

РІК LXXIII, Ч. 3

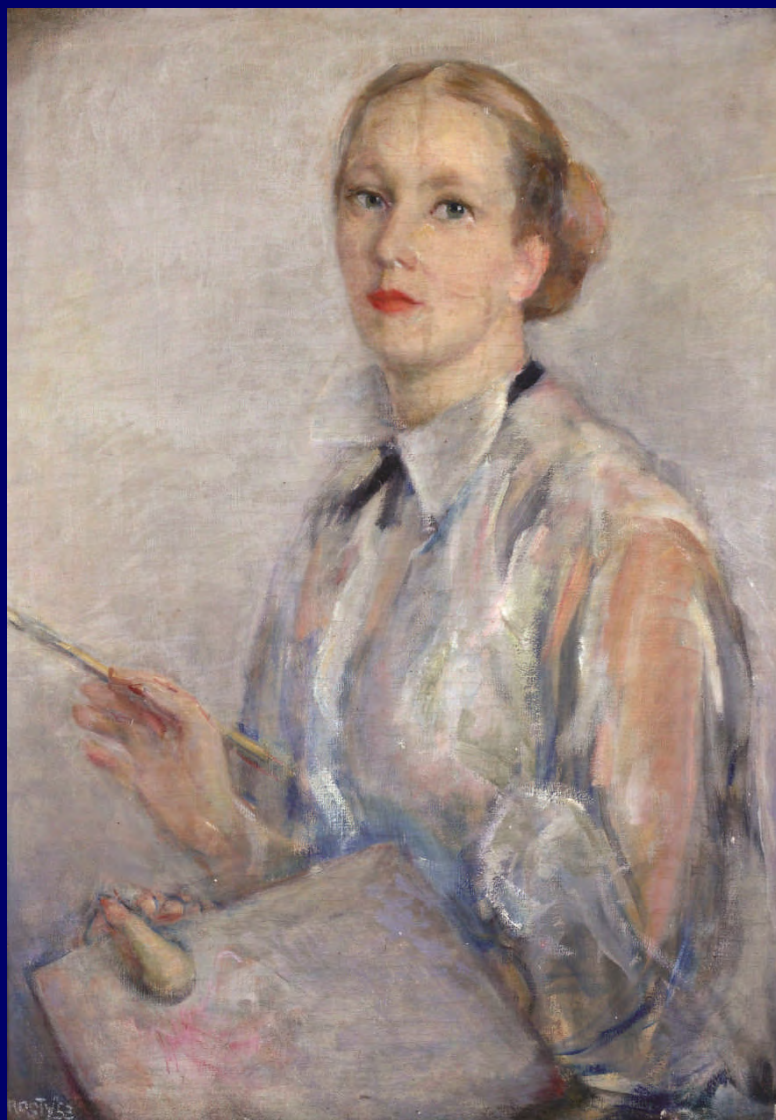
БЕРЕЗЕНЬ – 2016 – MARCH

№ 3, VOL. LXXIII

НАШЕ ЖИТТЯ

OUR LIFE

ВИДАЄ СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ – PUBLISHED BY UNWLA, INC.



СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

Неприбуткова організація

“НАШЕ ЖИТТЯ”

Рік заснування 1944

РІК LXXIII БЕРЕЗЕНЬ Ч. 1

Головний редактор – Лідія Слиж
Англомовний редактор – Тамара Стадниченко
Редакційна колегія:

Маріяна Заяць (з уряду) – голова СУА
Уляна Зінич, Святослава Гой-Стром,
Вірляна Ткач, Петрусія Савчак,
Лариса Дармохвал (Україна)

“НАШЕ ЖИТТЯ” ВИХОДИТЬ РАЗ У МІСЯЦЬ (ОКРІМ СЕРПНЯ)



ISSN 0740-0225

UKRAINIAN NATIONAL WOMEN'S LEAGUE OF AMERICA, INC.

A Non-profit Organization

“OUR LIFE”

Published since 1944

VOL. LXXIII MARCH № 1

Editor-in-chief – Lidia Slysh
English-language editor – Tamara Stadnychenko

Contributing Editors:

Marianna Zajac – UNWLA President
Ulana Zynych, Sviatoslava Goy-Strom,
Viriana Tkacz, Petrusia Sawchak,
Larysa Darmokhval (Ukraine)

“OUR LIFE” IS PUBLISHED MONTHLY (EXCEPT AUGUST)

ЗМІСТ – CONTENTS

Великоднє вітання	1
Уляна Кравченко. Воскресіння (вірш)	1
Маріяна Заяць. Ділимося вістками та думками	2
Лідія Слиж. До громадської праці її кличе святий обов'язок	4
Галина Теслюк. Новини Лекторію СУА з жіночих студій при УКУ	8
Новини Суспільної Опіки СУА	9
Lidia Kupchuk. The Linguistic Paradox of Ukrainians (trans. U. Zynych)	10
Natalka Sonevytsky. Avant-Garde Ukrainian Museum Catalogue Receives a Prestigious Award	12
Marianna Zajac. Sharing Thoughts, News & Views	13
Orysia Zynycz. Alzheimer's: Warning Signs, Prevention, and Risks	15
Орися Сорока. Дай нам, Боже, для рідного краю українські серця зберегти... ..	17
Наталка Соневицька. З подорожнього щоденника (закінчення) ..	20
Анна Кравчук. Mariya Muzychuk UNWLA Scholarship Program Alumna and Women's World Chess Champion Awarded Ukraine's Order of Merit	23
Наша обкладинка / Our Cover	24
Історія однієї фотографії	25
Доброчинність	22, 26
Діяльність округ та відділів СУА	29
Відійшли у вічність	33
Святослав Левицький. Ярка шукає весну	34
Ihor Magun. How Sweet It Is	36

На обкладинці: Людмила Морозова. Автопортрет.

Олія на полотні.

On the cover: Liudmyla Morozova. Self-portrait. Oil on canvas.

- The Editorial Board does not always share the point of view of the author.
- In Ukrainian, the editors follow the orthography of the Holoskevych dictionary.
- No reprints or translations of *Our Life* materials are allowed without the editor's written permission.
- The author is responsible for the accuracy of the facts in the article.
- Unsolicited manuscripts will not be returned.
- The editor reserves the right to shorten submissions and make grammatical corrections.
- **PLEASE NOTIFY US OF ADDRESS CHANGES PROMPTLY** – there is no charge.
- There is no charge for **MEMORIAL NOTICES** and the photographs with them.
- Please note that the deadline for all **ARTICLE** submission is the **10th of each month**.
- Authors are requested to include a telephone number with manuscripts to allow us to acknowledge submissions and verify information.

Periodicals Postage Paid at New York, NY
and at additional mailing offices.
(USPS 414-660)

**POSTMASTER – send address changes to:
“OUR LIFE”**

203 Second Ave., New York, NY 10003

© Copyright 2016 Ukrainian National Women's
League of America, Inc.

Канцелярія СУА та адміністрація журналу “Наше життя”:

Tel.: (212) 533-4646

E-mail: office@unwla.org • E-mail: unwlaourlife@gmail.com

Адміністратор: Оля Стасюк

Канцелярійні години: вівторок, середа, четвер – 11 – 7

UNWLA / *Our Life*

203 Second Avenue, 5th Floor
New York, NY 10003-5706

Administrator: Olha Stasiuk

Office hours: T. W. Th. – 11 a.m. to 7 p.m.

\$3 Один примірник / Single copy

\$45 Річна передплата в США (не член СУА) / Annual subscription in the USA for non-members

\$50 В країнах поза межами США / Annual subscription in countries other than USA

Членки СУА одержують “Наше життя” з оплатою членської вкладки через відділ. Передплатникам письмово нагадується про відновлення передплати.

Річна вкладка вільної членки СУА – \$50.

Our Life magazine is included in UNWLA member annual dues, payable through the member's branch. Subscribers are sent renewal letters.

Annual dues for UNWLA member-at-large – \$50.

*Дорогі Читачі!
Прийміть найщиріші вітання
з Великим Днем Світлого Христового Воскресіння!
Гуртуймося в цей день навколо давніх християнських цінностей:
доброти, терпеливості, милосердя, любови до ближнього.*

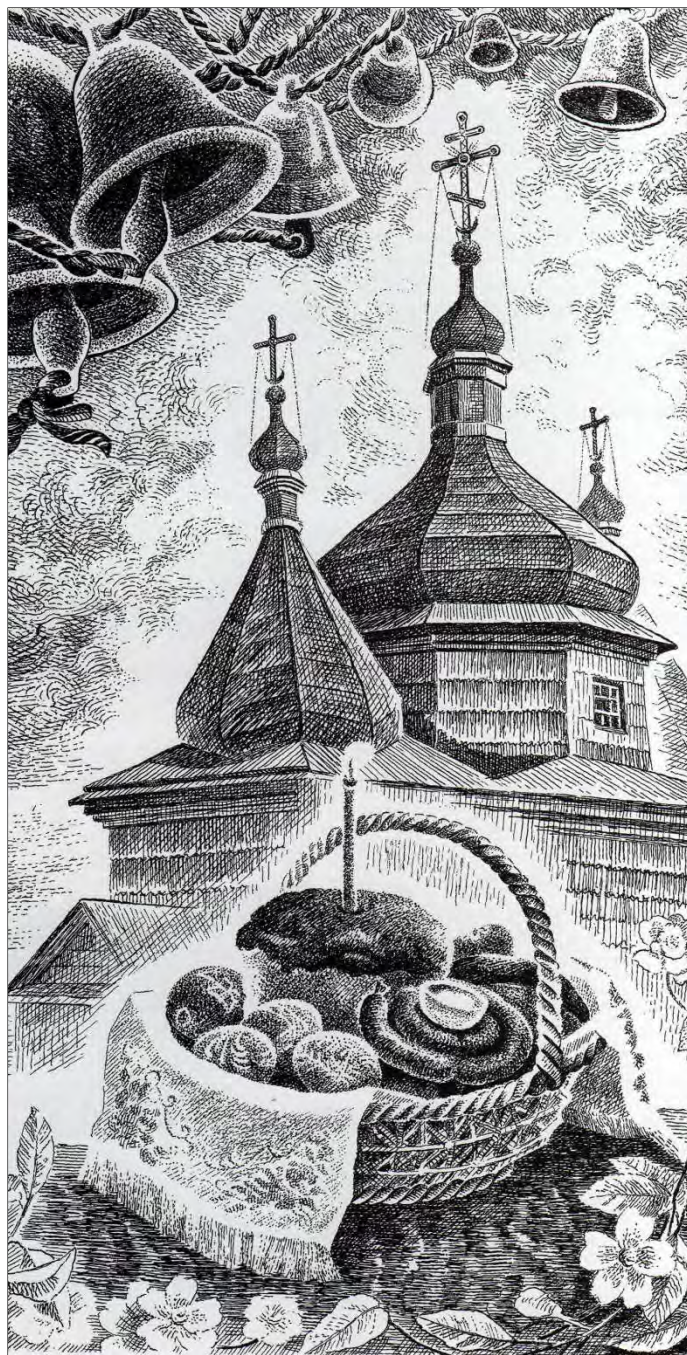
Христос Воскрес! Воістину Воскрес!

Головна Управа і редакція журналу «Наше Життя»

Уляна Кравченко

ВОСКРЕСІННЯ

В цей день, в цей третій день
і голубінь небес
і яра зелень трав,
і біла віточка вишень –
все каже нам:
Воскрес! Воскрес!
В цей день, в цей третій день
і правда і любов
перемогли брехню і люту злобу
і встав
Ісус Христос
у славі
з гробу!
У храмі з блиску і блакиту
знімається зелена хоругов!
На стебелинах зависло срібло рос
і квіти білі, як алмаз,
схилились перед Божим Сином
і гомонять. Воскрес Христос!
Принижені, нещасні, радімо враз!
Хай щезне туга...
Берім сьогодні шати ясні
і крашанки червоні
у долоні
і стрічаймо друга,
вітаймо брата:
Воскресла правда на хресті розп'ята...
Хоч бачимо свій шлях у тернах,
Але ми знаємо, по днях страждань
Голгофи –
Йде Воскресіння день!
Ми сміло ставимо життю чоло –
для нас срібні дзвони дзвонять джерело.
Для нас лунає великодній дзвін: –
Христос Воскрес!



Валентина Протопоп. «Великдень», графіка.



Під час поїздки до Флориди на запрошення голови 56-го Відділу СУА Анни Марі Сусли у Норт Порт я була присутня на щомісячних сходах відділу, що відбулися 2 лютого, на яких поділилася з союзницями деталями нашої подорожі в Україну у грудні 2015 року (англійська версія підсумків поїздки вийшла в січневому випуску «Нашого Життя», а українська – у лютневому).

Готуючись до цієї зустрічі, я зрозуміла, що можу розповісти про мої особисті враження і почуття навіть більше, ніж про самі зустрічі і дискусії. І саме цієї теми хочу торкнутися у цьому числі журналу. Якщо говорити в загальному, то майже кожен мій негативний досвід ішов у парі з позитивним – хоч і не обов'язково такої самої міри, але все ж позитивним.

Так, ми відчули біль кожної вулички на Майдані в Києві, де «Беркут» знищував молодих українців, але ми також спостерігали за безліччю відвідувачів цих місць, які говорили про хоробрість тих молодих людей, і таким чином тримали при житті надію тих полеглих, що настане світле майбутнє!

Зустрічаючись з депутатом Верховної Ради України Єгором Соболевим, ми слухали про деталі його важкої боротьби як очільника парламентського комітету із запобігання та протидії корупції, але водночас ми бачили перед собою молодого патріота, одного з організаторів студентського Майдану, який і досі зберігає ідеали Майдану живими і далі лишається оптимістичним щодо майбутнього.

Ми слухали жахливі історії сімей поранених воїнів під час відвідин в Київському і Львівському воєнних шпиталях, і водночас ми зустріли там дуже багато молодих волонтерів, що об'єдналися і формували справжню волонтерську мережу, яка допомагає своїм співвітчизникам-українцям.

Відвідуючи о. Степана Суса, пароха церкви св. апостолів Петра і Павла (Гарнізонного храму Львова), ми дізналися про число воїнів, яких поховав о. С. Сус за два минулі роки, а також побачили білий березовий хрест,

шанобливо поставлений у нього в храмі (цей хрест – єдине, що залишилося стояти неушкодженим на луганській базі української армії після бомбардувань ополченців). Але протягом цих самих відвідин ми зустріли одну з дуже багатьох пар (де наречений – воїн української армії), яких отець Степан Сус повинчав. Ця новостворена пара сіяла любов'ю і плянами на майбутнє.

Проводячи час з повним натхнення 84-річним священиком (колишнім дисидентом) о. Петром Зеленохом, а також з великим патріотом, колишнім депутатом Верховної Ради України, що супроводжував пані Марію Фуртак (яка була дуже помічною у соціальних ініціативах СУА з часів Майдану), ми дізналися, що значить патріотизм тих, які живуть в Україні, на протигагу до нашого «діяспорного» патріотизму. Вони таки відрізняються... Водночас, я стала свідком того факту, що за цими чоловіками було стеження, їхні розмови і телефонні дзвінки прослуховувалися! «Але ж ким? – спитала я. – В якому ми році живемо?»

Під час відвідин реабілітаційного центру для дітей з особливими потребами «Джерело» нашою першою реакцією став жаль до долі цих дітей. Але ж ні! Ця структура зробила величезний прогрес у суспільстві; завдяки їй воно вчиться поважати права цих прекрасних дітей і високо їх цінити, як унікальні дари від Бога!

Беручи участь у міжнародній місії візної клініки Шрайнер у Львівській обласній дитячій клінічній лікарні і бачачи коридори лікарні, повні батьків і дітей, що страждають від опікових травм, ми відчували відчай батьків у зв'язку з їхньою неспроможністю та недоступністю до необхідної їхнім дітям спеціалізованої допомоги. Але водночас ми досвідчили доброту цих американських лікарів, які не пошкодували свого часу, щоби покращити життя цих дітей з цілої України. Бачити співпрацю американських і українських лікарів було для нас нагородою, не кажучи вже про те, що СУА був головним спонсором цієї історичної місії.

Обговорюючи з майбутнім директором Інституту психічного здоров'я УКУ можливість підтримки цієї інституції з нашого боку, ми детально розглянули приховану боротьбу воїнів, що повернулися з АТО, з посттравматичним стресовим синдромом. Це – небачений, невідомий наслідок цієї війни. Однак позитивним у цьому всьому є те, що УКУ шукає реальні шляхи психічно і фізично зцілювати поранених у цей час – і СУА радіє з партнерства в

одній програмі (Лекторій жіночих студій) і буде обмірковувати можливість майбутніх спільних проєктів.

