



Все буде Україна!

Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

10 січня 2024 року №2 (316) Ціна 11 грн



«Фіалками проросту»: Герой перед загибеллю написав пророчий вірш

с. 4

Хтось катається на скутері чи на «мерсі», а Аркадій Фішман їздить на... дивані!

«Вирішив виготовити щось цікаве, аби підбадьорити людей. Наше життя і так дуже сумне. А можна його трохи підфарбувати яскравими барвами», – скромно каже винахідник

Вулицями Заліщиків Тернопільської області на дивані їздить інженер-технолог, винахідник Аркадій Фішман. Чоловік переїхав сюди рік тому зі Слов'янська. Він запевняє, що швидкість пересування його диво-транспорту доволі пристойна – 10 кілометрів на годину.



«Фантастика!» – так каже кожен, уздрівши це видовище, – і береться одразу за телефон.

Розповідь про винахідника – на с. 6–7

● НЕЗЛАМНІ



Галина відповіла на пропозицію руки і серця Миколі словом: «Так!».

Рашисти так і не змусили полонену Галину Федішин заговорити російською

А на другий день після звільнення мужня українка заручилася зі своїм обранцем Миколою Гриценяком, який служить у 36-й бригаді морської піхоти

Розповідь про Хоробре Серце – на с. 6

● СВІТОВЕ ІМ'Я

Помер легендарний Франц Беккенбауер

Ушлюблений німецький футболіст пішов із життя у віці 78 років

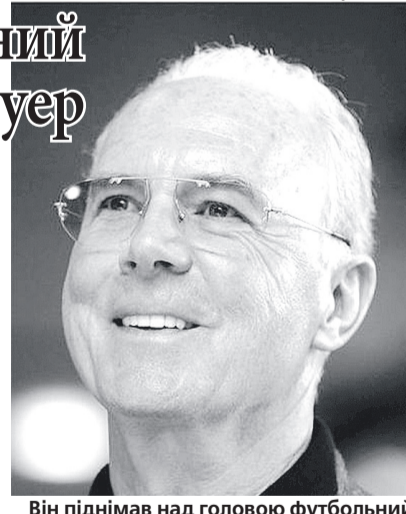
Петро ПАС

Ще сталося у неділю 7 січня. «З глибоким сумом ми повідомляємо вам, що мій чоловік і наш батько Франц Беккенбауер мирно пішов з життя в неділю, в оточенні своєї сім'ї. Ми просимо вас вшанувати його пам'ять в тиші і мовчанні. Будь ласка, утримайтеся від будь-яких запитань», – йдеться в повідомленні сім'ї футболіста.

Франц Беккенбауер двічі ставав чемпіоном світу – у 1974 році як гравець збірної Німеччини, у 1990-му – як її тренер. 1972-го він став чемпіоном Європи. У 1972 і 1976 роках отримував «Золотий м'яч».

А ще Франц Беккенбауер – 3-разовий володар Кубка європейських чемпіонів, 5-разовий чемпіон Німеччини. Один із найкращих гравців у історії цього виду спорту. Міжнародна федерація футбольної історії та статистики поставила Беккенбауера на 3-тє місце серед найсильніших гравців ХХ сторіччя (кращими визнали тільки Пеле і Йогана Кройфа).

Тепер ця легендарна трійка воз'єдналася у Небесній команді. Світла пам'ять!



Він піднімав над головою футбольний Кубок світу і як гравець, і як тренер.



Фото із сайту uefa.com.

Фотоколаж із сайту obozrevatel.com.

Фото з архіву Аркадія Фішмана.

Фото з архіву-сторінки Лева ЛІПТВИНИ ООІ.

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Окупанти зруйнували фабрику тактичного одягу

Вироби цього бренду носять Зеленський і Залужний

Марта САЛО

Унаслідок ракетної атаки російських окупантів на Київ 2 січня було пошкоджено або повністю знищено виробничі потужності й складські приміщення українського виробника тактичного одягу M-Tac. Про це повідомили на самому підприємстві.

Одяг M-Tac носять, зокрема, Головнокомандувач ЗСУ Валерій Залужний і Президент України Володимир Зеленський. Так, у 2022 році флісову кофту кольору хакі Зеленського продали за понад 111 тисяч доларів на аукціоні Christie's у Лондоні, де збирали кошти для України.

Також відомо, що російські ракети вдарили і по інших підприємствах оборонного комплексу України.

Громадський діяч Карл Волох обурений: «Ви хоч уявляєте, скільки, наприклад, на заході країни різних невикористаних підземних об'єктів радянської пори, розрахованих навіть на ядерне бомбардування? Десятки. Невже не можна було винести туди виробництво з центру Києва? Не корупція – наша головна біда, а імпотентність влади. Збитки від неї в багато разів страшніші».

«Навколо – недолюди з росії»

Мер Мелітополя заявив, що загарбники посилено змінюють етнічний склад населення в Запорізькій області

Василь КІТ

У тимчасово окупованому Мелітополі Запорізької області зараз 50% населення – приїжджі, повідомив міський голова Іван Федоров. Він додав, що для роботи й проживання на тимчасово окуповані території України загарбники завозять «гастролерів із рф». «До повномасштабного вторгнення в місті проживало 150 тис. людей. За два роки окупації близько 90 тис. виїхали до інших міст України та світу. У Мелітополі залишилося 60 тис. корінних мешканців, проте приблизно стільки ж понаїхало з ворожої країни», – зазначив Федоров.

Мер додав, що зараз мелітопольці, виходячи на вулицю, не зустрічають знайомих облич, бо «навколо недолюди з росії».

ЖУРНАЛІСТИ видання «Європейська правда» у спільній статті висловили обурення позицією Варшави щодо України:



«Продовження блоку навіть після зміни польського уряду багато українців сприйняли як сигнал, що Польща, усупереч офіційній риториці, не допустить членства України в ЄС».

Наш вступ до Євросоюзу – за усіх можливих варіантів та конфігурацій – має означати взаємне відкриття ринків. До речі, всіх ринків. Включно з аграрним.

Натомість поляки своїми діями доводять, що готові на все – на порушення Угоди про асоціацію, своїх зобов'язань перед Україною та Брюсселем, засадничих норм ЄС, навіть на розв'язання та розпалювання торговельного конфлікту – щоб не допустити економічної інтеграції України з Євросоюзом. Не допустити появи України на економічній карті Європи. А отже, не допустити вступу України в ЄС».

● У ВСІХ НА ВУСТАХ

Не «яйця по 17 гривень» і не «контрнаступ»: в Україні названо слово 2023 року

«Мобілізація» стала головною лексемою за версією словника сучасної української мови та сленгу «Мислово»

Лія ЛІС

Як пояснюють автори, цей термін перебував у центрі суспільної дискусії протягом усього року з піковим інтересом у грудні, коли уряд вніс до парламенту гучний законопроект про мобілізацію. «Слово «мобілізація» потіснило іншого кандидата – «контрнаступ», – ідеться на сайті словника.

Інші претенденти на слово року також пов'язані з війною.

УКЛАДАЧІ СЛОВНИКА ВИДІЛИЛИ, ЗОКРЕМА, ТАКІ:

• **«ухилянт»** – чоловік, який ухиляється від мобілізації. Ухилянтами також називають політичне керівництво країни, яке



Без сумніву, це слово не просто чув, а й промовляв майже кожен українець.

відмовляється брати на себе відповідальність за складні рішення та переводить стрілки на військових;

• **«яйця по 17 гривень»** – як символ корупції у Мініборони України;

• **«блокада/деблокада»** – у

зв'язку з блокадою росією українських морських портів та їх

«Слово «мобілізація» потіснило іншого кандидата – «контрнаступ».

● ПОЗИЦІЯ

«Не кидайте голими і босими в окоп!»

Відомий військовий, офіцер управління 12-ї бригади «Азов» Нацгвардії України Дмитро Андрущенко звернувся до ТЦК і Генштабу через мобілізацію

Юрій ЖУК

«Якщо ви хочете, щоб люди від вас не бігали, пояснюйте, що це не означає, що ви схопите людину і відразу її голу-босу закинете в окоп. Якщо ви хочете, щоб наша армія професійно, а головне якісно виконувала свої бойові завдання, ви повинні людині пояснити, підготувати її, спитати, де вона себе бачить,

все це скомпонувати і тільки потім надати їй кваліфіковану військову професію згідно з її навичками», – каже Дмитро Андрущенко.

За його словами, дуже важливо відчувати, ким людина хоче бути – артилеристом, піхотинцем, снайпером, мінометником. «Бо якщо людина каже, що не вміє підтягуватися, бігати, а ви одягнете на неї броню, вона пробіжить сто метрів і «здохне». Але може зламати будь-яку систему, заглушити дрон. То, звісно, краще взяти цю людину в штаб батальйону або підрозділ, який займається радіоелектронною боротьбою», – пояснив військовий.

● РЕЗОНАНС

Папа Римський закликав заборонити сурогатне материнство

Понтифік включив народження жінками генетично чужої їм дитини до списку загроз «глобальному миру та людській гідності»

Ліна ВОГОНЬ

Папа Римський Франциск закликав до повсюдної

заборони сурогатного материнства. У зверненні до послів, акредитованих при Святому Престолі, понтифік перерахував проблеми, які згубно впливають на людство. Однією з них він назвав сурогатне материнство.

Папа зазначив, що у сучасному світі життя ненародженої дитини «перетворене на об'єкт торгівлі». «Вважаю під-

● КРУТО!

Наземний безпілотний робот D-21-11 може вести розвідку, штурмувати чи захищати позиції

Василь КІТ

Машина обладнана автоматичною туреллю. Бойова частина повністю знімна, тому робот універсальний і може виконувати й інші завдання. Про нову розробку розповів міністр цифрової трансформації Михайло Федоров. «Також платформу можна використовувати, щоб безпечно доставляти боєприпаси або провізію для бійців у гарячі точки», – повідомив голова Мінцифри.

Наші створили робота для бойових завдань

Фотокіраж із сайту obozrevatel.com.



«Саме технології допомагають ефективніше протидіяти ворогу та зберігати людські життя», – наголошує Михайло Федоров.

Бойова частина робота – D-11 – уже пройшла успішні випробування й має позитивні відгуки від військових. «Зараз команда працює над масштабуванням виробництва... Продов-

жуємо технологічно посилювати українську армію, адже саме технології допомагають ефективніше протидіяти ворогу та зберігати людські життя», – зазначив Федоров.

лю практику так званого сурогатного материнства, яка являє собою грубе порушення гідності жінки й дитини, засноване на експлуатації ситуаційних матеріальних потреб матері», – сказав він. Понтифік також наголосив, що дитина є даром Божим, а не «основою комерційного контракту». Тому він закликав до заборони цієї практики в усьому світі.

До речі, у своєму зверненні Франциск згадував війну в Україні, війну між Ізраїлем і ХАМАС, міграцію, кліматичні

кризи, виробництво звичайної та ядерної зброї. При цьому під час промови понтифік публічно звинуватив росію у веденні повномасштабної війни проти України, хоча раніше цього уникав.

«Дитина є даром Божим, а не основою комерційного контракту».



Фотокіраж із сайту pngfind.com.

У 2023 році громадяни України подали 3692 звернення щодо порушення мовного закону, повідомив Уповноважений із захисту державної мови Тарас Кремень. За регіональним поділом найбільше порушень фіксували в місті Києві: у понад півтора раза більше, ніж у 2022 році, та втричі більше, ніж у 2021-му. Серед лідерів порушень закону також Харківська та Одеська області.

Партія «Європейська Солідарність» першою прийняла рішення, що під час повномасштабного вторгнення бюджетні кошти, які ідуть на фінансування партій, мають бути спрямовані саме на підтримку ЗСУ. На ці цілі «ЄС» переказала 82 млн гривень.

● НІЧОГО СВЯТОГО



Фотоколаж – Про Гроші/Дар'я ДАВИДЕНКО.

Олександр Яковлев (у центрі): «У Скадовську так не говорять!».

«Квартал 95» знову принизив українців недолугими жартами

Мало їм було «України-порноактриси», «томоса-термоса», «сеньйора-голомодора» та «ебонітових паличок»

кварталу» часто у своїх номерах насміхалися над українцями і всім українським, підтримуючи російський стереотип про нас як про дурнувачів і недолугих. Однак якщо до війни цей гумор «нижче плінтуса» сходив їм з

рук, то під час війни українці гостро відреагували на нові «жарти на крові». Зокрема, обурення висловив міський голова Скадовська Олександр Яковлев. Тож акторка Ірина Гатун попросила вибачення в

тих, кого образив номер про дівчину зі Скадовська, яку вона зіграла. Однак це не надто допомогло, адже, як з'ясувалось, Гатун дозволяла собі відпочинок в окупованому Криму після його окупації, тому отримала ще й осуд за «легалізацію окупації» півострова.

Тим часом мер окупованого Скадовська Олександр Яковлев на своїй Facebook-сторінці опублікував відео, в якому закликав режисерів гумористичного шоу попросити вибачення в людей за «сіські» зі Скадовська. «Жарти про «сіські» зі Скадовська, напевно, комусь здаються дуже дотепними. Але хай це буде на совісті режисерів. Сподіваюся, у них вистачить сили попросити вибачення в українців. Скадовськ сьогодні в окупації, і дійсно, чого зараз потребують скадовчани, – це підтримки», – заявив він, наголосивши, що у місті багато людей були російськомовними, але всі добре розуміють українську і добре говорять українською.

Тому Яковлев оголосив про старт флешмобу «Скадовськ говорить українською» і запропонував усім скадовцям зачитати цю свідому українською. «Незалежно від того, де ви є тепер, знаю, що в серці ви любите Скадовськ. Український Скадовськ. Бо саме за українську мову і культуру сьогодні нас намагається знищити орда». Сам Яковлев продекламував вірш львівського поета Грицька Чубая «В двадцятий вік не просто жити».

