



Після ін'єкції постраждали 22 людини.

Через лікарську недбалість сімом пацієнтам видалили очі, а ще двоє померли...

Цей шокуючий факт зафіксовано на Тернопільщині

Після ін'єкцій в очі, які провели 22 жителям Чортківської громади, сімом людям видалили по одному оку, а двоє померли від ускладнень, які з'явилися пізніше. Ще 13 пацієнтів осліпили на одне чи два ока або ж досі намагаються вилікувати зір. Після 10 місяців розслідування правоохоронці ще не пред'явили обвинувачення трьом лікарям Чортківської опорної лікарні, які проводили процедури.

За інформацією правоохоронців, експертиза в Харкові препарату «Алтузан», яким робили ін'єкції, та інших речових доказів майже завершилася. Однак слідчі витребували нові медичні документи в постраждалих, тож слідство триває і надалі, повідомили в розслідуванні NGL.media.

Продовження резонансного матеріалу – на с. 6



Фотоколаж із сайту rbc.ua.

«Нехай серце моєї мами живе у вас»

У Кіровоградській обласній лікарні вперше провели таку трансплантацію

Наталія САРАФАНОВА

Серце пересадили 58-річному киянину. На операцію чоловік чекав рік, після її проведення його перевезли в столицю.

Донором для нього стала 58-літня жителька Кіровоградщини. У жінки констатували смерть головного мозку. Згоду на забір серця і печінки дали рідні.

«Пацієнтка поступила до нас з лікарні міста Мала Виска. Вона була в комі третього ступеня. Під час обстеження комп'ютерний томограф показав величезний крововилив, несумісний із життям. Це перший досвід згоди, до того вже було п'ять відмов», – розповів завідувач відділення Микола Цепінь.

Участь у першому заборі донорських органів і трансплантації серця брала команда лікарів Кіровоградської обласної лікарні, розповіла керівниця медзакладу Лариса Андреева. Печінку донора транспортували в Київ, її отримає інша людина.

«Ще раз хочемо подякувати рідним донора, які взяли на себе таку сміливість і віддали серце й печінку іншим людям, – **наголошує Лариса Андреева.** – Коли донька проводжала маму і пацієнта на операцію, то вона йому сказала: «Я вам бажаю здоров'я і нехай серце моєї мами живе у вас, а я буду розуміти, що вона жива».

«красна площа буде залита кров'ю»

Все буде Україна!

Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

13 грудня 2023 року №50 (313) Ціна 7 грн

4 820230 060027 >

Прогноз провидиці – на с. 12

НА ЛІНІЇ ВОГНЮ

Український снайпер із майже 4 км ліквідував ворога і став світовою знаменитістю

Кулі знадобилося приблизно 9 секунд, щоб знищити окупанта на відстані у 3800 м

Марта САЛО

На перших шпальтах популярної американської газети The Wall Street Journal (WSJ) вийшов матеріал про українського снайпера В'ячеслава Ковальського, який встановив рекорд снайперського пострілу для бойових умов, знищивши ворога на дистанції майже у 4 км.

58-річний колишній бізнесмен та стрілець-спортсмен, а нині снайпер підрозділу контррозвідки Служби безпеки України В'ячеслав Ковальський здійснив свій постріл перед світанком 18 листопада.

Завдяки гвинтівці «Володар обрію» В'ячеслав Ковальський побив планетарний рекорд.

Публікація про легендарного снайпера із ЗСУ вийшла на першій шпальті The Wall Street Journal.

Як це було – читайте на с. 5

ЗНАЙ НАШИХ!

Чи здобуде титул «Місіс світу» багатодітна мама та дружина нацгвардійця?

Україну на цьому престижному міжнародному конкурсі представлятиме 37-річна Олена Єлізарова

Лія ЛІС

– Для мене велика честь та відповідальність – представляти нашу країну у цей складний час.

Українка – дизайнерка інтер'єрів та власниця бренду ювелірних виробів. Вона також написала дитячу казку та колись, яку відзначили на конкурсі Global Music Awards у категорії «Краща пісня для дітей».

За пані Олену триматимуть кулаки коханий чоловік, троє синів і донечка!

Жінка заміжня і виховує чотирьох дітей – трьох хлопчиків та дівчинку.

«Конкурс Mrs.World – один із найпрестижніших у світі. Сьогодні це вже не тільки дефіле у купальнику. Це культурна подія, на якій зустрічаються представниці різних країн. Це ще один майданчик, на якому Україна може заявити про себе. Розповіді про нашу культуру і традиції, зробити більш помітними твори українських дизайнерів одягу й аксесуарів. Для мене велика честь та відповідальність – представляти нашу країну у цей складний час», – зазначила Єлізарова.

38-й Міжнародний конкурс «Місіс світу» пройде з 14 до 21 січня у США. Він створений для вродливих і успішних заміжніх жінок.

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Кровопивця путін оголосив, що піде на п'ятий термін

Він керує росією з 2000 року

Микола ДЕНИСЮК

Під час заходу на честь так званого дня «героїв вітчизни», президент рф заявив, що буде висуватися на новий президентський термін у 2024 році. Голосування за «царя росії» відбудеться 17 березня.

путіна обирали президентом рф у 2000, 2004, 2012 і 2018 роках. Перед голосуванням 2012 року термін президентських повноважень збільшили з 4 до 6 років. Після ухвалення поправок до конституції рф у 2020 році він отримав право виставляти свою кандидатуру і на президентських виборах 2024-го. Очевидно, кривавий пуйло сподівається відновити російську імперію в кордонах СРСР або близько до того.

росіян та білорусів допустили до Олімпіади-2024

Невже цивілізованому світу байдуже до крові і сліз українців?

Петро ПАС

Міжнародний олімпійський комітет (МОК) прийняв рішення допустити спортсменів росії та білорусі, котрі пройдуть кваліфікацію у своїх видах спорту, до участі в літніх Олімпійських іграх-2024 у Парижі (26 липня – 14 серпня). Згідно з рішенням, вони зможуть взяти участь у змаганнях як індивідуальні атлети та в нейтральному статусі – без прапора та гімну. До командних видів спорту російських та білоруських спортсменів допущено не буде. При цьому заборона на участь в Олімпіаді також поширюється на атлетів, які активно підтримують бойові дії, а також пов'язані з військовими структурами чи органами національної безпеки.

На офіційному сайті МОК йдеться, що на тепер на Ігри кваліфікувалися 11 «нейтральних» спортсменів (вісім із російським паспортом та троє – з білоруським).

Крім того, ніхто з російських або білоруських державних чиновників не буде запрошений або акредитований на Олімпійські ігри в Парижі 2024 року.

● ПРЯМА МОВА

Юрій ЛУЦЕНКО, експрокурор, колишній воїн ЗСУ, про найбільшє:

Чому держава не може купити оптом пару десятків тисяч піканів?

Чому держава, якщо і завозить дрони, то за двійною ціною?

Чому держава взагалі не переймається проблемою грязьових і зимових шин?

Чому держава не вирішить питання оплати старпінків?

Чому законодавство завжди проти волонтерів?

Чому, чому, чому...

У мене є лише одна відповідь: щоб зайняти голови і руки, зменшити кількість грошей і сил у найактивнішої частини суспільства.



● ТІЛЬКИ ФАКТИ

Експрезидент США Дональд Трамп випереджає чинного главу Білого дому Джо Байдена в національному опитуванні щодо президентських виборів 2024 року на чотирі пункти – 47% проти 43%. Про це інформує Wall Street Journal.

Україна досягне піка захворюваності на COVID-19 в середині грудня, повідомив головний державний санітарний лікар Ігор Кузін. Від початку епідемічного сезону на респіраторні хвороби сумарно захворіло вже 1,3 мільйона українців.

● РЕЗОНАНС

Розстріляли, як собаку: ліквідовано зрадника Іллю Киву

Після початку повномасштабного вторгнення він утік до росії, але це його не врятувало

Василь КІТ

46-річного Іллю Киву знайшли мертвим 6 грудня на оточений лісом вулиці закритого котеджного містечка Супонево біля москви, де він проживав. Помер від вогнепального поранення в голову. Нагадаємо, що Ілля Кива – агент кремля, який свого часу діяв у патріотичних колах, зокрема, кілька місяців був серед керівництва «Правого сектора», також працював радником міністра внутрішніх справ і навіть очолював поліцейську профспілку. У 2019 році проявив своє справжнє обличчя і став народним депутатом від російської партії ОПЗЖ.

Перед повномасштабним вторгненням рф утік спочатку до Іспанії, а потім – до росії. 24 лютого 2022 року – у день нападу – Кива в онлайн-включенні в ефірі російського телебачення заявив, що Україна «поневолена і поставлена на коліна Заходом, просякнута нацизмом, і в неї немає майбутнього», та повідомив, що українському народу «потрібне звільнення».



Зрадник любив одягати військову шапку із зіркою і заявляти: «Нацист, арестуй мене! С этой звездой мой дед резал глотки фашистам!».

Доля Іллі Киви чекає й інших зрадників України, а також посіпак путінського режиму.

У результаті український народ звільнили від самого Киви – як повідомляють ЗМІ, за ліквідацією московського агента стоять українські спецслужби, зокрема СБУ. Як заявив речник ГУР Міноборони України Андрій Юсов, доля Іллі Киви чекає «й інших зрадників, а також посіпак путінського режиму». Радник міністра внутрішніх справ України (2015–2021) Володимир Мартиненко вважає, що Ілля Кива був законною ціллю наших спецслужб, адже «при проведенні будь-яких воєнних операцій ті, хто співпрацює з ворогом, мо-

жуть бути ліквідовані».

Як розповіла російській поліції співмешканка Киви, він дуже тривожився за своє життя, завжди намагався дотримуватися заходів безпеки. До прикладу, щоразу йшов у лісосмугу готелю, щоб записати відео. Це потрібно було для того, щоб унеможливити визначення місцевості, де він перебуває. «Цього разу (у день ліквідації. – Ред.) Кива міг також вирушити до лісу, щоб записати ролик для свого Telegram-каналу», – припустили російські пропагандисти.

Тим часом за неофіційною

● ОТ СВОЛОТА!



Що тут скажеш: який батько – такий і син...

«Україна вже програла»: син Трампа зробив скандальну заяву про війну

Дональд Трамп-молодший (на фото з батьком) виступив із критикою зовнішньої політики США. Він заявив, що фінансування військової допомоги Києву не має сенсу

Василина СМЕТАНА

Син одіозного батька вважає, що наша країна «вже давно програла» війну. Таку думку американський бізнесмен висловив під час дискусії у соцмережі X.

Так, Дональд Трамп-молодший заявив, що надавати Україні військову допомогу – це даремна справа, адже ці кошти лише «підтримують її на апараті штучного забезпечення життєдіяльності». За його словами, Київ уже зазнав поразки.

«Америці не потрібно продовжувати фінансувати нескінченну війну без шляху до перемоги. Більше ніяких великих воєн, більше немає фінансування

військово-промислового комплексу!» – написав Трамп-молодший.

Таку реакцію бізнесмена викликала заява колишнього ведучого Fox News Такера Карлсона, який процитував міністра оборони Ллойда Остіна. Той нібито заявив, що «американських дядьків, двоюрідних братів і синів» відправлять воювати в Україну, якщо не буде продовжено належне військове фінансування країни.

Як відомо, колишній президент Дональд Трамп неодноразово робив проросійські заяви. Крім того, він казав, начебто йому вистачить 24 години, аби встановити в Україні мир. Політик у разі, якщо він знову стане президентом США у 2024 році, планує всадити Зеленського і путіна за стіл переговорів. Український лідер у відповідь наголосив, що йому вистачить 24 хвилини, аби переконати Трампа у тому, що переговори із путіним – це погана ідея.

● О ЧАСИ! О ЗВИЧАЙ!

У Золочівській бурсі старшокурсники організували жорстоку «посвяту» новачкам

Тепер справою займається поліція

Юрій ЖУК

Угуртожитку училища на Львівщині старшокурсники жорстоко побили першокурсників. Після того, як відео інциденту потрапило в соцмережі, на нього відреагували поліцейські.

Випадок трапився пізно ввечері угуртожитку Червононьського вищого професійного училища, яке розташоване у селі Червоне Золочівського району. Студенти старших курсів влаштували своїм молодшим колегам так звану «посвяту», під час якої у боксерських рукавичках по черзі сильно били молодших у груди й обличчя...

Директорка закладу Тетяна Салабай заявила в коментарі ЗМІ, що «не може зрозуміти такої жорстокості дітей». Вона додала, що піс-

ля того, як побачила відео, повідомила поліцію, тепер справою мають займатися правоохоронці. Побиття відбулося пізно ввечері, коли студенти вже мали спати.

Начальник сектору дізнання Золочівського РВП Віталій Гудима розповів, що наразі проводяться первинні слідчі дії. За його словами, подія сталася у жовтні. Підозрюваним загрожує обмеження волі на строк до 5 років або позбавлення волі терміном до чотирьох років. «Усі учасники інциденту встановлені. Досудове розслідування триває. З потерпілими працюють психологи», – додають у поліції Львівщини.

Червононьське ВПУ розташоване у селі Червоне за 6 км від Золочева. В училищі відбувається навчання за шістьма напрямками: перукар, кравець, тракторист (слюсар), електрозварник (коваль), водій категорій В і С, пекар-кондитер.

● БОЛИТЬ!

На війні загинув кіномеханік Руслан Володін (на фото), який знімав українські фільми «Захар Беркут», «Кіборги», «Сто-рохова застава», «Незламна», «Нюхач» та інші.

Вічна пам'ять і слава Герою!



● **УСЕ ДЛЯ ФРОНТУ, ВСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!**

Нашим – тепло, а рашистам – пекло!



«Тепер ці грілки відправляємо на фронт, в холодні окопи нашим бійцям».



Фото із сайту prm.ua.

Ольга СОКОЛОВА

600 тисяч хімічних грілок для рук і ніг, придбаних Фондом Порошенка та волонтерами «Справи громад», уже прибули в Україну. Вони здатні зігрівати українських воїнів до 12 годин поспіль

Хімічні грілки одразу ж відправлять у бригади ЗСУ на фронті. Ця рекордна партія хімічних грілок подола тисячі кілометрів, зокрема і польсько-український кордон, пояснює п'ятий Президент.

«Найсвіжіші, – показує По-

рошенко документи і пояснює: – Чим довше хімічні грілки зберігаються на складах, тим нижча їхня ефективність. Ці – здатні зігрівати українських воїнів до 12 годин поспіль». «У кожній коробці 30 штук для ніг. А це ви бачите комплекти для рук, вони вставляються в рукавиці і 12 годин надійно тримають тепло. Це для вас, дорогі бійці Збройних

сил України», – говорить Порошенко.