Під час засідання Всеукраїнської координаційної ради Союзу Українок України для нас стало цілком очевидно, що пріоритети цієї організації відображають настрій і пріоритети усієї країни, а саме: допомагати військовим і жертвам війни в АТО. І хоча це велике нещастя, що Україна зараз у такій ситуації, однак ця сама ситуація зробила союзянок ближчими одна до одної, а також наблизила СУА та Союз Українок України.

Хоча відношення гривні до долара стрімко впало (приблизно 26 гривень = 1 долар), змушуючи середньостатистичного українського пенсіонера зазнавати злиднів (дивіться статтю у лютневому числі «Нашого Життя» про ініціативу «Бабусі»), новий торговий бульвар на окраїнах Львова (Сокільники) кишів покупцями. Як це можна пояснити?

Під час обговорень нової географії переселенців зі Східної України ми чули дві різні точки зору. З одного боку, існує думка, що прибуття переселенців спровокувало замішання, знизило колись сильний патріотизм місцевого населення на Заході України і навіть підвищило рівень злочинності. З іншого боку, є позитивна думка, що потрібно тепло зустрічати переселенців і дати їм змогу пізнати сутність спільноти і здорову сторону патріотизму.

Хоч український Уряд заявляє, що рухається у напрямку реформ правоохоронної і бізнесової систем, Міжнародний Валютний Фонд нещодавно погрожував припинити підтримку, якщо реформи, спрямовані проти корупції, не будуть рішуче здійснюватися. Немає позитивної сторони у цій задушливій ситуації.

Не відвідуючи Україну останні два роки, ми зауважили зміни в тих людей, з якими зустрічались. Середньостатистичний українець переживає водночас надію і глибоку безвихідь на шляху до демократичної і квітучої України; остаточний результат і далі невідомий! Що не змінилося, так це те, що середньостатистичний українець потребує підтримки як духовної, так і матеріальної. І цьому ми є віддані!



В 2016 р. відзначаємо
40-ліття
УКРАЇНСЬКОГО МУЗЕЮ

1976
2016

Основник – Союз
Українок Америки

Відзначіть цей важливий етап з нами в неділю, 17 квітня 2016 року. Збережіть дату на Вашому календарі! Слідкуйте за додатковою інформацією в найближчі тижні.

УКРАЇНСЬКИЙ МУЗЕЙ
222 EAST 6TH STREET
NEW YORK, NY 10003-8201
212 228-0110 • www.ukrainianmuseum.org

До громадської праці її кличе святий обов'язок – Лариса Тетяна Дармохвал



Л. Т. Дармохвал

«У житті немає іншого сенсу, крім того, який людина сама надає йому, розкриваючи свої сили, живучи плідно», – сказав відомий мислитель Еріх Фромм, і цю екзистенційну максиму цілком можна прикласти до життєвого кредо відомої громадської діячки, Почесної голови Болехівської міської організації Союзу Українок Івано-Франківської області, світлої української патріотки й духовної натхненниці сучасного жіноцтва Лариси Дармохвал», – так почала свою розповідь Ореслава Хомик, голова Всеукраїнської громадської організації «Союз Українок» на моє прохання розповісти про Ларису Дармохвал.

Вперше паню Ларису Дармохвал я побачила на XXIX Конвенції Союзу Українок Америки в травні 2011 року в Нью-Джерсі, США. Ми познайомились і відразу я відчула велику приязнь до цієї жінки. Спілкуватись з нею було дуже легко, приємно і...цікаво. Так, саме цікаво. У невимушеній розмові чітко проявлявся високий ідейний дух і любов до рідного народу пані Лариси. Особливо мені запам'яталася палко виголошена промова Лариси Дармохвал на конвенційному бенкеті. Хочу процитувати уривок з цієї промови, який написаний, ніби сьогодні: «...З тривогою дивлюся на все, що відбувається в рідному краю, і з тривогою думаю про події, які змінюють чи не щодня обличчя Української держави... Думаю... і бачу свій народ, що, неначе птах, співає, бо мусить співати, бо пісня є його не тільки необхідністю, але і свідченням: він живе, він протестує...Бачу свій народ, який, як дерево, що втрачає листя, страждає... Бачу народ, як лан, що за вкладену працю сторицею платить і не знає невдячності... Тому Союз Українок України вкладає свою працю в той лан, працює для народу і не знає невдячності. А праця та вже триває після відновлення жіночої організації Союзу Українок в 1990 році понад 20 літ.»

Так, ще на зорі відновлення Незалежної Української Держави в 1990 році вчителька словесності Лариса Дармохвал організувала осередок Союзу Українок в Болехові.

Першим своїм завданням членкині СУ вважали працю по вшануванню пам'яті укра-

їнської письменниці та організаторки жіночого руху Наталії Кобринської. Саме в Болехові вона жила довгі роки. Тут вела просвітницьку роботу серед жінок, тут написала більшість творів і в болехівській землі знайшла свій останній спочинок.

Розповідає найближча товаришка і соратник Лариси Дармохвал пані Люба Болюк, Почесна членкиня Союзу Українок України, довголітня співголова СУ Болехова: «Успіх кожної справи залежить від багатьох факторів, але найбільше від людини, яка виконує її, вкладає в цю справу все своє уміння, бажання, свою душу. Саме такою творчою людиною є пані Лариса Дармохвал, довголітня голова Союзу Українок Болехова, організатор численних заходів, спрямованих на підняття національного духу жіноцтва, на виховання патріотичних почуттів у молоді... – Далі пані Люба продовжує – Болехівчанам дуже приємно, що в історію української літератури наше місто увійшло завдяки імені Наталії Кобринської. Ми виступали ініціаторами проведення наукових конференцій, упорядкування місця, де стояв власний будинок Н. Кобринської та встановлення там Пам'ятного знака. Нашими стараннями 16 жовтня 2005 року відкрито музей письменниці...»

Пані Дармохвал була ініціатором відновлення діяльності Союзу Українок у Болехові і очолювала його 25 років! За цей час підготувала і провела численні літературно-мистецькі вечори, присвячені пам'яті видатних жінок, зокрема, Лесі Українки, Олени Пчілки, Ольги Дучимінської, Софії Русової, Уляни Кравченко, Климентини Попович, Ольги Рошкевич та багатьох інших. Зробила інсценізації літературних творів і поставила їх на сцені.

Під безпосереднім керівництвом Лариси Дармохвал працювала школа шляхетної українки, в якій дівчата-школярки дізнавалися про жіночий рух в Україні, вчилися бути чесними, благородними, любити свій край.

Союзянки Болехова віднайшли на цвинтарі в селі Лолині забуту могилу Марії Примівни, першої директорки Інституту для

дівчат у Перемишлі і з громадськістю села реставрували її.

Вся робота СУ Болехова задокументована в альбомах-літописах. Записи доповнені численними світлинами. Це теж результат клопіткої праці пані Лариси.» – Закінчила свою розповідь пані Болюк.

Я переглядала ці альбоми-літописи, альманахи і збірники з численних наукових конференцій, сценарії літературних вечорів, інсценізації літературних творів класиків української літератури, презентації книг ітд. Упорядниками всіх вище перерахованих матеріалів були Лариса Дармохвал і Любов Болюк. Головним режисером всіх заходів була пані Лариса. Багато матеріалів з архіву СУ Болехова люб'язно надав мені пан Микола Дармохвал, брат пані Лариси. Адже якраз він зі своєю дружиною Зоряною Гафткович допомагають їй художньо і технічно оформляти всі матеріали праці Союзу Українок Болехова. Це, насправду, титанічна праця, яка зроблена дуже педантно і з великим естетичним смаком.

Пан Микола розповів мені, що Лариса досконало оволоділа комп'ютером, який вивчала з притаманною їй наполегливістю і завзятістю.

Спільно з Миколою Дармохвалом вготували альбом світлин та спогадів про батька «Не приніс сорому українській землі». Також зібрали матеріал про П'ятий пластовий курінь Стрийської гімназії — Загін „Червона калина”, оформили його у збірнику „Світ Батька”, присвятивши його світлій пам'яті Володимира Дармохвала.

Пані Лариса є головою Фонду Кобринської. Вважаю, що їй дуже пощастило, що живе саме в Болехові, бо, по суті, вона продовжує започатковану Н.Кобринською справу, всіляко відстоюючи і пропагуючи ідеї першої української феміністки. Щорічні свята Кобринської в Болехові – це не звичайні урочистості. На наукові конференції запрошуються науковці, дослідники.

У 2015 році Болехівська міська організація Союзу Українок виступила ініціатором проведення Всеукраїнської наукової конференції, присвяченої 160-літтю від дня народження Н.Кобринської «Йшла не тільки з духом часу, але перед ним». Матеріали цієї конференції поміщені у науковому збірнику, який видано за кошти СУА (співспонсором є 64-ий Відділ СУА).

Ось як відзивається про паню Ларису Алла Яремків, голова Союзу Українок Болехова: «Будучи уродженкою міста Болехова, звіс-

но, я із захопленням дивилася літературно-мистецькі вечори авторства та режисури пані Дармохвал у Народному домі. Вони справляли на мене, студентку філологічного факультету Дрогобицького університету, неабияке враження... Під час знайомства з нею одразу припала до ока аристократичність жестів цієї жінки та уміння заволодіти співрозмовником, пробудити цікавість до обраної теми. Ми обмінялись номерами телефонів. І закрутилось... Зовсім скоро я опинилась на сцені серед поважних та шановних союзянок.

Здається, часу від нашої першої зустрічі минуло небагато, а скільки вечорів проведено, скільки інсценізацій, презентацій книг, конференцій за участю не тільки союзянок, але і активної, національно свідомої шкільної молоді та студентів. І це не дивно, адже всіх нас спонукає та надихає до громадської діяльності ця унікальної душі Жінка, серце якої палає любов'ю до рідного краю, до рідної мови, до діячів української культури та історії, які жили, творили та помирили в ім'я Незалежності Української держави... Кожна особистість для неї по-своєму унікальна. Очі пані Лариси світяться якимось особливим блиском... І чудові перли сипляться з-під її пера...

Її сила духу, безкомпромісність та наполегливість вражають. Ця людина – патріот, діла якої говорять самі за себе. Адже та жертовність, з якою вона віддається громадській діяльності, залишає вагомий слід у свідомості майбутніх поколінь, сприяє духовному відродженню нашої української молоді. Це чудовий приклад для наслідування, щоб мати надію на краще майбуття для нашого страдницького народу.

Я щиро вдячна Богу, за можливість близького спілкування з пані Ларисою. Вона є добрим вчителем, мудрим наставником і порадицею для мене. Щиро захоплююсь добротою, щирістю та скромністю цієї Жінки українки. Дай Боже їй довгих років життя на благо України!»

З великою приємністю згадую свою зустріч з союзянками Болехова у 2013 році. Разом ми відвідали музей Н. Кобринської, сфотографувалися біля погруддя письменниці, помолилися біля могили основоположниці Українського жіночого руху, яку так бережно доглядають союзянки. Видно було, що всі вони дуже дружні, працьовиті і що громадську працю на благо України вважають своїм святим обов'язком. А з якою теплою і любов'ю розповідала мені пані Лариса про своїх подруг-союзянок під час обіду в її гостинному домі.



А ще пані Лариса подарувала мені книжку Романа Ковалю «Михайло Гаврилко: і стеком, і шаблею». При цьому наголосила, що має борг перед видатним скульптором – першим творцем Шевченкіани, чотарем Українських Січових Стрільців, якого большевики живим кинули в піч локомотива у 1920 році. Завдяки титанічним зусиллям Лариси Дармохвал у 2015 році в Болехові споруджено чудовий пам'ятник Михайлові Гаврилку. «Спостерігаючи за різнобічною діяльністю пані Лариси та вдивляючись у той незгасний вогник в її очах, подивовуєшся, звідкіля черпає ця Жінка життєву енергію до повсякчасної праці, до нових ідей, інтелектуальних пошуків й звичайних щоденних діянь заради добра громади, української справи, збереження історичної пам'яті. – Продовжує свою розповідь пані Ореслава Хомик. – Мабуть, така життєва настанова успадкована генетично, стала продовженням подвижницької діяльності батьків Лариси Дармохвал – світлої пам'яті Ірини та Володимира, які передали свій доньці найбільший життєвий скарб – дух українства й любов до рідних коренів.

Як багаторічна очільниця Союзу Українок Болехівщини, а нині його Почесна голова,

Підписи до знімок на стор. 6.

1. Болехів, музей і пам'ятник Наталії Кобринської.
2. 2005 р. Болехів. Урочистості біля пам'ятника Українській Аріадні.
3. На фестивалі церкви св. Юра в Нью Йорку з мисткинями-писанкарками Ларисою і Софійкою Зелюк.
4. В Болехові на власному подвір'ї.
5. 2011 р. XXIX Конвенція СУА в Нью Джерзі. Зліва: Лариса Саламаха, Зоряна Гафткович і Лариса Дармохвал.
6. 2011 р. Церемонія відкриття XXIX Конвенції СУА в Нью Джерзі. На передньому пляні (зліва направо): Ірина Куровицька – Почесна голова СУА, Маріянна Заяць – голова СУА, Лариса Дармохвал – Почесна гостя, голова Союзу Українок м. Болехова Івано-Франківської обл., Марія Шкамбара – голова СФУЖО.
7. 2014 р. XXX Конвенція СУА в Нью Йорку. Зліва: Олеся Валло – англомовний редактор журналу «Наше Життя», д-р Марта Богачевська Хомяк, Лідія Слиж – головний редактор журналу «Наше Життя», Лариса Дармохвал – Почесна гостя, представник СУ України.
8. 2014 р. XXX Конвенція СУА в Нью Йорку. Зліва: Лариса Дармохвал – Почесна гостя, представник Союзу Українок України, Анна Кравчук – Почесна голова СУА, Оріся Сушко – голова СФУЖО, Марія Полянська – референтка стипендій СУА.
9. На цвинтарі в Бавнд-Брук, Н. Дж. біля могили батька Володимира Дармохвала з сестрою Оксаною і братом Миколою.
10. 2015 р. Болехів, пам'ятник Михайла Гаврилка.

пані Лариса жертовно працювала й продовжує працювати задля повноцінної репрезентації жіноцтва в громадському, культурно-просвітньому, національно-політичному житті краю. З її ініціативи успішно проводились численні конференції, культурні заходи, шкільні акції, громадські зібрання, виходили у світ літописні й наукові збірники, метою яких була гідна популяризація імен відомих болехівських подвижників і діячів культури. Завдяки цьому Болехівська міська організація Союзу Українок нині є одним з найактивніших та найуспішніших осередків жіночого руху, що завжди підхоплює й ефективно реагує на новочасні духовно-національні кличі українського суспільства.

За лаштунками щоденних невтомних буднів пані Лариси, за її твердою життєвою стійкістю й непохитністю, відкривається високошляхетна людська особистість Жінки з добрим серцем, людським милосердям, великим досвідом, який не може не захоплювати.

Сповнена енергії, пані Лариса з її добродушною усмішкою, винятковою жіночістю й харизмою й надалі залишається готовою до дальших звершень на благо рідної України», – закінчила свою розповідь голова ВГО Союз Українок.

Ларису Дармохвал єднає щира дружба з союзнянками Америки. Вона є членом редакційної колегії журналу «Наше Життя» і збагачує його сторінки глибокозмістовними, високоідейними, цікавими матеріалами на різні теми. Членкині 64-го Відділу СУА вдячні пані Дармохвал за монолог її авторства «Моя туга і моя надія», який вони використали у літературно-мистецькому вечорі, присвяченому пам'яті Української Аріадни.

Своєю невтомною працею Л. Дармохвал демонструє невичерпні можливості української Жінки – її талановитість, працьовитість, гордість, красу і незалежність.

Хочу побажати пані Ларисі Дармохвал, Почесній членкині Союзу Українок України, лавреату премії ім. Марійки Підгірянки, володарці ордену Княгині Ольги ще багато сонячних днів, щирих друзів, мирного блакитного неба, непохитної віри і надії у процвітання рідної України!

Хай щастить завжди і в усьому на Многії Літа, Дорога пані Ларисо!

Лідія Слиж, гол. ред. «Н.Ж.».

P.S. Автор висловлює щирі подяку Любові Болюк, Миколі Дармохвалу, Зоряні Гафткович, Ореславі Хомик, Аллі Яремків за надані матеріали до цієї публікації.

НАШІ ПЕРШІ ЛАСТІВКИ В ЦЬОМУ СЕМЕСТРІ

4 лютого 2016 року відбулася відкрита лекція Лекторію Союзу Українок Америки на тему: «Нова радянська жінка»: гендерна політика радянської влади у 1920-1930-х рр. – стратегії та результати».