До речі, у місті Скадовську Херсонської області окупаційна російська влада прилюдно стратила 56-річну Тетяну Мудренко за її проукраїнську позицію. За словами сестри Тетяни Наталії Чорної, її повісили перед приміщенням суду. У жовтні 2022 року Тетяна Мудренко публічно розкритикувала місцеву поліцію за співпрацю з російськими окупантами та вигукнула: «Скадовськ – це Україна»...

● Я ТАК ДУМАЮ!

Чим пахнуть «хвойди»

Аналізуючи останні десять років діяльності «Кварталу 95», схиливаю до думки, що ми самі дозволили «кварталівцям» жартувати так, роками толеруючи такий «жлобський гумор» про нас самих. Якийсь Стокгольмський синдром. Окремих вид збочення

Яніна СОКОЛОВА, тележурналістка, блогерка, засновниця фонду «Варто жити» та проєкту «Я, Ніна» на допомогу онкохворим



«Квартальна» «культура», похідна від російського квк, схвалювалася владою. Запросити «95 квартал» на корпоратив було ознакою успішності. У їхніх випусках українці виступали недолугими селянами, жебраками, історичні постаті і події знецінювалися. Історичні тагедії висміювалися як щось, про що смішно говорити, чого не було. «Синьйори Голодомори», «томоси-термоси», запорізькі козаки в бутфорських простріляних шапках і шароварах... Україну малювали актрисою з порнофільмів, а студентів – активістів Майдану, в подальшому Героїв Майдану, – ілюстрували якимись диваками у светрах, яким непогано по приколу видати ебонітові палички, аби побачити, чи буде струм у протистоянні із «беркутом»...

Настав грудень 2023-го. 10 років кривавій війні, якою російська федерація нищить усе українське. Все. І цих панів теж. Але після двох років повномасштабної війни студія «Квартал 95» випускає відео, в якому принижує в одному образі одночасно всіх українців на окупованих територіях. Бо вони, на їхню думку, недостатньо якісно говорять українською. «Квартал» демонструє переселенку зі Скадовська, міста, яке нині в окупації росіян, як тупу, неотесану панянку, яка промовляє «сіскадовська» (а це – «у вас тут файно пахне хвойдою» [хвоєю], «пообіцяйте мене» [пообіцяйте мені], «цивірнівають сідниці» [синиці], «по двору бігають курви» [кури], «хазяйка нас борщем з пампушками гвалтувала» [годувала]... – Ред.), а зал рже із цього. Українці в залі продовжують толерувати це приниження.

У листопаді 2022-го стало відомо, що окупанти стратили 56-річну місцеву мешканку, медсестру Тетяну Мудренко. Стратили за вигук: «Скадовськ – це Україна».

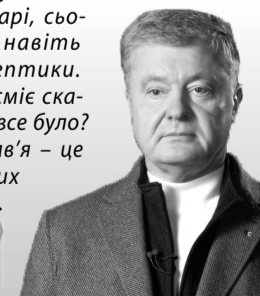
Я не знаю, хто пише тексти кварталу. Але українці з теперішнього такого б не написали. Може, сценаристи «Кварталу» живуть в іншій реальності?

Настав час НЕ бути толерантними до цього. За що ми воюємо? Кого ми принижуємо? Себе? «Хто я?» – колись ставив питання президент. То, може, варто все ж знайти відповідь на це питання. І маргіналізувати тих, хто принижує нас?

● ПРЯМА МОВА

Петро ПОРОШЕНКО, п'ятий Президент, про п'яту річницю отримання українськими православними Томоса:

Державницьке значення усього, що в ті дні (5 років тому. – Ред.) відбулося на Фанарі, сьогодні зрозуміли навіть найзатятіші скептики. І вже ніхто не посміє сказати: для чого це все було? Світове Православ'я – це сузір'я незалежних та рівних Церков. І нарешті в цьому сузір'ї засяяла українська зірка.



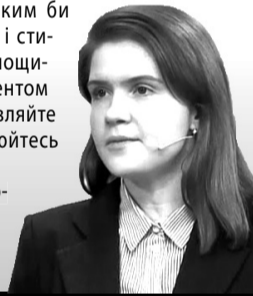
● ПРЯМА МОВА

Мар'яна БЕЗУГЛА, про новорічний концерт 95-го кварталу:

Щодо гастролей і виступів «Квартал 95» моя позиція така ж, як і з виграєм Оленою Кравець тендером у державного підрядника (писала про це).

Якою б законною не була діяльність, яким би успішним шоу, питання доречності гастролей і стилістики виступів лежить у морально-етичній площині: якщо ви були створені теперішнім Президентом країни і назавжди асоціюєтеся з ним, не підставляйте його. Він змінюється, країна змінюється – змінюйтесь або мовчіть.

І взагалі, якщо частина колективу пішла добровольцями в ЗСУ, то це була б чудова рольова модель, а самі враження від служби точно змінили б посыл студії. Моя особиста думка.



● СВЯТ, СВЯТ, СВЯТ!

Священника покарали за... чаклунство

Черкаська єпархія ПЦУ відсторонила від служіння священника зі Свято-Покровського храму, що в селі Городецьке на Уманщині, ієрея Дмитра Плаксивого через звинувачення у чаклунстві

Ліна ВОГОНЬ

Він начебто «робив обряди із землею з кладовища». «Батьошку звинувачують у тому, що він нібито займався прокльонами, ходив на кладовище, брав із могил землю та робив певні обряди, маніпулює людьми, вживає алкоголь та відмовився від ходіння-щедрування для воїнів ЗСУ, через що посяв ворожнечу між

старостою села, головою господарства та головою Паланської ТГ», – розповів «Суспільному» місцевий мешканець Юрій, який виступає проти відсторонення священника.

Журналістам вдалось ознайомитися з указом керівника Черкаської єпархії ПЦУ митрополита Черкаського та Чигиринського Іоана. Згідно з документом, ієрею Дмитру Плаксивому заборонено проводити богослужіння, також його зняли з посади настоятеля. Причина – «невідповідність сану священнослужителя, численні порушення та відповідні скарги на його дії».

Водночас деякі місцеві жителі виступили на підтримку священника, стверджуючи, що ці звинувачення є наклепом.

● НЕСПОДІВАНИЙ ПОВОРОТ

Сергій Горбачов (на фото) зустрів Новий рік у лікарні

Марта САЛО

Чоловік потрапив у реанімацію з інфарктом. «Друзі, новий, 2024 рік для мене виявився доволі незвичним. Бо відділення реанімації в Інституті серця – м'яко кажучи, не те, про що мрієш напередодні свят. Я вдячний лікарям та персоналу, які мені допомагають долати наслідки інфаркту», – написав він.

Омбудсмен запевнив, що має все для одужання. А тих, хто запропонував йому допомогу, Сергій Горбачов попросив задонатити його синові, який зараз захищає Україну у складі 54-ї окремої

Про яку допомогу попросив українців освітній омбудсмен з реанімації

Фотоколаж із сайту 24tv.ua.



«Я вдячний лікарям та персоналу, які мені допомагають долати наслідки інфаркту».

механізованої бригади. Воїнам потрібен дрон. «Допомоги більше потребує мій син, його побратими та посестри на фронті. Задонатйте на дрони для 54-ї бригади: це буде мені найкращою підтримкою», – попросив він.

Сергій Горбачов не вперше збирає гро-

ші синові. Омбудсмен підсумував, що відпочинок буде після перемоги над росією, а ворогові нас не здолати. «Ми різні, але єдині у прагненні захистити нашу Незалежність. Тримаймося, єднаймося – переможемо. Слава Україні!» – написав він.

У Нідерландах українські волонтери наколядували для військових ЗСУ понад 4 тисячі євро. Ці кошти буде спрямовано на ремонт автівок, генератор, рації та дрони.

Відтепер наші співвітчизники в Польщі, а також школярі та студенти українських навчальних закладів зможуть безплатно вивчати польську мову онлайн через інноваційну систему Lingva Polska.

Білорусь не запрошуватиме спостерігачів ОБСЄ на парламентські й місцеві «вибори». Про це заявив постпред білорусі при міжнародних організаціях у Відні Андрей Дапкюнас.

Через негоду і сильний мороз на Рівненщині зареєстровано два смертельні випадки від переохолодження. Хоча в області розгорнуто мережу із чотирьохсот Пунктів незламності. Там можуть зігрітися та випити гарячого чаю.

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

У відомої української співачки помер брат-військовий

Марія Бурмака повідомила про горе у її родині

Ліна ВОГОНЬ

На сторінці у Facebook артистка розповіла, що її молодший рідний брат Святослав Бурмака помер вночі, 4 січня, від серцевого нападу. Чоловік був учасником бойових дій, служив у 43-й Окремій артилерійській бригаді імені гетьмана Тараса Трясила: «Був поранений і контужений, лікувався у військовому госпіталі. У квітні був комісований за станом здоров'я. Не витримувала його психіка. Не витримало врешті і серце. Немає таких слів, щоб описати, як боляче нашій сім'ї. Я завжди тебе буду дуже любити, Слава», – розповіла про брата Марія Бурмака.

Святослав Бурмака був єдиним рідним братом артистки. Висловлюємо співчуття виконавиці та її родині.

«Це суттєвий удар по терористичній москві»

Українська розвідка отримала таємні документи росія

Василь КІТ

Головне управління розвідки Міністерства оборони України отримало масив таємних даних про військово-промисловий комплекс російської федерації. Йдеться про 100 гігабайт секретних даних із підприємства «Спеціальний технологічний центр». Там виготовляють безпілотники «Орлан» різної модифікації, низку засобів радіоелектронної боротьби й розвідки, іншу військову продукцію.

Масив переданої для ГУР інформації містить документацію на 194 номенклатурні одиниці: креслення, технічні завдання, патенти, програмне забезпечення тощо. Йдеться як про наявні, так і перспективні військові розробки, повідомила розвідка. За попередніми оцінками, вартість одержаних даних може становити \$1,5 млрд. «Це суттєвий удар по терористичній москві: вказаний архів уже використовується у цілях зміцнення обороноздатності України та ослаблення держави-агресора», – сказали в ГУР.

Затримали зірку «Х-Фактора»

Луцькі активісти підозрювали його в педофільї

Ліна ВОГОНЬ

Вівано-Франківську затримали 38-річного Андрія Мацевка (на фото), який два роки перебував у розшуку за підозрою у підробці документів.

У 2010 році він став впізнаваним після участі у відбірковому турі талант-шоу «Х-Фактор», де прославився кумедним виконанням пісень, адже чоловік не має ані голосу, ані слуху. В квітні 2011-го Андрій Мацевко прийшов на кастинг третього сезону шоу «Україна має талант». Тоді він отримав одне суддівське «Так» від Ігоря Кондратюка. В жовтні 2011 року Мацевко відвідав київський кастинг другого сезону шоу «Х-Фактор», де виконав пісню «Сіла птаха» Ніни Матвієнко. Тоді рішення журі знову було не на користь Мацевка, через що він залишив проєкт.

У червні 2015 року Андрія Мацевка звинуватили у педофільї. Активісти спільноти «Анти Педофілія Луцьк» запевняли, що він приїхав до обласного центру в Волині, аби зайнятися інтимом з 14-річним хлопцем.



● УСЕ ДЛЯ ФРОНТУ, УСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!

Мобільні їдальні – новий проєкт від волонтерів для захисників

Фото із сайту eurosolidarity.org.



Фонд Порошенка разом із волонтерами ГО «Справа громад», крім мобільних прально-душових комплексів, автомайстерень та шиномонтажів, виготовляє для ЗСУ мобільні їдальні

Василина СМЕТАНА

У контейнері, який зовні нічим не відрізняється від інших, всередині є все для комфортного приготування їжі, відпочинку і навіть сну. Витяжка, індукційна плита, потужний генератор, холодильник, бойлер, шафи для зберігання речей, меблі, зокрема великий стіл, передбачені й спальні місця.

Петро Порошенко переконаний: комфорт для бійців дуже важливий, адже після холодних і вогких окопів наші захисники й захисниці заслуговують найкращого. «Наші знамениті мобільні лазні вже є у 130 батальйонах ЗСУ, ними користуються майже 100 000 бійців. Ми поставили на потік пересувні авторемонтні май-



«Бійці зможуть тут облаштувати свій побут – зберегти та розігріти їжу на чергуванні, поїсти, поспати. Для цього є все необхідне...»

стерні, самостійно виробляємо також мобільні шиномонтажі. А це наш новий експериментальний проєкт – мобільна їдальня для військових», – пояснює Петро Олексійович.

«На наших вантажівках-велетнях «Фоден» цей контейнер буде доставлятися в зону роботи ППО, операторів безпілотників, проведення бойо-

вого чергування, – продовжує п'ятий Президент. – Бійці зможуть тут облаштувати свій побут – зберегти та розігріти їжу на чергуванні, поїсти, поспати. Для цього є все необхідне... Це четверта частина проєкту Фонду Порошенка та «Справи громад» – «Турбота для Перемоги». Разом із вами ми робимо побут військових кращим, теплішим

та комфортнішим. Впевнений, що у нас все вийде», – переконаний Порошенко.

Перша пересувна їдальня вже проходить тестування у логістичному батальйоні ДШВ.

ДО РЕЧІ

Загалом від початку повномасштабного вторгнення Порошенко з волонтерами передав у військово-130 прально-душових комплексів, 30 командно-штабних машин управління БПЛА, 3 мобільні шиномонтажі, 30 пересувних авторемонтних майстерень, 300 вантажівок DAF Leyland, 61 DAF YA 444X, 20 вантажівок TATRA, 17 вантажівок FODEN та багато іншої техніки.

Загальна сума допомоги, наданої ЗСУ, перевищила 4 млрд грн.

● БОЛИТЬ!

