловік і Вася – жінка, а зараз чуємо всюди «Вася» і для жінок, і для чоловіків. Те саме із «Саша» / «Шура» та «Женя», хоча це жіночі форми (теж зросійщені, бо в Україні Олександр – це Саня, Санда або Леся, а Женя – Івга, Геня або Євгенка).

«Закінчення -ця у скорочених формах жіночих імен – Ганця, Янця, Дарця, Вірця, Юльця, Ольця, Гальця, Любця тощо – теж суто українське», – додає Ольга Васильєва.

Як повідомили у Мін'юсті, у I півріччі 2023 року дівчаток найчастіше називали такими іменами: Анастасія, Вікторія, Дарина, Єва, Злата, Катерина, Мирослава, Марія, Софія і Соломія.

## ● ТІЛЬКИ ФАКТИ

26–27 листопада через снігопади у 16 областях України було знеструмлено понад 2 тисячі населених пунктів, на 14 автодорогах перекрито рух транспорту. Найскладнішою ситуацією була на півночі Одеської області, де снігові замети сягали півтора метрової висоти.

25 листопада спікер парламенту Фінляндії Юссі Галла-ахо (на фото) виступив у Верховній Раді. Його промова у День пам'яті жертв Голодоморів була повністю українською мовою, що викликало захоплення у більшості українських нардепів.



Фотокіллаж із сайту informator.ua.

Президент Володимир Зеленський присвоїв львівській 80-й окремій десантно-штурмовій бригаді почесне найменування «Галицька».



● ПУЛЬС ТИЖНЯ

# росія хоче побудувати підводний тунель до Криму

Видно, вже розуміють, що керченський міст не має шансів встояти

Юрій ЖУК

Російські та китайські проурядові бізнесмени таємно обговорювали плани будівництва підводного тунелю, що з'єднує росію з Кримом. Таким чином рф хоче створити транспортний маршрут, який був би захищений від атак із боку України, пише американська газета «Вашингтон пост». За її даними, одна з найбільших будівельних компаній Китаю нібито заявила про свою готовність взяти участь у проєкті.

Тим часом ідею росії з тунелем прокоментували в ЗСУ. «Звісно, що неможливо приховати такі масштабні проєкти, – заявив речник Військово-морських сил України Дмитро Плетенчук. – Для цього навіть супутникові знімки не потрібні». «Проєкт не видається життєздатним», – додав він.

# Депутат держдуми всиновив викрадену в Україні дитину

Щоб дівчинку не могли знайти родичі, їй поміняли не тільки ім'я та прізвище, а й навіть місце народження

Лія ЛІС

Голова партії «Справедливая россия» Сергей Міронов і його нова дружина Інна Варламова у вересні 2022 року викрали дівчинку з Херсона, з обласної лікарні, де дитину лікували від бронхіту. 10-місячне немовля було Маргаритою Прокопенко. За три місяці, в грудні 2022-го, стало офіційно «Маріною Сергєєвної Міроновой», народженою не в Херсоні, а в підмосковному Подольське. Відповідні органи рф без проблем поміняли в документах усе.

Дівчинка була вихованкою дитячого будинку у Херсоні. З цієї установи російські війська вивезли 48 дітей. Загалом, за даними української влади, росія викрала майже 19 500 українських дітей. Повернути додому наразі вдалося менше ніж 400...

Є пекло на землі. І називається воно росія.

# «Зупиніть некрополі на будівлях шкіл!»

У російському місті пенза влада закликала відмовились від меморіальних дощок і фактично визнала великі втрати окупантів в Україні

Марта САЛО

Зокрема, глава адміністрації міста Александр Басенко закликав зупинити встановлення на навчальних закладах міста пам'ятних дощок колишнім учням, які загинули під час вторгнення рф в Україну. Він закликав задуматися, «як дитяча психіка сприйматиме велику кількість меморіальних табличок на будівлях шкіл», і нагадав, що школа – це насамперед освітня установа. За даними очільника міста, у пензі є школи, де загинуло на війні проти України вже по сім–вісім випускників. Відтак мер висловив стурбованість, що «некрополі на будівлях шкіл» можуть завадити «патріотичному вихованню учнів, щоб вони пішли в армію».

Чотирьох окупантів знайшли мертвими на одному з пляжів Маріуполя. Їх зарізали. Поряд із тілами лежав портрет володимира путіна, на якому кров'ю було написано: «Ідіть». Про це повідомив жіночий партизанський рух на окупованих територіях «Зла мавка».

● КОЛЕСО ІСТОРІЇ



«Тема Голодомору сьогодні актуальна як ніколи».

# «Чому росіяни тоді хотіли нас вбити, чому вбивають зараз?»

Петро та Марина Порошенки побували на прем'єрному показі першого фільму з документального циклу «Голодомор. Літописці», який «Суспільне мовлення» створило до 90-х роковин Голодомору

«Довірити переговори з росіянами можна лише найкращому дипломату у світі – Збройним силам України, які прямо зараз проводять інтенсивні аргументовані переговори з росіянами від Куп'янська до Роботиного».

Юрій ЖУК

На показ також прийшли третій Президент України Віктор Ющенко, за каденції якого Голодомор 1932–1933 років було визнано геноцидом українського народу, українські дипломати, військові, політики, діячі культури і багато юних глядачів.

У зйомках документального циклу взяли участь світові та українські дослідники Голодомору. За словами автора сценарію Олександра Зінченка, «Голодомор. Літописці» треба перекласти різними мовами й показувати як застереження в сьогоднішніх

умовах: те, що зараз відбувається з Україною і світом, нагадує те, що відбувалося в 1930-ті роки.

«Вже понад 30 країн визнали Голодомор геноцидом українського народу. Нам ще є куди рухатися. Втім, у цій історії залишається проблема морального рівня. Тоді, в міжвоєнний період, у тридцять років Європа зійшла з розуму, світ зійшов з розуму: оце змагання егоїзмів, коли суспільства не хотіли помічати, що треба взаємодіяти і співпрацювати для спільної мети. Ця байдужість багатьох, небажання помічати моральну деградацію світу рано чи пізно призводить до

дуже згубних наслідків для всіх», – зазначає Олександр Зінченко.

Тема Голодомору сьогодні актуальна як ніколи, переконаний Петро Порошенко. «Для нас життєво необхідно добре засвоїти уроки Голодомору. Він має нерозривний зв'язок із сучасністю, саме тому він досі так болить, саме тому про нього зараз як ніколи треба згадувати та говорити. Цей фільм відповідає на питання, на яке вже століття ми шукаємо відповідь: а чому росіяни тоді хотіли нас вбити, чому вбивають зараз? Бо вони століттями сприймають сам факт нашого існування як загрозу їхній імперії. 90 років

тому – коли вчиняли геноцид голодом, сьогодні – коли зупиняють і розстрілюють автобус із мамами та дітьми, які їхали з Маріуполя до Волновахи, просто за те що вони українці», – наголосив п'ятий Президент під час прем'єри.

«1933-й рік та Голодомор стали можливими, бо Україна не змогла себе захистити. Ми добре вивчили цей урок. Росіяни хочуть нас вбити, а ми хочемо жити. Тут неможливо шукати компроміс. Саме тому з 2014 року ми відроджували Армію. Бо довірити переговори з росіянами можна лише найкращому дипломату в світі – Збройним силам України, які прямо зараз проводять інтенсивні аргументовані переговори з росіянами від Куп'янська до Роботиного. Тільки це достатньо переконлива мова, зрозуміла для росіян. Цього переговорника треба озброїти аргументами та підтримувати, щоб Голодомор ніколи не повторився», – переконаний Петро Олексійович.

● ГЕРОЯМ СЛАВА!



Меморіальний комплекс постав поруч зі старовинними церквами Ніжина.

# ...Останніми словами його були «Слава Україні!»

У Ніжині на Чернігівщині пам'ятник Олександрові Мацієвському став центральною фігурою меморіалу на честь українських захисників, загиблих у боях проти російських окупантів

Скульптуру виконано з бронзи, її висота становить 2,2 метра. Весь меморіальний комплекс буде споруджено на круглому червоному граніті діаметром 16 метрів. А на чорних гранітних сегментах козацького хреста викарбують імена полеглих Героїв.

Микола ДЕНИСЮК



● АКТУАЛЬНО

# «Військовий ПДФО має іти безпосередньо бригадам ЗСУ»

П'ятий Президент під час поїздки на східний фронт повідомив, що внесе у Верховну Раду відповідний законопроект

Ольга СОКОЛОВА

Лише тиждень тому, незважаючи на мої заперечення, кошти бригад, які йшли з ПДФО, були віддані Держспецзв'язку. Для чого? Хіба бригади самі не знають, як краще їм витратити свої гроші, які знаходяться у них на рахунках? Тому я вношу пропозицію, щоб повернути гроші назад бригадам, щоб вони могли купляти запчастини, мавки, FPV-дрони – все, що потрібно», – зазначив Порошенко.

«Ми також у жодному разі не маємо допустити атаки на єдність українського народу зі Збройними силами України. Ми маємо забезпечити єдність понад усе. І тому ми вносимо ще один законопроект – щоб Президент призначав і звільняв командувачів лише за поданням Головнокомандувача (Валерія Залужного. – Ред.). Йому краще знати, з ким воювати, йому краще знати, кому він може довіряти. Якщо ми питаємо із Збройних сил – треба дати їм повноваження», – переконаний Порошенко.



**НА ЛІНІЇ ВОГНЮ**

Боєць спецпідрозділу ГУР МО «Артан» із позивним Хохол, для якого вже замовили місце на кладовищі, вижив усім смертям на зло...

Рустем ХАЛІЛОВ,  
Ярослав ШЕВЧЕНКО,  
«УП.Життя»

Під час бою він потрапив у глибокий тил до ворога, на мінне поле, але зміг вибратись, коли його вже «похоронили». Далі – пряма мова розвідника, який у важку хвилину просто продовжував повзти.