Він подякував польським та українським водіям, які подолали довгий шлях і проблеми на кордоні. «Тепер ці грілки відправляємо на фронт, у холодні окопи наших бійців. Хлопці та дівчата, приймайте подарунки від нашої команди», – сказав Порошенко.

● **О ЧАСИ! О ЗВИЧАЙ!**

Школярка та її хлопець закатували бабусю: жінка обожнювала внучку-вбивцю

Пара на суді провину визнала

Марія БОЙКО

У Київській області до 14 років позбавлення волі засудили молодих людей, які жорстоко вбили бабусю дівчини. Причиною трагедії стало нібито те, що бабуся вимагала від своєї внучки займатись навчанням та забороняла зустрічатися з хлопцем. Про це йдеться у вирокі Бориспільського міськрайонного суду Київської області, який опублікували 7 грудня 2023 року.

ЖІНКА ПРОСИЛА НЕ ВБИВАТИ, АЛЕ ПІДЛІТКИ НЕ ПОСЛУХАЛИ

За даними суду, трагедія сталась у Броварах у січні 2017 року. Неповнолітня школярка та хлопець, який на той момент недавно закінчив школу, почали зустрічатись, проте бабуся дівчини була проти. А тому пара, щоб почати жити разом, вирішила вбити жінку.

Для цього, як зазначає tsn.ua, школярка впустила свого хлопця до квартири та вдавала, що спить. Коли бабуся пішла будити внучку до школи, молодик напав



Фотоколаж із сайту informator.ua.

«Спочатку він бив телескопічною палицею, проте вона зламалась, а жінка все ще була живою».

на неї. Спочатку він бив телескопічною палицею, проте вона зламалась, а жінка все ще була живою. Бабуся просила її не вбивати та пропонувала гроші, проте парочка не пожаліла жінку. Згодом хлопець наказав потерпілій піти до ванни, взяв ніж та порізав жінку, проте не вбив. Тоді онучка жінки дала своєму хлопцю інший ніж і після численних травм потерпіла померла.

Зловмисники після цього вкрали банківську картку потерпілої, зняли звітні 6000 грн та намагалися спалити квартиру своєї жертви.

ЩО РОЗПОВІЛИ ХЛОПЕЦЬ ТА ДІВЧИНА

На суді підозрюваний юнак свою провину визнав. Він каже, що вже 7 років сидить у сізо і кожного дня обдумує свій вчи-

нок. Хлопець розповів, що зі своєю дівчиною навчався в одній школі. Після її закінчення він почав спілкуватися з нею. Вона йому скаржилася на тиск із боку бабусі та погрожувала або вчинити самогубство, або вбити родичку. Тоді він вирішив допомогти коханій.

Онука покійної розповіла, що вона 7 років жила з бабусяю, оскільки її батьки мешкають у росії. Жінка дбала про неї та фінансово утримувала. Дівчина додала, що попри це бабуся чинила на неї моральний та фізичний тиск, іноді навіть била. Підозрювана

ЩО РОЗПОВІЛИ СВІДКИ

Сусідка вбитої пояснила на суді, що чула крики бабусі, проте думала, що родичі просто сваряться.

Подруга загиблої розповіла, що жінка дуже любила свою онуку та давала їй все необхідне. Також перед смертю вона сказа-

За словами онуки, «вона думала, що бабуся вдасться вбити з першого удару і до такої жорстокості не дійде».

ла їй, «що в її онуки з'явився хлопець, який погано впливає на неї, і вона хотіла їх роз'єднати, оскільки обвинувачена могла втекти з дому, написати передсмертну записку, або піти кудись із хлопцем. Це був нахабний юнак, який міг навідатися в навчальний заклад, зайти в аудиторію та сидіти, хоча його ніхто туди не пускав».

ВИРОК СУДУ

Суд визнав хлопця і дівчину винними та засудив їх до 14 років позбавлення волі. Цей вирок можна оскаржити в апеляційному суді.

● **ІМПЕРІЯ ЗЛА** **14-річна росіянка влаштувала стрілянину в школі**

Ліна ВОГОНЬ

У Брянську учениця принесла в навчальний заклад помпову рушницю і відкрила вогонь по однокласниках. А потім вбила себе

Дівчина вбила одного з учнів і поранила ще п'ятьох, перш ніж укоротити собі віку. Щонайменше один поранений учень перебуває у лікарні у тяжкому стані. Слідчі забрали на допит батька дівчини, аби з'ясувати, де вона взяла зброю. Тим часом, медіа змогли дізнатися причину стрілянини – повідомляється, що дівчину однокласники цькували.

● **ЦІКАВИЙ СВІТ** **Найвідомішу у світі волинянку... «оживили»**

Також за допомогою штучного інтелекту згенерували її діалог із Вільямом Шекспіром

Василина СМЕТАНА

Українська ШІ-компанія Reface та Український інститут (державна установа України, яка представляє українську культуру у світі та фор-

мує позитивний імідж України за кордоном. Заснована Кабінетом Міністрів України у 2017 році. – Ред.) «оживили» британського драматурга Вільяма Шекспіра і українську письменницю Лесю Українку, які спілкуються у Zoom. Відео їхнього діалогу показали у Лондоні під час Міжнародного форуму культурної дипломатії.

«Символічно, що Леся Українка, яка

жила трьома століттями пізніше від Шекспіра, захоплювалася ним і перекладала його твори українською мовою. Сьогодні їхній уявний діалог уособлює розмову між різними епохами та двома різними країнами. Відео проводить паралель між сьогодинішніми дружніми Україною та Великою Британією, підкреслюючи, що нас об'єднують спільні цінності, незважаючи на наш різний історичний бекграунд», – пояснили творці відео, які намагалися достовірно відтворити зовнішність Лесі Українки та Вільяма Шекспіра у їхній відеорозмові.

● **Я ТАК ДУМАЮ!**

Хай їдуть і вибивають зброю, гроші та нові санкції

Прочитала чимало коментарів у стилі: «до біса тих депутатів опозиції! Не треба їх пускати за кордон, хай вдома сидять/на Бахмут їдуть»

Марина ДАНИЛЮК-ЯРМОЛАЄВА, журналістка, блогерка



Давайте розберемось. Кожен народний депутат – це наш ресурс. Якщо депутат не колаборант, не якийсь агент ГРУ, а добре розбирається в політиці, має хороші закордонні зв'язки, має медійне обличчя на Заході – це ресурс. Ресурс, який може стати у пригоді державі в часи війни.

Я уже переглянула частину фоток, кого Офіс Президента відправив із візитом у США. Мало того, що я знаю далеко не всіх, – ще й виглядають вони як «полупокери» чи гопота – брудні джинси, пом'яті худі, щось аляповате. Хіба так складно вдягнути звичайний костюм? Раптом що, зараз можна на розпродажах вичепити чудові речі. Підстригти бороди акуратно теж би не завадило – аби не було вайбу алконавтів зі сміттярки.

Уже не вперше чую від джерел, співрозмовників, наших прямих лобістів, що Вашингтон, Конгрес, інші наші партнери хочуть бачити в делегаціях не лише умовну Мар'яну Безуглу, а й депутатів-опозиціонерів. А ще ветеранів, а ще представників духовенства, які практики – військові капелани з передової. Натомість Банкова свідомо рубає в делегаціях присутність ветеранів, опозиціонерів.

І недавно спілкуватись до США поїхав Єрмак. Він зайшов на зустріч, озирнувся і шукав оплесків серед запрошених. Їх не було. У своїй промові він лише двічі сказав «президент» і безліч слова «я». Це багатьох насторожило.

Я вважаю, що в часи війни депутат має виконувати свою роботу на всі 100%. Ми за це оплачуємо його роботу з податків.

І якщо наші західні союзники хочуть поспілкуватись хоч із Порошенком, хоч із Климпуш-Цинцадзе, хоч із самим сатаною – хай їдуть. Їдуть і вибивають зброю, гроші та нові санкції. Це їхня функція зараз. Більше голосів – більше України на шальтах і в сесійних залах парламентів. Мені не треба, аби депутати сиділи в ресторанах удома – вони мають працювати у США, Канаді, Франції, Німеччині, Японії та Південній Кореї – в тих країнах, де є ресурси, якісна зброярка та технології. І головне – бажання допомогти українцям.

Знаєте, я уважно послушала подкаст першої леді Зеленської для The Economist. Щиро вдячна, що ця розумна жінка сказала, що проти другого терміну Зеленського. І третього теж. «Третій» – оце справді напругло.

Але, певно, вона дуже не розуміє глибинних настроїв, якщо впевнена, що одразу після завершення воєнного стану вони з чоловіком поїдуть у відпустку.

Мені жаль. Бо треба було почати цю тезу з вибачення перед тими, хто через свідоме замовчування повномасштабної війни – не бачитиме ні відпустки, ні тата. Ні сина, ні матері.

Мені шкода, що щодня папуги Банкової розказують про єдність, а на практиці займаються мочиловом ЗСУ, опозиції та мерів.

Недарма ж Кличко уже не стерпів і прямо сказав німцям, що його турбує загроза авторитаризму. І те, що Банкова бачить у місцевому самоврядуванні «атавізм», який є єдиною перешкодою для централізації влади.

«У якийсь момент ми перестанемо відрізнятися від росії, де все залежить від примхи однієї людини...» – сказав мер авторитетному Der Spiegel.

Це як треба було довести мера столиці, аби він уже перестав підбирати етичні вислови?

● Я ТАК ДУМАЮ!

Фото із сайту ukrinform.ua.



Пам'ятник, який встановили на території Національного історико-архітектурного музею «Київська Фортеця», є майже точною копією воїна.

Пам'ять про Героя чи його образа?

Герой України Мацієвський – це не муляж для селфі та фотографій випадкових перехожих

Остап ДРОЗДОВ, журналіст

Герой України Мацієвський – це не поп-знаменитість у музеї воскових фігур мадам Тюссо, аби потішати публіку ідеальною схожістю з прототипом, один до одного.

Герой України Мацієвський – це не рецидивіст-злочинець у Печерському чи іншому районному суді, якого треба відділити скляною перегородкою, аби не втік.

Якщо це скло ще й броньоване, то Герой України Мацієвський – це не Папа Римський, якого треба возити в прозорому папамобілі з панорамним оглядом вірян.

Герой України Мацієвський – це не муляж для селфі та фотографій випадкових перехожих, які забредуть на Київську Фортецю глянути одним оком на моторошну однаковість фігури з Героєм України, який самотньо стоятиме за заляпаним склом, наче в акваріумі.

Диву даюся, як можна було докотитися до такого попсового «увічнення» останнього перед загибеллю погляду. Це не питання смаку. Це питання шанобливої й достойної пам'яті.

P.S. Уродженець Ніжина Чернігівської області Олександр Мацієвський потрапив у полон до росіян біля міста Соледар Донецької області і був розстріляний ними 30 грудня 2022 року за слова «Слава Україні!».

● У НОМЕР!

Молдова ударила по «руському міру»

У цій країні кошти від ЄС будуть виділяти тільки тим містам, де поділяють європейські цінності

Василь КІТ

Президентка Молдови Майя Санду на Форумі мерів у Кишиневі наголосила, що державний фонд у країні розподіляють між всіма населеними пунктами, незалежно від того, до яких політичних партій належать міські голови. Проте кошти, які виділяє Європейський Союз, підуть у міста, де підтримують ці цінності. «Якщо тут є мери, котрі проти ЄС, скажіть: ви думаєте, що Євросоюзу повинен давати вам гроші, якщо ви його не підтримуєте? Де тут логіка? Державні гроші справедливо розподіляють і розподілятимуть між усіма населеними пунктами. Гроші, які надходять від ЄС та від платників податків країн ЄС, підуть тим, хто поділяє ці цінності», – наголосила Санду.

От молодець президентка! До речі, поливати Європу брудом і брати від неї гроші полюбують не тільки у Молдові.

Головнокомандувач Збройних сил Швеції генерал Мікаель Бюден відвідав підрозділи 45-ї окремої артилерійської бригади, які виконують завдання на Східному напрямку. В ході зустрічі генерал Бюден поспілкувався з артилеристами та піхотинцями, які проходили навчання у Швеції, та високо оцінив їх бойову роботу.

● НА ЛІНІЇ ВОГНЮ

«Наша ціль – зробити ворога сліпим»: українці навчилися садити БПЛА «орлан»

Фотоколлаж із сайту obozrevatel.com.

Безпілотники російської армії завдають Силам оборони чималої шкоди, українці намагаються навчитися їх нейтралізовувати. Тож як рухається проєкт новітнього озброєння, про яке говорив Головнокомандувач ЗСУ Валерій Залужний?

Ольга СОКОЛОВА

Очільник «Європейської Солідарності» Петро Порошенко під час поїздки на східний напрямок розповів деталі нового проєкту створення системи РЕБ (радіоелектронної боротьби) проти ворожих безпілотників. Як відомо, п'ятий Президент інвестував у розробку 150 млн грн.

«Є хороші новини. Нещодавно він пройшов випробування та посадив російські БПЛА «орлан», ZALA і «суперкам». Частина з них – прямо під час бойових дій на лівому березі Дніпра у Херсонській області. Просто уявіть, на відстані 15–20 кілометрів він може саджати БПЛА, які наводять ворожі «ланцети» та корегують вогонь ворожої артилерії, – радіє Порошенко. – Наша ціль – зробити ворога сліпим. Це новітнє озброєння, про яке говорив генерал Залужний. Хочу подякувати команді, яка це виробляє. Ну і, звісно, у цих випробуваннях нам допомагають Збройні сили. Спільні випробування завершили всього за тиждень. Хлопці працювали 24/7. Результати вражають».

Місяць тому Петро Порошенко повідомив про інвестиції у виробництво нових



Одна така ворожа «пташка» коштує близько 120 тисяч доларів і одночасно може корегувати роботу 20–30 «ланцетів».

Російський БПЛА «орлан» здатний пролетіти до 150 км із передачею сигналу з камери, а за визначеним маршрутом може долати до 600 км або 10 годин польоту.

систем радіоелектронної боротьби, які будуть знешкоджувати російські безпілотники. Як зазначив п'ятий Президент, дослідження і розробка цієї техніки велись давно однією з найкращих в Україні команд, і нова система вже показала свою ефективність у фронтових умовах.