«Фіалками проросту»: Герой перед загибеллю написав пророчий вірш

Не стало воїна-поета із позивним Далі – 33-річного Максима Кривцова

Василь КІТ

У неділю ввечері мати поета Надія Кривцова написала: «Фіалками мій найдорожчий син проросте... о Боже», згадуючи рядки одного з його віршів.

Крім того, про смерть поета повідомили письменник Любо Дереш із посланням на його друзів, а також волонтерка й військова Леся Литвинова. Її допис вражає до сліз:

«Чуєте ви, «не народжені для війни»... Ніхто для неї не був народжений.

Кривцов Максим був надзвичайно світлою людиною. Він був поетом. Не воїном. Але він загинув. Загинув як чоловік. Як воїн. Разом з ним загинув цілий Всесвіт. Тексти і вірші. Нові сенси. Не написані рядки. Не прожиті хвилини.

Не пережиті почуття. Вам добре спиться? Добре відпочивається?

Добре смакує ранкове лате?»

Один із його останніх віршів:



«Макс, я чекатиму весни. І фіалок. Аби ховати в них свій біль. І вибачитись за те, що ми живі, а тебе немає...»

Моя голова котиться від посадки до посадки як перекотиполе чи м'яч мої руки відірвані проростуть фіалками навесні мої ноги розтягнуть собаки та коти моя кров вифарбує світ у новий червоний Pantone людська кров мої кістки втягнуться в землю утворюють каркас мій прострелений автомат заржавіє

бідненький мої змінні речі та екіпу передадуть новобранцям та скоріше б уже весна щоб нарешті розквітнути фіалкою.

Макс, я чекатиму весни. І фіалок. Аби ховати в них свій біль. І вибачитись за те, що ми живі, а тебе немає...»

Максим Кривцов – автор книги «Вірші з бійниці», визнаної однією з найкращих українських книжок 2023 року за версією українського ПЕН.



«Він був поетом. Не воїном. Але він загинув. Загинув як чоловік. Як воїн».

Максим пішов на війну добровольцем у 2014-му. Спочатку він був у складі 5-го батальйону ДУК «Правий сектор», а потім став старшим кулеметником у Бригаді швидкого реагування Національної гвардії України.

Згодом працював у Центрі реабілітації та реадaptaції учасників АТО та ООС і Veteran Hub. Після повномасштабного вторгнення росія у 2022-му повернувся на фронт. Але навіть на війні він продовжував писати. Максим дуже пишався своєю збіркою «Вірші з бійниці», яка вийшла незадовго до його загибелі. Її навіть визнали однією з найкращих українських книжок 2023 року за версією українського ПЕН.

● **ЛЮБОВ СИЛЬНІША ЗА ВІЙНУ!**

«Наш син має народитися 24 лютого»

Це історія кохання, яке виникло на передовій. Він захищає Україну, а вона поїхала у прифронтове місто, аби разом із ним дізнатися стать їхньої майбутньої дитини

Олена БАРСУКОВА, life.pavda.com.ua

«ІНСТІНКТИВНО ВІДЧУВ, ЩО ГОТОВИЙ СТАТИ БАТЬКОМ»

Ця закохана пара, фото якої облетіло інтернет, – військовий Максим Гордійчук і волонтерка Світлана Нагорна-Гордійчук (обоє на фото), які познайомились у грудні 2022 року і тепер чекають на малюка.

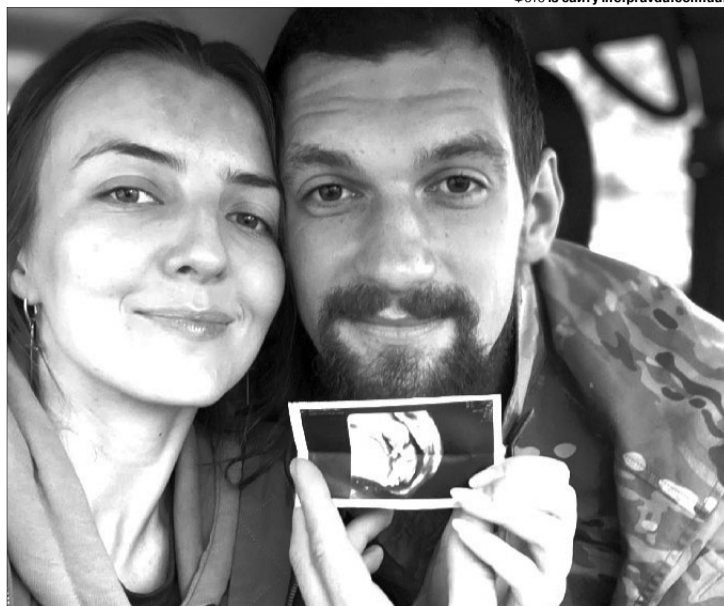
На момент повномасштабного вторгнення Максим жив у Івано-Франківську і працював гірським гідом. Хлопець обожнював Карпати, водив туристів у гори, а коли почалася велика війна, став на захист України.

25 лютого Максим поїхав до Києва і долучився до тероборони, а у квітні 2022-го пішов служити до однієї з бригад НГУ. За півтора року великої війни військовий побував на різних гарячих ділянках фронту. Рік тому під час боїв на Бахмутському напрямку він і познайомився зі своєю майбутньою дружиною.

Світлана Нагорна-Гордійчук до великої війни жила у Львові та працювала фінансовим аудитором у міжнародній компанії. Тепер вона очолює благодійний фонд «Лемберг Волонтери» та понад півтора року допомагає військовим.

Вона познайомилася з Максимом саме тоді, коли він шукав автівку для підрозділу.

«На початку війни, ще коли я був у ТрО, я наче інстинктивно відчув, що готовий стати батьком. Мабуть, це щось про виживання, коли ти усвідомлюєш, що є ризики загинути. Але на момент нашого знайомства зі Світланою я точно не очікував знайти кохання та



Закохані спеціально підлаштували графік так, щоб Світлана зустрілася з чоловіком наступного дня після УЗД, коли йому дадуть вихідний.

На початку війни, ще коли я був у ТрО, я наче інстинктивно відчув, що готовий стати батьком. Мабуть, це щось про виживання, коли ти усвідомлюєш, що є ризики загинути.

мати стосунки. У нас тоді тривали важкі бої, і я був морально пригнічений. Коли трохи відновився і шукав машину для бойових завдань, написав у фонд на той момент ще незнайомої Світлани. І життя подарувало мені такого янгола», – каже чоловік.

«Максим тоді мені здався дуже зачарованим. Потім ми вже зрозуміли, що він був не мною зачарований, а був у такому стані після боїв і втрати побратимів», – розповідає дівчина.

16 годин у поїзді, щоб дізнатися стать майбутньої дитини

Насправді ж Максим дійсно відчув піднесення – після розмови зі Світланою ходив незвично усміхнений. Військовий та волонтерка почали листуватись, знайомитись та пізнавати одне одного, надсилаючи одне одно-

му «полотна» тексту. Дівчина хвилювалась, коли Максим довго не з'являвся онлайн під час бойових завдань...

Максим першим освідчився Світлані у коханні. Пара була на вечорі пам'яті за загиблим бійцем ССО Дмитром Пашуком із позивним Гармаш. «Ми прийшли на вечір пам'яті, послушали спогляди людей про нього. Це було дійство не про смерть Дмитра, а про його Життя. Прийшовши додому, я зрозумів: якщо ти щось відчуваєш, не треба боятись це проявити. Варто жити зараз», – згадує військовий.

Відтоді дівчина їздила у прифронтові міста, щоб бачитися з коханим, як тільки з'являлася нагода. А щоб підтримувати зв'язок на відстані, Максим і Світлана сформували свої романтичні традиції. Наприклад, обмінювались паперовими листами й малень-

кими подарунками. Світлана надіслала коханому мигдалеві круасани, які він розтягнув на чотири дні. А Максим у відповідь надіслав тістечко з їхньої улюбленої кав'ярні у Краматорську.

«У нас ці посилки їздять у дві сторони, і це дуже щемко. Ти наче проживаєш досвід присутності людини, коли тримаєш в руці свічку, паперовий лист чи тістечко. У нас є улюблена кав'ярня у Краматорську, куди ми ходили кожного разу, коли я приїжджала до Максима за минулу ротацию. Ми обрали там свій столик. Саме за ним ми відкрили конвертик і дізнались, чи в нас син, чи донечка», – каже дівчина.

Світлана хотіла точно дізнатися стать малюка разом із Максимом, тому вирішила поїхати до нього. Закохані спеціально підлаштували графік так, щоб Світлана зустрілася з чоловіком наступного дня після УЗД, коли йому дадуть вихідний. Після 16 годин дороги дівчина опинилася на Донеччині. У Краматорську, за улюбленим столиком у кав'ярні, пара дізналася, що у них буде син. За прогнозами лікарів, він має народитися 24 лютого 2024-го.

Після цього романтичного побачення Світлана написала допис та опублікувала фото з вокзалу, які розлетілись у мережі. «Я написала пост у потязі, коли їхала від Максима з Краматорська до Львова. Цей потяг – такий собі згусток любові, радості, суму і сліз водночас. Я не очікувала, що наша історія любові стане публічною. Але великої кількості глядачів це відгукнулося, що свідчить про те, що в українців є запит на щось світле, попри смерть і втрати. Тому я вірю, що в Україні переможе життя. Тут будуть народжуватися діти, і 24 лютого наш син приїде у цей світ», – каже дівчина.

Нині Максим і Світлана дуже чекають на первістка. Вони мріють поїхати до своїх улюблених Карпат великою сім'єю – вже після Перемоги, яку Максим продовжує наближати на фронті.

● **ПУЛЬС ТИЖНЯ****Окупанти погрожували 12-річному хлопчику дитбудинком**

Але Україна змогла повернути школяра, в якого померла мама, на підконтрольну територію. Андрія та його бабусю росіяни утримували на окупованій частині Херсонської області

Лія ЛІС

Ініціаторкою повернення стала старша сестра хлопця. Про це повідомив Уповноважений з прав людини Дмитро Лубінець. Улітку 2022 року померла мама Андрія, і з того часу він проживав зі своєю бабусею. «В окупації вони відчули на собі всі «переваги російського світу»: залякування, психологічний тиск, візити представників окупаційної влади. Хлопчика погрожували відібрати у бабусі й влаштувати до дитячого будинку, оскільки він залишився без законного представника», – зазначив омбудсмен.

1 січня 2024 року спільними зусиллями Офісу омбудсмена та «Української мережі за права дитини» їх вдалося вивести на підконтрольну Україні територію. «Тож перший день нового року символічно став для цієї сім'ї першим днем нового життя», – підсумував Лубінець.

Фото агенції Iran International.



Навіть після жорстокого побиття Хешматі відмовилася носити хіджаб, переданий їй офіційними особами.

74 удари батоном за фото без хіджабу

Так в Ірані покарали активістку, яка оприлюднила знімок у соцмережах. А ще пані змусили заплатити штраф у розмірі приблизно 300 євро

Микола ДЕНИСЮК

У вироку йдеться про те, що жінка «порушила суспільну мораль». Також 33-річну активістку курдського походження Рою Хешматі звинуватили у «заохоченні до вседозволеності». З січня вирок у вигляді 74 ударів батоном виконали «згідно із законом та шаріатом». Крім того, її засудили до одного року умовного ув'язнення, трирічної заборони на виїзд з країни і змусили заплатити штраф у розмірі приблизно 300 євро.

Виконавець покарання обмотав навколо руки шкіряний батіг і бив активістку по плечах, спині і ногах. Під час цього вона тихо наспівувала: «В ім'я жінки, в ім'я життя, одяг рабства розірваний, наша чорна ніч розвидниться, і всі батоги будуть сокирами порубані...».

Цікаво, що до зали суду відважна Хешматі на знак протесту прийшла також без хіджабу. Працівники силоміць натягнули їй на голову хустку та надягли наручники, щоб Хешматі не могла її зняти...

Як відомо, незабаром після Ісламської революції 1979 року всіх жінок в Ірані зобов'язали покривати шию і голову.

● **НЕ ДО СМІХУ**

Виявляється, засновник «Ліги сміху» не просто має паспорт країни-агресорки, а й веде бізнес в окупованому Криму

Василь КІТ

Мова про давнього соратника Президента Володимира Зеленського, успішного українського продюсера Наума Барулі (на фото).

Про це йдеться в розслідуванні «Схем» («Радіо «Свобода»). Журналістам вдалося встановити, що у квітні 2009-го російська міграційна служба видала Науму Барулі російський паспорт, продюсеру тоді було 49 років.

Після початку війни на Донбасі та окупації Криму, Баруля повернувся в Україну з москвитою уклад партнерства зі студією «95 квартал» на чолі з Володимиром Зеленським.

Другий напрямок їхньої співпраці – виробництво серіалів для комерційних телеканалів. Баруля їздив в окупований Крим аж до 2019 року включно, заїжджаючи на український півострів саме за російським паспортом.

У соратника Зеленського знайшли громадянство росії

Фотоколаж із сайту radiosvoboda.org.



Наума Баруля перереєстрував своє майно за законодавством окупантів і обзавівся новою нерухомістю.

У Судаку в творчого соратника Зеленського залишається три квартири загальною площею 312 квадратних метрів, які він добровільно перереєстрував за російським законодавством, визнавши тим самим юрисдикцію РФ на окупованій українській території.

У 2017-му Баруля став власником земельної ділянки на 7 соток у Судаку. Ще за рік там же набув у власність ще 6 соток та став власником семиповислової будівлі площею у понад 2

тисячі квадратних метрів.

За даними «Схем», станом на грудень 2023 року у засновника «Ліги сміху» залишаються дві активні компанії в окупованому Судаку. Вони зареєстровані після анексії за законами країни-агресорки.

Донька Барулі Ірина Борзова обрана у Верховну Раду від «Слуги народу». Її чоловіка Сергія Борзова – зятя Наума Барулі – Зеленський призначив головою Вінницької області.