Доповідачка: Катерина Кобченко – кандидатка історичних наук, старша наукова співробітниця Центру українознавства філософського факультету КНУ імені Тараса Шевченка, членкиня Української асоціації дослідників жіночої історії.

Емансипація жінок була проголошена однією з ключових засад соціальної перебудови суспільства під егідою більшовиків та оголошена їхнім завоюванням – радянська пропагандистська машина вмiло маніпулювала ідеями рівноправ'я, вбудовуючи їх у нову суспільну програму та ціннісний кодекс комуністичної системи.

Якщо у 1920-х рр. гендерне питання було предметом суспільних дискусій, забарвлених революційною риторикою, та інколи – радикальних експериментів, то у 1930-х рр. воно було вписане в систему централізованого соціального регулювання та підпорядковувалося інтересам держави, насамперед економічним. Мобілізаційні кампанії радянської влади були орієнтовані на жінок різних вікових, соціальних та національних груп – насамперед на жіночу молодь, але також на старших за віком робітниць, селянок і навіть домогосподарок.

Радянська влада, проголошуючи нові можливості, які відкривалися для жінок, мала на меті використати їхній ресурс на виробництві – у підсумку жінки становили основне джерело поповнення лав промислового пролетаріату періоду індустріалізації. Проникнення жінок у раніше чоловічі професії оголошувалося завоюванням радянської влади й успіхом її емансипаційної політики.

Комплекс соціальних функцій радянських жінок у 1930-х прийнято позначати формулою «подвійного навантаження» (англ. double burden) – поєднання жінкою повної зайнятості на виробництві з обов'язками дружини, матері та домогосподарки. До цього додавалася також сфера громадської активності, яка у 1930-х рр. нерідко набувала напівпримусового характеру й переважно парамілі-

тарного (оборонного) змісту й водночас слугувала способом, за рахунок якого держава вирішувала соціальні проблеми, розв'язання яких вона була не в змозі забезпечити сама.

Лекція привернула увагу великої кількості слухачів-студентів.



7 березня 2016 відбудеться відкрита лекція “Бути людиною: Ганна Арендт про здатність судження і проблемі особистої та колективної відповідальності в епоху тоталітаризмів”.

Доповідачка: Орися Біла – кандидатка філософських наук, викладач кафедри філософії Філософсько-богословського факультету УКУ.

Ганна Арендт

Німецько-єврейського філософа і політичного теоретика Ганну Арендт (1906-1975) вважають однією з найбільш неординарних мислительок ХХ століття. Її книги, опубліковані ще за життя, набували неймовірного резонансу в суспільстві і до сьогодні служать джерелом нових роздумів та інтерпретацій. Особливо це стосується її праці «Ейхман в Єрусалимі» (1963), в якій Арендт вперше використала словосполучення «банальність зла». Мислительку цікавила насамперед природа морального вибору кожного окремого громадянина, що опинився в ситуації зустрічі зі злом тоталітаризму: зокрема, що відбувається з людською здатністю судження, коли вона стикається з випадками, що свідчать про повний колапс існуючих норм, і чи існує щось таке, як «колективна провина».

Аристотель писав, що основна мета існування держави – щастя її громадян. В часи, коли держава монополізує усі суспільні та приватні сфери життя своїх громадян заради того чи іншого утопічного проекту майбутнього, яку роль відведено кожному з нас? Чи є у нас, громадян, вибір, коли, здавалося б, вибору не залишилось в принципі? Які свободи залишаються невід'ємною частиною громадянського життя навіть в умовах панування тоталітарних систем? Ці та інші питання набули особливої ваги в останнє століття і досі залишаються актуальними.

Галина Теслюк,
координаторка Лекторію СУА.

РІЗДВЯНІ ТАБОРИ ДЛЯ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ АТО



ЦЕНТР ВІЙСЬКОВОГО КАПЕЛАНСТВА
УКРАЇНЬСЬКА ГРЕКО-КАТОЛИЦЬКА ЦЕРКВА
ЛЬВІВСЬКА АРХИСПАРХІЯ

Львів, 05 лютого 2016 р. Б.
Вих. 015/16

Маріанні Заяць
Голові Управи Союзу Українок Америки

Шановним членкиням Союзу Українок Америки

Слава Ісусу Христу!

Користуючись нагодою, хочу висловити Вам від імені військових капеланів та сімей військовослужбовців – учасників АТО слова вдячності та пошани! Незважаючи на те, що нас розділяють різні континенти, у житті кожного з нас є те, що тісно усіх об'єднує, а це повага, любов, турбота за долю України, співпереживання. Ваша позиція та вчинки додають нам наснаги та сили до подальших кроків у служінні для добра військовослужбовців та членів їх сімей.

11-18 січня 2016 року, за Вашої щедрої підтримки у сумі \$ 10.500 US (десять тисяч п'ятсот американських доларів), капеланам Центру Військового Капеланства у співпраці з Центром Опіки Сиріт Львівської архієпархії УГКЦ вдалося організувати 2 Різдвяні табори для сімей-військовослужбовців, що приймали участь у війні на Сході України. У таборах, що проходили в м. Яремче Івано-Франківської області та у м. Львові прийняло участь 86 осіб (жінки з дітьми, поранені військовослужбовці) з різних кутчків України, зокрема Запоріжжя, Енергодар, Бердянськ, Рівне, Львів.

Впродовж табору, учасники відвідали визначні місця Гуцульщини, зокрема, водоспади: Пробій, Дівочі сльози, піднялись на гору Ворохту, музеї та храми у м. Яремче. Також військові сім'ї мали змогу відвідати визначні місця Львова, зокрема: молились у стародавніх храмах та монастирях міста, відвідали з екскурсіями музеї, насолоджувались звучанням української коляди у театрах.

Кожен день для учасників табору розпочинався та завершувався молитвою, яку очолювали капелани. Також відбулись зустрічі на духовні теми, а для наймолодших учасників організовувались різного роду майстер-класи.

Ось як згадує своє перебування у таборі одна із учасниць: «Хтось після Різдвяного табору почав вірити в Бога... Хтось вирішив жити в сім'ї... Хтось вирішив поширювати українську культуру...!».

Різдвяні табори стали нагодою для багатьох жінок, які втратили своїх чоловіків, поділитись пережитим, будувати стосунки взаємної підтримки.

Щиро дякуємо Вам за увагу до наших проєктів та віримо у те, що спільними зусиллями та з Божою поміччю подолаємо ті труднощі, які сьогодні переживає український народ.

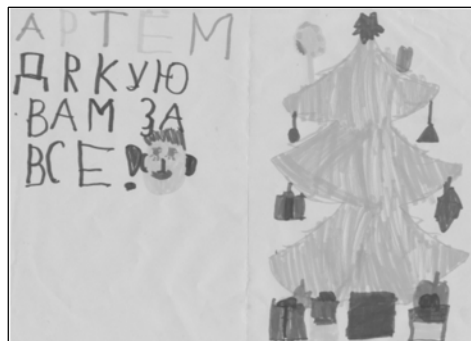
Разом із листом надсилаю малюнки, листи-подяки, фото.

З виявом належної пошани та молитвою,



«*Ангел*»
о. Степан Сус

Голова Центру Військового Капеланства
Львівська Архиспархія УГКЦ



THE LINGUISTIC PARADOX OF UKRAINIANS

by Lidia Kupchyk

English translation by Ulana Zynych

I recently found myself dwelling on a specific segment of a television program in which a journalist was conducting a poll. I was struck when a lovely young lady told him that she was Ukrainian going back a few generations and thus, a “true, indigenous Ukrainian.” She spoke about this with pride, but she spoke in Russian. This disconnect lodged itself in my mind and brought me back to my earlier thoughts on the linguistic phenomenon of Ukrainians—or, more accurately, not a phenomenon, but a linguistic paradox—the most widespread of all the numerous paradoxes that exist in present-day Ukraine.

In our times, when Russia began its criminal aggression against Ukraine, a true awakening of Ukrainian patriotism occurred. Millions of Ukrainians realized the need to defend their homeland and their identity. We have numerous examples of Ukrainian patriotism and heroism. . . . Many of these involve Russian-speaking citizens of Ukraine, who consider themselves to be true Ukrainians and who speak of their patriotism and even prove it by their actions.

Here I encounter a true puzzle. Why is this? Why is it that Ukrainians who stand in defense of Ukraine do not stand in defense of the Ukrainian language? Why do they continue to remain in this linguistic slavery, which has been created for them for centuries by a neighboring, hostile country? Ukraine, which was forced to suffer for many years under foreign domination, finally got its long-awaited freedom, yet it has failed to free itself from this linguistic yoke!

By now, everyone is aware of how the use of the Ukrainian language was forbidden and how the language itself was destroyed in czarist Russia—and later, albeit less openly, by the Bolsheviks. The notorious secret Valuev Circular of 1863 effectively forbade “Little Russian”—that is, Ukrainian-language—publication of religious, educational, and cultural books, although publication of literary works was still permitted. The power of the Valuev Circular was further extended by the Ems Decree of Emperor Alexander II in 1876, in accordance with which publication of any Ukrainian works was prohibited.

These were the glaring signs of Russian autocracy’s chauvinistic policies, which aimed to intensify the national, spiritual, and political oppression of the Ukrainian people. As a result of

this oppressive political situation, many talented Ukrainian writers were forced to write their works in a foreign language. In time, greedy Russia proclaimed them to be Russian writers. To exemplify this, one needs to mention only Mykola Hohol and Volodymyr Korolenko.

Even today, Ukrainian Wikipedia identifies Poltava native Mykola Hohol (1809–1852) as a “Russian prose writer, playwright, poet, critic, and journalist of Ukrainian descent” and “a celebrated classic writer of Russian literature.”

But Hohol was a Ukrainian—a descendant of an ancient Ukrainian Cossack family! He studied in Poltava and Nizhyn, and he enthusiastically collected Ukrainian folk songs. “If our land did not have such a treasury of songs, I would never understand its history because I would not be able to grasp the past . . .” Hohol wrote enthusiastically. He eagerly studied ancient Ukrainian history, the country’s customs and folk literature, which were all depicted in his works. Yet he was forced to write in Russian! Eventually, circumstances convinced him that everyone should write in Russian. . . . So what that Hohol lovingly described the beauty of Ukraine and that everyone knows his famous line: “Wonderful is the Dnieper in quiet weather when softly and smoothly he hurries his full waters by forests and hills . . .? He became a Russian writer! So what that he ridiculed the entire order of the Russian empire? He became the pride of Russian literature! So what that in his works he showed the profound differences in mentality between Ukrainians and Russians? He became a Russian writer!

It was interesting that French critic Eugene Melchior de Vogue stated that all of Russian literature had come “out of Hohol’s overcoat.” This is the way, by taking away the language from the Ukrainian people, Ukraine’s glory was also taken away.

Ukrainian Wikipedia cites the following about Volodymyr Korolenko (1853–1921), who was born in the Zhytomyr Region: “Russian and Ukrainian writer, journalist, and community activist.” Volodymyr Korolenko sincerely loved Ukraine for the wondrous beauty of its nature; he loved the Ukrainian people for their industriousness, their fondness of singing, and their invincible yearning for freedom; and he firmly defended the Ukrainian language and culture from persecu-

tion by czarist powers, for which he spent almost six years in prison and in exile. Nonetheless he wrote in Russian, and his contemporaries called him “the conscience of Russia.”

By the 20th century Russian-speaking Ukrainians were already escaping from the captivity of the Russian language. Olena Teliha (née Shovhenova or Shovheniva, 1906–1942) became a shining example of this movement. She was a Ukrainian poet, journalist, literary critic, and activist in the Organization of Ukrainian Nationalists. Born in Illinske (near Moscow) to a family that was half Belarusian and half Ukrainian and having lived a significant part of her life in St. Petersburg, Czechoslovakia, and Poland, Teliha became one of the most dedicated patriots of Ukraine. Although the primary language in the Shovheniv household was Russian, Olena’s parents were able to preserve loyalty to their Ukrainian origins. As a child, Olena studied foreign languages. She acquired a good knowledge of French and German, but did not know Ukrainian. However, driven by an acute feeling of historic justice, she was able to return to the language of her forebears. She became a brave defender of the Ukrainian language as a whole and further refined Ukrainian poetic language.

The following is a noteworthy episode from Olena Teliha’s life in Czechoslovakia. At one of the meetings at the National Home, in the presence of Russian monarchists, insulting remarks were made about the Ukrainian language. Olena found courage within herself to declare: “You are brutes! This ‘dog’s language’ is my language. It is the language of my father and mother. I want nothing to do with you anymore!”

So why don’t our present-day Russian-speaking Ukrainians show such courage?

Ukrainians living in Western Ukraine also spent ample time in the prison of a foreign language. The problem here, however, was polonization. During the times of the Austro-Hungarian empire, and later [when Western Ukraine was considered part of Poland], the power was in the hands of the Poles, who, like every other occupying force, understood that the national spirit is

grounded in native language. Thus, they made various attempts to polonize Ukrainians. To a great extent, this plan worked. However, the leading representatives of Galicia selflessly opposed both Polish oppression and forcible polonization of Ukrainians. The resistance movement was led mainly by priests and writers.

This year it is especially fitting to remember the example of Metropolitan Andrey Sheptytsky whose 150th year of birth we are marking in 2015. Andrey was the son of Count Ivan Sheptytsky, descendant of an old noble family, which back in the year 1284 had received a land grant and a decree to rule said lands from Prince Lev. In the 18th and 19th century, the title of Count was bestowed upon individual representatives of the family, among them the forefathers of our Metropolitan. The mother of the Metropolitan, Sophia, was the daughter of Polish writer Alexander Fredr, and her family was related to the royal house of Sobiecki.

Because of his origins Andrey Sheptytsky was guaranteed wealth, a successful career, and a trouble-free, happy life. Yet he did not follow this easy path.

Let us ask ourselves why not.

Having learned about his Ukrainian roots and being fully aware of the historical injustice perpetrated against the Ukrainian people, young Sheptytsky obtained permission from the Vatican to exchange his Roman Catholic rite, traditional for Poles, to the Greek Catholic rite, traditional for Ukrainians in Western Ukraine. He became the greatest figure of the Ukrainian Church and a true leader of the Ukrainian people, one who selflessly cared for all aspects of the people’s lives. Why did he choose such a complicated, untraditional, and unprestigious path? Was it youthful romanticism or fate? Most likely, it was an acute feeling of justice and a desire to serve the Ukrainian people by correcting the historical injustice.

At this time Ukraine is in great need of such an understanding of justice by its citizens. And a conscious return to one’s own language, lost by parents and grandparents because of historical circumstances, is essential to this.

*The Board of the UNWLA and the Editorial Board of Our Life magazine
extend heartfelt condolences to Tamara Stadnychenko Cornelison,
the English-language editor of Our Life, on the passing of her father,
LEW STADNYCHENKO.*

May He Rest in Peace! Vichnaya Pamyat’!



AVANT-GARDE UKRAINIAN MUSEUM CATALOGUE RECEIVES A PRESTIGIOUS AWARD

by **Natalka Sonevytsky**

In 2015 the Ukrainian Museum in New York held the first of its kind comprehensive exhibit of avant-garde artists who shaped the early 20th century Ukrainian theatre and impacted the theatrical world stage. Titled *Staging the Ukrainian Avant-Garde of the 1910s and 1920s*, the exhibition was organized and assembled by Myroslava Mudrak, professor emerita of Ohio State University, and Tetiana Rudenko, chief curator of the Museum of Theater, Music, and Cinema of Ukraine in Kyiv. Widely considered innovative and pioneering, the exhibition enjoyed great popularity with visitors and was critically acclaimed by the press. It was also filmed by Raphael Pi Romano of PBS station Channel 13 and aired several times on the NYC-Arts news segment as well as on WLIW21.

At its 104th annual conference, held in Washington, D.C., February 3-6, 2016, the College Art Association (CAA), the preeminent international organization in the visual arts, bestowed its prestigious Alfred H. Barr Award upon the curators of the Catalogue. The members of the jury were distinguished professionals from Boston Athenaeum, the Princeton University Art Museum, the Houston Museum of Fine Arts, and the Metropolitan Museum in New York. The text of the citation from the awards program reads:

*Myroslava M. Mudrak and Tetiana Rudenko have edited a publication that represents the essence of what the Barr award is intended to celebrate: solid, pioneering research that results in profound art historical revelation. That this scholarship is brought to bear on an understudied, indeed, almost overlooked chapter of European Modernism—at least in Europe and the United States—makes their publication doubly revelatory. What they and the other contributors' scholarship on the Ukrainian avant-garde of the first decades of the twentieth century make clear is that these artists, filmmakers, dancers, scenographers theatre directors and costume designers deserve to be considered alongside their better known counterparts in the Paris and Russian avant-gardes. **Staging the Ukrainian Avant-Garde** stands as a model of the rich insights to be gained from the interdisciplinary, cross media investigations that are grounded in the study of primary documents and concrete social history.*

As the applause of several hundred experts in the arts reverberated in the hall, Prof. Mudrak accepted the award from Ms. Olya Ivanov, the cultural attaché of the Ukrainian Consulate, in the presence of the president of CAA. This writer was bursting with genuine pride for the curators, the Ukrainian Museum, and the community it serves.