Військові кажуть: ворожі безпілотники завдають чимало шкоди Силам оборони України на усіх напрямках фронту. Зокрема, нова модифікація російського БПЛА «орлан» розвідує не тільки камерою, а й антенами та датчиками, які виявляють радіостанції та мобільні телефони на позиціях. Цей дрон вловлює навіть WiFi, і якщо

військові користуються зв'язком Starlink, то «орлан» фіксує точку доступу і передає цю інформацію системам ураження. Таким чином безпілотники корегують ворожий вогонь. Вони здатні пролетіти до 150 км із передачею сигналу з камери, а за визначеним маршрутом він може долати до 600 км або 10 годин польоту.

Зараз на фронті «орлани» намагаються збивати із зенітних установок і навіть зі стрілецької зброї, але це непросто. Коштує одна ворожа «пташка» близько 120 тисяч доларів і одночасно може корегувати роботу 20–30 «ланцетів». А кожен «ланцет» несе фугасний заряд і є величезною загрозою для тех-

ніки та особового складу на передовій, пояснюють військові.

«Коли я побачив на папері, що цей РЕБ може «задавити» російські БПЛА на відстані до 20 (!) кілометрів, засліпити «зали» та «орлани» так, щоби вони більше не могли корегувати «ланцети» чи арту наших позицій, а наші дрони водночас могли спокійно дистансувати ворога – то це видавалось фантастикою. Але наша команда повірила розробникам», – зазначає Петро Порошенко.

«Я не просто побачив випробування на полігоні – тепер ми інвестуємо у цей проєкт 150 мільйонів гривень. Ви правильно зрозуміли – ми запускаємо виробництво потужних РЕБ-систем, які прикриватимуть наше військо на найбільш гарячих напрямках – під Авдіївкою, Роботиним і на лівому березі Дніпра. Працюємо разом на Перемогу і до Перемоги!» – сказав тоді п'ятий Президент.

● ПРО ЦЕ ГОВОРЯТЬ

Здоров'я самопроголошеного очільника білорусі знову стало популярною темою для обговорення

Ліна ВОГОНЬ

Цього разу через його появу перед камерою з помітним тремором голови. Відтак з'явилися коментарі та медичні висновки з цього питання. Редакція телеграм-каналу «Белые халаты» зібрала всю наявну інформацію про здоров'я диктатора. «Наглядають та лікують Олександра Лукашенка в державній установі «Республіканський клінічний медичний центр». Жодних електронних записів історії хвороби не ведуть, усі висновки видають в єдиному екземплярі, і в базі лікарні їх не зберігають. Перед візитом у лікарні працює особиста служба безпеки, яка перевіряє все, починаючи від персоналу. Журналістам відомо про щонайменше два випадки, коли до медпрацівників застосовували фізичну силу (били)».

Ожиріння та артроз: стали відомі офіційні діагнози лукашенка



«Я ще покажу цим «Белым халатам» білі халати! Хай про здоров'я путіна пишуть!».

Щодо діагнозів, то за даними телеграм-каналу, у лукашенка порушення жирового обміну III ступеня (ожиріння), цукровий діабет, ампутація пальця стопи у зв'язку з ускладненнями.

«Дієти пацієнт не дотримується, хоча алкоголь не вживає зовсім. Сечокам'яна хвороба. У 2018 році був епізод

● НУ І НУ!



Тепер «бабуся» буде причеплюватися до танка чи БМП?

Ухиянт від призову переодягнувся в бабусю, щоб... покататися на лижах

У Львові патрульні поліцейські притягнули до відповідальності чоловіка, який у жіночому костюмі їздив на лижах, учепившись за авто

Лія ЛІС

6 грудня у соцмережах поширили відео, де «бабусю на лижах» тягне позаду себе автівка BMW. Патрульні відразу відреагували та виявили автомобіль на вулиці Шевченка.

«Коли встановили дані «бабусі», нею виявився... 30-річний чоловік. Інспектори винесли постанову за ч. 1 ст. 127 (Порушення ПДР пішоходом) КУпАП. Ба більше, громадянин був у розшуку за ст. 210 (Порушення призовниками, військовозобов'язаними, резервістами правил військового обліку) та ст. 210-1 (Порушення законодавства про оборону, мобілізаційну підготовку та мобілізацію) КУпАП», – йдеться у повідомленні.

Інформацію щодо чоловіка передали у військкомат.

● НА ЛІНІЇ ВОГНЮ

Український снайпер із майже 4 км ліквідував ворога і став світовою знаменитістю

Закінчення. Початок на с. 1

Марта САЛО

Разом зі своїм напарником, який розраховував відстань, швидкість вітру та інші параметри, пан Ковальський облаштував позицію на протилежному від росіян березі Дніпра в Херсонській області.

Двоє бійців спостерігали за групами російських військових, які рубали ліс. Серед них був офіцер. В'ячеслав Ковальський та його напарник годинами лежали на морозі, щоб у потрібний момент зробити постріл. Але перед цим потрібно було врахувати багато елементів, зокрема швидкість вітру, відстань тощо.

На кадрах, знятих бійцями, можна побачити, що кулі знадобилося приблизно 9 секунд, щоб досягти своєї цілі на відстані у 3800 м.

За словами Ковальського,



«Нехай росіяни сидять вдома і бояться»: В'ячеслав Ковальський та його напарник із гвинтівкою «Володар обрію».

куля влучила в ділянку грудей або живота росіянина. Він упевнений, що солдат загинув. Адже куля, яку вони використали, була настільки великою – калібр 12,7×114 мм НЛ – та летіла з такою швидкістю, що вижити після такого влучання було б неможливо.

Цей постріл побив попередній світовий рекорд у 3500 метрів, встановлений у 2017 році канадським снайпером.

«Я думаю, що росіяни тепер дізнаються, на що здатні українці. Нехай сидять вдома і бояться», – сказав Ковальський.

Рекордний постріл було здійснено з гвинтівки «Володар обрію», яка розроблена в Україні компанією з такою ж назвою. Рушниця використовує спеціальний боеприпас калібру 12,7 мм, а ефективна дальність снайперського пострілу 2500 метрів. Гвинтівка створювалася як антиматеріальна, тобто для боротьби з важливими цілями противника: пробити БТР у борт або знищити оптику танка. Також вона дає змогу знищувати ПТРК й інші ворожі об'єкти.

Цей постріл побив попередній світовий рекорд у 3500 метрів, встановлений у 2017 році канадським снайпером.



У руках снайпера патрон калібру 12,7×114 мм НЛ (зліва) та звичайний армійський патрон калібру 50BMG.

● НАРЕШТІ!

У Києво-Печерській лаврі щодня лунатиме дзвін на підтримку військовополонених

Свій голос-нагадування про українських бранців найбільший дзвін на Великій лаврській дзвіниці подаватиме щоранку після загальнонаціональної хвилини мовчання

російського полону або депортації, матиме змогу долучитися до щоденної акції особисто.

КОМЕНТАР

Юрій ГУДИМЕНКО, журналіст, політик, воїн ЗСУ, який зазнав важкого поранення на фронті:



«Це нова традиція лаври. І я пишаюся, що долучався до її створення і розробки. Довелося побити власний рекорд і дошкунтильгати наверх, на дзвіницю, щоб побачити на власні очі, як Юлія Паєвська і Макс Колесніков (колишні полонені. – Ред.) вперше б'ють у дзвін. І це було дуже потужно – і емоційно теж.

Полонених не можна забувати. Зниклих безвісти не можна забувати. Викрадених не можна забувати. Ми не маємо на це права, доки ми живі.

І про це потрібно нагадувати. Це буде чудова традиція. Доки ми не повернемо додому останнього з тих, хто не з нами».

● ОТ СВОЛОТА!

Кім Чен Ин закликав «баб» «народити ще» і... розплакався

Одіозний диктатор Північної Кореї провів Національні збори матерів, присвячені проблемам народжуваності в державі

Микола ДЕНИСЮК

У момент, коли він читав доповідь про самопожертву жінки заради дитини, по зазвичай беземоційному обличчю диктатора почали котитися сльози. Незвичайну реакцію Іна опублікували північнокорейські ЗМІ. Точна статистика демографії у КНДР відсутня у відкритих джерелах, але достеменно відомо, що народжуваність в авторитарній ізольованій країні неухильно знижується останні десять років.

«Збільшити темпи народжуваності, кількість дітей у сім'ї та забезпечити хороший догляд за ними, дати освіту –

це всі наші сімейні справи, які ми повинні вирішити разом із нашими матерями», – натхненно сказав диктатор перед жінками, які теж не могли стримати сліз.

Зазначимо, що сім'ї в Північній Кореї, попри пропаганду та відданість ідеології, справді не прагнуть народжувати більше однієї дитини. Це найбільш бідна країна на континенті, і народження більш ніж однієї дитини може поставити частину родин на межу голоду.

Цікаво, що низькою народжуваністю дуже переймається й інший диктатор – путін. На росії навіть заговорили про обмеження на проведення абортів. Крім цього, щоб покращити демографічну ситуацію, окупанти масово викрадають дітей із України. Це зрозуміло, адже збожеволілим диктаторам потрібні нові «салдатіки», щоб кидати їх у нові війни. Так може діяти і до указу про примусове дітонародження для потреб «родіни»...

● СОБАЦІ – СОБАЧА СМЕРТЬ!

«Помстилися за Кузю»: ліквідували окупанта, який замучив до смерті кота

У росії посадили до в'язниці жорстокого живодера з Архангельської області Артема Лаврентьєва (на фото). В тюрмі він погодився поїхати воювати в Україну, але воїни ЗСУ швидко поклали край його нікчемному існуванню

Василь КІТ

«Українці помстилися за кота Кузю», – написали блогери. Журналіст Денис Казанський уточнив, що живодер жорстоко

мучив тварину разом зі своєю співмешканкою протягом кількох тижнів. Знищення знімав на відео та публікував у мережі. Зрештою кіт був закатований до смерті. А Лаврентьєва через



Бідну тварину закатавав цей живодер...



Фотопортрет із сайту obozravatel.com

резонанс, який викликав його злочин, посадили та позбавили батьківських прав. «С*ка, якого тільки зброду в них немає. Не армія, а збіговисько покидьків усього роду людського», – написав журналіст.

Коту Кузі, якого замучив живодер, у Северодвінську

навіть встановили пам'ятник. Водночас багато росіян переконані, що людина, яка замучила беззахисну тварину, а потім вирушила вбивати людей у чужу країну, зовсім не заслуговувала на смерть, адже «спокутувала всі свої гріхи, істинні і уявні, кров'ю».

● СВІТОВА ПОЛІТИКА

Фото – detector.media.



Прихвостень кремля Ніколас Мадуро створив ще один конфлікт.

Мадуро калькує путіна

Президент дружньої росії Венесуели Ніколас Мадуро розпочав реалізацію плану анексії багатого на нафту регіону Есекібо, який належить сусідній Гаяні

Василь КІТ

У відповідь влада Гаяни привела збройні сили країни у стан повної боеготовності, а сусідня Бразилія заявила, що розгортає війська вздовж кордону з Венесуелою. Регіон Есекібо, який хоче анексувати президент Мадуро, – це величезна територія, що становить дві третини Гаяни.

На референдумі, який відбувся 3 грудня у Венесуелі, понад 95% тих, хто проголосував, схвалили встановлення суверенітету над значною територією сусідньої країни. При цьому у референдумі взяло участь лише приблизно 10% венесуельців, які мають право голосу.

Проте Мадуро вже віддав розпорядження державній нафтовій компанії видати ліцензії на розробку нафтових родовищ гааянського регіону Есекібо, та запропонував Національній асамблеї країни ухвалити законопроект про включення цієї території до складу Венесуели як 24-й штат.

Варто зазначити, що у Венесуелі проживає майже 30 мільйонів людей, а в Гаяні – єдиний, до речі, англomовний державі у Південній Америці, – лише 800 тисяч, тобто нема навіть мільйона. Малесенька армія Гаяни не зможе чинити суттєвого опору військам венесуельського диктатора.

Регіон Есекібо є предметом територіальних суперечок уже понад два століття. У 1899 році міжнародний арбітражний суд у Парижі присудив цю територію Британії, яка заснувала там свою колонію – Британську Гвіану. 1966 року Британія передала правління місцевій владі, внаслідок чого утворилася незалежна держава Гаяна, до якої увійшли всі землі колишньої колонії.

Після цього Британія уклала з Венесуелою договір про те, що для контролю за ситуацією на спірних територіях створять спеціальну комісію, до якої увійдуть представники Венесуели та Гаяни. Проте таку комісію досі не створили.

Конфлікт спалахнув із новою силою у 2015 році після того, як одна з найбільших нафтових компаній світу, американська ExxonMobil, відкрила в Гаяні, у регіоні Есекібо, велике родовище нафти.

Суперечки між Каракасом та Гаяною знову загострилися у вересні цього року після того, як Гаяна провела аукціон, надавши великим міжнародним нафтовим компаніям право боротися за ліцензію на ведення геологорозвідувальних робіт у водах Есекібо.

Сполучені Штати заявили, що повністю підтримують Гаяну у конфлікті з Венесуелою і визнають її повний суверенітет над регіоном Есекібо.

росія вже давно підтримує владу Мадуро.



Ось вона – ще одна гаряча точка на планеті.

● СІМ «Я»

Зняти стрес книгою

— А я встигаю на вечірню казку?!
— Якщо поспішиш — встигнеш

Оксана КОВАЛЕНКО, мама



Шовечора син ставить одне і те ж запитання. І моя відповідь для нього дуже важлива. Якщо не встигаємо на казку (це буває надзвичайно рідко) — то для дитини справжня катастрофа. Якось аж пошкодувала, що не змогла вділити хоча б 10 хвилинок цій, як з'ясувалося, святій традиції, бо плачу було стільки, що вчасного засинання у нас все одно не вийшло. Синові ось-ось виповниться сім років — дуже подорослішав, багато з колишніх ігор стали йому нецікавими, але з вечірніми історіями розлучатися не готовий. Тепер вони у нас двох видів: або читаю йому книгу, або син знаходить собі в телефоні аудіоказку і слухає оповідку, озвучену комись із акторів. Дитина має справжню насолоду від читання, а мама — з того, що таке є.

Недавно ж дізналася, що, окрім відомих плюсів, книжки мають ще один, дуже доречний у воєнний час — допомагають знімати стрес! Із цього приводу проводили навіть дослідження. Групу учасників експерименту учені ввели у стан штучного стресу, а тоді запропонували різні шляхи виходу з нього. Наприклад, ті, хто пили чай або каву, знизили свій рівень стресу на 54%, ті, хто пішли прогулятися, — на 42%. Ще люди слухали музику (61%), грали у відеоігри (21%). Але найразочіші результати виявилися в тих, хто читав. Прояви стресу знизилися аж на 68%!