Отакої...

● **ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!****Наповнення «Пакунка малюка» змінили**

31 січня 2024 року також зросла його вартість – із 6 816 до 7 689 гривень

Лія ЛІС

Наповнення «бейбі-боксів» переглянули, врахувавши побажання батьків і думки експертів. «До нього додано більше товарів, на які є попит: наприклад, багаторазові вологостійкі пелюшки і теплий одяг для немовлят (шапочки і «чоловічки»). Також збільшено розмір пледа-ковдри для зручнішого використання, – повідомили у Міністерстві соціальної політики України. – Натомість зменшено кількість одягу найменшого розміру, з якого малюта швидко виростають (бодіки, штаниці-повзунки)».

Нагадаємо, що уряд дозволив витратити грошову компенсацію за «Пакунок малюка» на будь-які потреби.

СИМ «Я»
Щоб було веселіше
- Мені не подобається а-а...
Хочу спа-ати! Разом з тобою



Оксана КОВАЛЕНКО,
мама
Тара, як світ, ранкова «пісня» дитини, яка не го-

ва до ранкових рухів, хай уже навіть має статус школяра. Буває, що її заводить і мій син. Іноді це добряче дратує. Але ж сварилися за те, що ділиться з мамою своїми емоціями, немудро. Хай і мій мозок зранку не налаштований на негатив. Звісно, веселіше, коли тобі передають лавину присемних вражень про щось, а з ними таких же відчуттів. Однак справлятися з ранковими «піснями» не тільки з ними мені допомагає думка, що от в ці хвилини моє дитя мимохить вчиться реагувати на різні подразники і колись у своєму житті син так само буде спілкуватися зі своїми чадами та й іншими людьми. Адже ж найкраще засвоюються уроки з життєвих ситуацій. Тому я не змушую його стихнути.

Є тут і ще один бік медалі. Даючи свої дитині вивести на білий світ те, що їй допокає, ми одночасно збираємо про неї так звану емоційну інформацію. Джон Медіна, американський діагност проблем психічного здоров'я та автор книги «Правила розвитку мозку дитини», пише, що батьки, які володіють емоційною інформацією, мають потужну здатність передбачати поведінку своєї дитини. Вони не бувають заскочені знаєцька якимсь дитячим вибриком, бо «бачать» свою дитину наскрізь». І що важливо – розуміють, що буде корисним чи шкідливим їхній дитині, що їй підказати і як її скерувати у розвитку. Спілкування у таких сім'ях спокійніше і веселіше.

Правда, оте емоційне спостереження в міру зростання дитини обов'язково треба змінювати. Мало лише відзначати появу нового, як ото ми робили з немовлятами. Знову ж таки не варто діяти так, щоб дитина почувалася, наче під мікроскопом. І важливо вчити її називати ті емоції, які вона переживає, але не знає, що до з нею робиться. «Ти відчуваєш роздратованість», – повідомляю сину. Він вмовкає і, здається, з цікавістю слухає, що і мама її послала довше і що трохи роздратована. Але ми, довіряю йому свій план, спробуємо себе застрахувати від цього і раніше підемо спати цього вечора. Малий згідливо киває і за якусь мить уже з усмішкою ділиться сновидінням. Таке продовження ранку видається куди веселішим!

БІДА З РОЗУМУ...
Ілон Маск – наркоман?

Американське видання The Wall Street Journal із посиланням на джерела повідомило, що засновник Tesla та SpaceX вживає наркотики, і це непокоїть керівників і членів правління його компанії

ЛІНА ВОГОНЬ

Вони побоюються серйозних наслідків «не лише для його здоров'я, але й для шести компаній та мільярдних активів, які він контролює». «Найбагатша людина світу вживає ЛСД, кокаїн, екстазі та психоделічні гриби, часто на приватних вечірках по всьому світу, де відвідувачі підписують угоди про нерозголошення», – пише преса.

Як відомо, 52-річний Ілон Маск обурив українців своєю непослідовною позицією щодо агресії України і навіть шкідництвом. Так, він наказав відключити «Старлінк» у районі Криму саме в той момент, коли туди прямували українські надводні безпілотники, щоб вразити російські кораблі. Через те, що зник зв'язок наші сили оборони тоді втрачали більшість цих апаратів.

Найбагатший чоловік планети не раз курив марихуану на публіці і заявляв, що має рецепт на психоделічний метамін.

НЕЗЛАМНІ
Рашисти так і не змусили полонену Галину Федішин заговорити російською



Закінчення. Початок на с. 1
ЛІЯ ЛІС
3 січня 2024 року з путінського полону повернулася остання дівчина-морпік Галина Федішин з Івано-Франківщини. «Вона пройшла важкий шлях оборони Маріуполя, завод Ілліча, «Азовсталь» та пекельний полон», – першим повідомив радісно новину командир 36-ї окремої бригади морської піхоти Сергій Волинський.

Галина Федішин – родом із села Сваричів Рожнятівської громади. Дівчина навчалася у Звягельському фаховому медколеджі, який закінчила у 2015 році. Згодом повернулася на Франківщину і стала на облік у військкоматі. Про це розповіла директорка соціально-психологічної служби Звягельського медколеджу Ніна Мороз. За її словами, рік Галина оббивала пороги військових частин, бо їй не хотіли брати. Галина – маленька, худенька. Але врешті вона досягла свого – взяла в бригаду. 7 квітня 2021 року Президент Зеленський нагородив сержанта Галину Фе-

дешин орденом «За врятування життя». Дівчина була поранена. Потрапила в полон під час виходу з «Азовсталі» у травні 2022 року. Тоді ж опинився у неволі і її хлопець-військовий Микола Гриценяк, який родом із Донеччини. «В полоні вони не

бачилися, він лише зміг якось дізнатися тоді, що Галя жива. Наскільки мені відомо, хлопця повернули в Україну трохи раніше», – сказала Ніна Мороз. Перебуваючи в неволі, Галина Федішин принципово розмовляла українською мовою. «Декілька ра-



Галина до і після полону.

зів росіяни імітували її вивезення на обмін, але в результаті повертали назад до місця утримання», – повідомили в Генеральному штабі ЗСУ.

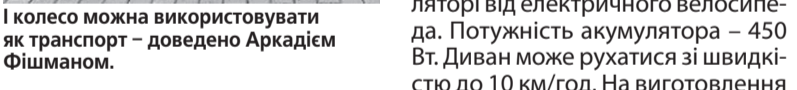
Дуже щемкою була зустріч Галини із коханим Миколою. Уже на другий день після звільнення медикині з полону вони заручилися. «Сьогодні я став свідком не просто заручин, а справжнього триумфу любові. Ця любов пережила випробування, що здатні зламати найсильніших, але не дозволила зламати вас. Вони разом пройшли бої за Маріуполь, витримали випробування полонном та довгу розлуку, але їхнє серця ні на мить не припиняли битися в унісон», – не приховував емоцій командир 36-ї окремої бригади морської піхоти Сергій Волинський. Такі люди, як Галина та Микола

вселяють віру у те, що Україна є і буде. Дякуємо, воїни!

ДО РЕЧІ

Україна 3 січня за посередництва Об'єднаних Арабських Еміратів повернула з російського полону 230 військових та цивільних. Це найбільший за час повномасштабного вторгнення обмін і перший після 7 серпня 2023 року. 182 повернутих українців мали офіційний статус військовополоненого, підтверджений через Міжнародний комітет Червоного Хреста. Це 48 оборонців вважалися зниклими безвісти. Більшість звільнених – чоловіки, їх 225. Ще п'ятеро – це жінки. Дорядового та сержантського складу належать 213 звільнених українців, одинадцять – офіцери.

ДИЛО МАЙСТРА ВЕЛИЧАЄ



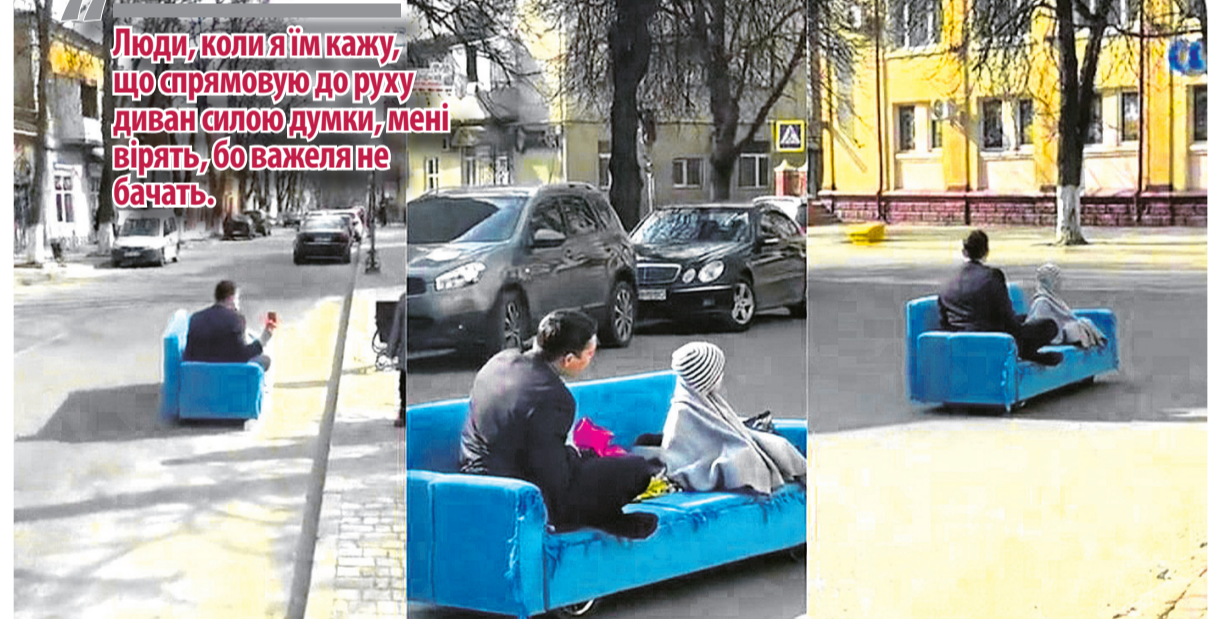
Люди, коли я їм кажу, що спрямовую до руху диван силою думки, мені вірять, бо важеля не бачать.
І колесо можна використовувати як транспорт – доведено Аркадієм Фішманом.

ний проєкт колеса. Таких коліс у світі є декілька. Вони трохи різних конструкцій. Моє від них відрізняється, такого на планеті немає. Світовий прототип за характеристиками мене не влаштував. Він забажаний, треба було його вдосконалити. Війна змінила мої плани. Колесо можна використовувати, як транспорт. Чим саме моє було унікальним? У нього могло сісти дві людини, а не одна. Подібні колеса дуже великі, приблизно метр, і вони незручні. Сідаєш, як в крісло. В мене велика спинка, ти відкинувся, можна вдих і їдти.

Аркадій розповів, що диван, який він їздить, викликає цікавість у місцевих жителів: «Коли рухався по Заліщиках, до кожного другого знімав на телефон, машини зупинялися... Я придбав дошки. Це диваном не було з самого початку. Я з дощок його зробив, під розміри. Диван би не підійшов, бо в нього ши-

рина, висота, вага не та, яка мені потрібна була. Я придбав дошки і зробив конструкцію схожу на канапу. Якщо взяти справжній диван, поставити його на колеса, то він на ходу розвалиться, а тут зміцнена рама. Є важіль керування, який схований. І люди, коли я їм кажу, що спрямовую до руху диван силою думки, мені вірять, бо важеля не бачать. Він повертає передні колеса і задні теж обертаються. Є гальма, – розповідає винахідник.

Конструкція працює на акумуляторі від електричного велосипеда. Потужність акумулятора – 450 Вт. Диван може рухатися зі швидкістю до 10 км/год. На виготовлення транспортного засобу чоловікові знадобилося два тижні і витратив він близько 2,5 – 3 тисяч гривень. Електрообладнання взяв зі свого попереднього виробу. Чоловік каже: приблизна довжина дивана – два метри, ширина – 80 сантиметрів, висота – понад метр. – Мій транспортний засіб не підлягає реєстрації жодній, бо в законі вказано обмеження статутності двигуна три кіловати і обмеження швидкості 40 кілометрів на годину. Якщо менші параметри, то нічого не потрібно. Це як електро-велосипед, а от якщо більше, то потрібна реєстрація, – усміхається винахідник. Аркадій Фішман за професією інженер-технолог машинобудування. У Слов'янську розробляв обладнання для заводів. До Заліщика разом із сином, якого виховує сам, переїхав після повномасштабного вторгнення росії.



Якби винахідник брав гроші за катання, то уже мав би чималий капітал.

Хтось катається на скутері чи на «мерсі», а Аркадій Фішман їздить на... дивані!

Закінчення. Початок на с. 1
Богдан БОДЕНЧУК, suspilne.media

Річ у тім, що у мене був двигун, акумулятори, контролер. Я це все привіз зі Слов'янська. Зняв все з іншого електротранспорту, бо сам транспорт я взяти з собою не зміг, то зняв обладнання з нього. Воно в мене лежало. Якщо диваном зняв із моноколеса, яке теж розробив сам: – У мене був більш серйоз-

ТІЛЬКИ ФАКТИ

Жителям Києва доцільно повернутися до маскового режиму у місцях скупчення людей для зменшення ризику зараження COVID-19. Про це заявив перший заступник голови КМДА Микола Поворозник.

Українські хакери злили в мережу дані всіх клієнтів російського «Альфа-Банку».
У російському обласному центрі Рязань згорів будинок, що належав племіннику президента росії роману путіну. Про це написало білоруське опозиційне видання «Хартія 97».