While at the CAA conference I also attended two program sessions at which two Ukrainian art professionals presented their papers: Svitlana Shiells of George Mason University on *Gustaf Klimt and Ito Yakuchu* and Nazar Kozak of the National Academy of Sciences of Ukraine on *Refugee Artists and the Ukrainian Crisis*. Both papers were stimulating and well received.

The Ukrainian presence at the CAA Conference was extensive and highly visible. The exhibit and sale of the Ukrainian Museum's publications, participation in the session, and especially being chosen to receive the Barr Award was a great honor and achievement, not only for the UM but also for the Ukrainian community in general.



Exhibit curator Myroslava Mudrak with author Natalka Sonevytsky (left) and UNWLA Vice President for Culture Sophia Hewryk (right).

Sharing



NEWS & VIEWS...

Marianna Zajac, UNWLA President

During a recent visit to Florida, I met with Ann Marie Susla, president of Branch 56 in North Port, who invited me to the branch's monthly meeting. The invitation came with a request that I share details about my December 2015 trip to Ukraine. (An English-language version of the trip summary appeared in the January 2016 issue of *Our Life*; the Ukrainian-language summary was published in the February issue.) As I was preparing for this meeting, which was scheduled for February 2, I realized that there was more to speak about than reciting facts about meetings and discussions with the people we had met—there were also a host of personal impressions and feelings. My general takeaway was that almost every negative experience and impression came paired with a positive one—not necessarily of the same weight, but nonetheless positive. And it is these impressions and feelings that I'd like to touch upon in this month's issue.

While walking through the very streets of the Kyiv Maidan where the Berkut massacred young Ukrainians, we experienced the pain of this horrific event, but we also witnessed scores of visitors to the site, people who spoke about the bravery of the Maidan's young martyrs and in doing so were keeping the hope of a bright future envisioned by those killed alive!

While visiting with Yegor Soboliev, a Deputy to the Ukrainian Parliament, we listened intently as he spoke of his uphill struggle as chair of the Parliamentary anti-corruption committee. What he said was depressing, but what we saw was a patriotic young man who had organized the students of the Maidan and who still believed in keeping the ideals of the Maidan alive, somehow holding on to an optimistic view of the future.

Although we heard horrific stories from the families of the wounded soldiers we visited in the Kyiv and Lviv military hospitals, we also met many young volunteers who have banded together to help their fellow young Ukrainians and have adopted and shaped a true movement of volunteerism.

While visiting with Fr. Stepan Sus, Pastor of Sts Peter & Paul Garrison Church, in Lviv, we learned of the scores of soldiers whom Fr. Sus has

buried in the past two years. We also saw a modest white birch cross standing in a prominent place in the church and learned that it was the only thing left standing at a Luhansk Ukrainian army base after a rebel bombing. But during the same visit we also met one of a multitude of couples with whom Fr Sus has and will continue to share the Sacrament of Matrimony. The groom in this case was a soldier in the Ukrainian army, and the couple had just become engaged and was beaming with love and plans for the future.

We also spent some time with Father Zeleniuk, an inspirational 84-year old former dissident, and with an extremely patriotic former deputy of Parliament. Together, these two have been at the side of Dr. Maria Furtak, the woman who has been instrumental in implementing the UNWLA's social welfare initiatives since the Maidan. And it was from these individuals that we learned the distinction between patriotism practiced by those living in Ukraine versus our "diaspora" patriotism. There is a difference.

But there is also a difference between the political environments experienced by those living in Ukraine and those living in the diaspora. I personally witnessed that these two men are being followed and know that their conversations and cell phones are listened to! "By whom?? I ask. "What year is this?"

During our visit to Dzherelelo, a disabled children's rehabilitation center, our initial reaction was to feel sorry for these children, to pity their sorry lot. But this instinctive pity was soon dispelled. This establishment has made a major difference in how the general society perceives these children and has made major progress in teaching the community to learn to respect these beautiful children's rights and appreciate them as unique gifts from God.

While participating in the International Shriner's Outreach Mission at the Lviv regional pediatric hospital, and observing the hospital hallways filled with parents and their children who suffer from burn injuries, we felt the frustration of the parents unable to access the specialized care their children need. But, at the very same time, we felt the goodness of the American doctors who willingly gave their personal time to improve the lives of Ukrainian children from all regions of Ukraine. Seeing and feeling the cooperation between the American and Ukrainian doctors was gratifying; so was the knowledge that the UNWLA was a major sponsor of this historic mission.

While discussing potential UNWLA support of a mental health institute at the Ukrainian

Catholic University (UCU) with its future director, the conversation turned to the hidden struggle of soldiers returning from the front with PTSD (post-traumatic stress disorder). This is the unseen effect of the ongoing war. On the positive side, it was clear that UCU is currently assessing ways and means to heal the physically and spiritually wounded. The UNWLA is already gratified to be a partner in one collaborative program with UCU (the Women's Studies Lectureship), and we plan to research potential future cooperative projects.

While participating in the annual National Board meeting of Soyuz Ukrainok Ukrainy, we noted that the focus of this organization reflects the mood and focus of the entire country—that is, a commitment to provide aid to the military and to the victims of the war in ATO. Although the situation Ukrainians are now coping with is extremely precarious and uncertain, it has brought the women of this organization closer together and has simultaneously brought the UNWLA closer to Soyuz Ukrainok Ukrainy.

While the hryvnia to American dollar exchange rate has plummeted (approximately 26 hryvni to \$1 US), making the average Ukrainian pensioner feel the pinch (see article in February on the “Babusi” initiative), we could not help notice that a new shopping mall on the outskirts of Lviv (Sokilnyky) was teeming with shoppers. It is difficult to understand or explain this anomaly.

While discussing the new influx of refugees from eastern Ukraine, we heard two distinct viewpoints: Some believe that the arrival of the refugees has caused confusion, diluted the strong patriotism previously felt in the western part of the country, even increased the crime rate; the other, more positive, view is that the refugees should be warmly welcomed and allowed to learn the meaning of community, the healthy side of patriotism.

While the Ukrainian government claims to be making headway with reforming the justice and business systems, the International Monetary Fund has very recently threatened to withhold support if reforms against

corruption are not vigorously implemented. There is no positive slant to this problem.

The underlying theme here is that we all felt a change in the people we encountered during this trip. Since my last visit two years ago, the average Ukrainian has lived through high hope and deep despair in the pursuit of a democratic and prosperous Ukraine. These life experiences have made Ukrainian men and women stoic in the face of uncertainty; the future remains a question. What has not changed is that this average Ukrainian needs our support, both spiritual and material. And we must and do remain committed to this!



2016 marks
the 40th Anniversary of
THE UKRAINIAN MUSEUM

1976
2016

Celebrate this important milestone with us on Sunday, April 17, 2016. Save the date on your calendars! Look for more information about this special event in the coming weeks.

Founded by
the Ukrainian National
Women's League of
America, Inc.

THE UKRAINIAN MUSEUM
222 EAST 6TH STREET
NEW YORK, NY 10003-8201
212 228-0110 • www.ukrainianmuseum.org

Alzheimer's: Warning Signs, Prevention, and Risks

by Orysia Zinycz

According to the Alzheimer's Association, 3.4 million out of 5.3 million of Americans suffering from Alzheimer's are women. This disease is the sixth leading cause of death in the United States. There is no cure, and treatments do not work well. Currently, our only option is to begin work on prevention and avoid risks by taking action now. As is true of many medical conditions, early detection of Alzheimer's is vital.

Nine Warning Signs of Alzheimer's

1. **Memory loss.** At first, only short-term memory may be affected—the person affected forgets someone's name or an appointment. Eventually, long-term memory is also impaired, and the individual may not recognize family members.
2. **Impaired judgment.** The person has trouble making decisions, solving problems, and planning, or is no longer able to balance a checkbook or pay bills.
3. **Problem completing ordinary tasks at home, at work, or at leisure.**
4. **Disorientation.** Getting lost in one's own neighborhood; losing track of dates or time.
5. **Problem understanding visual images; difficulty reading.**
6. **Difficulty expressing thoughts.** This includes trouble with language, with describing an object, as well as impaired reading or writing.
7. **Misplacing things and losing the ability to retrace steps.**
8. **Mood or personality changes.** The individual becomes angry or sad for no apparent reason; there is a change from being social and outgoing to withdrawn. Other symptoms associated with this sign are depression, hopelessness, loss of interest in a favorite hobby or activity, and lack of energy.
9. **Unusual behaviors.** These many include wandering, hiding things, or being overly suspicious.

If you notice any of the 9 Warning Signs of Alzheimer's listed here in yourself or someone you know, do not ignore them. Schedule an appointment with a doctor. With early detection, you can get the maximum benefit from available treatments, which may provide some relief of symptoms. Early detection can also increase your chances of participating in and benefiting from clinical drug trials that help advance research. Please visit www.alzheimersassociation.org and www.health.harvard.edu to learn more about treatments and clinical studies.

Alzheimer's Drugs

There are just a handful of Alzheimer's drugs on the market now. Among these are Aricept, Namenda, and Exelon. They can treat symptoms for a while, but they do not alter the course of or prevent the disease. New drugs—Aducanumab, Solanezumab, and Gantenerumab—seem capable of clearing the amyloid, an abnormal protein that accumulates on the artery walls in the brain, but they are years away from getting onto the market.

Prevention

There are four critical things that decrease a person's risk of Alzheimer's:

Physical exercise. Brisk exercise has a positive impact on the brain—better blood flow in the memory and processing centers of the brain, as well as measurable improvement in attention, planning, and organizing abilities. Regular physical activity plays a role in protecting your brain from Alzheimer's disease as well as from other dementias. A new study claims that levels of tau (another abnormal protein that accumulates on the artery walls in the brain and causes dementia, which leads to Alzheimer's) fell in those study participants who exercised vigorously.

Healthy diet. There is strong evidence that brain health is linked to heart health. Heart-healthy eating includes limiting the intake of sugar and saturated fats and consuming plenty of fruits, vegetables, and whole grains instead, i.e., following the DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) diet and the Mediterranean diet.

Mental exercise. Brain games are the gym for the brain. Studies show that the brain can improve and rewire itself through activity and learning new skills. Brain games are available at www.luminosity.com, www.minddabble.com, www.readtheory.org, and other websites. These games challenge your rational and mental flexibility and speed; they help with impulse control and avoiding errors while boosting creative problem solving.

Numerous and frequent social interactions. A number of studies indicate that maintaining strong social connections and keeping mentally active as we age might lower the risk of cognitive decline and Alzheimer's.

Factors That Increase Risk of Alzheimer's

When sleep is disrupted, a sticky protein called “beta-amyloid” begins to damage the brain by spurring brain-clogging gunk that in turn further interrupts shut-eye. This occurs long before people have trouble with memory.

The combination of surgery and anesthesia can affect brain volume and thinking. Some people recover, but others do not. In studies, women had more evidence of brain shrinkage, and decline was observed to be faster in women than in men.

Those who also have high cholesterol and high blood pressure have six times the risk of Alzheimer's. Any condition that damages your heart or blood vessels can affect your brain's blood supply.

Joining a Current Trial

When you join a clinical trial, you have an opportunity to participate in vital research that could change the course of Alzheimer's disease and improve the lives of all those affected by it. In fact, people with Alzheimer's, caregivers, and healthy volunteers are needed today to participate in Alzheimer's and dementia research. The Alzheimer's Association's website (www.alz.org) has a link to TrialMatch—a free, easy-to-use clinical studies matching service that connects individuals with Alzheimer's, caregivers, healthy volunteers, and physicians engaged in current studies. TrialMatch database of Alzheimer's clinical trials includes more than 225 promising clinical studies being conducted at nearly 700 trials sites across the country and is updated continuously. You can access information about this at www.alz.org online; for additional assistance, email trialmatch@alz.org or call 800-272-3900.

Suggestions for UNWLA Branches

Ask your Social Services Chair to contact the various social services organizations in your state or county for information. Examples of the numerous free social services that may be available in your location include adult day care programs and transportation as well as access to elder law attorneys, geriatric care managers, and referral services.

Note from author: Before retiring from my job as a Certified Employee Benefits Specialist (CEBS) for major insurance companies I worked with medical claims personnel on medical conditions, treatments, and pharmaceutical trials. I originally began this research for an Alzheimer's caregiver. Several persons read what I learned, asked for additional information, and suggested that I send it to OUR LIFE. This article is the result of the journey.

ATTENTION AUTHORS

Please send in your submissions, questions, and suggestions in Ukrainian or in English to the email address printed on the front inside cover of *Our Life*:

unwlaourlife@gmail.com

Дай нам, Боже, для рідного краю українські серця зберегти! або: Як можна поєднати приємне і корисне.

Волонтерство студентів є дуже поважним фактором при поступленні в університети і коледжі, при влаштуванні на роботу в Америці. Ця стаття – про приклад волонтерства в Україні і заклик до волонтерства в Україні.

Роки навчання в школі українознавства, Пласті, СУМі, інших українських інституціях (за створення і функціонування яких велика повага і вдячність всім українським патріотам, причетним до цього) дали нашим дітям знання і кваліфікації, які гріх було б їм не використати в теперішній час. Обмінюючись враженнями про роботу влітку, моя донька Софія виявила, що її праця в Україні цього літа була набагато цікавішою, складнішою і багатшою на нові знайомства, новий досвід, нові знання, ніж багатьох її друзів, що проходили інтернатуру в американських інституціях. Відповідаю «чому?». Бо Україні зараз дуже потрібні професіонали, які поєднують знання про західний світ і про Україну, знання англійської і української мов, дух волонтерства і патріотизм щодо України. Для таких людей є велике поле інтелектуальної праці. І як слушно зауважив проф. Володимир Зарицький, чи не потрібно серед української молоді заохочувати традицію жидівської діаспори – відвідання хоч один раз кожною молоддю людиною батьківщини своїх прадідів, працю на її користь (цікаво, що служба в Ізраїльській армії є дуже почесною серед американсько-жидівської молоді). В той же час американські університети, фонди надають студентам гранти, існують сайти, на яких можна зібрати кошти для волонтерської поїздки. Та й коли молоді українці виїжджають в туристичну поїздку по Західній Європі, чи не можна ще на тиждень-два заїхати в Україну, щоб викладати англійську мову в літніх таборах, школах. Тобто, потреба в допомозі української діаспори є (засоби знайти можна). Тепер про найцікавіше – враження, знання і досвід, які можна здобути в Україні.

Минулої осені Софія Сорока на лекції професора з Бостон Коледжу почула, що Україна є держава, яка не здійснилася (failed state). В той же час лектор гостро критикував політику Путіна – яскравий приклад наслідків замалої присутності української аналітики в американських медіа засобах. Тому, коли професор Каяйо номінував Софійку на отримання науко-

вого гранту, тему якого вона сама могла вибрати, рішенням було дослідити гуманітарний аспект військового конфлікту на сході України. І щоб результати роботи дали підстави сказати, що хоч і проблеми, з якими стикнулася Україна від нав'язаної Росією війни в Донбасі, є надзвичайно складні (понад мільйон переселених осіб, тисячі ранених, загиблих військових, зруйнована економіка Донбасу...), Україна з ними справляється. Працюючи над грантом, Софія брала інтерв'ю в трьох категорій людей, що пов'язані з вирішенням гуманітарних проблем: державних працівників (членів Верховної Ради України (ВРУ), представників державних адміністрацій, волонтерів, представників міжнародної допомогової акції (Представника ООН в Україні). Найцікавіше було розмовляти з волонтерами. Оптимізм і готовність, не шкодуючи сил, допомогти людям – ці риси волонтерів були неймовірними, спілкування з ними дуже сильно змінило уявлення Софії про Україну. Вони могли собі дозволити більш відкрито, ніж державні працівники, критикувати, що робиться і що не робиться державою, які перешкоди існують, чим вони задоволені і незадоволені. Натомість, державні працівники поводитися дипломатичніше, що включає вміння краще уникати відповідей на незручні питання ☺. Але це перше враження, що волонтерські організації є набагато ефективніші, ніж державні, в Софії змінилося, коли вона сама почала працювати в Комітеті міжнародних відносин (КМВ) ВРУ.