Дослідники зауважили, що в цьому випадку сюжет книги зовсім не важливий, головне — процес читання, в ході якого людина переноситься в інший простір, інші переживання. Якщо читання у дитини є напрацьованою звичкою, то вона демонструє значно ліпшу стресостійкість, аніж інша, яка книг не любить. Правда, ці дані не стосуються хронічного стресу, однак приготитися вони таки можуть.

Ми читасмо незалежно від досліджень: нові книги з бібліотеки, щось із телефона, ті, що купили, і навіть ті, які вже читали, бо їх синови, як він каже, завжди хотілося послушати ще.

Маєте свої відкриття, як жити з дітьми дружно й цікаво, діліться. Наші адреси: okovalenko74@gmail.com або ж tsikava.gazeta@gmail.com, а поштовою — 43016, м. Луцьк, вул. Ковельська, 2, «Цікава газета на вихідні».

Експерти назвали Австрію найщасливішою країною серед 27 держав Європейського Союзу. Вона отримала загальну оцінку 7,9 із 10 у щорічній публікації Євростату про «показники якості життя», яка базується на опитуваннях, проведених у країнах — членах ЄС. Польща, Фінляндія та Румунія посіли друге місце, набравши 7,7 із 10.



● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

Закінчення.
Початок на с. 1

Зоряна ЯРЕМИШИН, захід.net

Укол в очі провели 22 пацієнтам в офтальмологічному відділенні Чортківської опорної лікарні 16 лютого 2023 року. Увечері того ж дня люди почали масово скаржитися на пекучий біль в очах, який не проходив навіть після застосування знеболювальних. Вночі перших пацієнтів перевезли з Чорткова в Тернопільську обласну університетську лікарню, де практично усім поставили діагноз «Гострий ендотальміт», тобто запалення внутрішньоочної тканини. За одну добу лікарі провели 27 операцій 22 людям. З того часу минуло 10 місяців, однак слідство так і не пред'явило нікому підозри.

За цей час стан 22 людей значно погіршився. Сімох пацієнтів відправили в Одеський інститут очних хвороб імені Філатова, там їх видалили по одному, але потім знову стало гірше. Чоловіка мучили страшний біль в голові і у всьому тілі. Тому в серпні йому довелося видаляти ліве око. Потім почалися проблеми з правим оком, глаукома, і загалом стан здоров'я погіршився, адже під час лікування доводилося приймати гормони», — розповіла Галина Зрайчик.

Сім'я Зрайчиків уже витратила на лікування

Через лікарську недбалість сімом пацієнтам видалили очі, а ще двоє померли...



Увечері того ж дня, коли ввели ін'єкцію, люди почали масово скаржитися на пекучий біль в очах, який не проходив навіть після застосування знеболювальних.

кування. Галина, дружина одного з потерпілих, 47-річного Ореста Зрайчика, розповіла, що чоловікові довелося вставати штучний кришталік в око, але це не допомогло. «Ми замінили кришталік на лівому оці, але потім знову стало гірше. Чоловіка мучили страшний біль в голові і у всьому тілі. Тому в серпні йому довелося видаляти ліве око. Потім почалися проблеми з правим оком, глаукома, і загалом стан здоров'я погіршився, адже під час лікування доводилося приймати гормони», — розповіла Галина Зрайчик.

Сім'я Зрайчиків уже витратила на лікування

близько 500 тисяч грн, із яких 50 тисяч компенсувала Ірина Данчук — одна із трьох медиків, які безпосередньо проводили ін'єкції підірволенням препаратом «Алтузан» невідомого походження. Після уколів і після того, як люди почали масово звертатися в обласну лікарню, правоохоронці розпочали кримінальне провадження і вилучили ці ампули. Препарат разом з іншими доказами передали в Харків для дослідження.

27 листопада слідчі поліції зателефонували до постраждалих і повідомили, що в Харкові вже закінчується експертиза. Правоохорон-

ці просили людей надати додаткову медичну документацію, адже розслідування продовжується. Наприкінці листопада заступник начальника відділу слідчого управління тернопільської поліції Андрій Івасишин також підтвердив, що в управлінні очікують результати експертизи від Харківського судово-експертного інституту. Усі необхідні для дослідження матеріали надіслали до Харкова ще 25 травня, тобто через три місяці після початку розслідування. «Пацієнти проходять лікування в різних медичних закладах.

Після того, як їхній стан більш-менш стабілізувався, були вилучені медичні документи і скеровані для проведення судово-медичної експертизи. Експерти досліджують вплив препарату, яким було зроблено ін'єкцію, на здоров'я цих людей. У цій справі ми проводимо повний комплекс слідчих дій для того, щоб цей злочин був розкритий і винні були притягнуті до відповідальності», — пояснив Андрій Івасишин.

Розслідування триватиме й надалі, адже поліцейські вилучили нові документи у цій справі. Однак підозри досі нікому так і не оголосили, а, за словами родичів постраждалих, усі троє лікарів, які робили уколи в очі, продовжують працювати в Чортківській опорній лікарні і приймають інших пацієнтів. Крім того, люди не можуть подати цивільні позови, щоб отримати компенсацію за моральну і матеріальну шкоду, на лікарів та медперсонал, бо досі не вручені підозри. Адвокати постраждалих додають, що термін притягнення до відповідальності у цій справі — три роки, а тим часом рік уже майже минув...

● ДІЯННЯ «ВИЗВОЛИТЕЛІВ»

«Сказали, якщо я не буду співпрацювати з окупантами, мене розстріляють»

Головного режисера Маріупольського драматичного театру Анатолія Левченка 10 місяців тримали у полоні

Тайсія БАХАРЄВА, «Факти»

З цієї посади його звільнили ще у 2018 році. Одною з причин була його проукраїнська позиція. Тоді Левченко не здався й організував свій театр «Терра інкогніта» — як він каже, єдиний український у Маріуполі. Чергова прем'єра мала відбутися 25 лютого 2022 року...

Анатолій Левченко так і не поїхав з блокадного міста. Разом із дружиною, хворим на аутизм сином та старенькою тещею він прожив у Маріуполі страшних два місяці. Поки за ним не прийшли окупанти й, звинувативши у проукраїнській позиції, на довгих 10 місяців кинули до в'язниці у Донецьку. Про це Анатолій розповів в інтерв'ю «Фактам».

«ВІКОПАЛИ РАЗОМ ІЗ СУСІДАМИ ЯМУ І ПОХОВАЛИ ТІШУ ПРЯМО БІЛЯ БУДИНКУ...»

— Розуміючи, що вторгнення станеться, все ж таки ви не поїхали з міста.

— Для мене Маріуполь став батьківщиною, хоча я тут і не народився. Але тут жила моя сім'я — дружина, хворий на аутизм син, старенька теща. У нас не було власної машини. До того ж очільник країни сказав, що війни не буде, і я повірив... З 8 березня почалося бомбардування «Азовсталі». Ми живемо на дев'ятому поверсі. З мого вікна відкривається вся панорама «Азовсталі». Памя'ятаю, що одного дня я налічив за добу 80 скинитув бомб.

Потім уже просто не рахував, перестав звертати увагу. Бо постало питання, як жити і чи зможемо ми взагалі вижити.

— Як ви трималися тоді?

— Про багато речей не хочеться і згадувати. Їжу готували на багатті, яке розкладали прямо перед будинком. Завдання було — шукати дрова. Домашні запаси їжі швидко закінчилися. Декілька магазинів, що були поруч, люди у перші ж дні розмародерили. І я в цьому також брав участь. А що було робити? Але і цих продуктів надовго не вистачило. Два місяці ми їли тільки коржіжки з борошна та соняшникової олії, які смажила на вогні дружина. Теща, якій



«У нашому будинку, в якому перед вторгненням жило близько трьохсот людей, на початку березня залишилось 15».

Декілька магазинів, що були поруч, люди у перші ж дні розмародерили. І я в цьому також брав участь. А що було робити?!

було 92 роки, не витримала такого життя. Вона весь час була при пам'яті, згадувала, як вижили у Другу світову, і все питала: «Чого ти російськ від нас хочуть?». Другого квітня вона тихо пішла з життя, і я поховав її на газоні біля будинку. Взяв лопату, викопав разом із сусідами яму. Показали її туди у ковдрі. Тоді я вперше за довгий час плакав... Почав читати «Юче наш». І тільки сказав перші слова, як російські «Гради», що стояли у дворі поряд, почали гатити. От тоді не зміг стриматися, заплакав і промовив: «Сергійвна, що тебе так відспівали». Я просто не міг стриматися, це була безвихідь — за що їй це?... Через рік тещу перепоховали на міському кладовищі.

— Як син переживав той час?

— Артем — невербальний аутист. Він практично не розмовляв. За три роки ми вивчили з ним шість слів. А за півтора місяця життя під обстрілами, він вивчив слово «стріляє». Коли починалася атака, закривав вуха і тільки казав: «Стріляє, стріляє...». Зараз йому легше. Головне — він знову дивиться свій улюблений український музичний канал і щось «муркотить» під ніс.



Ось такий пакет Анатолій Левченко вдягав на голову, коли в його камеру заходили тюремники. «Боялися, що потім ми зможемо їх впізнати», — пояснює режисер.



Зараз дружина режисера Анна і син Артем перебувають у безпеці.

«ОДНОГО РАЗУ У МЕНЕ БУЛО БАЖАННЯ ВИКІНУТИСЯ З ВІКНА...»

— Скільки часу ви провели у в'язниці?

— Майже 10 місяців. Мене взяли 20 травня 2022 року, а відпустили 9 березня 2023 року. Мене арештували за три дні до того, як я домовився, що нас вивезуть із Маріуполя. Вже і гроші зібрав. Але щоб виїхати, треба було пройти фільтрацію. Ось там мене і «вкислили». Я знаю, що на мене написали донос, але в окупантів не було моєї адреси. І тут я був зафіксований. Коли мене забирали з Маріуполя і везли до Донецька, офіцер фсб пропонував зізнатися, що я працював на СБУ. Це була повна маячня.

— Вастримали у донецькій «Ізоляції» — місці, де це з 2014 року розстрілювали українців.

— Я перебував там місяць. Люди ще її називають «Ізоляда». Це був найтяжчий для мене час. Я знав, що за «днр» є смертна страта, і мені казали: «Якщо ти не будеш з нами співпрацювати, тебе розстріляють». Я не мав жодного спілкування з родиною, не знав, що з ними. Памя'ятаю, одного разу у мене було бажання

викинутися з вікна.

— Фізично над вами знущали?

— Ні, але поруч був хлопець, якого весь час тягали на допити, й ми чули, як він кричав. Його катували струмом, ми бачили його білі зап'ястя від наручників. Мене не катували, мабуть, розуміли, що підніметься шум, якщо я помру. До речі, я залишив собі звичайний пакет із магазину у Маріуполі, який одягав на голову кожного разу, коли до нас у камеру хтось заходив. В «Ізоляді» тюремники боялись, що потім ми зможемо їх впізнати.

— Ви були у в'язниці й під час так званого референдуму про вступ окупованої росіянами території до росії.

— Так, і мене також ввели голосувати. Я поставив галочку навпроти «ні». Боже, як мене потім били... Але для мене це було принципово — зараз не так соромно.

— Після звільнення збираєтесь відновлювати театр?

— Зараз мої актори «розсіпані» по всьому світу. Але ми зберемося і відродимося тут, на землі корифеїв українського театру, у Кропивницькому.

— Чи мрієте про повернення до Маріуполя?

— Ні. Гадаю, що у Маріуполя буде така ж доля, як у Прип'яті — мертве місто. Знаєте, я вважаю, що українського Маріуполя насправді так і не було.

2023	ГРУДЕНЬ
14	Четвер Мчч. Калиника, Филिमона. День вшанування учасників ліквідації наслідків аварії на Чорнобильській АЕС.
15	П'ятниця День працівників суду України. Міжнародний день чаю.
16	Субота У 1899 році в Італії засновано футбольний клуб «Мілан», один з найтитулованіших клубів за всю історію світового футболу.
17	Неділя День працівника державної виконавчої служби.
18	Понеділок День працівників органів РАЦСу. Міжнародний день мігранта.
19	Вівторок День адвокатури України. Міжнародний день допомоги бідним.
20	Середа Міжнародний день солідарності людей.

● ЦЕ ЦІКАВО!



А у вас є одяг і взуття такої барви?

Колір 2024 року — «персиковий пушок»

Він «викликає почуття ніжності і передає послання турботи про інших»

Лія ЛІС

Аме́риканський Інститут кольору Pantone назвав колір, який визначатиме прийдешній 2024 рік у світі моди, поліграфії, дизайну інтер'єру, реклами та кіно. Ним став ніжно-персиковий PANTONE 13-1023 Peach Fuzz. Там колір назвали «оксамитовим і ніжним персиком, всеосяяний дух якого збагачує розум, тіло та серце». У Pantone також вважають, що це «теплий і затишний відтінок, який підкреслює наше прагнення до єднання з іншими людьми та почуття, які це викликає», він «являє собою свіжий підхід до нової м'якості».

«Витончено чуттєвий PANTONE 13-1023 Peach Fuzz — це душевний персиковий відтінок, що викликає почуття ніжності і передає послання турботи та обміну, спільності та співпраці», — йдеться у заяві.

Як відомо, кольором 2023 Pantone вибрав карміново-червоний, PANTONE 18-1750 Viva Magenta.

● БО ТИ НА ЗЕМЛІ ЛЮДИНА!

Українка стала доноркою кісткового мозку і врятувала дитяче життя

Фото — Український реєстр донорів кісткового мозку.

Коли лейкемія, або простими словами — рак крові, вражає кістковий мозок і він не може виробляти стовбурові клітини, то пацієнту необхідна трансплантація

Василина СМЕТАНА

Лише у кожному четвертому такому випадку донором може стати кровний родич, для решти доводиться шукати нерідних донорів.

Молода українка стала доноркою кісткового мозку та поділилася своїм досвідом, щоб заохотити інших стати рятівниками чийогось життя. Про українську рятівницю розповіли на Facebook-сторінці «Український реєстр донорів кісткового мозку». І хоча в мережі опублікували кілька фото рятівниці, її імені з етичних міркувань не називають.

«Зареєструвалась я в кінці березня 2019 року, про реєстр дізна-



«Самопочуття після донорії добре, якщо чесно, то уявляла, що буде набагато гірше».

лася із соцмереж, просто в когось побачила публікацію, перейшла на

сайт, ознайомилася з інформацією та вирішила замовити набір», — так

просто розпочала свою розповідь українка.