Цікава ГАЗЕТА на вихідні
ПОСІВНИЙ КАЛЕНДАРЬ-2024

Звичайно, дотримання посівного календаря тільки частково сприяє доброму врожаю. А головною умовою при вирощуванні городніх культур є праця людини: захист від хвороб та шкідників, прополкування, поливання, встановлення опори – саме від догляду за культурами і залежить урожай

Table with 6 columns: CULTURE, LUTY, BEREZEN, KVITEN, TRAVEN, CHERVEN. Lists planting dates for various vegetables like Zelen, salaty, Ogirky, Pomidory, etc.



Посівний календар – це важливий інструмент для садівників і фермерів, який допомагає визначити найкращі дні для висіву та посадки рослин. Залежно від фази Місяця і знаків зодіаку деякі дні можуть бути сприятливими для росту і розвитку рослин, тоді як інші – менш вдалим.
Листопад: 2-3 листопада – відмінний період для висіву чорнушки та багаторічних трав.
Грудень: 3-18 по 20 грудня – хороший час для пересаджування кімнатних рослин.
Цей посівний календар на 2024 рік допоможе вам планувати садові роботи, обираючи найсприятливіші дні для висіву та посадки рослин. Пам'ятайте, що це лише загальні рекомендації, успішність вирощування також залежить від конкретних умов вашої ділянки та клімату вашої регіону.

● УВАГА, КОНКУРС!

А в «гранатобуз» ми заховаємо...**Валерія Залужного!**

Друзі, принцип нашої інтелектуальної вікторини нагадує «чорний ящик» із популярної гри «Що? Де? Коли?»



Грицько ГАРБУЗ

Тільки предмети чи зображення людини

ми ховаємо в гарбуз (від початку повномасштабного вторгнення нелюдів-москалів наш добрий-предобрий гарбуз перетворився на грізний гранатобуз). Наприкінці 2023 року запропонували вам таке завдання:

«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – СПЕЦЗАВДАННЯ (2023)

Цього разу ми заховаємо портрет відомої усім людини. Допоможе вам розгадати, хто це, асоціативний ряд, пов'язаний із цією людиною, щоправда, в ньому будуть і хитрі підказки. Отож: Юрій (Георгій) Змієборець на гербі; одна із Пальмір; Ігор Турчинов; Петро Сагайдачний; тезка героїні одного із творів Тараса Шевченка; Захід; та, що розповіла про провидицю, яка передбачила падіння Трої; прізвище, співзвучне із річкою; біля Клязьми; відома Біблія; Північ; центральна вулиця імперії зла.

Чи це фото знаходиться у гранатобузі?

Найпершою земляк видатної Лесі Українки по Звягелю, а свого по нинішньому райцентру, який у свій час любив мандрувати вуличками древнього Володимиря і берегами його Луги, доктора філософії з права і Головнокомандувача ЗСУ Валерія Залужного розпізнала мешканка села Затурці Володимирського району Волині Віта Бобко. До речі, декого зі своїх конкурентів вона випередила буквально на кілька хвилин. Пані Віта й отримала спецприз від Грицька Гарбуза. Що саме – сподіваємось, переможниця сама з нами поділиться на фейсбук-сторінці Грицька Гарбуза (за цим QR-кодом ви можете зайти на неї з будь-якої частини світу). А якщо ні, то потім самі й повідомимо.)

Оскільки зараз ретельно підбиваємо підсумки минулорічної вікторини, то сьогодні також буде завдання лише на один тур. Умови прості: відгадати, що ми заховаємо, а хто перший надішле відповідь на вказаний номер – той і стане переможцем та отримає спеціальний приз від Грицька Гарбуза.

**«ГРАНАТОБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – СПЕЦЗАВДАННЯ (2024)**

А знайти заховане нами слово в гранатобузі вам допоможе асоціативний ряд: Олень Гончар; спочатку «ніч»; потім «день»; мінімум 5; спина; Ернест Хемінгуей; згадується Хома; максимум 8; два в одному; хідник, 1+2+2; часто доречно приказка про вовка, хоч буває і тоді, коли пані в літах на щось сердиться.

Що за слово ми заховаємо у гранатобузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 15 січня 2024 року (включно, але бажано найхутчіше) 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)).

Приємних вам пошуків без повітряних тривог!

● СПОРТ

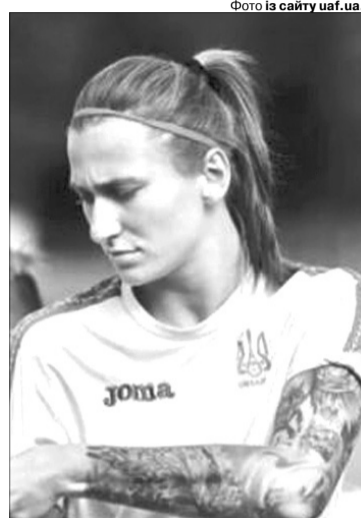
Футболістка збірної України з лесбійськими схильностями спробувала в'їхати до росії

Але «спалилась»... через телеграм-канал. Бо через цей російський багатоплатформовий месенджер писала повідомлення, що зароблені в «рашці» гроші вона планує перерахувати ЗСУ

Петро ПАС

Футболістка збірної України Дар'я Кравець спробувала в'їхати до рф, щоб, за її словами, «грати у футбол». Це впливає із відносюжету, опублікованого в російських пропагандистських ЗМІ.

У відеорепортажі повідомляється, що в телефоні у Кравець росіяни виявили видані повідомлення з Telegram про те, що зароблені в росії гроші вона планує перерахувати ЗСУ. Також показано фрагмент листування, в якому вона нібито називала орками



Дар'я Кравець та Крістіна Машкова не приховують від публіки своїх стосунків, публікуючи знімки, де вони вдвох.



Усе, що ви пишете чи навіть видаляєте у Telegram, читає путінська фсб, адже винайшли цей багатоплатформовий месенджер російські брати Микола і Павло Дурови.

● ЗІРКОВЕ ІМ'Я

Зупинилося серце єдиного на планеті 4-разового чемпіона світу з футболу

6 січня відійшов у вічність легендарний бразильський експівзахисник та колишній головний тренер команди 92-річний Маріо Загалло (1931–2024)

Петро ПАС

Його називали Професором за неймовірну тактичну грамотність, а ще – Старим Вовком через наявність у повному імені слова Лобо (Маріо Хорхе Лобо Загалло), яке означає «вовк». Насправді ж для бразильського футболу Загалло назавжди залишиться одним із титанів, які кували славу «селесао»... У якості професійного футболіста він відзначався виступами за «Фламенго» та «Ботафого» і, звичайно, за збірну Бразилії.

У складі головної команди країни Маріо вигравав чемпіонати світу 1958-го у Швеції



Маріо Загалло – перший землянин, який вигравав Мундіаль як гравець і тренер.

та 1962-го в Чилі як гравець, а також повторив це досягнення в 1970-му у Мексиці та 1994 роках у США як тренер, і таким чином став єдиним чотириразовим володарем Кубка світу з футболу.

Окрім цього, Загалло встиг попрацювати керманічем «Ботафого», «Флуміненсе», «Фламенго», «Аль-Хіляля», «Васко да Гама», «Бангу», «Португези» та збірних Кувейту, Саудівської Аравії й ОАЕ, що принесло йому дві Копа Америка (Бразилія – 1997, 2004), чемпіонства Бразилії («Ботафого» – 1967/1968), Саудівської

Аравії («Аль-Хіляль» – 1978/1979) та два Кубки конфедерації (Бразилія – 1996/1997, 2004/2005).

У 2021-му, коли Професору виповнилося 90 років, він отримав спеціальне послання від Пеле, який залишив світ у грудні 2022-го: «Колись ми були партнерами по команді. Колись ми були суперниками. Колись я був твоїм гравцем, а ти був моїм тренером. Але перш за все ми завжди були великими братами. Ти – лідер, наставник, кумир та друг із величезним серцем, якого бразильський футбол ніколи не забуде».

26-річного українського нападника каталонської «Жирони» Артема Довбика (на фото) офіційно визнано найкращим гравцем грудня в чемпіонаті Іспанії. В останній місяць 2023 року Артем провів 4 матчі в Ла Лізі, відзначившись 4 забитими м'ячами. Загалом на рахунок колишнього гравця «Дніпра-1» 11 голів та 5 асистів у 18 поєдинках чемпіонату Іспанії – і він очолив список найрезультативніших гравців сезону Ла Ліги, обійшовши зірку мадридського «Реала» Джуду Беллінгема, який записав на свій рахунок 13 голів та 2 асисті. До речі, влітку 2016 року перед підписанням контракту із «Дніпром-1», Артем готувався до сезону із луцькою «Волинню».



WINNER DECEMBER 2023

PLAYER OF THE MONTH

фотоматеріал із сайту haliga.com.

«Я втратив здатність бути звичайною людиною».

● СЕ ЛЯ ВІ

Якби Мбаппе на 2 дні зробили невидимим...

Зірковий французький футболіст би... стати звичайною людиною

Петро ПАС

25-річний нападник збірної Франції і клубу ПСЖ Кіліан Мбаппе (на фото) зізнався, що насилу адаптується до власної слави.

«Йти купувати хліб у булочну? Я б заплатив чимали гроші, щоб мати можливість робити такі речі, які є нормальними для більшості людей. Я втратив здатність бути звичайною людиною», – зізнався футболіст.

Також Мбаппе розповів, що він зробив би, якби йому дали 48 годин повної невидимості.

«Я б провів два дні на

вулиці, це точно! Я можу сказати це, не замислюючись. Спокійно поїв би в якій-небудь забігайлівці, сходяв би куди-небудь із друзями, влаштував би тиху вечірку, щоб ніхто мене не бачив. Наступного ранку – прекрасний пізній сніданок на терасі під сонцем, ось і все. Прості речі в житті», – сказав Мбаппе.

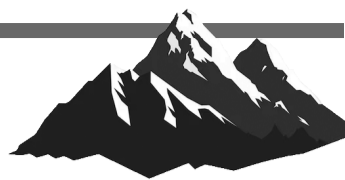
Нам би його проблеми.



Не виключено, що вже в січні 21-літній півзахисник донецького «Шахтаря» Георгій Судаков перейде в якийсь європейський клуб. Найчастіше українця пов'язують з італійським «Ювентусом». Після «Юве» найбільш імовірним наступним клубом півзахисника називається німецький «РБ Лейпциг», який нещодавно пропонував «Шахтарю» за гравця 25 мільйонів євро.

ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

Чернівчанин із пересадженим серцем уже 6 разів піднімався в гори



Як змінилося життя чоловіка через 1 рік і 9 місяців після рятівної операції, розповіли у Центрі трансплантології Першого медоб'єднання Львова



Фото – скріншот із відео Першого ТМО Львова.

Буковинець Віталій Бринашко цінує кожную подаровану долею хвилину.



Фото – пресслужба Ковельського МТМО.

Волинянин Олексій Дудік і лікар-кардіолог Ольга Танська: це фото зроблене торік за декілька місяців до інсульту.

Тим часом на Волині збирають кошти чоловікові, якому пересадили серце – потрібна ще одна операція на судинах. Цими днями у редакцію нашої газети

зателефувала лікар-кардіолог Ковельського МТМО Ольга Танська й розповіла, яка проблема спіткала пацієнта медичного закладу Олексія Дудіка.

Два роки тому мешканцю села Черкаси Ковельського району було пересаджено серце. Трансплантація пройшла успішно. Але залишилась проблема з уже ураженими судинами, по яких кров надходить до головного мозку.

На сім'ю Олексія Дудіка випало ще й таке горе: батьки не знають, де їхній син-воїн, оскільки він ще з травня 2023 року – у числі тих, хто зник безвісти.

В результаті стався один інсульт, за ним – повторний. Зараз чоловік перебуває на лікуванні в стаціонарі, біля нього – дружина Галина Василюк, яка всіляко підтримує свого Олексія. Йому необхідно робити стентування, для цього рідні пацієнта мають купити стент. А це чималі кошти. І їх подружжя не має...

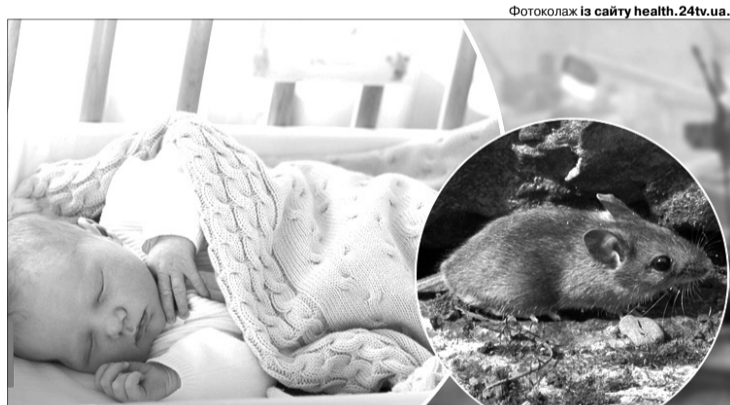
До речі, на сім'ю Олексія Дудіка випало ще й таке горе: батьки не знають, де їхній син-воїн, оскільки він ще з травня 2023 року – у числі тих, хто зник безвісти.

Гроші можна переказувати на картку ПриватБанку: 4149499148196742, Галина ВАСИЛЮК.

БУДЬТЕ ОБЕРЕЖНІ!

Щур покусав немовля під час сну

Мати дитини помітила напад гризуну та викликала медиків



Фотоколлаж із сайту health.24tv.ua.

Лікарі попереджають, що укуси гризунів є вкрай небезпечними.

за мізинець дитину під час сну. Лікар обробив місце укусу та не-

гайно транспортував хлопчика у супроводі матері до травмпункту

Ужгородської ЦМКЛ», – повідомили у Закарпатському центрі екстреної медичної допомоги та медицини катастроф.