**ДО СВОЇХ – ПО МІННИХ ПОЛЯХ**

...Я пішов на вихід. Взяв із собою два магазини, турнікет, ніж та ікону – більше нічого. І ще один патрон для себе – про всяк випадок.

Мене ворожий дрон почав вести. І я його знаками питаю: в який бік мені йти? Він мені махає крилом – вказує напрямом. Ага, значить, – треба в протилежний.

Пішов униз. Бачу, що там засіяно «лепестками». І також розтяжки. Але переживав я за одне – щоб не наступити на міну протипіхотну, яка може бути закопана. Тому старався ступати туди, де росте трава.

Дійшов до улоговинки, дивлюся: а там теж усе затягнуто. І там уже МОНи такі хороші стоять (протипіхотні осколочні міни. – Ред.). Працюють на 50 метрів. Вони на розтяжках, а для розтяжки використали мідний дріт. Вранці на ньому роса, і тому дріт видно. Я зрозумів, що ці МОНи там всюди, і тому пі-

# Герой, якого «похоронили»: «Я повз до своїх три дні та дві ночі»

Фотоколаж із сайту pravda.com.ua.



За цей час проповз на пузі, не піднімаючись, приблизно три з половиною кілометри. Треба подякувати екіпіровці американській – вона дуже допомогла. Це гортекс, вологу не пропускає, а при цьому «дихає».

«Сам я вінницький і до 2000-х говорив українською, а потім перейшов на російську. А в 2019-му повернувся до рідної мови», – каже Хохол.

шов в інший бік.

Дрон відійшов, і я зрозумів, що є шанс від нього сховатися. Я пройшов трохи, заповз під кущ та наклав себе листям. Чув, як дрон гуде, шукає мене.

Я долежав до сутінків. Потім продовжив рух. Перейшов через польову дорогу, а потім довелося повзти.

І повзя три дні та дві ночі. За цей час проповз на пузі, не піднімаючись, приблизно три з половиною кілометри. Треба подякувати екіпіровці американській – вона дуже допомогла. Це гортекс, вологу не пропускає, а при цьому «дихає».

**«МАРИВ, АЛЕ ДУМОК ЗДАТИСЯ В ПОЛОН НЕ БУЛО»**

Дорогою нарвався на снайпера. Почав швидко

повзти, тіло нагрілось, і він зміг побачити мене в прилад. До речі, це не обов'язково був ворожий снайпер, міг бути й наш. У мене над головою просвистіла куля. Я зупинився і буквально в метрі від мене зайшла ще одна.

Взагалі, є різні способи повзання, але в моєму випадку треба було максимально притискатися до землі й робити все дуже повільно та непомітно. Тут така техніка: ти проповз, скажімо, 10 метрів, а потім – відпочиваєш, відновлюєш дихання, відновлюєш температуру. Коли починає трусити – це сигнал, що треба повзти далі.

Води не було, їжі не було. На другий день пішли дощі, тумани, вже ніяких орієнтирів. Я тільки за звуком зброї, коли починав працювати «брайнінг», наприклад,

розумів, що наші десь там.

Коли треба було трохи поспати, то я облаштував собі місце в траві, де сухоше, підстеляв під себе хмиз, який міг наламати. Вже після другої ночі розумів, що втрачаю сили, що час у мене обмежений. У мене навіть галюцинації розпочалися: я повз і «розмовляв» із дружиною. Втратив напрям, просто збився і не знав, куди рухаюся.

Таке враження, ніби ти на іншій планеті. День у день постійно одне й те саме: трохи світліше, трохи темніше. Трава, туман, дощ. І це, напевно, добре, що така погода, адже я розумів: мене міг знайти дрон.

У такі моменти починається якась переоцінка всього, усвідомлюєш, що усе матеріальне нічого не варте.

**П'ЯТА КОЛОНА**

Колишній керівник СБУ в Криму, звинувачений у держзраді Олег Кулініч у перші дні війни переховував свою родину у монастирі московської церкви у столичній Голосіївській Пущі

Василь КІТ

Там також перебував ексглава СБУ в Харківській області Роман Дудін. Про це повідомила журналістка Тетяна Ніколаєнко, з посиланням на джерело у правоохоронних органах.

Нагадаємо, що 16 липня 2022 року СБУ затримала колишнього начальника спецслужби в Криму Олега Кулініча через державну зраду. За даними слідства, він співпрацював із ФСБ і отримав оперативний псевдонім Котигорошко.

Натомість Дудін – колишній очільник Харківського управління СБУ (2020-2022 роки),



Екснардеп Деркач та митрополит упц мп Онуфрій летять чартерним рейсом.

## Підозрюваних у держзраді ховав... московський патріархат



Деркач, Кулініч та митрополит Онуфрій. Як думаєте, за кого п'ють?

Деркач возив керівництво московської церкви в Україні у святі місця чартером.

підозрюється у державній зраді, самовільному залишенні військової частини, непокорі. Президент України Володимир Зеленський звільнив Дуді-

Дуже багато думав про другу дружину, з якою ми побралися в 2019 році. Згадував своїх дітей, безліч незакінчених справ. Уявляв Конана (побратима, який під час виконання операції в Чорному морі опинився за бортом і плив 14 годин. – Ред.) і казав: ти ж доплив, значить, і я доповзу.

Був такий ще один момент, коли вже в мене всі аргументи, щоб повзти, закінчувалися. Я подумав: ні хера собі – це я своє життя віддам тут в землі? Я краще доповзу туди, і якщо там вони (вороги. – Ред.), то я просто ще когось із собою заберу.

А от думок здатися в полон не було.

**ОБРАЗОК ІЗ БАХМУТА**

Як я згадував, зі мною ще була ікона.

Вона з'явилась у мене, коли ми стояли в Бахмуті в приватному секторі. Я перебував у будинку на позиції біля вікна. А на стіні висіла тканинна ікона – вишита Богородиця. І я на неї дивився й іноді жартома нібито з нею розмовляв. Почався мінометний обстріл. У будинок влучає міна. Падають два кути і дах. Я притискаюсь до іншого кута, ікона мені падає на груди. Кажу: «Ти зі мною хочеш?». Рамку розібрав, ікону згорнув і потім носив на броні на спині.

Я от не вірю в дядька з бородою на троні, я вірю в якийсь намолений містик. І вірю, що все не просто так...

У якийсь момент дістався до ворожих позицій. Я довго вичікував – був настільки близько, що чув усі їхні розмови. Але нарешті мені вдалося пробратися між їхніми двома позиціями. Було тяжко – там ділянка лише в 12 метрів, то я її проходив години чотири, адже намагався не видати себе жодним рухом, щоб не бути поміченим і щоб не зреагували прилади...

Після довгого повзання

я підвівся на ноги та пішов потроху. Коли піднявся, зрозумів, що ходити розучився. А навколо триває бій, працюють кулемети, міномети. Аж ось побачив військові позиції. Придивився: а там хлопці у «пиксели», наші! Я кинув автомат, підняв руки й кажу: «Хлопці, я без зброї, йду до вас, свої!».

Мені сухпайок дали, я спробував поїсти, але не дуже мені це вдавалося. Бо до цього тривалий час не їв – намагався колоски у полі жувати, воду з бур'яна збирати, але то була марна справа.

**«МОЯ ІСТОРІЯ – ПРО ТЕ, ЩО НЕ ТРЕБА ЗДАТИСЯ»**

Коли мене знайшли, доктор сказав: «Тобі залишалось 12–14 годин». У мене тиск був 60 на 80. Мене довели до стаблункту, і я знепритомнів. Хотіли поставити крапельниці – а немає куди.

Відновлюватися потім було непросто. Спочатку довелося підлікуватися, операцію робити, бо в мене вилетіла барабанна перетинка, та й дрібні осколки лишилися. Я досі не можу зрозуміти, навіс чи ні. Немає відчуття ситості. Тому їм ті самі порції, що і раніше, за розкладом. І з водою те саме – доводиться просто заливати в себе. Відчуваю себе губкою.

Іночі мені довго ще видавалось, ніби я в Куп'янському лісі. Очі заплющив – і дивився «мультик».

Моя історія – про те, що не треба здаватися. Як говорить наш Вітя (Титан) (побратим. – Ред.), ми прийшли сюди знищувати ворога, а не вмирати...

Моя дружина місце на кладовищі замовила, свічки заготувала. Пам'ятаю дослівно, як зателефонував їй. Я взяв слухавку і сказав: – Вибач, що я так довго до тебе повз.

на з посади після поїздки на Харківщину 29 травня 2022 року. Тоді глава держави сказав, що посадовець «не працював на захист міста з перших днів повномасштабної війни, а думав тільки про себе особисто».

**Тим часом**

ЗМІ оприлюднили фотодокази контактів очільника філії російської православної церкви в Україні (упц московського патріархату) митрополита Онуфрія з особами, яких підозрюють у державній зраді.

Так, екснардеп та експрезидент НАЕК «Енергоатом» Андрій Деркач, який підозрюється у державній зраді та незаконному збагаченні, десятки років фінансував упц мп. Зокрема, Деркач возив керівництво московської церкви в Україні у святі місця чартером. Також на фото помітно, що екснардеп багато часу проводив разом з митрополитом Онуфрієм та був із ним близький.

Андрій Деркач оголошений у розшук.

Із 30 листопада в прокат виходить документальна стрічка «Фелікс. Лис Подільський» про загиблого аеророзвідника Фелікса Куртаніча на псевдо Лис Подільський. Активний учасник Революції гідності пішов боронити Україну з 2014-го, коли йому виповнилося лише 18 років. Фелікс Куртаніч був оператором дрона, який встановив рекорд України, коли підняв у небо на квадрокоптері найбільший державний стяг. Захисник загинув у квітні 2022 року під Слов'янськом, рятуючи своїх побратимів.