Однак, коли їй подзвонили з медичного центру, молода жінка трохи стривожилась та цілий день перебувала в роздумах, раділася з найближчими. Її рішення стати донором підтримали чоловік і друзі. «Якщо чесно, то щодо прийняття рішення особливо не вагалася, оскільки почувала себе добре і розуміла, що для мене немає ніяких ризиків, тому не бачила для себе

Лише у кожному четвертому такому випадку донором може стати кровний родич, для решти доводиться шукати нерідних донорів.

причини відмовитись. А далі крок за кроком просто все робила за інструкціями», — розповіла донорка.

За її словами, донорія пройшла легко, попри те, що забір кісткового мозку відбувався з тазової кістки під загальною анестезією. «В день донорії я приїхала до лікарні на 8-му ранку, а о 15:00 вже поверталася додому. Була дуже здивована тим, що практично не боліли місця проколів, тож і не вживала ніяких знеболювальних. Увесь процес схожий на маленьку операцію, в мене взяли

кров на аналіз, поставили крапельницю та забрали в операційну, спала я приблизно хвилин 50, прокинулася вже в палаті, за хвилин 15 повністю прийшла до тями від анестезії і через пів години вже пила каву з цукерками», — розповіла донорка.

За її словами, лікарі постійно були біля неї, також її підтримував чоловік, який весь час був із нею в палаті. «Самопочуття після донорії добре, якщо чесно, то уявляла, що буде набагато гірше. Через два дні вже можна повернутися до звичного життя, але краще зачекати зі спортом», — поділилася враженнями молода жінка.

Розуміння того, що зробила добру справу, до неї прийшло вже вдома. А коли дізналася, що її реципієнтом була дитина, розплакалась, тому що стало дуже шкода малечі. «Я маю велику надію, що частинка мене врятує дитину, і вона проживе прекрасне життя», — каже донорка.

ДО РЕЧІ

Пошук донора кісткового мозку, який підходить за всіма параметрами (так званий генетичний близнюк) — кропітка справа. Серед багатьох донорів конкретному пацієнту може підійти лише один. Наприклад, минулого місяця донором для трирічної українки Маргарити вперше стала людина аж із Саудівської Аравії, яка зареєструвалась у місцевому реєстрі. Трансплантацію кісткового мозку дівчинці провели в Охматдиті.

● СПОРТ

Артем Мілевський закодувався від алкоголізму

Фотоколаж із сайту obozrevatel.com.



«Міля, Міля, що з тобою сталось? Рятуйте його!» — були шоковані уболівальники «Динамо», після того як колишня зірка через зловживання алкоголем потрапив до реанімації.

Футболіст скинув 20 кг, а Ігор Суркіс готовий дати йому роботу

Петро ПАС

Колишній нападник київського «Динамо» і національної збірної України 38-річний Артем Мілевський, який у вересні був госпіталізований через проблеми з алкоголем, потихеньку приходить до тями. За інформацією джерела sport.ua, після проходження комплексної реабілітації від алкоголізму в одній зі столичних клінік екстрене скинув 20 кг, а головне — він тепер не п'є. Мілевського закодували.

Дороговартісне лікування в клініці йому оплатив президент «Динамо» Ігор Суркіс. Більше того власник столичного клубу

готовий взяти його до себе на роботу.

«Не знаю про конкретну посаду, але Ігор Суркіс розмовляв із Артемом та сказав, що обов'язково допоможе йому з працевлаштуванням. І це буде робота у «Динамо» після повної реабілітації Мілевського. На нього розраховують у клубі, посаду не знаю», —

клубом у його кар'єрі став «Минай» із «Закарпаття».

У складі «Динамо» нападник по чотири рази виграв чемпіонат та Кубок України, а також тричі ставав володарем Суперкубка країни. Двічі — у 2008 та 2009 роках — Мілевський визнавався футболістом року в Україні.

Тим часом відомий укра-

винен мати їх до кінця. А ті коми, сльози, викидувати то в пресу, що він в такому стані... Треба зібратися. Люди вилазять із хвороб, рятуються від раку. У мене був воротар Сергій Літовченко (грав за «Чорноморець», «Волинь», «Львів»), я досі спілкуюся, ну пацан зібрався і переміг ту хворобу. Ти маєш бути мужиком, ти ж Мілевський, ніхто не буде вже дупу тобі підтирати в такому віці, ти маєш трошки теж дивитися, що хочеш далі. Тим паче в тебе є батьки, родичі, ну заради них. Я ніколи не буду жаліти таких людей. Я знаю: у мене були періоди, коли ти прокидаєшся з «бодуніща» і сам собі кажеш: «Що ти твориш?». Треба «кватирку» час від часу закривати в голові», — наголосив Володимир Мазяр.

Тим часом після лікування від алкоголізму Артем Мілевський вийшов у люди: він відвідав столичний оперний театр і виглядав доволі непогано при цьому.

ПРЯМА МОВА

Олександр ШОВКОВСЬКИЙ, уже в якості головного тренера ФК «Динамо» (Київ), якого призначив Ігор Суркіс після перемоги над столичною «Оболонню» (2:0) — четвертою поспіль перемогу під керівництвом СаШо з різницею у 2 голи:

— Ми зібратися з командою, до роздягальні завітав президент клубу, він сказав декілька слів. Після цього я з хлопцями переговорив. В принципі, нічого особливого не відбулося, єдине, що ми привітали всіх із перемогою, я подя-

ЯКИЙ РАХУНОК?

Футбол. Українська Прем'єр-ліга. Результати матчів 17-го туру: «Полісся» — «Дніпро-1» — 1:1, «Шахтар» — «Верес» — 2:0, «Кривбас» — «Зоря» — 2:2, «Ворскла» — «Рух Львів» — 1:1, «Чорноморець» — «Колос» — 1:0, «Металіст 1925» — «Олександрія» — 0:3, «Динамо» — «Оболонь» — 2:0, «ЛНЗ Черкаси» — «Минай» — перенесено.

ТУРНІРНА ТАБЛИЦЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПРЕМ'ЄР-ЛІГИ НА 13 ГРУДНЯ:							
№	Команда	І	В	Н	П	ЗП	О
1.	«Кривбас» (Кривий Ріг)	17	10	4	3	31:17	34
2.	«Дніпро-1» (Дніпро)	17	10	4	3	26:16	34
3.	«Полісся» (Житомир)	17	9	5	3	24:12	32
4.	«Шахтар» (Донецьк)	15	9	4	2	26:13	31
5.	«Динамо» (Київ)	14	9	1	4	33:18	28
6.	«Рух Львів» (Львів)	17	6	8	3	25:19	26
7.	«Ворскла» (Полтава)	17	6	5	6	18:25	23
8.	«Чорноморець» (Одеса)	16	7	1	8	25:24	22
9.	«Колос» (Ковалівка)	16	4	9	3	11:10	21
10.	«ЛНЗ Черкаси» (Черкаси)	16	5	5	6	17:18	20
11.	«Олександрія» (Олександрія)	16	4	4	8	12:20	16
12.	«Металіст 1925» (Харків)	17	4	3	10	17:28	15
13.	«Оболонь» (Київ)	16	3	5	8	10:22	14
14.	«Зоря» (Луганськ)	14	2	6	6	15:19	12
15.	«Верес» (Рівне)	16	2	6	8	15:26	12
16.	«Минай» (Минай)	15	0	6	9	6:24	6

Список бомбардирів: 7 голів — Олег Кожушко («Кривбас», 0 м'ячів із пенальті), Владислав Ванат («Динамо», 1 гол із одиннадцятиметрового.)

кував хлопцям за той відрізок часу, який з ними почав працювати у якості виконувача обов'язків головного тренера, побажав їм плідно провести період відпустки, побажав здоров'я рідним, близьким, коханим, щоб всі були здорові, щоб якнайшвидше прийшов мир, щоб ми закінчили цю війну, безумовно, закінчили перемогою. Також я акцентував увагу на тих моментах, які допомогли нам в останніх чотирьох матчах здобути чотири перемоги. Це бажання, розуміння, відповідальне ставлення як до тренувального процесу, так і до себе, і та мотивація, з якою вони виходили на футбольне поле не тільки під час матчів, а

і на тренування. Команда збереться 12 січня, але кожен отримає індивідуальні завдання на час відпустки. Протягом тижня ми будемо готуватися в Києві, проведемо медобстеження, потім поїдемо на збори до Туреччини.

ДО РЕЧІ

У 12 матчах на чолі з в.о. головного тренера Олександром Шовковським «Динамо» здобуло 10 перемог в УПЛ. Єдиної поразки команди у травні завдав «Чорноморець» — 2:3, ще була нічия в червні із «Металістом-1925» — 1:1 (різниця м'ячів — 30:9). Після відставки Мірчі Луческу: 4 матчі, 4 перемоги, різниця м'ячів — 10:2.

● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

Стала мамою... у 70 літ

В Уганді жінка поважного віку народила двійню. Вона завагітніла за допомогою ЕКЗ

Оксана СКРИПАЛЬ

Сафіна Намуквая отримала титул найстарішої в Африці людини, що народила. Дівчинка та хлопчик з'явилися на світ за допомогою кесаревого розтину в Міжнародній жіночій лікарні та центрі репродуктивної медицини в Кампалі.

Лікарі охарактеризували вагітність як медичний успіх і заявили, що Сафіна та її двоє малюків почуваються добре.



Появу двійні разом із новоспеченою мамою святкували медики.



Фото з сайту tsn.ua.

і зі здоров'ям, і в особистому житті. Співмешканець покинув її, дізнавшись, що малюків буде двоє. «Чоловікам не подобається чути, що у вас буде більше однієї дитини. Навіть після того, як мене шпиталізували, він так і не з'явився», – розповіла Сафіна.

Натомість появу двійні разом із новоспеченою мамою святкували медики. У лікарні сказали: «Ця історія не лише про медичні успіхи, вона – про силу та стійкість людського духу».

На щастя, тепер у жінки є вже троє здорових нащадків.

Хоча Сафіна увійшла в історію Африки, вона – не рекордсменка. Ерраматті Мангаємма народила дівчаток-близнючок у 2019-му у віці 74 роки після процедури ЕКЗ в Індії.

За матеріалами tsn.ua.

Ця історія не лише про медичні успіхи, вона – про силу та стійкість людського духу.

Вагітність була доволі складною. Дуже непростим видався і шлях до зачаття, що тривав чотири десятиліття. У спільноті з жінки знущалися через те, що вона бездітна. Сафіна більш як половину свого життя відчайдушно боролася

за те, щоб мати дитину. Вона перенесла декілька викиднів, втратила чоловіка у 1990-х роках і її висміювали через проблеми з фертильністю.

«Одного разу дуже маленький хлопчик кричав мені, що мама прокляла мене

померти без дитини, – згадує жінка. – Багато людей засуджували і ображали мене за безпліддя, але я вирішила залишити все Всемогутньому Богові, який нарешті відповів на мої молитви».

Уперше вона народила 2020 року дівчинку Сару... Після цього пройшла процедури ЕКЗ, щоб знову стати мамою. Проте під час нової вагітності виникли проблеми

● ВАРТО ЗНАТИ

Обережно: переохолодження

Холод може бути дуже підступним, а переохолодження – один із найбільших ризиків (разом із переломами кінцівок), які несе із собою зима

Інна НОВИК

Слід знати, що переохолодження може бути локальним (обмороження) або загальним (замерзання).

Місцеве або локальне обмороження розвивається у кілька стадій:

I ступінь – відчуття оніміння, поколювання, опіклення.

Уражена шкіра – бліда, після зігрівання набрякає, червоніє або багрянє. Таке ушкодження зазвичай повністю минає через декілька днів без наслідків.

II ступінь – поява пухирців із прозорою рідиною.

Після зігрівання шкіри в уражених місцях з'являється сильний свербіж і різкий біль.



Фото з сайту news.dialog.ua.

У морозну погоду одягайтеся тепліше.

На відновлення шкіри може знадобитися кілька тижнів.

III ступінь – змертвіння всіх шарів шкіри.

Пухирі на уражених ділянках шкіри наповнені кров'яним вмістом. Загоєння триває довго, понад місяць, як правило, на шкірі утворюються рубці.

IV ступінь – некроз шкіри й м'язів.

Це найважчий стан, лікування та реабілітація можуть тривати кілька місяців і довше.

Що робити, якщо людина має ознаки локального обмороження?

♦ обережно, без зусиль зніміть із неї холодний, вологий одяг/взуття;

♦ накладіть на уражені ділянки тіла чисті стерильні сухі марлеві пов'язки без здійснення додаткового тиску на шкіру;

♦ якщо уражені кінцівки, за необхідності знерухомте їх;

♦ якщо людина при свідомості, дайте їй безалко-

гольні теплі напої;

♦ не масажуйте й не розтирайте уражені ділянки, не прикладайте до них джерела тепла;

♦ якщо на уражених ділянках тіла є пухирі, не пошкоджуйте їх;

♦ накрийте людину з обмороженням термopокpивалом/покривалом;

♦ забезпечте їй постійний нагляд до приїзду бригади екстреної медичної допомоги;

♦ якщо до приїзду медиків стан людини погіршується, повторно зателефонуйте диспетчеру екстреної медичної допомоги;

♦ за можливості зберіть у постраждалого чи тих, хто поряд, всю інформацію щодо обставин отримання холодової травми. Передайте її медикам або диспетчеру.

Якщо до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги постраждалий знепритомнів, визначте ознаки життя та, якщо їх немає, розпочніть серцево-легеневу реанімацію.

За матеріалами МОЗ України.

● НА ЗАМІТКУ

Не забувайте про вітамін С

Багатьом із нас у дитинстві давали «аскорбінку» і радили їсти апельсини, особливо в період застуди. Тож з'ясуємо, у чому користь вітаміну С

Василь КІТ

Він бере участь у процесах метаболізму, захищає молекули (білки, ліпіди, вуглеводи та ін.) від пошкодження активними формами кисню, потрібен для синтезу гормонів, що грають важливу роль у

реакції серцево-судинної системи на важку інфекцію. Також допомагає засвоювати залізо.

Його дефіцит викликає захворювання під назвою «цинга», що проявляється кровотечами та ламкістю судин.

таких продуктах: цитрусові, ківі, червоний перець, броколі, смородина, полуниця.

Вплив вітаміну С на перебіг застуди не доведений та потребує додаткових клінічних випробувань. Він також не сприяє профілактиці ГРВІ й не скорочує три-



Це незамінний вітамін, який можна отримати лише з їжі рослинного походження. Найбільше його в

валість лікування.

Величезні дози вітаміну С можуть спричинити діарею, нудоту, блювоту, печію, спазми в животі, головний біль, безсоння. Якщо відчуваєте погіршення стану, звертайтеся до сімейного лікаря.

Пам'ятайте, що для більшості людей здорове харчування забезпечує достатню кількість вітаміну С.