Лікарі попереджають, що укуси гризунів є вкрай небезпечними, адже вони викликають лептоспіроз, який має симптоми схожі на грип або застуду. «Без лікування лептоспіроз може призвести до ураження нирок та печінки, менінгіту чи навіть смерті. Людина захворіє у період від двох днів до чотирьох тижнів після зараження. Лептоспіроз лікують антибіотиками. Якщо ви нещодавно контактували із потенційно інфікованими тваринами або зараженою водою – негайно зверніться до лікаря. При підозрі на лептоспіроз лікування необхідно розпочати якнайшвидше», – застерігають лікарі.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

Скільки треба ходити щодня, щоб схуднути

Стратегія для лінивих і зайнятих

Як пише Eat this, 10 тисяч кроків на день – це популяризована медичними організаціями та любителями фітнесу норма для людей, які прагнуть підтримувати здорову вагу або скинути кілька кілограмів.

Дослідження показують, що виконання 10 000 кроків щодня може спалити значну кількість калорій, сприяти втраті жиру та покращити здоров'я серцево-судинної системи.

Спочатку досягнення цієї мети може здатися складним, однак якщо йти до цієї цифри поступово, процес стане легшим.

Є ОДРАЗУ 4 ПРИЧИНИ, ЧОМУ ХОДЬБА – ЦЕ ІДЕАЛЬНИЙ ВАРІАНТ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ:

- допомагає вам спалювати калорії;
 - прискорює ваш метаболізм;
 - регулює апетит;
 - допомагає зменшити стрес.
- Щоб досягти мети було ще простіше, можна почати з коротких прогулянок: легше походити 10 хвилин під час обідньої перерви або ввечері біля дому, ніж одразу налаштуватися на 10

тисяч кроків за один раз.

Частіше вибирайте сходи замість ліфтів. Це простий спосіб додати більше кроків до вашої щоденної кількості та задіяти м'язи ніг.

Також можна почати паркувати свою машину подалі від входу на роботу, що додасть вам деяку кількість кроків. Корисним буде й встановити нагадування про короткі прогулянки протягом дня.

Перетворіть повсякденні справи на можливість для руху. Замість того, щоб надіслати електронного листа колезі, підійдіть до його робочого столу. Виберіть довший маршрут під час навігації додому або офісом.

ЩО ВІЩУЮТЬ ЗОРІ

Гороскоп на 15 – 21 січня



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Доведеться відважитися на неординарні вчинки в особистих стосунках. А от у професійній сфері краще не експериментувати. Можливі непорозуміння з близькими. *Сприятливий день – вівторок, несприятливий – п'ятниця.*



ТЕЛЕЦЬ (21.04 – 21.05)

Маєте проявити відповідальність і тримати ситуацію під контролем. Протягом тижня варто піти в церкву – вашої молитви потребує близька людина на передовій. *Сприятливий день – понеділок, несприятливий – четвер.*



БЛИЗНЯТА (22.05 – 21.06)

Виберіть головну мету, відкладіть дрібні й неважливі проєкти – вам необхідно досягти своїх цілей. Ваша рішучість може стати для когось порятунком. *Сприятливий день – середа, несприятливий – п'ятниця.*



РАК (22.06 – 22.07)

Імовірно цікаві ділові пропозиції. Не впирайтеся, дозволяйте подіям іти своєю чергою. У вихідні є вірогідність безглузких вчинків, дій під впливом емоцій. *Сприятливий день – четвер, несприятливий – субота.*



ЛЕВ (23.07 – 21.08)

Успіх потребуватиме чималих зусиль. Не соромтеся проявляти ініціативу, допомагати іншим, але не старайтеся виконати всю роботу самотужки. *Сприятливий день – вівторок, несприятливий – п'ятниця.*



ДІВА (22.08 – 23.09)

Ви можете впоратися з найскладнішими завданнями, але не перевтомлюйтеся. Ставтеся з обережністю до нових ділових пропозицій. Уникайте сварок із рідними. *Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – понеділок.*



ТЕРЕЗИ (24.09 – 23.10)

Чимало сил знадобиться для вирішення проблем на роботі. У вихідні можливі зміни на краще. Поділіть дітям більше часу, їм необхідна ваша увага. *Сприятливий день – понеділок, несприятливий – четвер.*



СКОРПІОН (24.10 – 22.11)

Ситуація у професійній сфері надзвичайно вдала для активних дій, вам гарантований успіх. Стабільність вашої кар'єри залежатиме й від уміння домовлятися з людьми. *Сприятливий день – вівторок, несприятливий – субота.*



СТРІЛЕЦЬ (23.11 – 21.12)

У професійній сфері час активно діяти, зорі гарантують успіх. Не забувайте про свій талант уміння домовлятися з людьми. *Сприятливий день – середа, несприятливий – субота.*



КОЗЕРІГ (22.12 – 20.01)

Внутрішня й зовнішня гармонія вбереже вас від емоційних сплесків. Не розслабляйтеся, деякі справи не терплять зволікання. При потребі просіть поради і допомоги. *Сприятливий день – четвер, несприятливий – понеділок.*



ВОДОЛІЙ (21.01 – 18.02)

Проблеми, які видавалися дуже складними, розпадуться на дрібніші, і ви їх запросто здолаєте, однак не задирайте носа. Відновіть старі зв'язки та знайомства. *Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – середа.*



РИБИ (19.02 – 20.03)

Ви сповнені сил і рішучості, однак до змін ставтеся обережно. Труднощі не стануть перешкодою для прояву вашого професіоналізму. *Сприятливий день – понеділок, несприятливий – п'ятниця.*

ЧЕТВЕР, 11 СІЧНЯ

1+1
6.30 "Сніданок з 1+1" 9.30, 11.10, 12.50, 14.30, 15.50, 4.50 "Міняю жінку" 17.15 М/ф "Льодовиковий період 4: континентальний дрейф" 19.00 Пригоди "Пірати Карибського моря: на дивних берегах" 21.45, 22.40 Т/с "Доктор Хаус - 2" 23.35, 0.30 Т/с "Морська поліція: Лос-Анджелес - 2" 1.25 "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 9.20, 10.15, 15.20, 16.15, 17.20, 18.20, 19.40, 20.10 Марафон "Незламна країна" 11.15, 12.35 Машина часу 13.20 Невигадані історії 13.40 Український свідок 14.00, 4.00 Д/ф 20.35 Історія з братами Капрановими 21.45 Історія для дорослих 22.00 Час-Тайм 22.30 Особливий погляд 22.45 Новини ВВС 23.00 Час новин. Підсумки дня 23.45 Бугусов плюс 0.00 Лінійка художніх серіалів 3.00 Це Україна!

MEGA
6.00 Містична Україна 6.50, 9.00 Телемагазин 7.05, 0.40 Правда життя 7.40 Тут Люди 8.20, 19.50, 2.00 Мавпи-шахраї 9.30 Таємнича Африка 10.30 Шість соток 11.30 По той бік великого екрана 12.35 Речовий доказ 13.45 Удачний проект 14.45, 21.50 Штучний інтелект: ризики і переваги 15.45 Альтатрас: життя у печлі 16.50, 22.50 У світі речей 17.50 Місяця сили 18.50 Скарб.ца 20.50 Синя безодня 23.50 Царство золоті мавпи 1.30 Історія війни 2.50 Пластик - морський вбивця 3.40 Таємниці кримінального світу

СТБ
3.00 Великий бар'єрний риф 5.35, 20.00 Т/с "Черговий лікар" 8.50 Битва екстрасенсів 13.10 МастерШеф Професіонал 16.40 Т/с "Слід" 22.50 Т/с "Провідниця" 0.50 Дика Бразилія

ICTV
3.00, 1.30 Т/с "Віддлі 44" 3.20, 23.40, 0.10 Шварка 5.20 Секретний фронт 6.10 Антисомбі 9.05, 18.00 Т/с "Топтун" 14.00 Х/ф "Кінець світу" 16.10 Х/ф "Людина, яка біжить" 19.45 Т/с "Дільничний з ДВРЗ" 21.25 Х/ф "Дільничний з ДВРЗ: Операція Новий рік" 0.00 Звернення Президента України

НОВИЙ КАНАЛ
4.15 Знають навіть діти 4.30 Екси 5.55, 9.01 Коханя на виживання 9.00 Загальнонаціональна хвилина мовчання 9.15 Експитання 11.00 Т/с "Надприродне" 11.50 Х/ф "Чарлі та шоколадна фабрика" 13.55 Х/ф "101 далматинець" 15.45 Х/ф "Страшилики" 17.30 Х/ф "Страшилики 2: Привиди Гелловина"

ЕСПРЕСО TV
0.00, 4.25, 18.15 Великий ефір Василя Зимы 1.50, 12.10, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком 3.40 Власні назви з Миколою Вереснем 6.00 Хроніки війни з Ольгою Леню 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 Вакулук і Андрієм Сайчуком 9.00 Хвилина мовчання 9.01 Свобода. Ранок 14.10, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Мартою Оліярник та Антоном Борковським 17.10, 23.00 Хроніки інформаційної війни 17.45 Судовий контроль з Тетяною Шустровою 21.00 ВВС News Україна 22.00 Свобода Live 23.30 Час-Тайм

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

XSPORT
6.00 Тримай ляща 6.30 Хокей. Ліга Чемпіонів. Півфінал. Женева-Серветт - Лукко 8.10 Х/ф "Згадуючи Титанів" 10.20, 11.05, 12.05, 12.35, 13.20, 14.05, 15.10, 18.45 Телемагазин 10.35, 21.30 TOTAL COMBAT 11.35, 0.30 Блог 12.30, 13.05, 13.50 Бокс 14.35 Бокс від SPARTABOX та Top Boxing Generation 15.25 Х/ф "Ласкаво просимо до Коліньвуду" 16.55 Баскетбол. Суперліга Favbet. Прикарпаття-Говерла - Рівне 19.00 Вечір боксу присвячений Віталію Дорофєєву 22.00 Х/ф "Там, де гроші" 23.40 Кікбоксинг. Legion Pro Kickboxing Professional 1.00 Інформаційний марафон

MEGA
19.00 Х/ф "Судья Дредд" 20.45 Х/ф "Сфера" 23.10, 0.10 Х/ф "Ефект Лазаря" 0.00 Звернення Президента 0.45 Пекельна кухня

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

НОВИЙ КАНАЛ
3.00 Т/с "Побачити океан" 6.00, 9.00, 23.50 "Скеттик" 7.20, 8.20, 9.30, 10.30, 11.10, 12.20 "TOP SHOP" 8.00 М/с "Віспер" 10.00 "Спеція" 11.30 "Україна вражає" 12.30, 23.00, 2.10 "Наволо М" 13.20 Т/с "Академія танцю 2" 15.20 Т/с "Ми - сім'я" 19.20, 22.00, 1.10 "Орел і Решка. Навколо світу" 20.10, 0.15 "Орел і Решка"

НОВИЙ КАНАЛ
4.15 Знають навіть діти 4.30 Екси 5.55, 9.01 Коханя на виживання 9.00 Загальнонаціональна хвилина мовчання 9.15 Експитання 11.00 Т/с "Надприродне" 11.50 Х/ф "Чарлі та шоколадна фабрика" 13.55 Х/ф "101 далматинець" 15.45 Х/ф "Страшилики" 17.30 Х/ф "Страшилики 2: Привиди Гелловина"

ЕСПРЕСО TV
0.00, 4.25, 18.15 Великий ефір Василя Зимы 1.50, 12.10, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком 3.40 Власні назви з Миколою Вереснем 6.00 Хроніки війни з Ольгою Леню 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 Вакулук і Андрієм Сайчуком 9.00 Хвилина мовчання 9.01 Свобода. Ранок 14.10, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Мартою Оліярник та Антоном Борковським 17.10, 23.00 Хроніки інформаційної війни 17.45 Судовий контроль з Тетяною Шустровою 21.00 ВВС News Україна 22.00 Свобода Live 23.30 Час-Тайм

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

XSPORT
6.00 Тримай ляща 6.30 Хокей. Ліга Чемпіонів. Півфінал. Женева-Серветт - Лукко 8.10 Х/ф "Згадуючи Титанів" 10.20, 11.05, 12.05, 12.35, 13.20, 14.05, 15.10, 18.45 Телемагазин 10.35, 21.30 TOTAL COMBAT 11.35, 0.30 Блог 12.30, 13.05, 13.50 Бокс 14.35 Бокс від SPARTABOX та Top Boxing Generation 15.25 Х/ф "Ласкаво просимо до Коліньвуду" 16.55 Баскетбол. Суперліга Favbet. Прикарпаття-Говерла - Рівне 19.00 Вечір боксу присвячений Віталію Дорофєєву 22.00 Х/ф "Там, де гроші" 23.40 Кікбоксинг. Legion Pro Kickboxing Professional 1.00 Інформаційний марафон

MEGA
19.00 Х/ф "Судья Дредд" 20.45 Х/ф "Сфера" 23.10, 0.10 Х/ф "Ефект Лазаря" 0.00 Звернення Президента 0.45 Пекельна кухня

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

НОВИЙ КАНАЛ
3.00 Т/с "Побачити океан" 6.00, 9.00, 23.50 "Скеттик" 7.20, 8.20, 9.30, 10.30, 11.10, 12.20 "TOP SHOP" 8.00 М/с "Віспер" 10.00 "Спеція" 11.30 "Україна вражає" 12.30, 23.00, 2.10 "Наволо М" 13.20 Т/с "Академія танцю 2" 15.20 Т/с "Ми - сім'я" 19.20, 22.00, 1.10 "Орел і Решка. Навколо світу" 20.10, 0.15 "Орел і Решка"

НОВИЙ КАНАЛ
4.15 Знають навіть діти 4.30 Екси 5.55, 9.01 Коханя на виживання 9.00 Загальнонаціональна хвилина мовчання 9.15 Експитання 11.00 Т/с "Надприродне" 11.50 Х/ф "Чарлі та шоколадна фабрика" 13.55 Х/ф "101 далматинець" 15.45 Х/ф "Страшилики" 17.30 Х/ф "Страшилики 2: Привиди Гелловина"