Фото із сайту glavcom.ua.

Із прогнозованих понад 79 мільйонів тонн урожаю цього року Україні на власні потреби вистачить 25%, решту буде спрямовано на подолання голоду у світі. Про це заявив прем'єр-міністр України Денис Шмигаль.





«Тут зараз одні жінки. Ми не можемо покинути все це і піти на іншу роботу. Не можемо підвести наших хлопців», – сказала Христина (на головному фото).

# На шахтах жінки замінили чоловіків, які пішли на фронт

Закінчення. Початок на с. 1

Макс ГУНДЕР (Max Hunder) // Христина розповіла, що робота важка, проте «платять добре і вона відчуває обов'язок залишитися й зробити свій внесок для тих, хто пішов воювати».

## НЕСПОДІВАНИЙ ПОВОРОТ

# Мольфар пошкодував про свій роман зі зрадницею України



Відомий український екстрасенс та музикант Макс Гордєєв у 2012 році мав короткотривалий роман зі співачкою, фіналісткою першого сезону шоу «Холостяк» (СТБ) Яною Соломою (об'єк на фотоколлажі).

Василина СМЕТАНА // Кубик Рубика – товар, який найбільше продается у світі. На другому місці – iPhone.

Цікава Газета на вихідні: Передплатні індекси «Цікавої газети на вихідні»: 60304, (для волинян), 60312 (для рівнян) 60307 (для читачів інших областей) Будьте з нами, бо з нами – ці-ка-во!

## ЗІРКОВЕ ЖИТТЯ

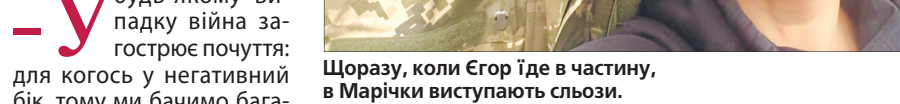


Найбільше щастя – коли всі були разом.

# «Коли Єгор у Києві, не любить бути в натовпі»

Коханий ведучої ТSN («1+1») Марічки Падалко Єгор Соболев служить у лавах ЗСУ, дві доньки навчаються за кордоном, а син готується до вступу в університет та опанує керування безпілотниками.

Таїсія БАХАРЕВА // У будь-якому випадку війна загострює почуття: для когось у негативний бік, тому ми бачимо багато розлучень, для когось почуття стають ще теплішими й ціннішими, – розповіла в інтерв'ю «ФАКТАМ» Марічка Падалко.



Щоразу, коли Єгор їде в частину, в Марічки виступають сльози.

«Коли ти залишаєшся сам на сам з небезпекою, розумієш, що у твоєму житті є найбільшим досягненням, – це дружина, і що є найбільшим скарбом, – це родина.»

сприймається менш гостро. Тож, можливо, прагнення мати дитину було моїм бажанням зануритися в умовний безпечний світ. Зараз я точно можу сказати, що ми з чоловіком не плануємо дитину, бо наші старші діти, навіть на відстані, теж потребують багато уваги.

– Як вони почуваються зараз? – Син Михайло дуже переживає тим, що відбувається в Україні. Щосуботи ходить на протести під міську раду з плакатом «Гроші – на ЗСУ», переймається збереженням культурної спадщини, долучається до різних проєктів. У нього попереду 11-й клас, він хоче вступати до Києво-Могилянської академії, залишилося визначитись із факультетом. З його схильністю й навичками було б природно обрати історичний, але, можливо, ще щось зміниться. Йому скоро 17 років, а через рік – 18. Михайло активно думає над тим, чим надалі буде займатися. Тому зараз купив на всі свої заощадження елементарний дрон і вчиться ним керувати. Навіть у школі взяв активну участь у тому, щоб організувати курси управління безпілотниками.

Дівчата до кінця цього навчального року будуть у Празі. Марія та Катя по-різному переносять життя за кордоном. Старша, Марія, як і багато підлітків, бачить своє життя вдома, у Києві, тому я не знаю, чи довчиться вона там навіть цей навчальний рік, на відміну від молодшої дочки, яка спокійніше сприймає життя за кордоном.

– Багато хто каже, що війна «висушила» всі сльози. Коли ви востаннє плакали?

– Це було на Київському марафоні Незламності, коли на особливу дистанцію вийшли поранені воїни, якими опікується благодійний фонд Revived Soldiers Ukraine, амбасадоркою якого я є. Це був ще й День захисників і захисниць, тому кожний крок, а хтось із воїнів уже міг бігти, люди підтримували оплесками й вигуками. Це було дуже щемливе єднання народу з тими, хто його захищає. Я просто не змогла стримати сльози.

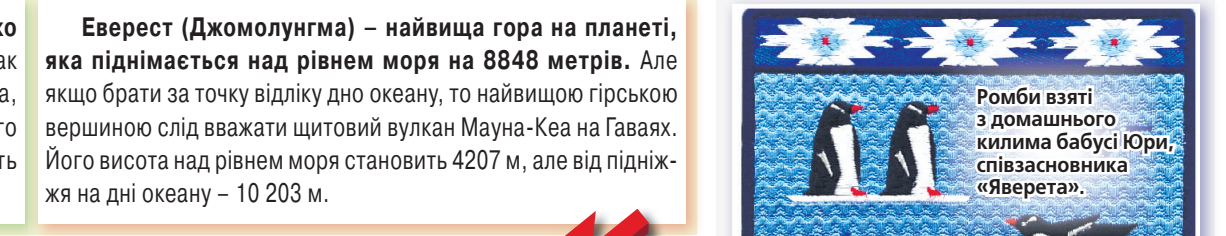


# ПОСІВНИЙ КАЛЕНДАР-2024

Table with 6 columns: КУЛЬТУРА, ЛЮТИЙ, БЕРЕЗЕНЬ, КВІТЕНЬ, ТРАВЕНЬ, ЧЕРВЕНЬ. Rows include: Зелень, салат; Огірки; Помідори, фізалис; Баклажани; Кавун, диня; Перець (гострий, солодкий); Кабачки, патисони, гарбузи; Редис, редька, дайкон; Картопля, топинамбур, батат; Морква, буряк; Цибуля; Квасоля, горох, боби; Капуста (цвітна, білоголова); Петрушка і селера коренева; Полуниця, суніця; Декоративні рослини; Квіти з насіння; Дерева, куці; Несприятливі дні.



Посівний календар – це важливий інструмент для садівників і фермерів, який допомагає визначити найкращі дні для висіву та посадки рослин. Залежно від фази Місяця і знаків зодіаку деякі дні можуть бути сприятливими для росту і розвитку рослин, тоді як інші – менш вдалими.



І пінгвіни б'ють путіна! Національний антарктичний науковий центр України спільно з брендом «Яверета» випустив благодійний шеврон «Мрія про Антарктиду» (на фото). На ньому зображені субантарктичні пінгвіни, які є найчисельнішими сусідами наших полярників. Шеврон «Мрія про Антарктиду» продається у парі з сумкою-шопером. Ціна – 1000 гривень, 500 з яких йтимуть на підтримку полярників, які боронять Україну в лавах ЗСУ.

PEREDPLATNA ЦІНА НА 2024 РІК: ✓ Один місяць: 42 грн + 15 грн (прийом передплати); ✓ Три місяці: 126 грн + 15 грн (прийом передплати); ✓ 6 місяців: 252 грн + 15 грн (прийом передплати); ✓ 12 місяців: 504 грн + 15 грн (прийом передплати).

Цей посівний календар на 2024 рік допоможе вам планувати садові роботи, обираючи найсприятливіші дні для висіву та посадки рослин. Пам'ятайте, що це лише загальні рекомендації, успішність вирощування також залежить від конкретних умов вашої ділянки та клімату вашої регіону.



● **НЕЙМОВІРНО!**



Калпана Балан вирішила не видаляти зайві ікла, бо вони не викликають болю.  
**У жінки... 38 зубів!**  
Через цю аномалію 26-річна громадянка Індії потрапила до Книги рекордів Гіннеса

Марта САЛО

**У** Калпани Балан у роті на шість зубів більше, ніж у середньостатистичної дорослої людини, – 38. Зокрема, вона має чотири додаткові зуби на нижній щелепі та два додаткові – на верхній.  
Ці зайві, відомі як надлишкові зуби (гіпердонтія), почали рости, коли вона була ще у підлітковому віці. Спершу мешканка Індії планувала їх видалити, але стоматологи сказали їй, що слід зачекати до закінчення лікування.  
У підсумку Балан вирішила не видаляти зуби, бо вони не викликають болю. За словами стоматологів, її рекорд може збільшитися в майбутньому, оскільки дівчина має додаткові два зуби, які ще не з'явилися.

● **БУВАЄ Ж...**



Анастасія Покрещук до та після пластики.

**Тепер в українки – найбільші вилиці у світі**

**Блогерка Анастасія Покрещук кардинально змінила свій зовнішній вигляд за допомогою пластичних операцій. Жінку практично неможливо упізнати**

Валерія СУЛИМА

**А**ле Настя не соромиться розповісти про це. У програмі «Неймовірна правда про зірок» вона перерахувала, до яких пластичних операцій вдавалася. Блогерка, зокрема, чотири рази збільшувала груди, проте який у неї зараз розмір бюста, вона не знає – «чесно, але це 1050 мл силікону у кожній».  
Також Анастасія Покрещук робила ліпофілінг (пересадка власного жиру до сідниць), глютенопластику (пластика сідниць зі зміною розмірів і форми), змінювала прес за допомогою операції, а також видаляла грудки Біша (жир у щоках) і вдавалася до ліпосакції.  
А от про вартість пластичних операцій Покрещук відмовилася розповісти.