Джерело – фейсбук-сторінка ЦГЗ МОЗ України.

● ЩО ВІЩУЮТЬ ЗОРІ?

Гороскоп на 18 – 24 грудня



ОВЕН (21.03 – 20.04)

В особистому житті не бійтеся виявляти ініціативу, особливо якщо хочете перейти на новий етап стосунків. Можливі проблеми зі здоров'ям, такі як біль голови або алергії. Уникайте зайвої втоми. *Сприятливий день – четвер, несприятливий – субота.*



ТЕЛЕЦЬ (21.04 – 21.05)

Зорі обіцяють вам покращення у фінансовій сфері. Але цей період може вимагати від вас додаткового сну та відпочинку. Присвятіть достатньо часу для повноцінного відпочинку, щоб підтримувати своє здоров'я. *Сприятливий день – субота, несприятливий – вівторок.*



БЛИЗНЮКИ (22.05 – 21.06)

Прояв захворювань, таких як застуда або грип, може вимагати додаткової уваги. Тож приділіть більше уваги своєму фізичному стану, відпочивайте та уникайте перевтоми. На роботі приділяйте увагу деталям та плануйте свої дії заздалегідь. *Сприятливий день – понеділок, несприятливий – субота.*



РАК (22.06 – 22.07)

На роботі уникайте спонтанних рішень. В особистому житті присвятіть час близьким. Якщо ви схильні до всіляких застуд – обов'язково приймайте профілактичні засоби, щоб не довелось міняти свій робочий розклад. *Сприятливий день – субота, несприятливий – неділя.*



ЛЕВ (23.07 – 21.08)

Постарайтеся виділити час для саморозвитку. На роботі будьте відкритими до співпраці, це може дати нові можливості. В особистому житті висловіть свої почуття та будьте готові до відкритого спілкування. Не зловживайте у вівторок спиртним. *Сприятливий день – середа, несприятливий – вівторок.*



ДІВА (22.08 – 23.09)

Цього тижня зверніть увагу на своє здоров'я. На роботі будьте організованими. В особистому житті присвятіть увагу близьким. Особливо сильним оберегом стане ваша молитва для рідних чи близьких знайомих, хто зараз на передовій. *Сприятливий день – неділя, несприятливий – четвер.*



ТЕРЕЗИ (24.09 – 23.10)

На роботі будьте уважними до деталей, щоб уникнути непорозуміння. У стосунках із оточенням будьте відкритими та щирими. Не дозволяйте, щоб у третій день тижня вам чарку наливала жінка не з вашої роботи. *Сприятливий день – неділя, несприятливий – середа.*



СКОРПІОН (24.10 – 22.11)

Цього тижня зверніть увагу на свій емоційний стан. На роботі уникайте конфліктів. Начальник (чи начальниця) не просто до вас доскіпується, тож... Але чи вартий для вас цей недовготривалий – лише до весни – роман. *Сприятливий день – вівторок, несприятливий – четвер.*



СТРЕЛЕЦЬ (23.11 – 21.12)

Багато недуг проявляться болями в попереку, тож будьте готовими до цього. На роботі будьте відкритими до нових ідей, це може призвести до покращення професійних перспектив і, звісно, збільшення заробітної платні. *Сприятливий день – вівторок, несприятливий – понеділок.*



КОЗЕРІГ (22.12 – 20.01)

Зверніть увагу на свої фінансові питання. На роботі приділяйте увагу організації та структурі завдань. У середу – четвер можливий візит до стоматолога. В особистому житті будьте готовими до компромісів. *Сприятливий день – субота, несприятливий – середа.*



ВОДОЛІЙ (21.01 – 18.02)

У роботі будьте гнучкими та відкритими до співпраці. Можливо, варто переглянути свої цілі та плани, щоб вони найкраще відповідали поточним життєвим обставинам. Бережіться отруєнь та різних побутових травм. *Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – вівторок.*



РИБИ (19.02 – 20.03)

У ці дні зорі не сприяють вам, бо для вас нині характерні хвороби – застуда, вірусні інфекції, проблеми з травною та лімфатичною системами. До того ж – 20 грудня – кризові моменти у сімейних стосунках, тому час йти на щирі молитви до церкви. *Сприятливий день – середа, несприятливий – субота.*

ЧЕТВЕР, 14 ГРУДНЯ

1+1
6.30 "Сніданок з 1+1"
9.30, 11.15, 13.00, 14.45, 16.25, 5.20 "Міняю жінку"
18.05, 19.25 "Говорить вся країна"
20.30, 21.20 Т/с "Шпиталь"
22.25, 23.20, 0.20, 1.15 Т/с "Доктор Хаус"
2.10 "Інформаційний марафон "Єдині новини"

5 КАНАЛ

6.00, 7.10 Гра долі **7.00** Служба розшуку дітей **8.15**, 1.45 Лінійка документальних серіалів **9.00** Хвилина мовчання **9.01**, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 21.00 Час новин **9.30**, 10.15, 15.35, 16.15, 17.20, 18.20, 19.35, 20.10 Марафон "Незламна країна" **11.15**, 12.35, 20.35 Машина часу **13.15** Невигадані історії **13.35**, 20.00 Український свідок **14.00**, 4.00 Д/ф **22.00** Час-Тіме **22.30** Особливий погляд **22.45** Новини **BBC 23.00** Час новин. Підсумки дня **0.00** Лінійка художніх серіалів **3.00** Це Україна!

ЕСПРЕСО TV

0.00, 18.15 Великий ефір Василя Зимы **1.50** Марафон "Єдині новини" **6.00** Хроніки війни з Ольгою Лень **7.00**, 8.00, 10.00, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00 **НОВИНИ 7.10**, 8.10, 10.10, 11.10 Інформаційний марафон з Лесею Вакулюк та Андрієм Сайчуком **9.00** Хвилина мовчання **9.01** Свобода. Ранок **12.10**, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком **14.10**, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Антоном Борковським **17.10**, 23.00 Хроніки інформаційної війни **17.45** Судовий контроль з Тетяною Шустровою **21.00** BBC News Україна **22.00** Свобода Live **23.30** Час-Тіме

МЕГА

6.00 Містична Україна **6.50**, 9.00 Телемагазин **7.05**, 0.40 Правда життя

7.40 Тут Люди **8.20**, 14.45, 19.50, 1.40 Мавпи-шахраї **9.30** Дикі острови **10.30** Шість соток **11.30** По той бік великого екрана **12.35** Речовий доказ **13.45** Удачний проєкт **15.45** Таємнича Африка **16.50** Дива природи **17.50** Брама часу **18.50** Війна всередині нас **20.50** Таємниці природи **21.50** Ганг **22.50** Окаванго: річка мрій **23.50** Досье Голлівуда **0.20**, 2.30 Сенсації екрана **1.10** Історії війни **3.20** Таємниці кримінального світу

СТБ

7.00 Ранок у великому місті **8.00** Т/с "Комісар Рекс" **10.55**, 0.00 Т/с "Агенти справедливості" **13.35** Т/с "Сліпа" **17.05** Т/с "Слід" **18.50** СуперМама **20.00** Т/с "Черговий лікар"

ICTV

3.00, 1.50 Т/с "Виклик" **3.10**, 0.10 Шкварка **5.20** Секретний фронт **6.05**, 7.55 Антисомбі **7.00** Ранок у великому місті **10.15** Т/с "Дільничний з ДВРЗ" - 3" **12.05** Т/с "Виклик" 3" **13.00** Т/с "Сліпа зона 4" **14.40** Х/ф "Список Шиндлера" **18.15** Т/с "Дільничний з ДВРЗ" **21.50** Х/ф "Страх" **0.00** Звернення Президента України

НОВИЙ КАНАЛ

3.30, 1.35 Екси **5.00** Знають навіть діти **5.20** М/ф **6.05** М/с "Злюки бобри" **7.00** Ранок у великому місті **7.55**, 9.01 Кохання на виживання **9.00** Загальнонаціональна хвилина мовчання **9.45** Т/с "Надприродне" **10.30** М/ф "Грін" **12.00** Х/ф "11 друзів Оушена" **14.15** Х/ф "12 друзів Оушена" **16.35** Т/с "Будиночок на щастя" **20.00** Хто зверну? (прем'єра) **21.50** Х/ф "Теніальне

пограбування" **0.00** Звернення Президента **0.10** Х/ф Судна ніч

ПІКСЕЛЬ

6.00 М/с "Безпека життя з Ембер" **6.30** ТiBі Абетка **7.00** Зірки-Малюки **7.30** "Майстерня Бібі" **8.00**, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) **8.30**, 10.00, 11.00, 14.00, 15.00, 0.30, 3.00 М/с "Майстерня Бібі" **9.05** Здорове харчування **9.20** Кулінарні секрети від Нюсі Поварьошкіної **10.30**, 14.30 Навички дошкільняти **10.35**, 14.35, 1.20 Веселі саморобки **11.30** М/с "Бджілка Мая" **12.00**, 16.30 М/с "Віспер" **12.30**, 19.00 М/с "Робокар Полі" **13.00**, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" **15.30**, 19.30 М/с "Труї Королівство веселки" **16.00**, 20.00 М/с "Бджілка Мая" **17.00**, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" **17.30**, 21.30 М/с "Теомеха" **18.00**, 21.00 М/с "Космічний старт" **22.30**, 23.30, 5.30 М/с "Сердиті пташки" **23.00**, 5.00 М/с "Баранчик Шон" **2.20** Зірки Малюки **2.40** ТiBі Абетка

К-1

3.00 Т/с "Побачити океан" **6.00**, 8.50, 23.10 "Скептик" **7.20**, 8.15, 9.20, 10.30, 11.05, 12.10 "TOP SHOP" **8.00** М/с "Віспер" **10.00** "Спеція" **11.25** "Україна вражає" **12.30**, 22.15, 2.10 "Навколо М" **13.20** Т/с "Академія танцю" **15.20** Т/с "Ми - сім'я" **18.50**, 21.15, 1.15 "Орел і Решка. Навколо світу" **19.40**, 0.25 "Орел і Решка"

2+2

6.00, 5.10 "Джедаї" **7.10**, 9.55 Т/с "CSI: Місце злочину" **11.45** Х/ф "Політ Фенікса" **13.50**, 1.40 "Загублений світ" **17.00** Х/ф "Ангели-2" **19.45** Х/ф "Падіння Олімпу" **21.55** Х/ф "У тилу ворога:"

Колумбін" **23.45** Т/с "Плут-2" **3.20** "Інформаційний марафон "Єдині новини"

XSPORT

6.00 Спортивна риболовля. Чемпіонат України з лову хижаків з човна **7.00** Хокей. Ліга Чемпіонів. Четвертьфінал. Фер'єстад - Шелефтео **8.40** Х/ф "Фанати" **10.20**, 11.05, 12.05, 12.35, 13.20, 14.05, 15.00, 18.15 Телемагазин **10.35** Ride **11.35** Блог **12.20**, 13.05, 13.50 Бокс **14.35** THE FOOTBALL REVIEW **15.15** Х/ф "Шонеділі" **18.30** Пляжний волейбол. ueen & King of the Court Finals 2023 Доха. Пряма трансляція **20.10** Змішані єдиноборства. WWF **22.00** Х/ф "Хулігани Зеленої вулиці" **0.05** Бодібілдинг. Відкритий чемпіонат України WABBA **1.00** Інформаційний марафон

ТЕТ

6.00, 4.30 Т/с "Євродиректор" **7.00** Сніданок з 1+ **9.30** Панянка-селянка **10.30** М/ф "Льодовиковий період 4: Континентальний дрейф" **12.15** Т/с "Касл" **18.00** Т/с "Діста № 0" **20.00** Х/ф "Ніч у музеї 2" **22.10** Х/ф "Божевільне побачення" **0.00**, 1.00, 2.00, 2.50, 3.40 Одного разу під Полтавою **0.30**, 1.30, 4.05 Країна У 2. **2.25**, 3.15 Танька і Володька

НТН

5.25, 10.45, 17.15, 23.20 "Речдок" **6.50**, 10.10 "Top Shop" **8.00** "Випадковий свідок. Катастрофи" **8.55**, 12.20, 1.15 "Випадковий свідок" **13.20**, 19.20 Т/с "Смерть ураю" **15.15**, 21.20 Т/с "Згадати молодість" **19.00** "Шукаю тебе" **1.00** "Історії війни" **2.15** "Правда життя. Професійні байки" **3.15** "Речовий доказ" **4.50** "Таємниці кримінального світу"

СУБОТА, 16 ГРУДНЯ

1+1
6.30 "Життя відомих людей 2023" **7.00** "Сніданок. Вихідний" **9.30** Т/с "Шпиталь 1+8" **19.30** Мелодрама "Не можу забути тебе" **23.25** "Вечірній квартал 2021 №3" **1.00** "Жіночий квартал 2021 №11" **2.20** "СБУ: спецоперації перемоги. Універсальні агенти. Деокупація" **2.50** "Інформаційний марафон "Єдині новини"

5 КАНАЛ

6.00 Гра долі **7.30**, 17.00, 4.00 Д/ф **8.45** Натхнення **9.00** Хвилина мовчання **9.01**, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 18.00, 19.00, 21.00 Час новин **9.15**, 10.15, 13.35, 18.20, 19.40 Марафон "Незламна країна" **11.15**, 12.30, 13.15 Машина часу **11.35** Служба розшуку дітей **14.15** Хто з Мірошніченко? **14.45** Культура во війна **15.30**, 23.35 Історія з братами Капрановими **16.15** Українр **19.30** Бомба ракета **20.00** Рандеву **21.35** Невигадані історії **22.00** Х/ф **23.00** Час новин. Підсумки дня **0.00** Лінійка художніх серіалів **1.45** Лінійка документальних серіалів **3.00** Це Україна!