Зі звіту Софії Сороки після проходження інтернатури: «Незважаючи на контроверсійну інформацію, представлену в новинах, мій досвід інтернатури в депутата Верховної Ради Ганни Гопко (керівника Комітету Міжнародних Справ (КМС) був надзвичайно позитивний і показав великий прогрес, зроблений українською державою. Індивідуально кожен член команди Ганни Гопко був надзвичайно дружній і доброзичливий...». Крім перекладів з української на англійську мову (знання з «Рідної Школи» стали в пригоді), практикування англійської мови (критична річ для працівників Комітету міжнародних справ), Софія приготувала звіт порівняння структури, організації роботи цих комітетів в США і Україні. На моє питання, чи не доцільніше вивчати досвід Польщі чи прибалтійських республік,



Софія Сорока в Українському Парламенті.

Автор світлини Надія Азарова

бо вони подібніші до України, помічник Ганни Гопко Віталій Стасюк сказав, що ми і це робимо. Але знання американських реалій нам не зашкодить. Чи не цікаво мати справу з людьми, які реально працюють над змінами в пост-советській державній машині.

Іншою цікавою роботою була участь в групі «Адаптація» (неофіційна назва «Сказали – зробили»). Не є секретом, що гуманітарні кошти, які виділяються потребуючим країнам, не використовуються ефективно, частково розкрадаються. І організації-донори не хочуть показувати цю інформацію, бо тоді не отримають датків в наступні роки (хто захоче давати гроші, знаючи, що в минулому третина їх осіла в кишенях корумпованих чиновників). Члени групи «Адаптація» запитали Софійку, як ця ситуація вирішується в Америці. Софійка сказала, що не знає – вона тільки закінчила перший рік навчання коледжу, на що їй відповіли жартома: «Тоді ми тільки старшокласники». Пошук в інтернеті, консультації з американськими професіоналами допомогли Софії відповісти на питання про Америку (США не дістає гуманітарної допомоги, натомість витрати державних коштів є відкриті для громадського доступу, це допомагає бажаючим здійснювати контроль і запобігає зловживанням). Також на запит групи Софія зробила дослідження про міжнародну законодавчу базу діяльності недержавних організацій по моніторингу гуманітарної допомоги. Положення були прийняті на Високого Рівня Форуму про Ефективність Допомоги, що проходили в Римі, Парижі, Акрі, Бусані (2003, 2005, 2008, 2011 роки відповідно). Також, гуманітарна допомога для потребуючих в Україні приходить від багатьох іноземних недержавних інституцій і розподіляється досить хаотично, так що деякі області України, потребуючі люди одержують набагато більше ресурсів,

ніж інші. Члени групи плянували скласти список цих інституцій, щоб налагодити облік і впорядкувати розподіл цієї допомоги.

Я була дуже горда за свою доньку, що її знання були використані для такої корисної для України роботи по боротьбі з корупцією і впровадженню ефективного менеджменту гуманітарної допомоги. Робота в Комітеті міжнародних справ, групі «Адаптація» показала теж, що добитися швидких змін – при найвищій мотивації і готовності вкласти максимум зусиль – новим (в значній мірі молодим) політикам і волонтерам просто неможливо. Тому що в Комітеті міжнародних відносин ВР доводиться співпрацювати з такими фігурами, як Львовичкіна, сестра колишнього одіозного голови адміністрації Януковича, які не привикли працювати ефективно, як і більшість чиновників державного апарату. Софійка була присутня при зустрічі Комітету міжнародних відносин Верховної Ради з німецькими журналістами. На жаль, українські парламентарі не виступали єдиним фронтом, чого нормально було б очікувати від них в сучасній ситуації в Україні. Це не дивно для нас, бо відомо, що хоч теперішня Верховна Рада є на порядок прогресивнішою в порівнянні зі складом минулого скликання, повністю позбутися депутатів з ворожим для України мисленням і діями не вдалося. Тим більше, потрібно діяспорі виявляти, підтримувати, співпрацювати зі здоровими силами, не очікуючи швидких результатів і не зневірюючись, що наразі не так багато реальних змін.

Цікавим спостереженням Софійки було, що її візит до бюро Групи Реанімаційного Пакету Змін дав сильніше враження конструктивної роботи і досягнень цієї породженої Євромайданом організації в порівнянні з роботою сесії Парламенту. Думаю, результатом інternатури Софії став її набагато зріліший погляд на життя, суспільство, вміння реально оцінювати перешкоди на шляху до досягнення мети, і тим не менше працювати для цієї мети без розчарувань. Ще одним позитивом стало знайомство з людьми: «Маючи довготривалу державну систему старших людей, що привикли діяти за корупційними правилами ще з советських часів, було дуже приємно бачити багато молодих облич – в Комітеті Міжнародних Справ, в групі, яка займається моніторингом закордонних фондів, в бюрі Групи Реанімаційного Пакету Реформ – всі вони працюють з ентузіазмом, щоб зреформувати уряд, покращити націю і кінцево привести Україну на правильний шлях»

(зі звіту Софії Сороки про проходження інтернатури). В останній розмові з Софією в Києві Ганна Гопко висловила задоволення її роботою, а також зацікавлення мати подібних студентів з-за кордону наступного літа.

Майбутні адвокати, журналісти, економісти,...! Чи не зайвим у вашому резюме буде запис про проходження інтернатури у Верховній Раді України? Чи не збільшиться увага і зацікавлення Вашою кандидатурою у потенційного працедавця чи магістерського рівня університету, коли Ви наведете тільки короткий перелік справ, знань і вмінь, набутих в інтернатурі при різноманітних українських інституціях?

Додатковим фактором, що збільшував шанс Софійки дістати грант, була її волонтерська робота. В англійській літній школі при Українському Католицькому Університеті у Львові серед 25 викладачів (з Великобританії, Канади, Венесуели, Гавайських островів, США) кілька мали якийсь стосунок до України. І ці люди були критично корисними для програми, бо могли допомогти іноземцям зрозуміти українські реалії і психологію, а студентам пояснити незрозуміле на українській мові. Цікавим було, як англійці дивувалися, що українські студенти (семінаристи) просто співали в час відпочинку. І співали злагоджено, майже професійно. Бачачи реакцію іноземців на наш звичай, починаєш більше оцінювати їх. Середовище УКУ не є звичайним. Софійка оцінила духовний компонент літньої школи – її учасники, вивчаючи англійську мову, обговорювали етичні питання суспільного життя, міжлюдських стосунків. «Це був надзвичайно цікавий для мене час. Я багато сама дізналася від інших викладачів, студентів школи, відчула, що своєю працею реально зміню щось в житті людей», – ділилася враженнями Софійка.

Багато людей в Україні думають, що США були завжди такою розвинутою і могутньою державою, як тепер. Розказуючи про складні сторінки історії Америки (корупція після Громадянської війни була величезною, соціальна нерівність була подолана аж у 20-му столітті...), Софія підкреслювала, що найбільшим фактором американського успіху був оптимізм і працьовитість американців.

Іншим компонентом гранту була участь в Літній Філософській школі при УКУ. Ця школа за останні роки стала відомим майданчиком нових ідей, підходів, місцем зустрічей науковців, студентів, громадських діячів зі

всього світу (робоча мова школи – англійська). Цьогорічна тема школи – "Етика пам'яті". Дискусії були базовані на однойменній книжці Авішай Маргаліта в контексті сучасної ситуації в Україні. Обговорювалися питання такі, як: коли конфлікт з Росією закінчиться; через скільки часу українці будуть спроможні пробачити цей акт агресії?; як люди зможуть примирити пам'ять про загиблих з мирними стосунками з Росією?

Звичайно, і підготовка пропозицій до гранту, і продумання всіх деталей роботи по гранту, інтернатури, волонтерської роботи, і приготування до інтерв'ю (ця робота була проведена в Америці), і все перебування в Україні було дуже насиченим, вимагало великої віддачі сил. Але, я впевнена, що все це вартувало одержаного задоволення. І не тільки від весело проведеного часу (екскурсії по Києву, Львову, відвідання чудових ресторанів, музеїв, атракціонів) за дуже малий кошт і в гарному товаристві), але і від усвідомлення, що реально зроблено роботу, яка маленькою краплинкою вливається в океан добрих справ на користь конкретних людей і України в цілому.

Про своє перебування в Україні і роботу над грантом Софія написала статтю "Українська політика з часу Євромайдану", яка була опублікована в осінньому номері журналу міжнародних стосунків і глобальних питань Бостонського Коледжу "Калейдоскоп".

Якщо взяти під увагу, що всім нам тут за межами України треба ставати бійцями інформаційної війни і поширювати правдиву інформацію про події в Україні, щоб протидіяти усталеним стереотипам, нав'язаним західному суспільству російською пропагандою протягом останніх століть, про Україну як державу, що не здійснилася (професор, про якого згадано на початку статті – один з прикладів цього), то кожна розмова з нейтральною до українських проблем людиною, після якої ця людина стає свідомим нашим прибічником, кожен такий пост в фейсбуці, кожна такого типу стаття в місцевих чи глобальніших медіа засобах є справою, що веде до перемоги України над Росією, Добра над Злом. Чи це не круто – воювати і перемагати?!!!

Побажаю всім, замислитися, коли будете складати пляни на наступне літо, щоб вміло поєднати приємне і корисне.

Орися Сорока, членка 137-го Відділу США.

Наталка Соневицька

З подорожнього щоденника

(продовження з лютого числа «Нашого Життя»)

Наступна моя зупинка – площа Львівської ОДА, де 300 юнаків-першокурсників Львівського Державного Ліцею ім. Героїв Крут складають присягу на вірність Україні. Мурашки біжать тілом, коли виструнчені молоденькі хлопці в одностроях рецитують в унісон слова «Урочистої Клятви». Як можна бути песимістом щодо майбутнього України, коли таке бачиш і чуєш?!

Вечором знову відвідала Львівську філармонію та концерт в честь Захисника України. Програма нагадувала мені діяспорні академії: хори, солісти, бандуристи, декляматори, ансамблі, але все на набагато вищому рівні. Велике враження на мене справив муніципальний чоловічий хор «Гомін» під орудою Ярослава Ляшенка. 25 співаків з прекрасними голосами виконували пісні Січових Стрільців, вояків УПА і зовсім нові військові пісні Майдану і АТО. Виконання зразкове, експресійна насиченість, тотальна єдність – динамічна лінія від форгіссімо до перфектного піаніссімо. Вперше почула гімн УПА «Зродились ми великої години». Також треба відзначити виступ бандуриста Остапа Стахова і милозвучний квартет бандуристок «Львів'янки».

15.X.2015. Як завжди, рано поснідала. Головна страва – карпатський хліб зі смачним домашнім сиром, який купую на базарі по 35 гр. за кілограм, тобто по 1,5 дол. більше як два фунти. Вирішила піти до Національної Галерії по вул. В. Стефаніка, не знаючи, що там того дня відбувається відкриття нової виставки. Спершу оглянула скульптури Пінзеля, які в 2013 р. були виставлені в Парижі. Це просто диво – відремонтовані, відновлені, відмальовані. Можна ними насолоджуватися зблизька, на віддалі руки. Запиталась в черговій, чи є директор Віта Сосак, яка колись відвідувала наш Український музей в Нью Йорку. Зараз до мене вийшла, тепло привіталася і зробила мені приватну туру плянкової виставки «Ктубот – єврейські сімейні традиції і традиційні сім'ї», яка відкривалася пополудні.

Ктубот – це єврейський шлюбний контракт, виконаний на цінному пергаменті вишуканими шрифтами. По маргінесах ктуботи розкішно розмальовані рослинно-тваринними орнаментами. На виставці дев'ять таких контрактів, які випадково знайшов в 2010 р. Б.



Наталка Соневицька і Іра Ласовська над озером Синевир.

Возницький у стосах старих радянських архівів. Вони походять з Італії з 17-19 ст. Найстарший шлюбний контракт на виставці підтверджує одруження Авраама Телеса і Ребекки Франко в Пізі 22 грудня 1694 р. посаг нареченої – 2.100 еспанських реалів, з яких 1.600 готівкою, 150 срібною посудю і 350 постіллю та білизною. А також добровільний даток – 1.050 реалів.

На гарному плякаті виставки повідомлялося, що кожної неділі в галерії відбуватимуться доповіді, пов'язані з виставкою. Шкодую, що мене вже не буде на першій доповіді Оксани Кісь «Патріархальний матріархат: голова, шия та інші органи влади в традиційній українській сім'ї».

Передала п. Сосак від Українського Музею «Артифакти гербу Мазепи», а вона попрощалась словами: «А виставку митців Парижу також зробимо і в Нью Йорку».

Наступна зупинка – Національний музей ім. А. Шептицького. Там нова виставка Зеновія Флінта і чотирьох клясиків-живописців Харківської школи. Ім'я Флінта мені знайоме, але його творчості зовсім не знала. Була захоплена його картинами, на яких і фантазія, і кольорит, і традиції, і модернізм. Особливо подобались мені його керамічні архітектурні краєвиди.

У другій виставці – реалістичні картини природи, неба, степу, моря у виконанні прекрасних живописців другої половини 19 ст. і перелому 20 ст. – Сергія Васильківського, Михайла Беркаса, Петра Левченка і Михайла Ткаченка. Для мене мистецтво тих художників було відкриттям і ще одним доказом моїх не-

достатніх знань історії українського мистецтва.

Мої сьогоднішні культпоходи закінчилися приємною побутовою постановкою трагікомедії Карпенка Карого «Сто тисяч» з неперевершеним Бенюком в головній ролі на сцені Заньковецького театру.

17.X. 2015. Їду перший раз з родичкою Ірою на Закарпаття. Автобус вигідний, європейський і повний. Пані Ірина, наша провідниця заповідає, що учасники тури з усіх сторін України: Львова, Жовкви, Харкова, Дніпропетровська, Запоріжжя, Криму. П. Ірина – молода енергійна жінка, що історію Закарпаття «має в пальцях». Розповідає про битви Січових Стрільців, про оголошення незалежності в 1939 р., коли переїжджаємо село, в якому народився Петро Яцик, про конкурс української мови. Оглядаємо розкішний мисливський палац Шенборнів, а тепер санаторій «Карпати». Їдемо в сторону Мукачєва і вже здалека відкривається краєвид на місто і на славний середньовічний, овіяний легендами мукачєвський замок Паланка – один з найславніших оборонних фортець середньовічної Європи. Після оглядин Паланки їдемо до центру мадярського Закарпаття. Тут цікаві старі реформаторські костели та теплі термальні води, що піднімаються з глибини 1.600 метрів, що лікують від усіх хворіб. Щось ніби наша «калабаня» на Флориді.

У нижнім Селищі їдемо на дегустації 6-ти різних славних закарпатських вин і в добром гуморі зупиняємось на нічліг у селі Квасове. Нас чотирнадцятеро ночує в садібі господині п. Ірини та її сусідки. Гостять нас баграчом (мадярський гуляш), торгонею (домашні макарони особливого приготування), мадярськими голубцями, домашнім вином і компотом. За столом розгортається цікава розмова. Коли туристи зі сходу довідуються, що я з Нью Йорку, то силкують запитаннями. Не хочуть вірити, що я вже 65 років в Америці і так добре розмовляю українською мовою. Розповідаю їм про українську діаспору в Америці. Для них це правдиве відкриття. Туристи з Криму розповідають, як небезпечно там бути українцем.

Вранці виїжджаємо в сторону озера Синевир. Їдемо прекрасними карпатськими вузькими серпентинами. По обидва боки дороги ліси, високі стрункі ялиці, здається, що якби було відчинене вікно, можна б до них доторкнутися. А під ялицями – рясні гриби: червоно-коричневі козарі, ясно-бронзові, правдиві! Я жадібно підстогну і збираю їх ... в уяві.

Прекрасне озеро Синевир! Знане в народі як «морське око», озеро утворилося приблизно 10.000 років тому на висоті 989 метрів. Глибина його сягає 22 метри. Любуємось краєвидами, зупиняємось біля водопаду Шипіт і повертаємось до Львова пізно вечором, повні гарних вражень і нових переживань. Така дводенна тура коштує 85 дол. від особи.

21.X.2015. Запросила двох своїх приятельок до ресторану Бачевських, хоч вони дуже протестували, бо він вважається одним з найдорожчих у Львові. Родина Бачевських відома від 1786 р., коли відкрила першу фабрику масового виробництва горілки у всьому світі. 1 квітня 2015 р. відкрився ресторан з новою галицькою кухнею. Враження прекрасне: затишно, обслуга першорядна, з голосників ллються притишені звуки шлягерів Веселовського. Цілий ресторан – оранжерея від підлоги до стелі (працює спеціальна система автоматичного зволоження рослин). Відомий львівський шеф О. Чернишенко опрацьовує правдиві переписи на унікальний смак. Різноманітне меню з дотепними назвами: «Лікувальна зупа д-ра Терлецького» (шпінакова), «Тіні забутих предків» (баранина з кулешою), «На хлопський розум», «Обід бідного єврея» ітп. Ми з'їли повний обід з вином, на десерт – кава із «Захер торте». Рахунок за нас трьох виніс 38 дол.