● **ТІЛЬКИ ФАКТИ**

«Шторм століття», який обрушився на Чорноморське узбережжя, завдав значних руйнувань у російському місті Сочі, а також наробив біди в окупованому Криму. Швидкість вітру під час урагану на півострові досягала 144 км/год – море виходило зі своїх берегів, а каміння в буквальному значенні падало з неба, ушкоджуючи наземний транспорт. Стихія навіть зруйнувала окопи військ рф...

● **ШОК!**

**Потрійне убивство: в Польщі українець задушив дружину та двох маленьких доньок**



Трагедія розігралася в цьому будинку.

**Йому загрожує довічне ув'язнення**

Ліна ВОГОНЬ

**У**містечку Пушиково біля Познані 42-річний житель Вінниці убив свою 29-річну дружину Юлію та двох маленьких доньок віком 4 та 1,5 року.  
Після цього він ще п'ять днів жив у будинку з тілами жертв. Як пише польська преса, 13 листопада, коли дружина з дітьми вже спали, чоловік обхопив руками шию 29-річної Юлії і тримав її, поки вона не перестала дихати. Ствер-

джується, нібито він не хотів убивати дітей, але коли дочки прокинулися, задушив спершу одну, а потім і другу. Вжив лише 11-річний син Юлії, який спав в іншій кімнаті.  
Наступного дня вітчим розповів хлопчику, що його сестри і мама хворі на ковід і лежать у лікарні, а кімнати на першому поверсі стерилізують, тому його туди не пускають. Так тривало п'ять днів, і лише мати Юлії, яка розпитувала про дочку та внуків, змусила

**Вітчим розповів хлопчику, що його сестри і мама хворі на ковід і лежать у лікарні, а кімнати на першому поверсі стерилізують, тому його туди не пускають.**

чоловіка зізнатися у скоєному. Вбивця пішов до торговельно-сервісного центру у Познані разом із сином Юлії, дорогою розповів, що його мати і сестри мертві, після чого звернувся до охоронця і зізнався у потрійному вбивстві.  
«Чоловіка одразу затримали, поліція виїхала за вказаною адресою. На допиті він був спо-

кійний, але лише наприкінці, коли прокурор запитав, чи не шкодує він про скоєне, розплався», – розповів речник Познанської прокуратури Лукаш Вавжиняк  
11-річного сина загиблої взяла під опіку його бабуса, мати Юлії, яка вже приїхала до Польщі з України.  
Повідомляється, що вбивця змалку мріяв працювати кухарем, постійно допомагав бабусі на кухні. Після школи він поїхав до Москви вчитися кухарського ремесла у майстрів, а у 22 роки вже став шеф-кухарем і готував в елітних ресторанах російської столиці. До виїзду в Польщу працював у ресторані в українському Козятині, де і зустрів Юлію.  
У 2018 році Сергій приїхав до Польщі та влаштувався на роботу в ексклюзивний ресторан, через рік до нього приєдналася дружина, тут у них народилися дві дівчинки – Дар'я та Марія, з подружжям також жив син Юлії від попередніх стосунків.  
Але з часом взаємини пари зруйнував алкоголь – чоловік усе частіше пив, згодом втра-

● **НЕВИГАДАНА ІСТОРІЯ**



«Поклявся: щойно прийде весна, «видере» з подвір'я той злочасний асфальт».

**Гріх безтямно сміється...**

**Дарка кляла «колхоз», як тільки вміла. Знала, що гріхів собі цим заробляє, але інакше не могла. Бо забрали до «колхозу» все: худобу, реманент, поле. – Де маю сіяти-садити? – запитувала у начальства. – Нас це не касаєцца, – відповідали**

Ольга ЧОРНА

**С**ім'ю треба було годувати. Біда підказала як. Навесні скопала з Митрофаном, чоловіком, подвір'я і посадили картоплю. Тільки стежечки залишили до льоху і криниці.  
Восени, коли копали ту не-

щасну грядку, не по собі ставало. Картопля вродила трохи більшою за біб. Збирала Дарка урожай, згортала хмеління – і плакала, молилася, проклинала «власть»...  
Ті часи все життя млоїли пам'ять і серце. Й коли Тарас, син, хотів заасфальтувати подвір'я, Дарка з Митрофаном були проти. Воно, казали, святе для

Кливав до хати. Не ступила й кроку. Тільки прошелестіла тишенько:  
– Ти ж обіцяв, сину...  
...Сніг з дощем за ніч перетворили подвір'я на ковзанку. Вранці Женька мусіла обійти худобу. Не втрималася. Впала. Добряче потовкла руки-ноги, ще й головою вдарилася об асфальт...

**Сусіди і в заїзді, і на подвір'ї асфальт покляли. Хіба ми гірші чи бідніші?**

родини. Від голоду врятувало.  
– Подвір'я як подвір'я, – хмикнула невістка Женька. – І коли це було? За царя Гороха.  
Перед тим, як відійти у засвіти, Дарка з Митрофаном мали єдине прохання: не капарати подвір'я. Коли ж батьки повмирали, Женька не вгавала:  
– Сусіди і в заїзді, і на подвір'ї асфальт покляли. Хіба ми гірші чи бідніші?  
– Тато з мамою казали...  
– У старих свої дивацтва. Та й минулися вони вже...  
Таки впростила.  
...Приснилася Тарасові мама. Стояла біля воріт. Сумна.

...Привіз Тарас дружину з лікарні і не знав, як має далі жити. Женьчині ноги-руки працювали. А голова – ні. «Несповна розуму», – казали про неї в селі й шкодували Тараса та двійко дітей, яких саме пора у світ випускати.  
Дивився на дружину і пекло біля серця. Ось він, його гріх, безтямно сміється... Поклявся: щойно прийде весна, «видере» з подвір'я той злочасний асфальт. Ставив свічки у маленькій сільській церквочці і просив прощення в батьків. Кливав маму в свої сні. Може, щось порадить, дасть знак. Але вона не приходила...

**Відомий репер Потоп і співачка Настя Каменських (обоє на фото) розлучаються.** Подружжя уже не живе разом і збирається оголосити про свій розрив, повідомив радіоведучий Артур Адамов в ефірі радіо «Люкс ФМ».

**27 листопада у столиці сильний вітер пошкодив головний прапор України – розірвав його на синю та жовту частину, налякавши тих, хто любить містику.** Споруда кийського флагштока є найбільшою в Україні: висота – майже 90 м, вага – 32 тонни. Розмір полотнища прапора – 16 на 24 метри.



## ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

# Із серця 4-річної українки дістали уламок російської міни

У Херсоні під ворожий обстріл потрапила маленька дівчинка. Завдані терористами травми могли коштувати життя, проте лікарі врятували крихітку

Оксана СКРИПАЛЬ

Російська армія 19 листопада обстріляла Херсон із реактивної артилерії. Снаряди влучили у багатоповерховий будинок. Поранення отримали п'ятеро людей, зокрема дитина. Дівчинка перебувала в реанімації. У неї діагностували мінно-вибухову і закриту черепно-мозкову травму, множинні осколкові поранення, проникаюче поранення грудної порожнини, загальну контузію та контузію легень. Згодом дитину транспортували до столиці.

Як з'ясувалося, уламок російської міни поцілів у



Під час операції ми використали неодимові магніти (складаються зі сплаву неодиму, бору і заліза) для того, щоб із м'яких тканин забрати уламки.

**Дівчинка маленька з Херсона потрапила під мінометний обстріл російської армії. Ще один випадок, який підтверджує геноцид росії в Україні.**

серце 4-річної дівчинки. Вона дивом залишилася жива – її прооперували в ДУ «Інститут серця МОЗ України». Відео з операційної оприлюднив генеральний директор ДУ «Інститут серця МОЗ України», кардіохірург Борис Тодуров.

«Уламок російської міни

в серці української дитини. Дівчинка маленька з Херсона, яка потрапила під мінометний обстріл російської армії. Ще один випадок, який підтверджує геноцид росії в Україні. Навіть такі маленькі діти потрапляють під російські міни. Кожного дня сьо-

годні Херсон під обстрілами і пацієнтів доставляють до нас, коли йдеться про поранення серця», — сказав лікар.

Тодуров розповів, що операція відбулася 22 листопада і тривала більше години.

«Стан дитини задовільний. Її вже перевели з реанімації в загальну палату. У дівчинки ще є ураження на нозі, бо під час обстрілу у неї влучило декілька уламків. Уламок із серця ми забрали, ніжка потроху загоюється – операцію робити не потрібно. Там рвана рана, і вона заживає. Поки що з дитиною все добре, – прокоментував медик. – Під час операції ми використали неодимові магніти (складаються зі сплаву неодиму, бору і заліза) для того, щоб із м'яких тканин забрати уламки – так менш травматично».

Цю методику видалення уламків у Інституті серцево-судинної хірургії імені Миколи Амосова називають інноваційною. За допомогою магнітів уже врятували життя 96 військових.

**За матеріалами ДУ «Інститут серця МОЗ України», видань «Українська правда», ТСН.**

## РАДИТЬ ФАХІВЕЦЬ

# Діарея під час прийому антибіотиків: що робити?

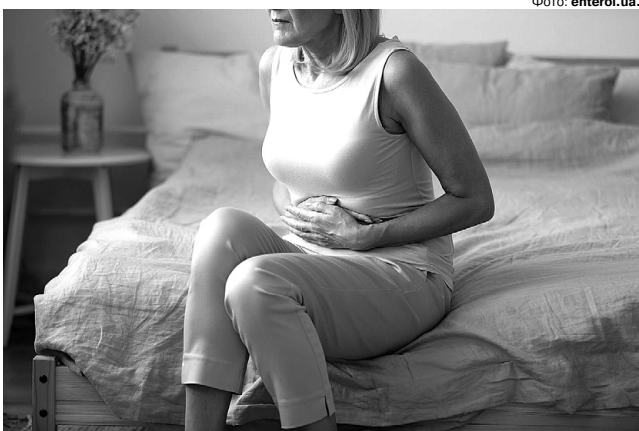
Антибіотики не розрізняють «добрих» та «поганих» бактерій, вони просто атакують їх усі. Це може вплинути на баланс мікробіоти в кишковому тракті і призвести до діареї

Інна НОВИК

Звісно, в цей момент кожен прагне підтримати організм та відновити мікрофлору, щоб не допустити небажаних наслідків і часто звертається до пробіотиків, але це не надто ефективна стратегія.