ЕСПРЕСО TV

0.00 Великий ефір Василя Зимы **1.50** Марафон "Єдині новини" **6.00** Війна та зброя з Сергієм Згурцем **7.00**, 8.00, 9.01, 10.00, 11.00, 12.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00 **НОВИНИ 7.10**, 8.10, 9.10, **14.00**, 15.15 Інформаційний марафон з Лесею Вакулюк та Андрієм Сайчуком **9.00** Хвилина мовчання **10.10**, 23.50 ЕСПРЕСО. Док **11.10** Veraber. Разом **12.10** Вердикт з Сергієм Руденком **13.10**, 22.00 Студія Захід з Антоном Борковським **15.10** France **16.30** Війна і культура **17.10**, 18.10 Інформаційний марафон з Миколою Вереснем **19.10** Суботній політлуб **21.00**, 23.20 **НОВИНИ: ПІДСУМКИ ТИЖНЯ 21.30** Хроніки інформаційної війни **22.50** Донбас. Реалії

МЕГА

6.00, 1.10 Містична Україна **6.50** Таємниці світу **8.00** Удачний проєкт **9.15** Речовий доказ **11.00** Шість соток **13.00** Дикі острови **15.00**, 21.00 Окаванго: річка мрій **17.00** Політ над Землею **18.00** Ганг **19.00** Мавпи-шахраї **20.00** Правда життя **23.00** Сенсації екрана **0.40** Телемагазин **2.00** Брама часу

СТБ

5.40, 11.00 Т/с "Слід" **7.55**, 10.05, 23.00 Пекельні борощна з Євгеном Клопотенком **8.50**, 9.30 Найімовірна правда про зірок **19.00** МастерШеф **0.00** Звана вечерея

ICTV

3.00, 5.40, 9.05, 1.40 Громадянська оборона **3.20**, 7.00, 2.45 Антисомбі **4.05** Т/с "Відділ" **6.40** Топ 5 фейків **10.40** Х/ф "Світ Юрського періоду" **12.50** Х/ф "Світ Юрського періоду 2" **15.05** Х/ф "Світ юрського періоду 3: Домініон" **17.45** Х/ф "Подорож до центру Землі" **19.15** Х/ф "Подорож 2: Таємничий острів" **21.00** Х/ф "Круїз у джунглях" **23.30**, 0.10 Х/ф "Тодзила" **0.00** Звернення Президента України

НОВИЙ КАНАЛ

3.30 Знають навіть діти **3.50** М/ф **4.45**, 8.55, 9.01 Коханя на виживання **8.00** Розкази історію **9.00** Загальнонаціональна хвилина мовчання **12.25** М/ф "Тарзан" **13.55** Х/ф "Гербі: Шалені перегони" **15.40** Х/ф "Я - легенда" **17.25** Х/ф "Хенкок" **19.00** Х/ф "Скарб нації" **21.15** Х/ф "Скарб нації: Книга таємниць" **23.35**, 0.10 Х/ф "Судна ніч 3: Рік виборів"

0.00 Звернення Президента **1.35** Екси

ПІКСЕЛЬ

6.00 М/с "Безпека життя з Ембер" **6.30** ТiBі Абетка **7.00** Зірки-Малюки **7.30** "Майстерня Бібі" **8.00**, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) **8.30**, 10.00, 11.00, 14.00, 15.00, 0.30, 3.00 М/с "Майстерня Бібі" **9.05** Здорове харчування **9.20** Кулінарні секрети від Нюсі Поварьошкіної **10.30**, 14.30 Навички дошкільняти **10.35**, 14.35, 1.20 Веселі саморобки **11.30** М/с "Бджілка Мая" **12.00** М/с "Віспер" **12.30**, 18.30 М/с "Робокар Полі" **13.00** М/с "Космічний старт" **15.30** М/ф **17.00** М/с "Труї Королівство веселки" **20.00** М/с "Супергерой Коді" **21.30** М/с "Теомеха" **23.00**, 5.00 М/с "Баранчик Шон" **23.30**, 5.30 М/с "Сердиті пташки" **0.00** М/с "Місія Блейк" **2.20** Зірки Малюки **2.40** ТiBі Абетка

К-1

3.05 Т/с "Побачити океан" **6.10** "Скептик" **7.00**, 8.20, 9.25, 10.30, 11.10, 12.30 "TOP SHOP" **7.50** М/с "Віспер" **8.00** М/с "Міа та я" **9.00** "Спеція" **10.00** "Дай Лапу" **11.30**, 1.50 "Ух ти show" **12.45**, 2.35 "Україна вражає" **13.15**, 22.35 "Навколо М" **14.00**, 21.20, 23.25 "Орел і Решка" **16.45**, 21.50 "Орел і Решка. Навколо світу" **17.40** Х/ф "Ласкаво просимо на борт" **19.30** Х/ф "Шалена сімейка"

2+2

6.00, 5.10 "Джедаї" **7.45**, 1.05 "Загублений світ" **12.40** Х/ф "На межі" **14.55** Х/ф "Детектив Варшавські" **16.45** Х/ф "Міська поліція" **19.00** Х/ф "Перлі-Гарбор" **22.25** Х/ф "Ворос біля воріт" **3.35** "Інформаційний марафон "Єдині новини"

XSPORT

6.00 Спортивна риболовля. Кубок України з лову хижаків з човна. Дністер **6.40** Х/ф "Людина, яка змінила все" **9.15**, 10.00, 11.00, 11.30, 12.15, 13.00, 15.45 Телемагазин **9.30** XSPORT MOTO. Мотокрос. Чемпіонат України 2023 Фінал. Прем'єра **10.30** Світовий бокс. Тижневик. Прем'єра **11.15**, 12.00, 12.45 Бокс **13.30** Самбо. Всеукраїнський турнір пам'яті майора Артема Присяжко. Пряма трансляція **16.00** Вільна боротьба. Кубок України серед чоловіків та жінок. Пряма трансляція **19.00** Вечір професійного боксу. Пряма трансляція **22.00** Х/ф "Дужчий" **0.20** Світовий бокс. Тижневик **0.50** Блог **1.00** Інформаційний марафон

ТЕТ

6.00 М/с "Губка Боб Квадратні Штани" **7.00** Сніданок з 1+ **9.30** Ближче до зірок **10.30** М/с "Панда Кунг- Фу: Легенди крутості" **11.00** Х/ф "Чорний лицар" **12.45** Х/ф "Освідчення" **14.55** Х/ф "Ніч у музеї" **17.10** Х/ф "Ніч у музеї 2" **19.20** Х/ф "Ніч у музеї 3: Секрет гробниці" **21.15** Х/ф "Персонаж" **23.35** Х/ф "Хочу бути тобою" **2.05** Т/с "Пригоди Бампера і Суся" **3.45**, 4.35 Країна У 2. **4.10**, 5.00 Одного разу під Полтавою

НТН

5.20, 10.50, 17.15 "Речдок" **6.50**, 10.15 "Top Shop" **8.00** "Випадковий свідок" **9.35** "Винуватці війни" **9.55** "Останній день диктатора" **12.25** Х/ф "Фантомас розбушувався" **14.15** Х/ф "Фантомас проти Скотланд-Ярду" **16.10** "Легенди карного розшуку" **19.00** "Тут Люди" **19.40** Т/с "За справу береться Шекспір" **23.10** "Таємниці світу" **1.00** "Випадковий свідок. Навколо світу" **2.00** "Правда життя. Професійні байки" **3.10** "Речовий доказ" **4.50** "Таємниці кримінального світу"

П'ЯТНИЦЯ, 15 ГРУДНЯ

1+1
6.30 "Сніданок з 1+1" **9.30**, 11.15, 13.00, 14.45, 16.25 "Міняю жінку"
18.05, 19.25 "Говорить вся країна"
20.30 "Світ наживоріт. Україна" **21.45** "СБУ: спецоперації перемоги. Універсальні агенти. Деокупація" **22.35** Бойовик "Ті звали Нікіта" **0.55** Мелодрама "Гроза над тихоріччям" **4.05** "Інформаційний марафон "Єдині новини"

5 КАНАЛ

6.00, 7.10, 7.45 Гра долі **7.00** Служба розшуку дітей **7.30** Натхнення **8.15**, 1.45 Лінійка документальних серіалів **9.00** Хвилина мовчання **9.01**, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 21.00 Час новин **9.30**, 10.15, 15.35, 16.15, 17.30, 18.20, 19.45, 20.10 Марафон "Незламна країна" **11.15**, 12.35 Машина часу **13.15**, 4.00 Д/ф **14.45** Український свідок **19.35** Бомба ракета **20.40** Особливий погляд **22.00** Час-Тіме **22.30** Історія для дорослих **22.45** Новини **BBC 23.00** Час новин. Підсумки дня **0.00** Лінійка художніх серіалів **3.00** Це Україна!

ЕСПРЕСО TV

0.00, 18.15 Великий ефір Василя Зимы **1.50** Марафон "Єдині новини" **6.00** Хроніки інформаційної війни **6.45**, 23.00 Судовий контроль з Тетяною Шустровою **7.00**, 8.00, 10.00, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00 **НОВИНИ 7.10**, 8.10, 10.10, 11.10 Інформаційний марафон з Лесею Вакулюк та Андрієм Сайчуком **9.00** Хвилина мовчання **9.01** Свобода. Ранок **12.10**, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком **14.10**, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Антоном Борковським **17.10** Війна та зброя з Сергієм Згурцем **21.00** BBC News Україна **22.00** Свобода Live **23.15** Колaborанти **23.30** Час-Тіме

МЕГА
6.00 Містична Україна **6.50**, 9.00 Телемагазин **7.05**, 0.40 Правда життя **7.40** Історії війни **8.20**, 14.45, 19.50, 1.40 Мавпи-шахраї **9.30** Політ над землею **10.30** Шість соток **11.30** По той бік великого екрана **12.35** Речовий доказ **13.45**, 3.20 Удачний проєкт **15.45** Таємнича Африка **16.50**, 20.50 Таємниці природи **17.50** Брама часу **18.50** Війна всередині нас **21.50** Ганг **22.50** Окаванго: річка мрій <

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

Сезон екзотичної гості



Фото із сайту drevo.in.ua.

Один плід містить 80% щоденної потреби людини в аскорбіновій кислоті.

Нашим садам, як писала Ліна Костенко, «вже навіть яблучко не сниться», а полиці супермаркетів саме зараз щедрі на плоди, що є немов уособленням сонця і «божественного вогню», – хурму. Ці м'ясисті помаранчеві фрукти з терпкуватим смаком зазвичай їдять сирими. Але хурма – це ще й чудовий інгредієнт для найрізноманітніших страв: її додають у джеми, варення, салати, десерти, випічку й соуси, готують із неї сухофрукти і навіть використовують при запіканні м'яса та риби

САЛАТ «ЕГИПЕТСЬКИЙ»

Інгредієнти: 2 великі помідори, 1 велика хурма, 1 цибулина, 0,5 скл. волоських горіхів, 1–2 ст. л. лимонного соку, спеції, сіль – до смаку.

Приготування. Помідори нарізаємо дрібними кубиками, солимо. Цибулину краємо якомога тоншими чверть-кільцями, всипаємо до помідорів. Хурму (солодку і досить тверду) нарізаємо дуже дрібненькими шматочки, додаємо в салат. Поли-

ваємо лимонним соком, приправляємо спеціями (мелений імбир, трохи свіжого базиліка) і залишаємо настоюватися. Волоські горіхи трохи підрум'янюємо на сковороді, подрібнюємо. Половину акуратно підмішуємо до салату, другою посипаємо зверху.

СОУС ДО М'ЯСА

Інгредієнти: 1 хурма, 1 зубчик часнику, 1 см кореня імбиру, пучок кінзи, 1 ч. л. лимонного соку,

1 ч. л. оливкової олії, сіль – до смаку.

Приготування. Кінзу помити, обсушити і дрібно порізати. Хурму та імбир почистити від шкірки і подрібнити в блендері, вичавити часник, додати кінзу, лимонний сік та оливкову олію, трошки посолити й вимішати.

РИБА, ЗАПЕЧЕНА З ХУРМОЮ

Інгредієнти: 1 велика стигла хурма, 1,5 кг філе тріски, 1 зубчик часнику, по 40 мл соєвого соусу і оливкової олії, щіпка улюблених прянощів, 1 ч. л. сухого імбиру в порошок.

Приготування. Рибне філе наріжте невеликими шматочками. Із 30 мл соєвого соусу, оливкової олії, імбиру та інших прянощів (можна взяти коріандр, материнку, гвоздику, розмарин) приготуйте маринад і на 20 хвилин покладіть у нього філе. Сіль додавати не обов'язково, достатньо соєвого соусу. Розігрійте духовку. З хурми зніміть шкірку, наріжте плід скибочками. Промариновані шматочки тріски викладіть на деко, накрийте подушкою з хурми і запікайте 30–35 хвилин при температурі 180°. Дістаньте з духовки і зробіть соус: запечену хурму перетріть на пюре, додайте решту соєвого соусу і подрібнений часник. Все добре перемішайте і подавайте до риби в окремому посуді.

ЗАПЕЧЕНА КУРКА «ЗОЛОТИСТА»

Інгредієнти: 3–4 хурми середньої величини, 1 велика або 2 менші цибулини, тушка курки (приблизно 1,5 кг), сіль, мелений чорний перець – за смаком.

Приготування. Для маринаду хурму розрізати на четвертинки, зняти шкірку і видалити кісточки. Цибулю очистити, нарізати на невеликі шматочки. Подрібнити у блендері хурму і цибулю. Курку вимити, розрізати на порційні шматочки, кожен натерти сіллю і меленим чорним перцем. Укласти їх у глибоку миску, залити маринадом із хурми і поставити в холодильник на 2 години. Розігріти духовку до 180 градусів, змастити деко олією, розкласти на ньому шматочки курки разом із маринадом і запікати до утворення рум'яної скоринки. Якщо м'ясо підгоратиме, підлити на деко трохи води.

ВАНІЛЬНІ СИРНИКИ З ХУРМОЮ

Інгредієнти: 400 г сиру, 1 велика стигла хурма, 2 яйця, по 4 ст. л. борошна і манної крупки, щіпка ванільного цукру, по 2 ст. л. цукру і насіння кунжуту, масло (вершкове і рослинне) для смаження.

Приготування. Хурму промийте, очистіть від шкірки і наріжте на дрібні кубики. Сир розімніть виделкою і ретельно перемішайте з цукром, збитими яйцями і ваніллю. Потім введіть у сирну масу шматочки хурми, всипте борошно і ще раз усе перемішай-

те. Сформуйте сирники, обвалюйте їх у суміші кунжуту і манної крупки і обсмажте до рум'яної скоринки. Краще смажити на суміші вершкового масла і рафінованої олії, це додасть їм ніжного вершкового смаку. Десерт виходить не надто солодким, тому подавати його можна з розтопленим медом, малиновим варенням або абрикосовим джемом.

ХУРМА, ЗАПЕЧЕНА В СМЕТАННОМУ СОУСІ

Інгредієнти: 6 середніх плодів хурми, 2 яйця, по щіпці ванільного цукру і кардамону, 2 ст. л. борошна, 1 ст. л. цукрової пудри, сік і цедра одного лимона, 1 скл. цукру, 50 г меду, 1 скл. сметани, шматочок вершкового масла, панірувальні сухарі.