О 4-ій годині пішли з п. Стефою Павлишин до музею ім. С. Крушельницької на імпрезу в пам'ять нашого ровесника – діярного музикознавця Романа Савицького-молодшого. Між присутніми – багато відомих музичних діячів (О. Козаренко, М. Крушельницька, Ю. Ясіновський, В. Грабовський, К. Колєса, Л. Кошкданова та інші). Усі вони в своєму слові признали вагомий науковий та публіцистичний внесок Романа в історію української музичної культури. Це ж бо він спричинився до відновлення пам'яті багатьох українських діячів музики, яких не можна було згадувати за радянських часів, особливо В. Барвінського. Роман ціле своє життя зберігав, збирав і пропагував у західному світі українську музику і був своєрідним мостом-посередником між музичною діаспорою і Україною. Я була щасливою, що в Україні оцінили величезний внесок Романа в історію, бібліографію, нотографію та дискографію української музики.

Ледве встигла о 6 год. на розкішну постановку Дюма «Дама з камеліями». Прекрасні декорації, пишні костюми, як звичайно, чудові актори. Особливо мені сподобалося музичне

оформлення – хвилюючі із емоційною наснагою французькі шансонс.

26.X.2015. Дуже люблю ходити до львівських церков. В першу чергу вони – перлини мистецтва, в них чомусь більше відчуваю присутність Бога, бо вони завжди відкриті і до них можна завжди вступити на молитву, засвічення свічки, медитацію або почуття сюрреалізму в крипті князів нашої Церкви – соборі св. Юра. Після таких відвідин стає легше на душі і з відновленою вірою дивлюся вже інакше на світ.

Дуже люблю ходити на вистави до театру Заньковецької, особливо на вистави в камерній сцені. Тут зазвичай більш сучасні постановки, мінімальні декорації і витримана стильність. Тут літературна мова без пафосу передається природно на мову сцени. Це все я відчула на постановці Шевченкової «Катерини» молодого режисера Б. Ревкевича. Це був зеніт моїх театральних походів у Львові. Мій захват не можу словами передати. Шість мавок в прозорому білому платті співали, танцювали в ролі Катерини на різних етапах її життя. Рецитували слова Т. Шевченка поодиноким або хором. Настрої Катерини передавалися народними піснями, які вони співали божественно на 4 голоси. Символом вистави був великий вінок, ніби ще одна дійова особа з десятьма метровими червоними стяжками.

Цей вінок безперервно перетворювався у символ невинного кохання, гріха, немовляти, вогню, смерті... Хореографія новаторська і прекрасна. Неперевершена насолода!

27.X.2015. Повертаюся додому з міхом прекрасних переживань, різних почуттів і з оптимізмом. Так, в Україні є ще багато проблем, дії державної влади не завжди зрозумілі, ще є корупція, є ще нечесні політики, які не дбають про добро людей. Чесним людям тяжко жити, є ще багато соціальної несправедливості. Але в Україні є багато прекрасних чесних людей, які працюють на користь громади. В Україні є герої і героїні, які готові віддати своє життя, захищаючи свою Батьківщину, є тисячі добровольців, які не шкодують ні часу, ні грошей на допомогу воїнам, пораненим, сиротам, бідним. В Україні є багато журналістів, які пишуть правду і чимраз більше стає місцевих очільників, що чесно працюють для добра народу. Україна надзвичайно багата на талановитих мистців, які пропагують українську культуру в державі та за її межами. Є багато письменників, поетів, яких знає світ. В Україні росте і вчиться нове покоління без жодного радянського багажу. То ж є причина радіти і надіятися.

«Вгору піднесім серця» і будьмо оптимістами!

Пресовий фонд НАШЕ ЖИТТЯ Press Fund OUR LIFE

500 дол.: Щиро дякую союзникам 133 Відділу СУА округу Нью Джерзі, які висловили співчуття та підтримали нашу сім'ю своїми молитвами в час втрати найдорожчої для нас мами **Мандзюк Ганни Василівни**. За короткий час проживання в США вона своєю присутністю підтримувала всі українські заходи, які проводились в Нью Джерзі, перечитувала по декілька разів замітки, які були українською мовою в журналі «Наше Життя». Вона була не тільки для нас мама, бабуся, а і для всіх, хто її встиг заціпенити. В світлу пам'ять **Ганни Мандзюк** та на підтримку журналу передаємо нашу пожертву. З подякою

Оля Констанкевич, голова 133 Відділу СУА.

300 дол.: Замість квітів на свіжу могилу нашого дорогого вуйка, **бл. пам'яті Михайла Дороти**, довголітнього мешканця Кіннелон, Н. Дж. і основоположника фірми *Apex Electronics Ltd* в Пассейку, Н. Дж. Вічна йому пам'ять!

Надя (Юрій Дзьоба), Марта (Давид Аллан) і Дмитро (Дебі) Казимири з родинами.

\$150: The year 2015 was a sad one for Miami Branch 17 in that we lost three significant members: **Miroslava Tereshakovec, Iryna Rakush, and Lubow Maryniuk**. While we cannot adequately commemorate the contributions they made to our organization and community through the years, we do wish to memorialize them with a contribution. May their memories be eternal!

Branch 17 Patricia Krysa, Corresp. Secretary

50 дол.: В пам'ять **бл.п. Ростислава Хом'яка**, чоловіка нашої членки Марти Богачевської Хом'як. Вічна йому Пам'ять!

78-ий Відділ СУА у Вашингтоні

50 дол.: In memory of **Larissa Sawka**.

Irene Artiushenko

По 100 дол.: Janina Pylypczak; Luba Kostyba,

По 50 дол.: Tatyana McCoy, Daria Zachariasevych

По 20 дол.: Ulana Diachuk, Mira Hankewych, Marie Duplak, Nadia Bihun, L. Kolodchin, Lesya Horodysky

15 дол.: Irene Kostrubiak

10 дол.: Marta Zahalak, Irene Rishko, Maria Bakalec.

Mariya Muzychuk UNWLA Scholarship Program Alumna and Women's World Chess Champion Awarded Ukraine's Order for Merit

by Anna Krawczuk, Honorary President



Award ceremony hosted by Ukraine's President Petro Poroshenko in honor of Women's World Chess Champion Mariya Muzychuk. From left to right: Natalia Muzychuk (award recipient's mother), President Petro Poroshenko, Mariya Muzychuk, Oleh Muzychuk (father), and Anna Muzychuk (sister).

We recently received news from Iryna Kravchuk, of Lviv, Ukraine, that Mariya Muzychuk, one of the former students that she recommended to the UNWLA Scholarship Program in 2006, had been named Women's World Chess Champion on April 5, 2015, after defeating Russia's Natalia Pogonina in the final chess match in Sochi, by a score of 2.5 to 1.5. Representing Ukraine, Mariya Muzychuk thus became the 15th Women's World Chess Champion. On April 8, 2015, in honor of her great achievement, Ukraine's President Petro Poroshenko awarded Mariya Muzychuk the national Order for Merit. He congratulated Mariya, her parents and trainers, and her sister Anna (who is Women's European champion and reigning Women's World Blitz Champion).

The UNWLA Scholarship Program first heard of Mariya when she was an 8th grade student in Stryj, Ukraine. Even at such a young age, she had great interest and talent in chess. In her autobiography, which we received on February 14, 2006, she wrote; "I was born on September 21, 1992, in Stryj, Lviv Oblast, Ukraine. At this time I

am in the 3rd class of gymnasium . . . and am homeschooled, due to my competitive chess schedule. My parents are professional trainers and started training me [to play chess] when I was 3 years old. I love this game, and enjoy taking part in chess matches."

Through the coming years, Mariya participated in numerous chess competitions and tournaments, earning many titles and medals at all age levels. During this time she received an Honorary Men's Master rank. And nine years later, Mariya Muzychuk became Women's World Chess Champion. As this article is being prepared for publication, Mariya is getting ready for an upcoming match, which is scheduled for March 2016. During this match she will be defending her title against challenger Hou Yifan of China, who chose not to compete in 2015, and whose Fédération Internationale des Échecs (FIDE) rating is 2676, the highest women's rating in the world, which makes her No. 1. female chess player in the world.



President Petro Poroshenko and Mariya Muzychuk

An outstanding student majoring in Physical Culture [фізичної культури], Mariya received her BS degree in 2014, subsequently earning a Master's degree from Lviv National University of Physical Culture. As a UNWLA Scholarship Program alumna, she has kept us and her sponsor apprised of her achievements. She was sponsored

by Michael Shubiak briefly; from 2007 to 2015 her sponsor was Mrs. Maria Besoushko.

In a recent letter, Mariya expresses her gratitude to the UNWLA Scholarship Program and to her sponsor, Maria Besoushko, for helping her throughout the years. She writes: “. . . at this time I have earned the title of International Grandmaster, and I am a member of Ukraine's women's chess team. I was honored by the Ministry of Youth and Sports in Ukraine and given the title “Honorary Sport Master of Ukraine.” She is very proud of this achievement and ends her letter with the following thought: “I hope that I will honorably defend the honor of Ukraine on the international arena in the years to come.”

Mariya, we are very proud of your accomplishments! We wish you all the best. Good luck and may God bless your future. We also congratulate and thank Mrs. Besoushko for believing in Mariya and for generously sponsoring her academic endeavors.



OUR COVER ARTIST

Born in Kyiv, Ukraine in 1907, **Liudmyla Morozova** began studying art under the direction of noted Ukrainian artist Anna Krueger-Prakhova. She continued her art studies at the Kyiv School of Art & Industry (1925–1927) and the Kyiv Art Institute (1928–1931), where her instructors included Mykhailo Kozyk and Fedir Krychevsky. She had her first solo exhibition in Kyiv in 1935. Soviet persecution forced her to leave Ukraine; she fled to Germany in 1944 and immigrated to the United States of America in 1951. In 1952 she began teaching painting at the Queensboro Art Society; she continued teaching with the society for 25 years. Morozova moved to Hunter, New York, in 1962 and became an active member of the Ukrainian Artists Association in the United States. She often worked in the genres of portraiture and landscape, favoring an impressionist style. Her work was included in numerous solo and group exhibitions, both nationally and internationally, and is found in public and private collections around the world. She died in Hunter, New York, in 1997.

НАША ОБКЛАДИНКА

Людмила Морозова народилася у Києві 1907 р.; померла у Гантері, Н.Й., 1997 р. Почала художню освіту в українській мисткині Анни Кругер-Прахової. Продовжувала навчання в Художньо-індустріальній професійній школі у Києві (1925-1927) та в Київському художньому інституті (1928-1931), де серед її вчителів були Михайло Козик та Федір Кричевський.

Перша персональна виставка відбулась у Києві 1935 р. Репресії советського режиму змусили її виїхати з України, і в 1944 р. вона опинилась у Німеччині. Імігрувала до США 1951 р. У 1952 р. почала викладати живопис в Мистецькому товаристві Квінсборо, де пропрацювала 25 років. У 1962 р. переїхала до Гантеру.

Активний член ОМУА. Часто працювала в жанрі портрета й пейзажу, використовуючи прийоми імпресіонізму. Виставлялася персонально та разом з іншими мистцями як в Америці, так і за кордоном. Твори мисткині знаходяться в публічних та приватних колекціях по всьому світі.

Історія однієї фотографії



Невідомий портрет сенаторки Олени Кисілевської

29 березня 2016 року припадає 60-та річниця відходу до вічності Олени Кисілевської, письменниці, журналістки, редакторки, громадсько-політичної та культурно-освітньої діячки, першої голови СФУЖО.

Під час навчання у Виділовій школі в Станіславі (нині – Івано-Франківськ) прилучилася до жіночого руху в Галичині, вступивши у “Товариство руських жінок”, яке заснувала у 1884 р. Н. Кобринська. Згодом стала діяльним членом і засновником перших жіночих товариств у Станіславі, Коломиї, активно працювала у Львівській жіночій громаді.

Під час Першої світової війни О. Кисілевська працювала в “Жіночому допомоговому комітеті для січових стрільців та інших вояків”. За самовіддану роботу в цій організації отримала від австрійського уряду високу нагороду – Срібний хрест.

У 1925 році в Коломиї заснувала журнал «Жіноча доля» і була його редакторкою до 1939 року. 1929-35 рр. – була обрана сенаторкою до польського парламенту від Українського національно-демократичного об'єднання (УНДО).

Переїнявши замолоду ідеями Н. Кобринської про емансипацію жінки, О. Кисілевська розширила її погляд на жіноче питання, доклала багато зусиль для розкриття духовного світу жінки, її непересічної ролі у вихованні молодого покоління в патріотичному дусі.

З-під пера О. Кисілевської вийшли сотні статей, збірки, що мають не лише художню, а й соціально-громадську цінність.

Після Другої світової війни проживала в Канаді. У 1948 році стала першою головою Світової Федерації Українських Жіночих Організацій (СФУЖО). Письменниця не полишала пера, видала збірку нарисів «По рідному краю», опублікувала низку спогадів про О. Кобилянську, Н. Кобринську, У. Кравченко, О. Телігу, О. Басараб.

Портрет сенаторки Олени Кисілевської нарисував Іван Кейван, чоловік Марії Кейван в Німеччині, куди доля закинула молоде подружжя після Другої світової війни.

Марія Кейван навчалася у Коломийській гімназії “Рідної школи”. Вона писала вірші і сатиру для шкільних розваг і монологи. Опанувавши медицину в Познані (Польща), працювала спочатку у Народній Лічниці у Львові, а перед Другою світовою війною – в коломийському шпиталі.

У 1949 р. родина Кейванів з двома дітьми (Орест і Зоня - Софія) виїхала до Канади й оселилися в м. Едмонтоні. Марія Кейван організувала гурток книголюбів, який очолювала 16 років. Друкувала оповідання в жіночих журналах “Наше життя” і “Жіночий світ” та виступала як “пресова референтка”. У 1971 р. видала свою першу повість із життя в таборах ДіПі “Карвендель”, у 1985 р. – психологічну повість “Пливе – шумить ріка”. Була активним членом СФУЖО, НТШ, ОУК (Організація Українок Канади) та Українського Лікарського Товариства.

І одного серпневого дня 2015-го року на Коломийському дворці я зустрілася з дочкою пані Зонею і її сином, які гостювали у родини в Коломиї і вже поверталися додому. Зустріч випадкова, але, як виявилось, надзвичайна. Познайомившись, розповіла про мале дослідження життєпису її мами, п. Марії Кейван в книжці “Рідномовне жіноче шкільництво в Коломиї 1919-1939”, яка вийшла друком у 2014р. І на моє запитання про портрет сенаторки Олени Кисілевської, який нарисував її батько, повідомила, що портрет знаходиться в неї вдома. І вона з радістю перешле портрет електронною поштою. Що й сталося за 3-4 дні. І тепер можемо споглядати всі, хто бажає.

Союз Українок Коломийщини складає найщирішу подяку пані Зоні за виявлену доброзичливість.

Марія Гнатюк, голова Союзу Українок Коломийщини.



**Ukrainian National Women's League of America, Inc.
Стипендійна Акція Союзу Українок Америки**

Завдяки жертвості добродіїв та спонсорів Стипендійна Акція СУА розпочала 49-ий рік своєї безперервної діяльності, започаткованої у 1967 р. наданням стипендійної допомоги ученицям Колегії Св. Ольги у Прудентополі, Парана, Бразилія.
Перед нами Золотий ювілей у 2017 р.



**Із безмежною вдячністю вітаємо усіх добродіїв та спонсорів,
які жертвенно підтримують Стипендійну Акцію СУА,
із Празником Воскресіння Христового.**

Христос Воскрес! – Воістину Воскрес!

*Члени Комісії Стипендій СУА на чолі з головою СУА Маріянною Заяць:
Анна Кравчук, М. Оріся Яцуць, Люба Більовицук, д-р Дарія Н. Лисий,
Надія Яворів та адміністратор бюро Вікторія Міщенко*

До нас пишуть...

З радістю та гордістю ми прийняли вістку зі Львова про великий успіх колишньої стипендіятки СУА, Марії Музичук, спонсорованою панею Марією Безушко від середньої школи до закінчення спортивного факультету ЛДУФК у 2014 р.

“.....Вітаю! Шановна пані Анно! Дорогі трудівниці Стипендійної Акції СУА! Вислаю відео про нагородження президентом Марію Музичук – чемпіонкою світу з шахів та фотографію під час нагородження.....Завдяки Вашій підтримці обох стріянок (Марії та сестри Анни) ще зі шкільних років – Ваша лепта у їх успішних виступах..... Бажаю плідної праці”.