Наш кишківник містить мільйони різних бактерій і жодні капсули з корисними бактеріями цього розмаїття не компенсують.

Антибіотики не знищують усіх кишкових бактерій – їх забагато і вони швидко



Найефективнішим у підтриманні мікробіоти кишківника є наш раціон.

розмножуються. А от вимарно витрачаєте гроші на пігулки і переводите відповідальність за свою мікробіоту на них, а не власний раціон. А раціон – це головне.

Дослідження свідчать, що найефективнішим у під-

триманні мікробіоти кишківника є наш раціон.

**Якщо вам призначили антибіотики, то:**

- ✓ обов'язково готуйте овочі, фрукти та цілінозернові каші – вони багаті на клітковину (пробиотик);
- ✓ їжте натурально фер-

ментовану їжу (квашені огірки та капуста, хліб на заквасці) – там теж живуть корисні бактерії (пробиотики) і є молочна кислота (пробиотик);

✓ пийте нежирні йогурти (бажано без доданих цукрів та смаків);

✓ не забувайте про кефір, айран, комбучу – ці ферментовані напої також корисні (пильнуйте вміст цукру);

✓ виключіть із раціону жирну, смажену їжу, надміру солоне і копчене;

✓ обмежте борошняні продукти: торти, тістечка, чипси, печиво, білий хліб;

✓ повністю відмовтеся від алкоголю – він теж вбиває бактерії в кишківнику і веде до дисбіозу.

Якщо антибіотики ви приймаєте довгим курсом і з'явилася діарея – порадьтеся з лікарем, який виписав вам курс антибіотиків, щодо ваших подальших дій.

**За матеріалами ВОЦКПХ МОЗ України.**

## ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

# Вплив магнітних бур на самопочуття людини

Дія сонячної активності на людський організм залежить від багатьох індивідуальних факторів

Хтось взагалі може не відчути його на собі, проте найчастіше в цей період люди помічають за собою наступні симптоми:

- пригнічений настрій та дратівливість;
- підвищення чи зниження артеріального тиску;
- порушення сну;
- біль у суглобах;
- апатія або тривога;
- головний біль та запаморочення;
- загострення хронічних захворювань.

## ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД МАГНІТНИХ БУР

Якщо ви чутливі до сонячної геомагнітної активності й відчуваєте описані вище симптоми під час магнітних бур, вам варто:

- ✓ Займатися спортом;
- ✓ Дотримуватися здорового харчування;
- ✓ Більше відпочивати;
- ✓ Підтримувати режим сну;
- ✓ Пити більше води;
- ✓ Виключити з раціону алкоголь та жирну їжу;
- ✓ Намагатися уникати стресових ситуацій;
- ✓ Мати при собі необхідні ліки.

Пік сонячної активності настане в липні 2025 року, а до цього на нашій зірці все частіше відбуватимуться виверження, які викликать геомагнітні бурі різної потужності.

## ПОПЕРЕДУ – 7 МАГНІТНИХ БУР



• Слабкі: 30-31 грудня.

• Середні: 22 грудня.

• Сильні: 25-28 грудня.

**Радимо запастися ліками і поцікавитися здоров'ям у знайомих, які схильні до впливу сонячної активності.**

## ТІЛЬКИ ФАКТ

**Найсильнішою сонячною бурею з усіх будь-коли зафіксованих стала буря 1859 року, відома як «Каррінгтонська подія», яка вивела з ладу більшість магнітних приладів і телеграфні системи.**

## ЩО ВІЩУЮТЬ ЗОРІ?

### Гороскоп на 4 – 10 грудня



**ОВЕН (21.03 – 20.04)**

Слідкуйте за тим, щоб хтось не намагався використати вас на свою користь. Зрозумійте: ніяка це не дружба, а вигода. У вівторок будьте обережні на дорозі і спробуйте вранці встати з правої ноги. *Сприятливий день – середа, несприятливий – вівторок.*



**ТЕЛЕЦЬ (21.04 – 21.05)**

Не бійтеся шукати підтримки у сильних цього світу і просити допомоги у впливових друзів, таке заступництво допоможе залагодити юридичні проблеми. У понеділок не дозволяйте, щоб будь-яка жінка наливала вам чарку. *Сприятливий день – четвер, несприятливий – понеділок.*



**БЛИЗНЮКИ (22.05 – 21.06)**

Цього тижня закохані відчуватимуть напруженість у взаєминах через нереалізовані очікування і образи, що накопичилися: щира розмова допоможе вивести стосунки на новий рівень. Ще одна порада: перегляньте разом якийсь детективний фільм. *Сприятливий день – четвер, несприятливий – середа.*



**РАК (22.06 – 22.07)**

Тиждень розпочнеться для Раків із важливих рішень. Не бійтеся ризикувати і дійте так, як хочеться вам. Поради та підказки від малознайомих людей варто ігнорувати – це просто підлабузництво. Остерігайтесь телефонних шахраїв! *Сприятливий день – субота, несприятливий – середа.*



**ЛЕВ (23.07 – 21.08)**

Відмовтеся від розваг, вони лише тягнуть вас на дно. Почніть читати книги і тренуйте мозок. А ще протягом цього тижня маєте хоча би тричі на день прочитувати 90-й псалом за найближчого знайомого, який зараз на передовій. *Сприятливий день – субота, несприятливий – понеділок.*



**ДІВА (22.08 – 23.09)**

Діви, не ховайтеся від складних завдань, буде складно, але ви з усім впораєтесь. Для впевненості в перемозі ви можете заручитися підтримкою друзів. А ще зорі рекомендують вам протягом наступного тижня щоразу мати з одягу щось червоного кольору. *Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – четвер.*



**ТЕРЕЗИ (24.09 – 23.10)**

Наступного тижня можете отримати шанс, який дається дуже рідко. У вас буде можливість знайти неземне щастя і навіть озолотитися. Зволікати не варто, швидше хапайте птицю удачі за хвіст! Зорі на вашому боці! *Сприятливий день – середа, несприятливий – п'ятниця.*



**СКОРПІОН (24.10 – 22.11)**

Очищуйте ментальне та матеріальне: викидайте з життя все непотрібне, що тягне назад, забирає вашу енергію, заважає трансформуватися та розвиватися. Період підходить для того, щоб звести нанівець усі конфлікти, присвятити себе партнерським взаєминам як особистим, так і діловим. *Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – понеділок.*



**СТРІЛЕЦЬ (23.11 – 21.12)**

Саме протягом цього тижня можна почати накопичувати і відкладати гроші на рік, що дійсно варта того. А ще вам корисні усамітнення, аналіз перемог та помилок, медитації, чесна розмова із собою. І, звісно, щира молитва. *Сприятливий день – середа, несприятливий – вівторок.*



**КОЗЕРІГ (22.12 – 20.01)**

Зверніть увагу на сигнали свого тіла. Якщо загалом все добре, не прогайте ідеальний період для того, щоб зайнятися спортом та профілактикою здоров'я, скласти план харчування на майбутнє. *Сприятливий день – субота, несприятливий – неділя.*



**ВОДОЛІЙ (21.01 – 18.02)**

Водолії ризикують сильно посваритися з друзями. Тиждень на самоті може здатися вам непростим випробуванням. Однак цей час дається вам не просто так, вам слід трохи «покопатися» у своїх думках. Можете почати вести щоденник. *Сприятливий день – субота, несприятливий – середа.*



**РИБИ (19.02 – 20.03)**

Рибам варто приділити увагу своєму здоров'ю. Не жертвуйте собою заради інших людей. У понеділок нікому не дозволяйте робити вам каву – вода може бути заговорена. Це саме стосується і алкоголю, особливо, коли його наливає жінка в сірому. *Сприятливий день – субота, несприятливий – понеділок.*



## ● СІМ «Я»

**Хитрощі як досвід**

– Як твій шкільний день?  
– Сьогодні я шукав у портфелі підручник, якого туди не клад

Оксана КОВАЛЕНКО,  
мама



Я з подивом вислухала подробиці історії, в якій мій першокласник виявив, що забув «Математику», однак наполегливо розшукував її, аж доки вчителька перемкнула увагу на щось інше. А нащо ж шукав? Та щоб вчителька не сердилася. Дуже цікавим мені спостерігаємо за своїми дітьми, вивчаючи їхні нові риси, вони спостерігають за нами, дорослими, перетворюючи інформацію на корисні дані. І це не єдиний момент! Були ще й інші історії, які почула як відповіді на простеньке запитання: «Що цікавого в школі?». І хоч учинки сина в тих оповідях мені подобалися не завжди, стрималася, щоб оцінювати прямо. Думалося, він формує новий досвід у колективі, який тільки-но почав вивчати: пробує, експериментує – і ось зараз звіряє зі мною, мамою. Критикувати не випадає. Як завше, виручила техніка запитань: «Тобі самому це сподобалося?». Малий мовчав і супився, а тоді переводив розмову на інше. Що ж, має і таке право. І ми, дорослі, іноді користуємося цим рятівним кругом – перестрибнути на іншу тему, щоб побороти ніяковість чи інше неприємне відчуття. Зрештою, як користуємося і хитрощами, які, власне, ще не «тягнуть» на рівень обману, але не є і правдивістю.