Приготування. Хурму помийте, викладіть у сотейник і залийте водою, яка повинна покривати плоди повністю, додайте цукор, сік і цедру лимона, доведіть до кипіння, вимкніть вогонь, накрийте посуд кришкою і дайте постояти 30 хвилин. Потім дістаньте плоди з маринаду, зніміть з них шкірку. Яйця збийте з медом, додайте борошно і сметану. Форму для випічки застеліть пергаментом, змастіть маслом, посипте сухарями, викладіть хурму, полийте сметаним соусом і запікайте при температурі 170° протягом 20–25 хвилин. Подавайте десерт, посипавши цукровою пудрою, змішаною з кардамоном і ванільним цукром.

● НА ПРОДОВЖЕННЯ ТЕМИ

Чому варто споживати хурму

Ця соковита ягода родом із Китаю давно полюбилася практично у всьому світі. Із листопада, коли розпочинається сезон її дозрівання, на полицях супермаркетів та ринкових прилавках можна знайти різні сорти, серед яких найпоширеніші – корольок, шарон та східна, що відрізняються твердістю та смаком. Хурму можна просто помити і їсти, як яблуко, а можна приготувати салат, закуску, десерт тощо. У будь-якому вигляді її користь для організму людини важко переоцінити

Хурмі багато протиракових речовин, які можуть підвищити здатність організму боротися з вільними радикалами. Хурма має високий рівень вітамінів С, А, а також фенольні сполуки, такі як катехіни та галлокатехіни, що безпосередньо

пов'язані з профілактикою різних видів онкології.

Ягода має сечогінний ефект, містить багато калію і різних судинорозширювальних органічних сполук, які знижують артеріальний тиск. У м'якоті та шкірці хурми також містяться флавоноїди, які є потужними антиоксидантами та корисні для профілактики серцевих захворювань, знижують ймовірність інсультів та гіпертонії.

За рахунок великої кількості клітковини хурма поліпшує роботу шлунка і кишківника, адже клітковина не виробляється організмом самостійно, а її отримують із певних продуктів.

Завдяки тому, що ця ягода має низьку калорійність і високий вміст клітковини, її радять вживати під час схуднення, адже вона забезпечує тривале відчуття ситості.

Завдяки високому вмісту цукру та калію, хурма зміцнює організм, запобігає стресам і втомі. Любителі хурми швидше та легше

засинають. При проблемах із нервовою системою слід обов'язково включити в раціон хурму: вона володіє заспокійливим ефектом і одночасно підвищує працездатність.

Вітаміни, якими багата ягода (вітаміни А, С, Е, К, В6, В3, Р) допомагають підвищити стійкість організму проти інфекційних захворювань, вітаміни С сприяє виробленню колагену та сприяє засвоєнню заліза в організмі. Антиоксиданти бета-каротин, зеаксантин, лікопін та інші допомагають знижити вільні радикали. Ягода багата йодом, якого бракує у нашому регіоні: 100 г хурми містять 30 мкг йоду. А завдяки наявності бета-каротину хурма здатна підтримувати здоровий зір.

Антиоксиданти та фітонутрієнти, які є в хурмі, сповільнюють процес старіння, поглинаючи вільні радикали. Фітостероли знижують холестерин в крові і захищають від атеросклерозу.

Медицина підтверджує, що завдяки наявності в складі глюкози і фруктози хурма підтримує в нормі серцево-судинну систему, збалансовує рівень глюкози в крові; магній знижує ймовірність

утворення каменів у нирках; численні вітаміни забезпечують тонізуючу і загальнозміцнювальну дію на організм. Зокрема, висока концентрація вітаміну С сприяє підвищенню імунітету. Один плід містить 80% щоденної потреби людини в аскорбіновій кислоті. Більше того, тропічний фрукт здатний знешкоджувати такі бактерії, як золотистий стафілокок і кишкова паличка.

Проте у всьому слід знати міру, адже в окремих випадках плоди хурми можуть спровокувати алергічні реакції. Ягода містить багато сахарози та фруктози і, незважаючи на невисокий глікемічний індекс (близько 50 одиниць), слід не сильно захоплюватися споживанням – достатньо 1–2 плоди на день. Особливо обережними варто бути діабетикам і тим, хто має проблеми зі щитоподібною залозою через надлишок йоду. За таких захворювань варто обов'язково проконсультуватися з лікарем. Також переїдання хурми може призвести до розладів у роботі ШКТ, оскільки плід має значні в'язучі властивості за рахунок наявності дубильних речовин.

● ВАРТО ЗНАТИ

Як вибрати сонячний плід?

З латині слово «хурма» перекладається як «їжа богів», або «божественний вогонь». Найпоширеніша ця рослина у тропіках, а найбільш різноманітна – у Південній Азії. Існує близько 725 її видів, які ростуть у різних куточках світу і не обов'язково мають яскравий помаранчевий колір

Який сорт хурми вибрати – це залежить від ваших смакових уподобань і що, власне, ви готуватимете з неї. Якщо хочете зробити нарізку на святковий стіл або додати в салат, перевагу варто віддати сорту шарон або корольок. Перший із них має помаранчевий колір і зовні, і всередині. У ньому немає кісточок, а плоди, як правило, дуже великі, по 100 і більше грамів. Сорт шарон солодкий навіть у твердому вигляді. Корольок помаранчево-коричневого кольору, а всередині ще шоколадніший. Побуває думка, чим більше насіння у плодах цього сорту, тим вони смачніші. Хурму корольок із солодким шоколадним смаком також можна використовувати для салатів, закусок і нарізки.

Ще один поширений сорт хурми на прилавках супермаркетів і базарів – східна – це та сама хурма, яка, якщо тверда, то з'їсти просто неможливо, тому потрібно або почекати, доки дозріє, або прискорити цей процес, поклавши її разом із яблуками в один пакет. Східну хурму в салати не додає в м'якому вигляді, тому з неї можна зварити варення, перебрати блендером і додати в десерт або в йогурт, а також просто з'їсти як перекус.

Загалом при виборі хурми пам'ятайте: якісний плід має бути гладким, м'ясистим, мати насичений яскравий колір.

Якщо вам не подобається терпкий смак хурми, потримайте її день-другий у холодильнику – терпкість зникне. А ще радять помістити плід у морозильну камеру на кілька годин, затим покласти в гарячу воду – і хурма буквально танути в роті. Подейкують, що коли вперше житель Північної Америки адмірал Метью Перрі спробував хурму, він вирішив, що цей фрукт зовсім не їстівний. Усе тому, що ці плоди містять дубильну речовину – танін, яка з'являється в період дозрівання, а як тільки плід дозріє, то танін зникає. Тому, чекаючи цілковитого дозрівання, хурму почали вживати аж після перших заморозків. Тоді вона ставала м'якою і дуже соковитою. Звідси й лайфхак: якщо ви купили тверду хурму, від якої терпне язик, просто покладіть її в морозильну камеру на добу, а потім дістаньте, викладіть на тарілку і поставте в холодильник. Поступово відтанувши, вона буде дуже смачною.

● АНЕКДОТИ

– Але хоч трохи м'яса у ваш ковбасний цех завозять?
– Завозять.
– І куди ж воно йде?
– У їдальню, на обід співробітникам.

Вночі предмети втрачають свої звичні контури. Береш, приміром, склянку води попий, а в руці вже чомусь канапка з ковбасою...

Друг звертається до Довочки:
– Тобі мама на обід дає стільки грошей! А моя телефонує в шкільну їдальню й дізнається, скільки коштує обід.

– І моя також постійно телефонує й запитує...

– А чому ж вона дає тобі так багато?
– Та я обманув її тільки раз... Коли вона попросила в мене номер шкільної їдальні, а я телефон ресторана дав...

ЩО ВІЩУЮТЬ ЗОРІ?



Лелі Какулія передбачала напад рф на Україну ще у 1992 році.

«красна площа буде залита кров'ю»

Грузинська провидиця розповіла про падіння путіна і закінчення війни

Лія ЛІС

Всупереч перевазі у людях та зброї, росія ніколи не зможе завоювати Україну. Водночас на саму рф чекає удар від провідних країн світу й загибель держави. Такий прогноз дала відома грузинська провидиця Лелі Какулія (на фото).

Як відомо, вона передбачала напад рф на Україну ще у 1992 році. У 2016-му попереджала про нову активну фазу війни.

На її переконання, через дії росії український народ лише об'єднається та повстане проти неї. А в майбутньому влада України підпише усі необхідні домовленості із цивілізованим світом, і країна стане членом Європейського Союзу.

За твердженням провидиці, Україна стане могутньою та великою державою без росіян. Вона також передбачила, що рф втратить Кавказ. За пророцтвом Лелі Какулії, російський диктатор володимир путін буде вбитий. «Після битви мусульман у москві все буде зруйновано. Ми побачимо час, коли вся красна площа буде залита кров'ю. москва завжди була центром чорної магії на Землі», – зазначила вона.

За словами провидиці, Україна виграє війну з росією, збереже свої території і поверне Крим. «Україну я бачу як самостійну, незалежну державу, в якій росія лише сусід, – резюмувала провидиця. – Україну ніхто не зупинить».

УВАГА, КОНКУРС!

«У хмільні смеркання мавки чорноброві
Ждатимуть твоєї ніжності й любові...»

Казково-лірична поезія Василя Симоненка «Лебеді материнства», яку нещодавно вчили учні 7-го класу, допомогла нам у створенні запитання для інтелектуальної вікторини. І, на жаль, лише кілька учасників змогли розгадати це завдання. Більшість не впоралась, бо, напевне, знала лише другу частину цього твору, яку часто співають: «Виростеш ти, сину, вирушиш в дорогу...»

Що за слово ми заховали у гранатобузі?

Оскільки я вже згадав про «Лебеді материнства» Василя Симоненка, то просто процитую уривок із шедевра зі словом-відповіддю:

«Ой біжи, біжи, досадо, не вертай до хати, Не пушу тебе колиску синову гойдати...».

Тож раджу ще раз прочитати увесь цей віршований твір і проаналізувати, де зайшли у безвихідь, шукаючи відповідь.

А хто з наших читачів дав правильні відповіді на запитання 43-го туру – «За мою дружину та всіх моїх коханок – щоб їм не зустрітись!» і 44-го – «Досада», а також яке ставише лідерів у вікторині «Гранатобуз із секретом» після 44 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 – заключного туру цього річного нашого вікторини.

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 44 (2023)

Сьогодні в гранатобузі ми заховали слово-звертання з відомого майже всім українцям твору. Що правда, більше ми знаємо його другу частину. І в цьому шедевр є аж чотири його брати по «не членах речення», але нас цікавить перший. Асоціативний ряд із ним: твір Тараса Шевченка, футбольна речівка, стаття, гіркота, пісня на слова Андрія Малишка, тварина, героїня Лесі Українки...

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 43 (2023)

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

ЗНАЙ НАШИХ!



«Тетяно, ти молодець, і дуже чудово, що ми з тобою прославляємо своє рідне місто і країну».

Залужний влаштував сюрприз маленькій волонтерці

Дівчинка збрала понад 140 тисяч грн для ЗСУ

Василина СМЕТАНА

Головнокомандувач Збройних сил України Валерій Залужний привітав свою землячку, 11-річну волонтерку зі Звягеля Житомирської області Тетяну Портянку з Днем Святого Миколая (обоє на фото).

Це відбулось у прямому ефірі «Сніданку з 1+1».

«Тетяно, вітаю. Мені надзвичайно приємно брати участь у цьому дійстві і передати тобі вітання від Святого Миколая. Мені дуже приємно, що ти моя землячка. Ти молодець, і дуже чудово, що ми з тобою прославляємо своє рідне місто і країну. Вітаю тебе зі святом. Бережи себе», – сказав він.

Дівчинці передали шахи з автографом Головнокомандувача ЗСУ, кепку з написом «Під захистом Валерія Залужного», прапор України з автографом Головома

та його ексклюзивний комплект шахів і шашок.

У своєму юному віці дівчинка вже встигла стати відомою в Україні волонтеркою. Вона має розряд із шашок та шахів. Віртуозною грою Тетяна збрала чимало коштів для українських захисників. Дівчинка нині живе в Києві, а у Звягелі в неї бабуся – журналістка Лариса Герус, до якої онука приїжджала у гості й тут грала в шашки, аби зібрати гроші для ЗСУ. Зібрана сума передала їй 100 тисяч!

СЕ ЛЯ ВІ



«Ми родички, але в нас нема часу на те, щоб родичатися».

Ірма Вітовська здивувала, що є родичкою Тіни Кароль

«Були певні сімейні зустрічі»

Лія ЛІС

Раніше в одному зі своїх інтерв'ю співачка Кароль зізнавалася, що її рідний брат одружився з сестрою Ірми Вітовської. Нещодавно Вітовська цю інформацію підтвердила, а також розповіла, як часто вони з Тіною збираються за сімейним столом: «Ну так, ми родички. Я не думаю, що в нас є час на те, щоб родичатися. У неї тим більше – шоу-бізнес ще більше не тримається місця дислокації. Але так, у нас були певні родинні зустрічі, сімейні свята. Це дуже рідко», – повідомила вона.

Зазначимо, що у Тіни Кароль є старший брат Станіслав Ліберман. Ще 2018 року артистка ділилася, що є родичкою акторки Ірми Вітовської. «Я пам'ятаю, як ми їх сватали. Ми приходили просити вийти заміж Наталку, сестру Ірми, за Стасіка, мого брата. Ми прийшли всією родиною просити, аби вони згоднісь віддати свою квіточку», – розповідала тоді Кароль.

Окрім того, за словами Тіни, вона є палкою шанувальницею творчості Ірми Вітовської ще з часів, коли акторка грала у серіалі «Леся+Рома».

яке у багатьох асоціюється із предметом, якого ще не було 150 років тому. А тепер є у багатьох удома. І на роботі. І навіть буває у вашій сумці. Наприклад, особисто я часто озброююсь ним, коли моя дружина вдома бере у руки зошити з української мови. Це не порошокотяг...)

Перший варіант його винайшов чоловік, у прізвиську якого є і частина слова від шанобливого звертання, і найважливіша людина в місті, і пекло. Це підказка: якщо від імені одного відомого успішного світового правителя відкинути «клязу» та ім'я батька трьох відомих братів, то дізнаєтесь призначення цього предмета. Ім'я цього правителя ми сьогодні і заховали.

Яке слово знаходиться у гранатобузі?

Поспішайте: відповідь треба надіслати до 18 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)).

Приймних вам пошуків без повітряних тривог! І не забудьте запропонувати своїм поштарям: «Хочу передплатити «Цікаву газету на вихідні!».

Ваша передплата – це інформаційні снаряди по путіну!

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 45 (2023)

Сьогодні у гранатобузі ми заховали незвичне ім'я,