Ваша Ірина Кравчук, Львів, Україна



Марія Музичук

Див.: <http://youtu.be/Arj4-Y J 10>

Повідомляємо, що праця у Стипендійному бюро продовжується. В Україні навчальний рік у другому академічному семестрі, що закінчиться в кінці червня. У Бразилії уже почався 2016 академічний рік навчання.

Хоч ми надали багато стипендій в Україну, ми ще не закінчили виплат. Залишилися 34 нові претенденти різного віку, які чекають своїх опікунів.

Ми вдячні Відділам та Округам СУА за спонсорування та проведення збірок.

Щире спасибі усім спонсорам та жертводавцям за підтримку, без якої ми не могли б існувати! Ваші добрі серця та розуміння потреби Стипендійної Акції СУА є винагороджені успіхами випускників, які тепер передають своє знання наступним поколінням у країнах свого проживання та в Україні.

Звертаємося до людей доброї волі, зокрема Відділів та членок СУА, взяти під опіку учня або студента/тку в Україні, де тепер найбільша потреба!

**ДОПОМОЖІТЬ НАМ НІКОМУ НЕ ВІДМОВИТИ!
Чекають своїх опікунів багато претендентів**



1 рік коледжу



студент 1-курсу



6-та класа



10-та класа



6-та класа

За інформаціями слід звертатися до референток стипендій у Вашій околиці, або до Стипендійного бюро (координати внизу сторінки).

Анна Кравчук та члени Комісії Стипендій СУА.

Запрошуємо загостити до нас за домовленням телефоном 732-441-9530.

Будь ласка, залишіть записку, або е-поштою: email: nazustrich@verizon.net

JANUARY 2016 DONATIONS IN MEMORY OF MARIA POLANSKYJ

До нев'янучого вінка та в пам'ять Почесної членки СУА та довголітньої референтки стипендій при Головній управі СУА, бл. п. Марії Полянської, дійшли додаткові пожертви до фонду імені Покійної:

300 дол. – Drs. Viktor and Betsy Decyk (98);
по 100 дол. – Family Chung, Oksana Saldyt (49),
Mr. Young-Sup Lee;

50 дол. – Bohdanna Nadia Bihun (28), Jason & Liz Katz, Maria Marchione-Novoa, George & Victoria Mischenko (98), Luba J. Klachko, Zen & Olga Sawchuk;

25 дол. – Dr. Margaret Zakanyucz-Putykewych(98);

Thank you and God Bless!

ПОЖЕРТВИ ЗА СІЧЕНЬ 2016 р.

1,000 дол. – Маріанна Мисішин, вільна членка СУА;

925 дол. – До Фонду ім. бл. п. Марії Полянської;

440 дол. – Богдан С. Полянський (98), 56-ий Відділ СУА;

по 330 дол. – д-р Орест Балицький, Nathan & Andrea Figley (98), Роман та Ольга Новаківські (54), Dr. George E. Jaskiw, M.D., 67-ий Відділ СУА, 101-ий Відділ СУА;

225 дол. – 78-ий Відділ СУА;

по 220 дол. – Marta H. Mulyk Baxer, Marta Biskup, DDS (MAL), Walter & Tamara Denysenko, Богдан та Оксана Кузишин (65), Nicholas & Germaine Milanytch Tr. Family Foundation, Stephen W. Nachesty, George & Alexandra Rakowsky (113), Pona Sochynsky (113), Anna Tychanski, 85-ий Відділ СУА, 131-ий Відділ СУА;

по 110 дол. – Ліда Бойко (56), Thomas & Tatiana Ferraro (98), Larissa Fox, Alexandra Hamersky, Larissa N. Pundy-Bozio, OD, 83-ий Відділ СУА;

21 дол. – Рената Бігун (28);

20 дол. – Ольга Коваль (24).

Щиро дякуємо за Вашу благодійність!

Анна Кравчук, Почесна голова СУА,
член Комісії стипендій СУА,

М. Оріся Яцусь, скарбник Комісії стипендій СУА.

UNWLA, Inc., Scholarship / Children-Student Sponsorship Program

P.O. Box 24, Matawan, New Jersey 07747-0024 • Phone / Fax: 732-441-9530

ФОНД ДОПОМОГИ СИРОТАМ В УКРАЇНІ

\$1,000 – In loving memory of **Stefan and Anna Moroz.** Maria Moroz.

\$75 – In lieu of flowers in honor of recently departed **Lesia (Alexandra) Poniatyszyn Cady and**

John Cady. Lesia was a member of the Phoenix branch, and sister of our member Luba Keske.

UNWLA Branch 111 in Los Angeles

50 дол. – В пам'ять **бл.п. Мирона Сидоровича**, мужа членки нашого Відділу Юлі Сидорович. Родині складаємо глибокі співчуття.

68-ий Відділ СУА в Сиракузах



ГРУДЕНЬ 2015 р. (друга частина)

ФОНДИ

На тривалий фонд **ім. Богдана і Марії Турко** складаю **1,000 дол.** Ярина Турко Бодрок

В пам'ять бл.п. **Володимира Слижа** складаємо **1,000 дол.** на тривалий фонд ім. Володимира і Богданни Слиж.

Роман і Наталя Фединська Слиж

В пам'ять бл. п. **Марії Городецької** складаю **250 дол.** на тривалий Фонд ім. **Марії Городецької.** Оксана Городецька

I am donating **\$200** to the **Dr. Walter & Helen Petryshyn Endowment Fund.**

Helen A. Petryshyn

На тривалий Фонд ім. **Маркіяна і Наталії Титли** складаємо **7,000 дол.**

Христофер і Адріана Генкельс

На створення меморіального фонду ім. **Юрія і Оксани Мельникович** складаю **10,000 дол.**

Христина Мельникович

ДАТКИ на 400К Клюб:

2,000 дол. – Роман і Андрея Кохановські
по 1,000 – Стефан і Святослава Качарай, Аврелія Граб, д-р Гассан і Іня Чегаді, Мирон і Христина Мельник, д-р Ярослав і Ольга Ставничі, Оксана Тритяк, Марта Левицька, Віра Чумач-Біткон, Орест і Дарія Темницькі, Андрій і Таля Чума, Olya Shevchenko & Pavlo Goncharoff

Датки на Український Музей

6,972 дол. – Євген Климко
6,117 дол. – Марко і д-р Аріядна Бах
5,000 дол. – Ада Кулик
3,000 дол. – Gary & Irene Wolfe
2,000 дол. – Дарія Пішко і Михайло Комічак
1,909 дол. – Роман і Андрея Кохановська
1,079 дол. – Ксеня Кузьмич
по 1,000 дол. – Богдан і Христя Сенік, Марія Томоруг, Марта Перейма, Надія Масик, Марія Аня Савадж, д-р Юрій і Рома Темницькі
по 500 дол. – Христина Бонакорза, д-р. Мотря Українська, д-р Артур Григорович
по 300 дол. – д-р Ігор і Барбара Цегельські
по 250 дол. – Алекс і Зоряна Лятишевські, д-р Юрій і Наталя Попель, Юрій і Марія Волчук
по 200 дол. – Аександер і Марія Леськів, Василь і Рома Гречинські, Natalia Jagannathan, Helen A. Petryshyn, Тамара Гомер, Роман Костюк, Марія Українська, Elizabeth T. Coon
по 150 дол. – Уляна Ільницька і Реймонд Стубблевін, Анна Качмарчик Еванс, проф. Володимир Петришин
по 115 дол. – Зенон Держко
по 100 дол. – Йосиф Лучка, Богдан Марків, Володимир Клебович, Петро Сениця, Надія Ло-

тоцька, Люба Більовщук, Алла Черний, Тамара Тершаковець, Франціс Волш, Аркадія Коцибала, Люба Маріно, Йосиф Косців, д-р Надія І. Кігічак, Андрій Данилишин, Борис Шмігель, Модест і Наталя Захарченко, Христина Сарахман, Роман Данилів, Андрій і Тамара Кобзар, Нестор Рихтицький, Лілі Бочонко, Ірена Новак, Андрій Ганушевський, Татіяна Серафін, Уляна Бачинська **по 75 дол.** – Любомира Лукомська, Віктор Мельниченко

по 50 дол. – Софія Качор, Наталя Соневицька, д-р. Софія Андріяшук, Дарія Рекуча, Надія Шмігель, АМС Мікс, Роман і Гелен Гелетканич, Михайло і Тесі Родак, Богдан Качмар, Валентина Лімонченко, Павло і Люба Михалевич, Іван і Раїса Швачук, Matthew-Daniel Stremba, Марія Іськів, Daniel & Barbara Dzamba, Ярослава Кучма, Богдан і Міра Футей, Ігор і Наталя Гавдяк, Павліна Нознік, Ірена Григорович, Филип і Ненсі Кукура, Надія Кифор, Ольга і Теодор Ловні, д-р Роналд і Надія Літепло, John & Erika Meriwether, Катерина і Борис Онуфрейчук, Russell M. Samilo, Віра Запитович, Зірка Клярк Зубар, Elaine M. Harrison, Теодор і Александра Костюк, Марта Рандаззо, Tania Geis

46.20 дол. – Андрій Тершаковець (Merck Foundation)

40 дол. – Надія Селецькі

26 дол. – Зоряна Клюфас

по 25 дол. – Shirley Balmer, Мирон і Дарія Яросевич, Іван і Маргарет Литвак, д-р Христина Прутула-Кузмович, Богдан і Христина Бейгер, Люба Кеске, Аня Аляра, Gail J. Bezkorowajny, Тетіяна Данилів, Анна Сулима, Сергій і Карен Гошовські

по 20 дол. – Володимир Підоплічко, Ольга Коваль, Anne Kardasz, Олена Кассіян, Марія Соловій

по 15 дол. – Нестор Кропельницький, Олена Підгорецька, Мирон Гураль, Емілі і Александер Гіріс, Любомира Ричок, Володимир і Лариса Козак

по 10 дол. – Уляня Лисняк, Михайло Скомський, Анна Омельчук, Петро Китастий, Петро Теребецький

З НАГОДИ

Замість дарунків з нагоди Різдва Христового: **200 дол.** – Ірина Руснак. **100 дол.** – Андрій С. Ганушевські, **по 50 дол.** – Дарія і Юрій Ганушевські, Олександр і Олена Смик

ЗАМІСТЬ КВІТІВ на могилу бл. п. Ярослава Біланюка – 250 дол.

Ярослав Біланюк

Щиро дякуємо за підтримку!
Управа і адміністрація УМ

ОБЕРЕГИ ДЛЯ УКРАЇНСЬКИХ ВОЇНІВ



Обереги готові до висилки в Україну – зліва: сторона з дитячими листами, справа: сторона з іконками.

«Як ви оцінюєте свою пачку?» – запитала мене працівниця компанії «Дніпро», заповнюючи документи. «Вона не має ціни...» – здивовано-зняковіло відповіла я. І подумала про себе: «Так, вона насправді не має ціни.»

58 оберегів – сердечка з маленькою іконкою з однієї сторони і дитячими побажаннями для українських воїнів з другої. З розповідей солдатів знаємо, якою важливою на війні є віра в Бога. Ті, що ніколи не думали про це, починають молитися, коли над головою свищуть кулі і гради. Кожна українська оселя традиційно мала образи. Але не кожен солдат напевне привіз зі собою іконку на передову. Восени 137-й Відділ Союзу Українок Америки організував акцію дитячих малюнків для воїнів АТО. На фотографіях ми бачили малюнки на блок-постах, волонтери розказували, що солдати носять їх біля серця. Тепло дитячих побажань допомагало воїнам. І виникла ідея поєднати ці дві речі.

Акція «Обереги для українських воїнів» збрала разом дуже різних людей: волонтерів в Україні, членок 137-го Відділу СУА, вчителів, батьків і учнів Рідної Школи, працівників компаній «Міст» і «Дніпро», всіх, хто пожертвував кошти для акцій СУА. Різні організації, різні покоління, різні континенти, різні мови, але однакова мета – допомогти Україні. Дуже дякую всім причетним до цієї і інших акцій нашого відділу.

В грудні ми вислали біля 10 оберегів для солдатів разом з Різдвяними дарунками для дітей воїнів, які загинули в АТО. Діти були щасливі, мами не вірили, що незнайомі люди допомагають їм. Щодо оберегів, то голова Со-

юзу Українок в Житомирі, волонтерка Олена Власенко запитала, чи не можна зробити ще хоч з 50... «Всі солдати розуміють, що стоять за свободу і за мир в Україні. Діти – наше майбутнє. Коли дітлахи надсилають подарунки, малюнки і обереги для наших героїв, для них все це дуже дорого, вони бережуть, тримають малюнки біля серця, а з оберегами не розлучаються. Воїни спочатку були здивовані, що діти з Америки прислали обереги і побажання. Але їм було приємно, що саме дітям і українцям з інших країн не байдужа Україна, і це гордість для них. Підтримка – це найголовніше, особливо від дітей.»

– Це не перший проект, яким Рідна школа підтримує воїнів – охоронців нашої землі, – розповідає директорка Рідної Школи Українознавства в Пасейку, Н.Дж. Тетяна Федак. – Понад два роки школа фінансово підтримує 5 родин загиблих героїв Небесної Сотні, учні вислали малюнки, писали листи до воїнів АТО. Та цей проект є особливий. Діти були щасливі, що саме вони і своїми руками можуть зробити щось для воїнів. Дехто просив зробити два обереги.

До розмови долучаються інші вчителі:

– Кожної суботи перед закінченням шкільного дня ми молимося за мир в Україні і за наших воїнів. Тому діти дуже серйозно поставилися до цього проекту. Питали мене: А хто передасть ці сердечка воїнам? Чи будуть вони знати, де то є наше місто? Саме в цю суботу ми обговорювали історію бою під Крутами. Сто років минуло, а боротьба за незалежність і соборність України продовжується. – вчителька 6-ої класи Надія Ковтун.



Учениці 7 класи пишуть для воїнів АТО.

– Коли діти закінчили писати, вони перехрестили-поблагословили обереги, щоб вони оберігали воїнів на полі бою, допомагали швидше одужати тим, хто зараз в шпиталях. – Вчителька 4-ої класи Аліна Топорівська.

– Діти щиро вірять, що це допоможе зміцнити бойовий дух воїнів. – Вчителька 3-ої класи Наталія Типа.

– Такі проєкти допомагають нашим дітям зростати справжніми українцями, вчать конкретним вчинком підтримувати добру справу. – Вчителька 5-ої класи Зоряна Дергачова.

– Після виготовлення оберегів одна учениця сказала: «Ці сердечка означають наші серця, в яких ми маємо любов до воїнів, молимося за них і бажаємо, що всі вони повернуться додому живими і здоровими». – Вчителька 5-ої класи Галина Клименко.

Читаю побажання дітей. Зворушливо до сліз. Я сфотографувала всі ці маленькі листи, щоб подарувати батькам, вчителям і майбутнім дослідникам Війни Гідності в Україні такі самі хвилини зворушення. (обереги можна побачити на youtube, набравши «Обереги для українських воїнів»)

Учні 3-6 клас Рідної Школи в Пасейку, Н.Дж. з сердечками-оберегами.

Більшість дітей народжені в Америці – діти, внуки, правнуки різних хвиль еміграції. Від своїх родичів, вчителів, виховників знають про сучасні події в Україні, а ще знають і вірять в любов і силу Божу. І ця віра вела їх маленькими ручками, коли вони писали «Хай береже Вас Бог, дорогі наші солдати. Ми молимося за Вас.», «Дякую, що ти захищаєш Україну. Дай, щоб Бог тебе благословив і щоб Ангел тебе хоронив», «Хай Бог вам дає здоров'я та щастя, щоб ви захищали нашу Україну», «Дорогий солдате. Я Вам бажаю, щоб Ангел Хоронитель вам поміг. Україна перемаже». Діапазон розміру, філософського мислення, акуратності – величезний. Від короткого «Бажаємо бути сильним, здоровим і веселим» до більш складного «Ви найкращі в світі. Хай Бог береже Вас! Слава Україні! Героям слава! Щоб ви були здорові і мужні!»; від особистої думки «Бажаю Вам перемоги, а ворогам програти» до репрезентації цілої України «Ми вам дуже дякуємо за все, що ви робите. І Україна, і ми віримо в вас». А який оптимізм в цих словах «Воїни, ви виграєте цей бій! Ми віримо у вас, у вашу перемогу». Один лист писаний акуратним почерком, інший – не дуже, але з малюнком солдата з українським прапором, який стріляє, і куля летить... А якийсь солдат усміхнеться, читаючи «Нехай Бог Вас хоронить, і щоб Ви приїхали здорові і живі», – чи можна приїхати здоровим і неживим©.