Добре пам'ятаю, як була молодшою мамою. У той час у подібній ситуації точно казала найстаршому сину, тоді ще школярику, щось на кшталт, що треба уважніше складати книжки в ранець. Ніби це не очевидно. Тепер сприймаю такі ситуації інакше. Ясно, що уважність – це круто, але стовідсотково вона все одно не буває, тому важливо мати свої маленькі хитрощі, аби не впадати в паніку.

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

## ● ЗНАЙ НАШИХ!

Фото із сайту uaf.ua.



Спеціалісти відзначають бойовий дух і філігранні паси Сашка.

**Українець – 4-й захисник світу!**

26-річний гравець лондонського «Арсенала» і національної збірної України Олександр Зінченко увійшов до списку найкращих лівих оборонців на планеті

Петро ПАС

Про це повідомляє популярний футбольний портал FourFourTwo.

Українець посів четверте місце у рейтингу. Найкращим визнали канадського захисника «Баварії» 23-літнього Альфонсо Дейвіса.

**Топ-5 найкращих лівих захисників за версією FourFourTwo:**

1. Альфонсо Дейвіс («Баварія»);
2. Тео Ернандес («Мілан»);
3. Ендрю Робертсон («Ліверпуль»);
4. Олександр Зінченко («Арсенал»);
5. Дестіні Удоджі («Тоттенгем»).

## ● ФУТБОЛ

**«В Україні, на відміну від боснійців, в кожній ланці є лідер»**

«Такий шанс пробитися на Євро-2024 не можна втратити».

**Колишній керманч національної збірної, а нині головний тренер львівських «Карпат» 72-річний Мирон Маркевич вважає, що жереб для «синьо-жовтих» у матчах плей-оф до Євро-2024 був сприятливий**

Петро ПАС

23 листопада стали відомі суперники для національної збірної України з футболу в раунді плей-оф відбору на німецьке Євро-2024: 21 березня 2024 року підопічні

Сергія Реброва зіграють на чужому полі проти Боснії і Герцеговини. Якщо вдасться перемогти, то у вирішальному поєдинку 26 березня виходять на переможця пари Ізраїль – Ісландія.

– Вважаю, що шлях В – оптимальний варіант, – заявив в ін-

**Боснійці – нижчі за класом, тому не дивно, що саме наших футболістів вважають фаворитами.**

терв'ю *sport.ua* заслужений тренер України Мирон Маркевич.

– По-перше, останніми роками українська збірна успішно грає з

**ЯКИЙ РАХУНОК?**

Футбол. Українська Прем'єр-ліга. Результати матчів 15-го туру: «Шахтар» – «Полісся» – 0:0, «Минай» – «Кривбас» – 0:1, «Верес» – «Металіст 1925» – 4:3, «Ворскла» – «ЛНЗ Черкаси» – 0:0, «Динамо» – «Рух Львів» – 2:0, «Дніпро-1» – «Чорноморець» – 5:2, «Колос» – «Зоря» – перенесено, «Олександрія» – «Оболонь» – перенесено через снігопад.

ТУРНІРНА ТАБЛИЦЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПРЕМ'ЄР-ЛІГИ НА 28 ЛИСТОПАДА:						
№	Команда	І	В	Н	П	ЗП О
1.	«Дніпро-1» (Дніпро)	15	10	3	2	24:13 33
2.	«Кривбас» (Кривий Ріг)	15	9	3	3	27:14 30
3.	«Полісся» (Житомир)	15	9	3	3	22:10 30
4.	«Шахтар» (Донецьк)	13	7	4	2	22:13 25
5.	«Рух Львів» (Львів)	15	6	6	3	24:18 24
6.	«Динамо» (Київ)	12	7	1	4	27:16 22
7.	«Колос» (Ковалівка)	14	4	8	2	11: 9 20
8.	«Ворскла» (Полтава)	15	5	4	6	15:23 19
9.	«Чорноморець» (Одеса)	14	6	1	7	23:21 19
10.	«ЛНЗ Черкаси» (Черкаси)	15	4	5	6	14:17 17
11.	«Металіст 1925» (Харків)	14	4	3	7	15:19 15
12.	«Оболонь» (Київ)	14	3	4	7	10:20 13
13.	«Олександрія» (Олександрія)	14	3	4	7	8:18 13
14.	«Верес» (Рівне)	14	2	5	7	14:23 11
15.	«Зоря» (Луганськ)	12	2	4	6	13:17 10
16.	«Минай» (Минай)	15	0	6	9	6:24 6

балканцями, зокрема, суперника в півфіналі – Боснію та Герцеговину – перемагала у відборі на останній чемпіонат світу. Отож, психологічна перевага буде на нашому боці. Важливо, що на відміну від боснійців, в Україні в кожній ланці є лідер.

Переконаний, що й із мотивацією не буде проблем. Керманч Сергій Ребров у недавніх

боснійці – нижчі за класом, тому не дивно, що саме наших футболістів вважають фаворитами.

В іншій парі: Ізраїль – Ісландія, як на мене, гору візьме Ізраїль, але українцям треба поки що зосередитися на півфіналі. Такий шанс пробитися на Євро-2024 не можна втратити. Бо йдеться не тільки про футбольний імідж України, а й про можливість добре заробити, – наголосив Мирон Богданович.

До речі, Мирон Маркевич у 2010 році керував національною збіркою у 4 матчах: тричі українці святкували перемогу і один раз зіграли внічию. Він – перший і єдиний на цей час тренер збірної України, який не зазнав з нею жодної поразки.

## ● ДО СЛІЗ

**На Волині військовий розшукав школярку, щоб віддячити їй за лист на фронт**

**Військовослужбовець 41-ї окремої механізованої бригади ЗСУ Сергій Орісюк, який днями повернувся з передової в короткотривалу відпустку, розшукав шестикласницю Анну, котра влітку передала йому подарунок**

Наталія ВОСКРЕСЕНСЬКА

Лист із малюнком, шоколадка та 100 гривень від дитини розчулили бійця, який воював тоді на Миколаївському напрямку в складних умовах, розповідає директорка Любомльського ліцею № 2 Марія Мельниченко.

Чоловік вирішив зробити сюрприз та приїхав із презентом – тортом та іграшкою – в школу, аби особисто подякувати дитині за її вчинок.

Зі слів Марії Мельниченко, влітку ліцей відгукнувся на звернення жінки Любомля, сестри військового, про збір допомоги на фронт.

«Ми якраз вантажимо їм машину, і ця дівчинка біжить, гукаючи: «Маріє Олександрівно, я ще встигаю?». Аня вклала в лист картину, яку намалювала, шоколадку і 100 гривень. Питаю: «Нащо ти мені даєш? От сестричка приїхала передати речі своєму брату». То вона так і передала для нього. Як-то кажуть, вийшло випадково й адресно», – розповідає директорка ліцею.

Отриманий презент розчулив Сергія Орісюка, який був далеко від рідної домівки, тож він вирішив знайти дитину й особисто подякувати.

«От уявляєте, в них нічого немає, все розбито... Якраз тоді був прильот... А тут йому дитина передала картину з шоколадкою і ці гроші. Для нас це нічого, а для них дуже важливо! Потім дівчинка мені казала: «Я ніколи не вірила, що таке може бути, що до мене може прийти військовий», – пригадує Марія Мельниченко.

У клас, де навчається Анна, захисник прийшов

посеред уроку. До його приїзду готувалися, каже директорка, проте самій дівчинці нічого не розповідали, щоб це стало несподіванкою. Згодом військовий поспілкувався з дітьми та зробив фото на згадку.

**Аня вклала в лист картину, яку намалювала, шоколадку і 100 гривень.**

Волинський військовий Сергій Орісюк з учнями 6-Б класу Любомльського ліцею № 2.



«Я ніколи не вірила, що таке може бути, що до мене може прийти військовий», – зізналася після зустрічі із захисником Аня.



● **ВАРТО ЗНАТИ**

Фото із сайту twitter.com.

**Гарбузове насіння – один із найкращих засобів проти глистів.**

У багатьох країнах фермери змагаються у вирощуванні гарбузів і встановлюють рекорд за рекордом – плоди-чемпіони важать понад тону. Однак чим більший гарбуз, тим більш волокнистий його м'якуш, тому для споживання варто вибирати овочі невеликого або середнього розміру.

## Хочеться шоколаду – налягайте на... гарбуз

**Кажуть, цей овоч, багатий на яблучну кислоту, глюкозу, фруктозу та сахарозу, цілком здатен замінити солодоці. Це лише один із фактів, чому важливо включити гарбуз у свій раціон**

Справді, він вирізняється серед інших «родичів» не лише яскравістю, а й розмаїттям смаків, адже непере-

вершений і запечений, і у вигляді крем-супів, і в поєднанні з м'ясом, і в десертах... Тож якщо у вашому меню ще немає страв

із гарбуза, дізнайтеся, за що його варто любити і які корисні властивості йому притаманні.

У гарбузі міститься безліч вітамінів, зокрема В, А, Е, С, РР. А ще – такі рідкісні вітаміни, як Т і К – їх практично не знайдеш в інших овочах і фруктах.

Завдяки вмісту вітамінів А і Е, що допомагають боротися з ознаками старіння, гарбуз є своєрідним «еліксиром молодості». А вміст вітаміну Т, який допомагає організму засвоювати важку їжу, робить його прекрасним гарніром.

Бета-каротину в гарбузі в кілька разів більше, ніж у моркві, а він, як відомо, дуже корисний для очей.

Він містить яблучну кислоту, глюкозу, фруктозу, сахарозу, які чудово живлять організм і можуть навіть замінити йому солодоці. Тому, якщо заманулося шоколаду, налягайте на гарбуз.