ЕСПРЕСО TV
0.00, 4.25, 18.15 Великий ефір Василя Зимы 1.50, 12.10, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком 3.40 Власні назви з Миколою Вереснем 6.00 Хроніки війни з Ольгою Леню 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 Вакулук і Андрієм Сайчуком 9.00 Хвилина мовчання 9.01 Свобода. Ранок 14.10, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Мартою Оліярник та Антоном Борковським 17.10, 23.00 Хроніки інформаційної війни 17.45 Судовий контроль з Тетяною Шустровою 21.00 ВВС News Україна 22.00 Свобода Live 23.30 Час-Тайм

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

XSPORT
6.00 Тримай ляща 6.30 Хокей. Ліга Чемпіонів. Півфінал. Женева-Серветт - Лукко 8.10 Х/ф "Згадуючи Титанів" 10.20, 11.05, 12.05, 12.35, 13.20, 14.05, 15.10, 18.45 Телемагазин 10.35, 21.30 TOTAL COMBAT 11.35, 0.30 Блог 12.30, 13.05, 13.50 Бокс 14.35 Бокс від SPARTABOX та Top Boxing Generation 15.25 Х/ф "Ласкаво просимо до Коліньвуду" 16.55 Баскетбол. Суперліга Favbet. Прикарпаття-Говерла - Рівне 19.00 Вечір боксу присвячений Віталію Дорофєєву 22.00 Х/ф "Там, де гроші" 23.40 Кікбоксинг. Legion Pro Kickboxing Professional 1.00 Інформаційний марафон

MEGA
19.00 Х/ф "Судья Дредд" 20.45 Х/ф "Сфера" 23.10, 0.10 Х/ф "Ефект Лазаря" 0.00 Звернення Президента 0.45 Пекельна кухня

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

НОВИЙ КАНАЛ
3.00 Т/с "Побачити океан" 6.00, 9.00, 23.50 "Скеттик" 7.20, 8.20, 9.30, 10.30, 11.10, 12.20 "TOP SHOP" 8.00 М/с "Віспер" 10.00 "Спеція" 11.30 "Україна вражає" 12.30, 23.00, 2.10 "Наволо М" 13.20 Т/с "Академія танцю 2" 15.20 Т/с "Ми - сім'я" 19.20, 22.00, 1.10 "Орел і Решка. Навколо світу" 20.10, 0.15 "Орел і Решка"

НОВИЙ КАНАЛ
4.15 Знають навіть діти 4.30 Екси 5.55, 9.01 Коханя на виживання 9.00 Загальнонаціональна хвилина мовчання 9.15 Експитання 11.00 Т/с "Надприродне" 11.50 Х/ф "Чарлі та шоколадна фабрика" 13.55 Х/ф "101 далматинець" 15.45 Х/ф "Страшилики" 17.30 Х/ф "Страшилики 2: Привиди Гелловина"

ЕСПРЕСО TV
0.00, 4.25, 18.15 Великий ефір Василя Зимы 1.50, 12.10, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком 3.40 Власні назви з Миколою Вереснем 6.00 Хроніки війни з Ольгою Леню 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 Вакулук і Андрієм Сайчуком 9.00 Хвилина мовчання 9.01 Свобода. Ранок 14.10, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Мартою Оліярник та Антоном Борковським 17.10, 23.00 Хроніки інформаційної війни 17.45 Судовий контроль з Тетяною Шустровою 21.00 ВВС News Україна 22.00 Свобода Live 23.30 Час-Тайм

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

XSPORT
6.00 Тримай ляща 6.30 Хокей. Ліга Чемпіонів. Півфінал. Женева-Серветт - Лукко 8.10 Х/ф "Згадуючи Титанів" 10.20, 11.05, 12.05, 12.35, 13.20, 14.05, 15.10, 18.45 Телемагазин 10.35, 21.30 TOTAL COMBAT 11.35, 0.30 Блог 12.30, 13.05, 13.50 Бокс 14.35 Бокс від SPARTABOX та Top Boxing Generation 15.25 Х/ф "Ласкаво просимо до Коліньвуду" 16.55 Баскетбол. Суперліга Favbet. Прикарпаття-Говерла - Рівне 19.00 Вечір боксу присвячений Віталію Дорофєєву 22.00 Х/ф "Там, де гроші" 23.40 Кікбоксинг. Legion Pro Kickboxing Professional 1.00 Інформаційний марафон

MEGA
19.00 Х/ф "Судья Дредд" 20.45 Х/ф "Сфера" 23.10, 0.10 Х/ф "Ефект Лазаря" 0.00 Звернення Президента 0.45 Пекельна кухня

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварюшкоїної 10.00 М/с "Королівство веселки" 10.30 М/с "Бджілка Мая" 11.00, 16.30 М/с "Віспер" 11.30, 19.00 М/с "Робокар Полі" 12.00, 18.30, 20.30 М/с "Супергерой Коді" 12.30, 18.00, 21.00 М/с "Космічний старт" 13.00, 17.30, 21.30 М/с "Геомеха" 14.00, 15.00, 0.30, 3.30 М/с "Майстерня Бібі" 14.30 Навички дошкільняти 15.30, 19.30 М/с "Труї "Королівство веселки" 16.00, 20.00 М/с "Бджілка Майя" 17.00, 22.00, 0.00 М/с "Місія Блейк" 1.50 Веселі саморобки 2.20 Зірки Малюки 2.40 ТiBи Абетка

НОВИЙ КАНАЛ
3.00 Т/с "Побачити океан" 6.00, 9.00, 23.50 "Скеттик" 7.20, 8.20, 9.30, 10.30, 11.10, 12.20 "TOP SHOP" 8.00 М/с "Віспер" 10.00 "Спеція" 11.30 "Україна вражає" 12.30, 23.00, 2.10 "Наволо М" 13.20 Т/с "Академія танцю 2" 15.20 Т/с "Ми - сім'я" 19.20, 22.00, 1.10 "Орел і Решка. Навколо світу" 20.10, 0.15 "Орел і Решка"

НОВИЙ КАНАЛ
4.15 Знають навіть діти 4.30 Екси 5.55, 9.01 Коханя на виживання 9.00 Загальнонаціональна хвилина мовчання 9.15 Експитання 11.00 Т/с "Надприродне" 11.50 Х/ф "Чарлі та шоколадна фабрика" 13.55 Х/ф "101 далматинець" 15.45 Х/ф "Страшилики" 17.30 Х/ф "Страшилики 2: Привиди Гелловина"

ЕСПРЕСО TV
0.00, 4.25, 18.15 Великий ефір Василя Зимы 1.50, 12.10, 20.00, 21.15 Вердикт з Сергієм Руденком 3.40 Власні назви з Миколою Вереснем 6.00 Хроніки війни з Ольгою Леню 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 Вакулук і Андрієм Сайчуком 9.00 Хвилина мовчання 9.01 Свобода. Ранок 14.10, 15.10, 16.10 Інформаційний марафон з Мартою Оліярник та Антоном Борковським 17.10, 23.00 Хроніки інформаційної війни 17.45 Судовий контроль з Тетяною Шустровою 21.00 ВВС News Україна 22.00 Свобода Live 23.30 Час-Тайм

PIKCEJ
6.00, 23.30, 4.00 М/с "Безпека життя з Ембер" 6.30 ТiBи Абетка 7.00 Зірки-Малюки 7.30, 22.30, 5.00 М/с "Сердиті пташки" 8.00, 13.30 Online-садок НУМО (UNICEF) 8.30, 14.35, 1.20, 3.00 М/с "Тав Гав Гав" 9.05 Здорове харчування 9.20 Кулінарні секрети від Нюсі Поварю

● ВАРТО ЗНАТИ

Недарма ж цю пору року в Мексиці, звідки й походить цей фрукт, називають сезоном алігаторової груші – саме такою є ще одна (хоч і рідко вживана) назва цього заокеанського продукту

Найкорисніше авокадо – зібране взимку



Фото із сайту youtube.com.

Алігаторова груша дуже популярна у вегетаріанській кухні. Її використовують як заміник м'яса в бутербродах та салатах.

Суперечки з приводу того, до фруктів чи до овочів відносити авокадо, точаться вже давно. З точки зору біології його по праву можна вважати фруктом: росте на дереві, всередині має велику тверду кісточку. Однак кількість цукру у його м'якоті властива більше овочам, та й смакові якості не свідчать на користь версії «фрукт». Але це так!

Налічується близько 500 сортів авокадо, які відрізняються розмірами та формою плодів, але всі вони належать до родини лаврових (Laugaceae), тобто є родичами лавровому дереву, листя якого використовують у кулінарії як ароматну приправу. В авокадо чимале еліптичне листя, яке сягає 35 см завдовжки. Цвіте зеленувато-жовтими, дрібненькими квітами. Плід алігаторової груші може до 18 місяців залишатись на дереві, але остаточно дозріває лише тоді, коли його зірвати. Як і банан, авокадо стають остаточно зрілими та придатними для вживання через тиждень-два після збирання.

Листя, кора, шкірка плодів та кісточка авокадо містять небезпечний токсин – персин. Щоправда, для

людей він у невеликих кількостях не шкідливий (лише в окремих випадках може викликати алергічну реакцію чи незначне отруєння), але смертельно небезпечний для домашніх тварин.

Плоди авокадо на 73% складаються з води, містять багато мінералів та вітамінів, багаті на лютеїн, який є потужним антиоксидантом та дуже корисний для зору. Завдяки вмісту легкозасвоюваних жирів (до 15%) алігаторова груша дуже популярна у вегетаріанській кухні. Її вико-

Щоб не змінився колір фрукта, збризкуйте його лимонним соком.

ристовують як заміник м'яса в бутербродах та салатах, часто додають до різноманітних десертів та морозива, а також м'якоть авокадо використовують як заміник масла у випічці.

Хоч походить авокадо із Мексики, та вже міцно закріпилося в кухнях багатьох країн усіх континентів. І не дивно, адже це поживний

продукт, який містить практично весь набір корисних жирних кислот і має багатий вітамінно-мінеральний склад. Науково доведено, що найкраще споживати плоди, зібрані зимової пори: вони містять у декілька разів більше корисних жирів і вітамінів.

У Південній і Центральній Америці, де авокадо готували задовго до появи там євро-

пейців, головним правилом у приготуванні цього фрукта вважають поєднання олійно-горіхового смаку плода і добавок, причому чим різкіший контраст їхніх смаків, тим краще.

Щоб сповна насолодитися вишуканим смаком гуакамоле, його готують тільки з натуральними приправами, без консервантів і заміників, при цьому блендери та змішувачі застосовувати не рекомендується. Авокадо відмінно поєднується з базовими продуктами, відтіняючи і доповнюючи їхній смак, тому з ним можна експериментувати нескінченно, готуючи на його основі закуски, додаючи в салати, основні страви та десерти. Щоб не змінився колір фрукта, збризкуйте його лимонним соком.

Якщо ви не збираєтесь використовувати його відразу, то загорніть плід у папір і помістіть у холодильник, у відділення для овочів. Там він може пролежати до чотирнадцяти днів. Якщо ж авокадо вже розрізане, зберігати його можна лише 2–3 дні, перед цим необхідно полити соком лимона, щоб уникнути потемніння м'якоті, а потім загорнути в харчову плівку.

Підходить для нього і заморожування: спершу почистіть плід, видаліть кісточку і трохи полийте лимонним соком. У цьому випадку авокадо зберігає всі свої унікальні якості і цілком придатне для приготування різних страв.

Як правильно їсти авокадо? Однозначної відповіді

на це питання немає. З точки зору збереження корисних речовин – найкраще споживати його сирим і без додавання соусів та приправ. З погляду поліпшення смакових характеристик – варто їсти авокадо в поєднанні з помідорами, морепродуктами, м'якими сирами, тобто смачніше – в салаті, ніж просто так.

Однозначної заборони що шкірку авокадо їсти не можна, теж нема. Але при приготуванні страв рекомендують все ж очищати плід. Виняток – коли ви плануєте фарширувати половинки авокадо. Тоді вам слід виїняти м'якоть з плоду, а шкірку залишити цілою. Але і в цьому випадку їсти чи не їсти її – вирішувати вам.

Кісточку авокадо не їдять і не використовують для приготування страв як приправу, але її можна посадити. Повноцінне дерево з плодами навряд чи виросте, але красива мініатюрна рослина – цілком.

До речі

ЯК ПОЧИСТИТИ АЛІГАТОРОВУ ГРУШУ

Найпоширеніший спосіб – розрізати авокадо вздовж на дві частини, видалити кісточку за допомогою ножа і дістати м'якоть чайною ложкою. У стиглого плода м'якоть легко відділяється від шкірки. Ще один спосіб – покряяти авокадо впоперек. У тій частині, де розташована кісточка, потрібно обрізати м'якоть навколо неї. Кільця авокадо теж легко відділяються.

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

Завдяки своєму нейтральному смаку цей заморський гість відмінно поєднується практично з усіма продуктами. На прилавках магазинів він з'явився не так давно, тож багато хто досі вважає його екзотичним, хоч нині на авокадо можна натрапити в багатьох навіть повсякденних рецептах. Гість із далекої Мексики полюбився європейцям за простоту приготування, приємну ненав'язливість смаку. Страви з ним прекрасно впишуться і в святкове меню, і в повсякденний раціон.

А ви куштували плід, який ацтеки вважали символом достатку, любові та родючості?

хліба, 1 ч. л. лимонного соку.

Приготування. Розрізати на дві частини фрукт. Ложкою дістати м'якоть і розім'яти за допомогою виделки. Полити лимонним соком. Підсолити і присипати сіллю. Кожну скибочку намастити отриманим паштетом. Можна прикрасити зеленню, скибочками помідора чи притрусити кунжутом.

САЛАТ «КОРОЛІВСЬКИЙ»

Інгредієнти: 400–450 г копченого курячого філе, 120 г чорносливу, 1 авокадо, пучок зелені, 2 свіжі огірки, 90 г фісташок, 3 варені яйця, сіль, майонез.

Приготування. Промитий чорнослив залити окропом і залишити на чверть години. Злити рідину, просушити на рушничку і покряяти кубиками. Так само нарізати яйця, огірки і курятину. Посікти зелень. Подрібнити фісташки. Змішати продукти, посолити, заправити майонезом.

САЛАТ «ДУЕТ»

Інгредієнти: 400 г вареного чи запеченого курячого філе, 2 невеличкі чи 1 більше

авокадо, сіль, майонез – до смаку.

Приготування. Курятину і м'якоть авокадо покряяти приблизно однаковими кубиками (консистенція і смак салату будуть різними залежно від розміру нарізки), посолити, заправити майонезом і вимішати.

САЛАТ «ПІСНИЙ»

Інгредієнти: 1 авокадо, пучок кропу і петрушки, 2 зубки часнику, 3 помідори, 1 болгарський перець, 1 ст. л. оливкової олії, 2 ст. л. соєвого соусу, 200 г маслин без кісточок.

Приготування. Посікти кріп і петрушку. Нарізати соломкою перець, помідори – кубиками. Розрізати на дві частини авокадо, виїняти кісточку і зрізати шкірку, м'якоть покряяти. Подрібнити часник. Змішати підготовлені продукти, додати маслини, заправити соєвим соусом і оливковою олією.

ПАСТА ІЗ ЗЕЛЕНИМ СОУСОМ

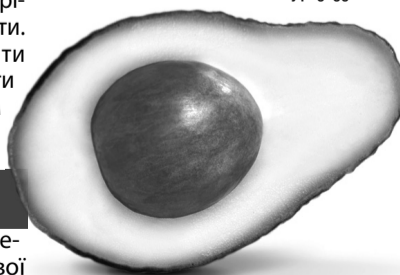
Інгредієнти: 250 г спагеті, 2 авокадо, 2 ст. л. оливкової

олії, 2 ст. л. лимонного соку, 1 зубчик часнику, твердий сир, сіль та перець – за смаком.

Приготування. Спагеті відварюємо в підсоленій воді до готовності, як зазначено на упаковці. Відкидаємо на друшляк. Авокадо розрізаємо навпіл, виїмаємо кісточку, м'якоть нарізаємо кубиками. Часник подрібнимо. У блендері перемелюємо авокадо і часник до однорідної консистенції. Додаємо сік лимона, сіль, перець, оливкову олію і ще раз добре збиваємо. Спагеті викладаємо на тарілку, зверху поливаємо соусом з авокадо, присипаємо тертим сиром і прикрашаємо зеленню.

Фото із сайту pnggg.com.

Фото із сайту pnggg.com.



ГРЕЦЬКИЙ САЛАТ З АВОКАДО

Інгредієнти: 1 авокадо, 5 листів салату латук, 100 г помідорів, 100 г бринзи, 3 ст. л. оливкової олії, 0,5 лайма, 100 г маслин.

Приготування. Для заправки змішати сік лайма, оливкову олію, сіль і перець. Салат дрібно порвати руками. Авокадо, помідор і бринзу нарізати кубиками, маслини – навпіл. Змішати всі інгредієнти і заправити соусом.

ЗЕЛЕНІ БУТЕРБРОДИ

Інгредієнти: 1 авокадо, 1/3 ч. л. чорного перцю, 0,5 ч. л. солі, 6–7 скибочок житнього



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

Засновник: Товариство з обмеженою відповідальністю «Газета «Волинь».
Головний редактор і відповідальний за випуск — ЗГОРАНЕЦЬ Олександр Олександрович.
Зареєстрована 6 листопада 2017 року.
Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі ТЗОВ «Газета «Волинь».

Адреса редакції і видавця:
43016, м. Луцьк, вул. Ковельська, 2

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

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

ТЗОВ «Газета «Волинь»

n/p UA83305299000026007000803281

КБ Приватбанк, МФО 305299, ЄДРПОУ 02471695
Друк офсетний. Обсяг – 3 друковані аркуші

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

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

КВ № 22953-12853Р від 06.10.2017 р.

РВ № 691/244Р від 07.11.2017 р.

Віддруковано: Поліграфічне видавництво «А-Прінт»

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

Тираж згідно із замовленням. Замовлення № 66.

● **ЗІРКОВЕ КОХАННЯ**

Заради Тоні Матвієнко Арсен Мірзоян пішов від дружини

Закохані вже сім років живуть у щасливому шлюбі

Віра ХМЕЛЬНИЦЬКА, tsn.ua

НА ПЕРЕВІРКУ ПОЧУТТІВ ЗНАДОБИВСЯ РІК

Співачка Тоня Матвієнко та музикант Арсен Мірзоян познайомилися у далекому 2011-му на проєкті «Голос країни», в якому обоє брали участь. Щоправда, стосунки пари почалися не без неприємностей. Справа в тому, що Мірзоян заради Матвієнко залишив першу дружину.

Арсен Мірзоян зізнався, що одразу звернув увагу на Тоню. Сама ж співачка не квапилася відповідати чоловікові взаємністю. Однак вони підтримували одне одного, підбадьорювали та заспокоювали перед виступами.

Коли «Голос країни» добіг кінця, то й спілкування між парою припинилося. Щоправда, доля їх почала все частіше зводити разом. Спочатку вони вирушили у спільний тур містами України, а також раз по раз перетиналися на спільних концертах. Згодом Арсен взагалі знявся у кліпі Тоні. Це сталося випадково. Кліпмейкер Кадим Тарасов, який знімав для Матвієнко кліп, заявив, що хоче бачити в головній ролі Мірзояна.

В артистів виникли почуття одне до одного. Щоправда, вони намагалися з ними боротися та переконатися, чи дійсно варто спробувати. Річ у тім, що Арсен Мірзоян на той час був одружений та виховував із першою дружиною двох синів. «Коли між нами виник роман, довелося перевіряти себе, воювати, намагатися зрозуміти, чи справді це любов, чи просто захоплення. Щоб розібратися, потрібен був майже рік», – розповідав Мірзоян в одному з інтерв'ю.

Коли артист остаточно усвідомив, що кохає Тоню, то пішов від першої дружини. «Це була навіть не розмова, а просто констатація факту. Говорити на цю тему було дуже важко, тому я просто виклав усе, як є, і пішов...» – згадує Мірзоян.

Після розриву з першою дружиною співак почав будувати сто-



Фото з Instagram-сторінки Тоні МАТВІЄНКО.

«Я відверто сказала всьому світу, що я покохала чоловіка, який був у стосунках. Чому мені за це має бути соромно?».

«Ось хто у нас головний!». Схоже, криза в їхніх стосунках уже позаду.

сунки з Тонею. Сама ж Матвієнко розуміє, що саме через неї Мірзоян покинув першу дружину. «Я відверто сказала всьому світу, що я покохала чоловіка, який був у стосунках. Чому мені за це має бути соромно? Я образила людину. Я це все розумію. Вона на мене ображена», – каже артистка.

ДВІ ВЕСІЛЬНІ ЦЕРЕМОНІЇ

Стосунки пари від 2013 року почали стрімко розвиватися. 15 січня 2016 року закохані стали батьками. У них народилася спільна донька, яку вони назвали Ніною. Але взаємини Мірзоян та Матвієнко узаконили лише 15 червня 2017 року. Пара відгуляла весілля в одному з ресторанів на березі Дніпра. Тоня одягнула пишну весільну сукню, а Арсен – стриманий чорний костюм. На весілля закоханих прийшли

лише найближчі друзі, усього було близько 60 гостей. Весілля церемонію вів співак Олег Винник, за дружбу був Олександр Положинський.

До речі, вже 2018 року закохані зіграли повторну весільну церемонію, щоправда, цього разу в Таїланді. Парочка обмінялася обітницями на морському узбережжі острова Ко Чанг, а також насолодилася там медовим місяцем.

Нині артисти живуть у щасливому шлюбі та виховують дітей – спільну доньку Ніну, а також дітей від попередніх стосунків. Матвієнко чудово ладнає з синами Мірзояна. Тим часом музикант знайшов спільну мову з донькою Тоні Уляною.

Хоча під час повномасштабної війни у стосунках пари була криза, однак вони змогли з нею впоратися.

● **ХОЧЕТЕ – ВІРТЕ, ХОЧЕТЕ – ПЕРЕВІРТЕ**

«Орел двічі змахне крилами, а ведмідь втратить свою силу»

Знайдено пророцтво старця Антонія про закінчення війни

Василина СМЕТАНА



Фото із сайту news.sebastopol.ua.

«Не буде це легким шляхом...».

стіна цих передбачень вже збулася, а частина ще чекає свого часу. Однак, якщо вірити пророцтву Антонія, то війна в Україні закінчиться найближчим часом – у 2024 році.

Серед його слів було і передбачення майбутнього для народу України.

Як зазначається, ча-

відлуння війни заповнить тишу цієї землі, небо затьмариться від диму, а земля затремтить від гуркоту, але в цій темряві народиться світло Надії, яке освітить шлях до миру», – говорив він.

Про рік закінчення війни він сказав так: «Коли орел двічі змахне крилами, а ведмідь втратить свою силу, земля

України відновить свій спокій. Воїни, втомлені боротьбою, знайдуть свій шлях додому, пісні Перемоги наповнять вулиці, а серця, що довго чекали на мир, заспокояться в цьому році, який настане після 2023».

Окрім цього, старець розповів про те, що після Перемоги Україна стане прикладом для усього світу.

«Настане час, коли Україна здобуде свою довгоочікувану Перемогу. Не буде це легким шляхом, але сила духу та непохитна Віра приведуть до миру, який так довго чекав своєї години. Мудрість та сила, витримка та відага народу України будуть взірцем для всього світу, вони стануть символом непереможності духу та незламної волі, їхній приклад надихатиме покоління», – казав старець Антоній.

2024	СІЧЕНЬ
11	Четвер Міжнародний день «Дякую». Михайло, Степан, Терентій, Федір, Федот, Феодосій, Агапій. ☀️ схід – 08:54, захід – 16:03. Молодий Місяць. 0-й день. ☀️ схід – 08:17, захід – 16:35. Тривалість дня – 08:18. Тривалість ночі – 15:42.
12	П'ятниця Всесвітній день доньки. Тетяна, Петро, Сава, Мартин, Макар, Євпраксія, Мартиніан, Март'яян. ☀️ схід – 09:34, захід – 17:32. Зростаючий півмісяць. 1-й день. ☀️ схід – 08:16, захід – 16:36. Тривалість дня – 08:20. Тривалість ночі – 15:40.
13	Субота Всесвітній день боротьби з депресією. Юхим, Яків, Єлизар, Іларіон, Максим, Никифор, Никодим, Панас, Петро, Пахом, Єрмил. ☀️ схід – 10:01, захід – 19:05. Зростаючий півмісяць. 2-й день. ☀️ схід – 08:16, захід – 16:38. Тривалість дня – 08:22. Тривалість ночі – 15:38.
14	Неділя День організації домашнього затишку. Андрій, Веніамін, Веремій, Давид, Ілля, Йосип, Макар, Марко, Ніна, Остап, Павло, Сергій, Степан, Аристарх, Агнія, Ярема. ☀️ схід – 10:21, захід – 20:35. Зростаючий півмісяць. 3-й день. ☀️ схід – 08:15, захід – 16:39. Тривалість дня – 08:24. Тривалість ночі – 15:36.
15	Понеділок День Вікіпедії. Іван, Ілона, Гаврило, Олена, Павло, Прохор, Марлен. ☀️ схід – 10:37, захід – 22:03. Зростаючий півмісяць. 4-й день. ☀️ схід – 08:14, захід – 16:41. Тривалість дня – 08:27. Тривалість ночі – 15:33.
16	Вівторок Всесвітній день The Beatles. Георгій, Іван, Леоніла, Максим, Нестір, Петро, Юрій, Єгор, Зосим. ☀️ схід – 10:51, захід – 23:28. Зростаючий півмісяць. 5-й день. ☀️ схід – 08:14, захід – 16:42. Тривалість дня – 08:28. Тривалість ночі – 15:32.
17	Середа День дітей-винахідників. Антон, Антоній, Антоніна, Іван, Георгій, Ксенія, Юрій, Єгор, Єфрем, Опанас. ☀️ схід – 11:05 захід – ---. Зростаючий півмісяць. 6-й день. ☀️ схід – 08:13, захід – 16:44. Тривалість дня – 08:31. Тривалість ночі – 15:29.

● **«КЛУБНІЧКА»**

Фото із сайту antikor.com.ua.



Послуги однієї дівчини за годину коштували від 2000 до 3000 гривень.

Таксист-сутенер заплатив 80 тисяч гривень застави

І поки що – до рішення суду – вийшов на волю

Ліна ВОГОНЬ

Умісті Сарни 24-річний молодик, який підробляв таксистом, організував «бізнес» із надання сексуальних послуг чоловікам за грошову винагороду. Через особистих знайомих він підшукував дівчат, а своїм пасажиром пропонував можливість отримати інтимні послуги.

«Бізнесмен» відвозив клієнтів в обумовлені місця – заздалегідь орендовані номери в одному із готелів міста чи приватні

будинки. Послуги однієї дівчини за годину коштували від 2000 до 3000 гривень. Зловмисник особисто отримував гроші від клієнтів, частину з яких віддавав дівчатам.

Суд обрав йому запобіжний захід у вигляді тримання під вартою, із правом внесення застави у сумі 80 тисяч гривень – підозрюваний її сплатив.

У рамках кримінального провадження поліцейські задокументували факт сутенерства та вісім фактів звідництва.

Обвинуваченому, який у скоєному зізнався та співпрацював із органами досудового розслідування, може загрозувати до 5 років ув'язнення.

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