Завдяки рекордному серед овочів вмісту заліза гарбуз може допомогти і в боротьбі з анемією. Є в ньому також кальцій, потрібний для кісток і м'язів, калій, який підтримує роботу серця, магній, необхідний для нервової системи, мідь, фосфор та інші речовини. Тож цей овоч є відмінним профілактичним засобом захворювань серцево-судинної системи. Їсти його слід при малокрів'ї, атеросклерозі, гіпертонії. А гарбузовий сік є натуральним снодій-

ним засобом і прекрасним антиоксидантом.

Клітковина сприяє поліпшенню травлення, очищає кишечник. Гарбуз належить до низькокалорійних продуктів, а значить, прекрасно підходить для дієтичного харчування всім охочим схуднути. У ньому всього 22–25 кілокалорій на 100 г, і він їстівний у будь-якому вигляді. Регулярне вживання гарбуза покращує обмінні процеси в організмі – він є основним помічником у прискоренні метаболізму.

Гарбузове насіння – один із найкращих засобів проти глистів. А також його рекомендують вживати вагітним у період токсикозу – воно зменшує неприємні відчуття і нудоту, а також насичує організм калієм.

Чоловікам варто звернути увагу на корисні властивості гарбуза, бо солі цинку, які в ньому містяться, позитивно впливають на потенцію і сексуальну активність.

Гарбуз має жовчогінну та сечогінну дію. Особливо добре від набряків допомагає гарбуз у сирому вигляді.

● **НА ЗАМІТКУ**

### А ви правильно зберігаєте гарбузи?

**Щоб тривалий час насолоджуватися стравами з цього корисного, поживного та смачного овоча, треба забезпечити йому оптимальні умови**

Гарбуз може зберігатися у свіжому вигляді до 6 місяців у прохолодному темному місці з температурою від 4 до 9 градусів за Цельсієм. Але для зберігання на зиму підходять лише середньо- і пізно стиглі сорти. Окрім того, звертайте увагу на такі фактори:

⇒ Гарбуз повинен бути повністю дозрілим, але не перестиглим. Дозрілий плід має тверду шкірку, яка не продавлюється при натисканні.

⇒ Овоч повинен бути важким. Це означає, що у нього щільна м'якоть.

⇒ Плід не повинен мати пошкоджень, плям чи інших дефектів.

Пам'ятайте: зберігатимуться лише гарбузи, зібрані до початку заморозків, прихоронені морозом плоди швидко псуватимуться, тож спершу варто споживати саме їх.

Найкращим місцем для зберігання гарбуза є льох, у ньому оптимальні умови. Розкладіть плоди на стелажах в один шар на суху соломку або газети, причому не впритул. Між овочами мають бути проміжки, щоб уникнути масового псування та появи механічних пошкоджень. Вільний простір потрібно залишити також і між овочами та стіною. Флороніжку слід розташувати догори. Можна тримати гарбузи й у ящиках, якщо перестелити сухим мохом. Урожай треба регулярно оглядати та змінювати відсирілу підстилку на суху. Якщо на гарбузах з'явилася волога, витирайте сухою ганчіркою. Пошкоджені овочі виносьте з льоху, використовуйте їх у першу чергу.

Деякі місяці гарбуз може зберігатися у квартирі, наприклад у **коморі**, оскільки там температура трохи нижча. Туди не потрапляють сонячні промені, що подовжить термін зберігання. Овочі треба покласти на полиці флороніжками вгору. Вони не повинні торкатися один до одного.

Непогано зберігатимуться гарбузи й на **балконі або лоджії**, але тільки якщо вони утеплені та засклені, інакше морози зіпсують плоди. Використовуйте полиці, застелені газетами. Якщо немає стелажів, покладіть на підлогу ковдру, а поверх гарбузи на відстані один від одного. Щоб захистити від сонця, накрийте щільною тканиною. Якщо на балконі дуже холодно, кожен гарбуз треба укутати.

У **холодильнику** цілий гарбуз можна зберігати кілька місяців, а порізаний на шматки – до 10 днів. Якщо хочете зберегти овоч на триваліший термін, можна його заморозити: очистивши від шкірки й насіння, нарізати кубиками і в герметичній тарі помістити в морозильну камеру. Так він може зберігатися до року.

● **ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!**

## «Ой чудове диво гарбузове...»

**А хіба ж не диво? Гарбуз – один із найцінніших і найпоживніших дарів осені. «Сонячну ягоду», як іще називають цей овоч, можна використовувати і як лікарський засіб, і як корисний дієтичний продукт, який є «коморою» вітамінів та мікроелементів. Традиційно в Україні готували гарбузову кашу, проте насправді страв із ним – величезна кількість**

л. олії, сіль, перець, спеції – до смаку.

**Приготування.** М'якоть гарбуза нарізати кубиками, висипати на пательню з розігрітою олією й обсмажити з усіх боків. Тим часом зелень дрібно посікти, часник пропустити через прес або розтовкти у ступці, додати спеції і вимішати все зі сметаною. Заправити цим соусом гарбуз, добре перемішати, посолити й поперчити, накрити кришкою і тушувати до готовності, час від часу помішуючи.

### ОЛАДКИ З ГАРБУЗА І ЯБЛУКА

**Інгредієнти:** 400 г гарбуза, 1 яблуко, 2 яйця, 1 склянка борошна, 0,5 скл. кефіру, 2 ст. л. цукру, 1 ч. л. розпушувача, 3–4 ст. л. олії, на кінчику ножа кориці, сіль за смаком.

**Приготування.** Яблуко і гарбуз натріть на тертці з великими отворами. Збийте яйця з цукром, сіллю та корицею, влийте кефір, всипте борошно з розпушувачем і перемішайте. Додайте в тісто гарбуз, яблуко і ще раз вимішайте. Ложкою акуратно викладайте тісто на розігріту сковороду з олією. Смажте оладки на слабкому вогні під кришкою з двох сторін до готовності 4–5 хвилин. Вийнявши зі сковороди, помістіть їх на паперовий рушник, щоб прибрати зайвий жир. Подавайте оладки з гарбуза і яблука гарячими зі сметаною або варенням.

### МАРМЕЛАД

**Інгредієнти:** 1 скл. цукру, 0,5 л кип'яченої води, 0,5 кг м'якоти гарбуза (мускатного або цукрового), 3 ст. л. лимонного соку, 1 ст. л. цукрової пудри.

**Приготування.** Поріжте гарбуз кубиками, залийте водою і зваріть до м'якості. Далі протріть через сито, викладіть в іншу каструлю, засипте цукром. Перемішайте масу і підігрійте на слабкому вогні. Додайте лимонний сік і варіть до загустіння, поки мармелад буде падати шматками зі столової ложки. Викладіть масу на застелене пергаментом деко, пласт має бути завтовшки близько 1 см. Залиште на 10–12 годин до повного загустіння. Наріжте на шматочки і посипте цукровою пудрою.

### ЗАПІКАНКА «ТИГРЕНЯ»

**Інгредієнти:** для сирного тіста – 1 ст. л. (з чубком) кукурудзяного крохмалю, 25 г маку, 100 г цукру, 2 яйця, 500 г сиру; для гарбузового шару – цедра 1 апельсина, 1 ст. л. крохмалю, 0,5 скл. цукру, 2 яйця, 800 г гарбуза; для заливки – 1 яйце, 1 ст. л. цукру, 120 мл сметани, 150 грамів гарбузового пюре.

**Приготування.** Мак залили окропом і протягом 15 хвилин проварити при помірному кипінні, потім вимкнути вогонь і акуратно зцідити рідину, а мак перекинути в сито, щоб позбутися залишків вологи. У

чашу блендера викласти сир, всипати цукор, збити до однорідності, додати крохмаль, яйця, мак і знову ретельно збити. Гарбузову м'якоть очистити від волокон і шкірки, порізати на шматки і запекти в духовці при помірному нагріванні, злегка змастивши маслом деко. Залежно від щільності м'якоти на це знадобиться до 20 хвилин. Після охолодження перекасти скибочки в марлю, складену в кілька шарів, і добре відтиснути вологу. Для запіканки потрібно 0,5 кг гарбузового пюре, необхідну кількість покладіть у вимитий блендер, додайте яйце, цукор, апельсинову цедру, крохмаль і на малих обертах перемішайте.

Дно роз'ємної форми (діаметром 20–25 см) застелити кулінарним пергаментом, стінки і папір щедро змастити маслом. У центр форми по черзі викладати обидва тіста (2–3 ложки сирного, 2–3 ложки гарбузового, знову сирне і т. д.) – пластами, поки обидві маси закінчаться, а у формі утвориться гірка. Візьміть ємність двома руками й акуратно постукайте денцем об стіл, щоб маса рівномірно розійшлася по всьому об'єму. Поставте запіканку в розігріту до 180 градусів духовку на 50 хвилин. Тим часом гарбузове пюре, що залишилося, змішайте зі сметаною, яйцем і цукром. Наприкінці запікання вийміть форму з духовки, влийте в неї заливку і запікайте ще 7–8 хвилин. Залиште десерт у формі до повного остигання, тільки потім її зніміть.

● **АНЕКДОТИ ДО ТЕМИ**

Народна прикмета: якщо у жінки в руках качалка, ще не факт, що будуть пірижки.

SMS: «Милий, я тут щось таке приготувала... Купи сосисок про всяк випадок».

Зі щоденника жінки на дієті: «Вночі снівся торт. Згризла всю подушку...»

– Вам, як завжди, пиво та чипси? – питає офіціант постійного відвідувача.

– Ні, я на велосипеді, тому, будь ласка, чипси й мінеральну воду.

Через декілька хвилин офіціант несе пиво з чипсами і каже:

– Ви вже можете випити пива: ваш велосипед хтось украв.



● **ЗІРКОВЕ ЖИТТЯ**

# «Я не з тих, хто буде народжувати «для себе»

Фото із сайту tsn.ua.



«Забула – і не взула», – так пояснила своїм прихильникам ведуча «1+1», коли одного разу в новій студії вийшла в ефір босю, знявши туфлі на високих підборах, а глядачі це помітили.

поративи чи рекламних контрактів у неї практично не буває.

На життя телеведучій потрібно мінімум 1000

доларів на місяць.

Вона каже, що не відчуває особливого тиску через те, що ще не народила.

«Серед мого оточення дуже багато подруг, які не мають дітей і які чайлдфрі чи так вирішили, чи так склалося, чи зі здоров'ям проблеми, чи народили в 45 чи 50, тому я не можу сказати, що на мене це так особливо тисне», – поділилася спостереженнями телеведуча.

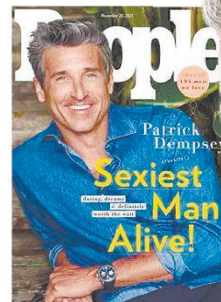
Зі слів Соломії, вона не має жодних особливих проблем зі здоров'ям, які не давали б їй завагітніти, «просто так сталося». «Я не з тих, хто буде народжувати «для себе», я все-таки вважаю, що малюк має з'являтися у великому коханні і все-таки має бути пара, двоє людей, які вирішують завести дитину», – переконана вона.

До речі, одним реченням Соломія Вітвіцька себе описує так: «Відповідальна, емоційна і всім переймаюся».

● **ПРО ЦЕ ГОВОРЯТЬ**

# Ось він – найсексуальніший чоловік світу

Таке визнання цьогоріч отримав 57-літній американський актор Патрік Демпсі (на фото), якого двічі номінували на кінопремію «Золотий глобус»



«Примно, коли тебе визнають».

Лія ЛІС

**Ж**урнал People почав визначати Sexiest Man Alive («Найсексуальніший живий чоловік») із 1985 року. Першим лауреатом видання став знаменитий кіноактор Мел Гібсон (грав, зокрема, у фільмах «Хоробре серце» й «Чого хочуть жінки»). Згодом найсексуальнішими чоловіками планети видання визнавало таких зірок світового кінематографа, як Шон Коннері, Річард Гір, Бред Пітт, Джордж

Клуні й Пірс Броснан.

А тепер ось переміг Патрік Демпсі, який у серіалі Grey's Anatomy («Анатомія Грея») виконав роль доктора Дерекка «МакДріммі» Шеперда і здобув мільйони шанувальниць...

– Коли я дізнався, що обрали мене, то був абсолютно шокований. А потім почав сміятися, бо подумав, що це, мабуть, жарт, – розповів в інтерв'ю People 57-літній американський актор. – Звісно, примно, коли тебе визнають. Це, без-

умовно, потішило мене його, але я також хотів би перетворити це на щось позитивне.

На запитання про ймовірну реакцію його дітей, 21-літньої доньки й 16-річних хлопців-близнюків, Патрік Демпсі відповів, що на їхнє захоплення розраховувати не варто.

– Напевно, трохи глузуватимуть і шукатимуть причини, через які я не мав би отримати це звання, – припустив актор. – Але це добре – завдяки дітям я все ще почувуюся молодим.

● **УВАГА, КОНКУРС!**

# Якщо слово – зброя, то есперанто – суперзброя!

Переконаний, після оголошення відповідей на сьогоднішні запитання більшість учасників конкурсу постукають себе по лобі, промовляючи: «Ех, Семене Семеновичу...». Бо нічого надскладного у завданнях справді не було



«Американська мрія» – поширена в США доктрина, за якою кожному американцеві відкрита можливість досягти успіху – і навіть бути обраним президентом країни – завдяки таким особистим рисам, як працелюбність, мужність, наполегливість та рішучість.

тинства знають, яку в собі силу несе одне слово. А тут – ціла ж мова!

Хто з наших читачів дав правильні відповіді на запитання **38-го туру** – літак «Мрія», **39-го** – «пінка для гоління» і **40-го** – «есперанто», а також яке становище лідерів у вікторині «Гранатобуз із секретом» після 40 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 задавати нове завдання.

**«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 43 (2023)**

Сьогодні в гранатобузі ми заховаємо тост. Його кілька разів в одному з популярних фільмів промовляє головний герой – суперзірка світового кінематографа. Асоціації з актором: українське коріння; аерофобія; «Санта-Барбара»; тезка винахідника та імператора; квашена капуста...

Асоціації із тостом: «проти»; популярна назва кафе; 0,5; заперечення; займенник; прислівник; «заборонений плід»; справа; синонім до «пропонувати»...

Що за тост ми написали у гранатобузі?

Відповідь треба надіслати до 7 грудня (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)).

Примієм вас пошуку без повітряних тривоги! І не забудьте запропонувати своїм поштарям:

«Хочу переплатити на цікаву газету на вихідні!»



Грицько ГАРБУЗ

Але оскільки ми добряче вже відстали з відповідями у нашому конкурсі, то не будемо марно витрачати дорогоцінного часу, а трохи надолужимо згаяне.

**«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 38 (2023)**

Із запропонованих нами б висловів заберіть два зайві, оскільки чотири з них характеризують основу основ «філософії», про яку ми часто чули з фільмів: «Добре тому ковалеві, що на обидві руки кує!», «Або пан або пропав», «З великої хмари малий дощ», «Крапля довбає камінь не силою, а частим падінням», «Зараз або ніколи!», «Гора мишу вродила».

Частина назви цієї «філософії» асоціюється і з нашою країною. Саме фото дуже відомої цієї «суньо-жовтої асоціації» ми і заховаємо.

Що зображено на світліні, яку ми заховаємо?

Це запитання виявилось одним із найскладніших у конкурсі. Хоча насправді ви багато разів у фільмах та книжках чули і читали про «американську мрію» – поширену у

США доктрину, за якою кожному американцеві відкрита можливість досягти успіху – і навіть бути обраним президентом країни – завдяки таким особистим рисам, як працелюбність, мужність, наполегливість та рішучість. А в гранатобузі ми заховаємо світліну, де зображена українська гордість – літак «Мрія», який, на жаль, залишиться поки що лише на світлинах, адже його знищили під час наступу на Київщину торік російські загарбники.

**«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 39 (2023)**

Цей предмет є в багатьох удома, але, звісно, далеко не у всіх.

Асоціативний ряд із ним: Дід Мороз, не Снігова Королева, Козак Мамай, не Катерина II, Йосип Сталін, не Вінстон Черчилль, Ясь – не Іванко, більше довга, ніж широка, це й зимова й сметанкова ця подруга «павича», посестра сполучника і ворог «іжачка»...

Що за предмет знаходиться у гранатобузі? Відповідь: «Пінка для гоління». А тепер повертайтеся назад до

запитання – і шукайте, де дали маху.

**«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 40 (2023)**

Сьогодні ми заховаємо назву особливої «зброї», частини імені і прізвища творця якого означають і століття, і людину певного роду, і популярну настільну гру, і скорочене звертання до однієї пані, і прийменник для «голосування», і глухий звук, і відому біблійну особу...

До речі, рік винаходу цієї «зброї» легко можна скласти у три вісімки.

Асоціації з винаходом: надія, нейтралітет, рівноправ'я, дружба, порозуміння, бесіда, «дзеркалка» частини символу української політсили, «28», Польща, навіть язик...

Яке слово ми написали на листку?

1887-го року єврейський лікар-поліглот із польського Білостока Людвік Лазар Заменгоф опублікував підручник із «Міжнародної мови», за якою швидко закріпилася назва «есперанто», адже вона стала найпоширенішою і найрозумілішою для більшості. Оце і є захована нами «особлива зброя», адже всі з ди-

## 2023 Листопад-Грудень

**30 Четвер**

Міжнародний день захисту інформації. Всесвітній день домашніх тварин.



☀️ схід – 18:25, захід – 11:25. Спадаючий опуклий місяць. 17-й день.  
☀️ схід – 07:56, захід – 16:17. Тривалість дня – 08:21. Тривалість ночі – 15:39.

**1 П'ятниця**

День невролога. День працівників прокуратури України. Всесвітній день боротьби зі СНІДом.



☀️ схід – 19:36, захід – 12:03. Спадаючий опуклий місяць. 18-й день.  
☀️ схід – 07:58, захід – 16:16. Тривалість дня – 08:18. Тривалість ночі – 15:42.

**2 Субота**

Міжнародний день боротьби за скасування рабства.



☀️ схід – 20:49, захід – 12:29. Спадаючий опуклий місяць. 19-й день.  
☀️ схід – 07:59, захід – 16:16. Тривалість дня – 08:17. Тривалість ночі – 15:43.

**3 Неділя**

Міжнародний день людей з інвалідністю. Всесвітній день комп'ютерної графіки.



☀️ схід – 22:02, захід – 12:49. Спадаючий опуклий місяць. 20-й день.  
☀️ схід – 08:00, захід – 16:15. Тривалість дня – 08:15. Тривалість ночі – 15:45.

**4 Понеділок**

День інформатики.



☀️ схід – 23:13, захід – 13:04. Спадаючий опуклий місяць. 21-й день.  
☀️ схід – 08:02, захід – 16:15. Тривалість дня – 08:13. Тривалість ночі – 15:47.

**5 Вівторок**

День працівників статистики в Україні. Всесвітній день волонтерів.



☀️ схід – ---, захід – 13:16. Остання чверть. 22-й день.  
☀️ схід – 08:03, захід – 16:14. Тривалість дня – 08:11. Тривалість ночі – 15:49.

**6 Середа**

День Збройних сил України.



☀️ схід – 00:22, захід – 13:27. Спадаючий півмісяць. 23-й день.  
☀️ схід – 08:04, захід – 16:14. Тривалість дня – 08:10. Тривалість ночі – 15:50.

Місячний і сонячний календар склав Вадим ХОМІК, вчитель фізики та астрономії КЗЗО «Луцький ліцей №1 Луцької міської ради».