Турбуючись про інших, діти самі зростають духовно. Напевне, коли в когось з них, чи в сім'ї, чи в товариша буде важка хвилинка,



теж звернуться за допомогою до Бога. А це так важливо в теперішній час стресу, депресії і наркотиків. Відчуття присутності живого Бога найбільше вражає в дитячих листах.

Майже всі обереги мають різні образочки, ми використовували різного кольору нитки для оздоблення. Щоб кожен солдат мав відчуття, що цей дарунок – особисто для нього.

Я вірю в енергію добра, яка передається через відстані і час. Членки СУА, які приготували і викінчили обереги, вчителі, які розмовляли з дітьми про Україну, війну і Бога, працівники «Мосту» і «Дніпра», які дали велику знижку для пакунків в АТО, волонтери, які передадуть ці обереги солдатам – кожен додав свою часточку тепла і любові, свою молитву. Сподіваємось, що ця молитва принесе спокій, віру і надію в солдатське житло і солдатську душу, додасть мужності і оптимізму і тим, хто на лінії вогню, і тим, хто в шпиталі. А ще додасть енергію доброти, взаємопідтримки, довіри – щось такого, що дуже потрібне

Україні в її нелегкій боротьбі з зовнішнім ворогом і внутрішнім злом (корупція, нечесність, цинічність тих, хто все ще живе за злочинськими схемами і поняттями).

Спілкуючись напругу з волонтерами, знаємо, якою великою є матеріальна потреба в допомозі. В лікарнях нема медикаментів – коли волонтери дістають пожертву 200-300 гривень (8-12 дол.), відразу йдуть і купують медикаменти для поранених солдатів. Багато сімей з загиблим батьком не мають достатньо грошей для проживання. І цей список можна продовжувати. Тому будь-яка допомога чи 5, чи більше доларів є важливою. Ми передаємо всі гроші волонтерам, одержуємо від них розписки, чеки на куплені речі. Ця матеріальна підтримка допомагає теж постраждалим вийти з депресії – бо хтось про них думає...

Давайте станемо руками Бога, через які Він творить добро.

Орися Сорока,
членкиня 137-го Відділу СУА.

ВІДЗНАЧЕННЯ ДНЯ СОБОРНОСТІ УКРАЇНИ НА ФЛОРІДІ



Учасники Дня Соборності України і члени Громадського Комітету. Фото Віктора Лісничого.

24 січня 2016 р. в Українському Осередку ім. св. Андрія в Норт Порті заходами Громадського Комітету в південно-західній Флориді урочисто відбулося відзначення свята України, що припадає на 22 січня, в день проголошення Акту Злуки Української Народної Республіки й Західно-Української Народної Республіки, що відбулося в 1919 році. Офі-

ційно в Україні День Соборності відзначають з 1999 року.

Після внесення прапорів українськими-американськими ветеранами під проводом полковника Романа Рондяка та Євгена Томашоского всі присутні заспівали Американський та Український Державний Гімн. Свято відкрила голова Громадського Комітету Рома-

на Гуран та запросила Ореста Білоуса проводити програму.

В настрій свята ввела присутніх Ліда Михалович, деклямуючи вірш Володимира Переяславського «Дзвони в Україні». Ведучий свята О. Білоус представив головного доповідача свята, гостю з Детройту – Віру Андрушків, віце-президента Фундації Україна-США та голову Окружної Управи Союзу Українок Америки Детройту. Пані Андрушків надзвичайно цікаво представила тему «Незалежність та Злука Земель, 1918-19 рр.» Слухачі із захопленням слухали доповідь про події 1918-19 рр., які були ілюстровані прозірками з допомогою Анни Мацілінської.

Об'єднаний хор Норт Порту під диригентурою Люби Д. Інгрем виконав «Ой, у лузі червона калина» С. Чарнецького та «О, Україно, о любя Ненько» М. Вороного. Остап Мацілінський виконав зворушливий «Вірш з Май-

дану» О. Корабель, який нагадав про сучасну боротьбу українського народу за свою територію на сході України.

На закінчення програми всі присутні відспівали разом з хором «Боже великий, єдиний». А при каві і солодкім ще довго продовжували спілкуватися з Вірою Андрушків про сучасні події в Україні.

До успіху свята причинилися члени Громадського Комітету, до якого входить багато союзнок 56-го Відділу СУА: Рома Гуран, Віра Боднарук, Анна Мацілінська, Анна Марія Сусла, Галя і Віктор Лісничі, Євген і Дарія Томашоскі, Клара Шпічка та Ненсі Возна. На пам'ятку про це свято залишилася гарно опрацьована Анною Мацілінською програмка.

проф. Віра Боднарук, співголова
Гром. Комітету в Норт Порті, Флорида.

BRANCH 98 HOLDS ANNUAL MEETING

by Irene Krawczuk, Secretary



l-r: Halyna Lojko, Halyna Jakubowycz, Irene Krawczuk, Anne Miele, Orysia Jacus, Luba Bilowchtchuk, Nadia Jaworiw, Anna Krawczuk, Ksenia Rakowsky, Victoria Mischenko, Olha Basarab, Helena Blyskun.

Photo by Myron Krawczuk

UNWLA Branch 98 of Holmdel/Middletown New Jersey, held its annual meeting on February 2, 2016. Representing the UNWLA Regional Council were President Ksenia Rakowsky and Vice President Olha Basarab. Also in attendance were two new branch members, Halyna Lojko, and Helena Blyskun.

The meeting opened with a request from Branch President Nadia Jaworiw for those pre-

sent to observe a moment of silence to honor our founder, godmother, and member, Maria Polanskyj, who passed away on December 4, 2015. Anna Krawczuk then thanked everyone for their kindness, specifically for visiting Maria when she was ill, for sending cards and prayers, and for attending the funeral service for her sister.

The formal meeting followed with officers of the meeting being selected: Olha Basarab as

Presiding President and Irene Krawczuk as Secretary. The meeting agenda focused on a presentation of the 2015 reports by branch officers and committee chairs.

After the reports, Presiding President Basarab thanked the branch for its work over the past year in support of UNWLA programs and acknowledged the volunteer efforts of our members in support of the Scholarship Program. President Ksenia Rakowsky then provided an overview of UNWLA social welfare initiatives in Ukraine. She noted that the New Jersey Regional Council had succeeded in purchasing an industrial washing machine for a geriatric center with donations from N.J. branches. Ms. Rakowsky closed by emphasizing the importance of communication and also emphasized the Council's willingness to assist and support the branches in any way possible. A discussion followed about potential plans for a UNWLA-sponsored informational conference in New Jersey focusing on the Scholarship Program and Social Welfare initiatives.

Branch President Nadia Jaworiw announced that members had voted to award the

title of "Honorary President of UNWLA Branch 98" to Victoria Mischenko. Mrs. Mischenko, who served as branch president for 13 years, was presented with a certificate acknowledging her dedicated service. Two other members were honored with Certificates of Appreciation: Orysia M. Jacus, Treasurer, and Irene Krawczuk, Secretary. President Jaworiw also thanked Anna Krawczuk for her invaluable guidance and support during her first year in office. Halyna Jakubowycz was thanked for hosting the branch's very successful annual Christmas party. Accolades to the branch were offered for another notable success: Professor Alexander J. Motyl's presentation on "Ukraine: A Country at War with Russia," which was held in October 2015 at a local library and was open to the public.

The meeting was adjourned and ended on a jovial note with a celebration that has become a branch tradition. Members celebrating birthdays over the past three months were presented with a cake and were regaled with a choral rendition of "Happy Birthday" and "Mnohaya Lita."

ВІДІЙШЛИ У ВІЧНІСТЬ



ЛІДІЯ СОЯ

З великим сумом повідомляємо, що наш Анн Арборський 50-ий Відділ СУА втратив свою довголітню членку Лідію Сою. Лідія стала нашою членкою ще в 1980-х роках і прекрасно виконувала різні обов'язки: секретарка, стипендійна референтка та інші. Саме таким обов'язковим, відданим жінкам СУА завдячує свої успіхи.

Лідія народилася 28-го травня 1926-го року в Галичині, місті Тернополі. Її батько, скрипаль був учителем музики у тернопільських школах. Мати померла в дуже молодому віці і вихованням її чотирьох малих дітей займалася її сестра. Лідія піросла і почала ходити до школи, але закінчити середню освіту в Тернополі їй не вдалося, бо почалася війна. У 1943 році родина залишила батьківщину і оселилася в Німеччині, в Баварії, де було багато українських утікачів. Після капітуляції Німеччини американці створили там табори для біженців. У таборах українці відкрили школи, і Лідія не тільки закінчила там середню освіту, але займалася також музикою.

На початку 1950-х років родина емігрувала до США і оселилася в Детройті. Тут Лідія одружилася з Володимиром Соєю. Її батько дожив до кінця свого життя в родині Лідії та її чоловіка. Після одруження Лідія почала приватно вчити дітей гри на фортепіані. Коли в Детройті створився Український Музичний Інститут, Лідія стала його активною членкою. Її учні разом з нею виступали на різних громадських імпрезах. Вона також навчала музиці дітей наших союзянок.

Лідія була членкою парохії св. Михаїла Архангела в Дірборні, шт. Мічіган. Після смерті чоловіка в 2006 році Лідія жила сама. Вона померла 20-го листопада 2015-го року.

Вічна їй пам'ять!

Членки 50-го Відділу СУА, Анн Арбор, Мічіган.



«Діти – це наш дорогий скарб, це наша надія, це – Молода Україна»

Олена Пчілка

Молоденька овечка Ярка того дня встала дуже раненько. Вона поспішала якнайшвидше вийти з кошари так, щоб ніхто не помітив. Не

тому, що була неслухняною, а хотіла допомогти своєму меншому братчикові Бемчикові, який ось уже декілька днів нездужає. Вона чула, як в кошарі говорили, що братчикові допомогла б свіжа травичка, а Весни все нема та нема. Десь забарилася Весна, хоча, як почулося Ярці, що «весна вже за горами». Ось Ярка і задумала обійти найближчу гору, зустріти довгоочікувану Весну і попросити її, щоб поспішила в ці краї, де її так нетерпляче чекають.

Густий смерековий ліс зустрів молоду овечку тихим шумом, а гірська річка з вкритими льодом берегами глухим гуркотом вічно невдоволеного водоспаду. Трохи вище водоспаду Ярка знайшла місток над незамерзаючою навіть в найбільші морози бистрою річкою і в недовзі вже була на освітленій раннім сонцем лісовій галявині. Тут злякалася сірого зайчика, що раптом вистрибнув з-за кущів, бо також злякався ягнички. Правда, швиденько заспокоїлися обоє і чемно привіталися. Зайчик запитав, куди прямує Ярка лісом і чи не боїться вовків.

- Боюся, - призналася Ярка, - але мушу йти заради хворого братчика, та й самій вже довга зима обридла. Йду просити Весну, щоб завітала чимскоріш.

- Мені теж вже набридло гризти кору та жувати суху траву з-під снігу, то піду з тобою. Так вже хочеться свіжої зеленої травички! А звати мене Стрибунець, - чемно вклонився зайчик.

Вже десь вполудне до них приєднався великий олень Рогач з могутніми рогами. Дізнавшись про мету подорожі Ярки і Стрибунця, поважно промовив:

- Піду з вами, бо теж сумую за теплом та зеленою пашею, та й в пригоді вам стану, якщо зустрінемо якогось хижака. Мої роги будуть для нас всіх добрим захистом.

- Не говорім про хижаків, - вступив в розмову Стрибунець, бо народна приказка каже: «Не викликай вовка з лісу». Краще поспішімо, бо Сонечко вже пройшло половину свого шляху, а кінця горі ще нема та й нема.



- «Про вовка промовка, а він вже тут!» - раптом скрикнув Рогач, згадавши ще одну приказку. - Ходімо швидше до найближчої скелі, що стане нам надійним захистом.

Захеканий голодний вовк Сіроманець, впершись злобними очима в розлогі гострі оленячі роги, заскиглив:

- Слухай, Рогачу, віддай мені по доброму оту ягничку. Та йди собі поки цілий. Зайця можеш собі тримати, бач, як він схуд за зиму, то який з нього наїдок. А як не віддаш, то зараз голосно завию, збіжаться мої побратими, то й тебе, дурню, схрупаємо разом з копитами...

Але раптом Сіроманець перервав свої погрози, підібрав хвоста під себе і щодуху дременував в гущавину лісу. Тепер і до чуйного слуху Стрибунця теж долинув далекий гавкіт. А вже невдовзі до скелі прибігли два сторожові собаки-вівчурі. Ярка від радості закекала, а Стрибунець налагодився чкурнути в найближчі кущі.

- Не бійся нас, зайчику, ми прийшли за Яркою, яка так легковажно залишила кошару. Тим негарним вчинком нам з Бурком завдала клопоту, а найбільше своїй мамі, що в сльозах чекає на її повернення, - промовив задиханий від швидкого бігу Бровко.

- Але я хотіла покликати весну, щоб братчику моєму допомогла подужати недугу, - оправдувалася Ярка.

- Твій братик вже пішов на одужання, сьогодні був доктор і виписав йому ліки, - відповів Бурко. - А тобі, добрий Рогачу, дякуємо за допомогу нашій ягничці. Бувай здоров! Будь здоров і ти, Стрибунчику. А Весна вже близько, «вже не за горами», як правдиво каже приказка.

Малюнки автора.

Святослав Левицький.

Знайди 10 відмінностей



HOW SWEET IT IS

by Ihor Magun, MD, FACP

When it comes to sweeteners, many of us view things as a choice of color—pink, blue, yellow, white/green, or white. You know what I mean, right? So what exactly are the differences between those colored packets and what should one know about each of the sweeteners they hold? A color guide might help.

Pink: Marketed as Sweet’N Low, saccharin is a chemical sweetener that was first made in 1878. It was not until 1957 that this product began to be used commercially. One packet is equivalent to two teaspoons of sugar. For a time, there was some controversy regarding the possible carcinogenic effect of this sweetener, but this connection has been ruled out. Saccharin is not metabolized by the body and is excreted unchanged. Saccharin is still added to some beverages and used for sweetening toothpaste. It has a very long shelf life and a characteristic sweet taste.

Blue: Aspartame, marketed as Nutrasweet, is another chemical sweetener. It is two hundred times sweeter than sugar. Aspartame was first manufactured in 1965, and like saccharin, also sparked medical controversies regarding possible risks of cancer. These risks have not been proven, and the product is safe for consumption. It is important to know, however, that individuals who have a medical condition known as phenylketonuria cannot use this product. Aspartame is extensively added to many carbonated beverages, water products, and cereals. Because of its chemical structure and chemical instability at high temperatures, it is not used for baking. It also has a characteristic sweet taste.

Yellow: Sucralose, marketed as Splenda, is an artificial sweetener that was first introduced in 1998. Like the sweeteners described above, it contains no calories. Despite the fact that this is not a natural sweetener, it is suitable for cooking and baking. In recipes, it can be used as a substitute for granulated sugar.

White/green: Truvia, the most recent addition to the sweetener block is made from erythritol (a sugar alcohol present naturally in various fruits), stevia leaf extract, and natural flavors. Because fruits contain only small amounts of erythritol, it

is difficult to produce Truvia in large quantities. For this reason, Truvia is manufactured by processing corn with yeast fermentation to produce glucose, which is then further processed into erythritol. There has been some concern about claims that Truvia “comes from sugar” because unlike other no-calorie sweeteners, this one is not “chemically” manufactured and therefore does come, albeit indirectly, from “fruit sugar alcohol.” The concern is unwarranted; one packet is equal to two teaspoons of sugar and still has no calories.

White: Table or granulated sugar is naturally occurring sucrose. During digestion it breaks down into fructose and glucose. It is extracted naturally from sugarcane and sugar beets. There are no chemical manufacturing procedures. One teaspoon averages about sixteen calories.

Gold: Honey as a sweetener should also be mentioned here. It is made by bees from flower nectar and is then processed naturally for the market. It has the same sweetness as granulated sugar with a slightly higher caloric yield (approximately twenty-one calories per teaspoon). The sweetness of honey comes from fructose and glucose. It has a very long shelf life and is available in many different types.

So what are we to make of this information? In my view, it all comes down to common sense. We all need to cut back on sweeteners and limit the use of any type—whether natural or chemical. I recommend choosing beverages that contain neither sugar nor artificial sweeteners. Instead, enhance the flavor of water with natural additives such as lemon or lime. The trick is to gradually train our taste buds to lighten up on that sweet stuff. A further recommendation is to be as natural as possible and work at forgoing the “artificially produced” sweeteners as much as possible. Individuals with special medical concerns like diabetes and other diseases should follow some similar rules but may need to be guided more by what product will give them better glucose control.

Now that you have some color-coded information about sweeteners, it will be easier to make the right kind of “sweet” choices!



MASHA ARCHER

extraordinary jewelry

'maria muchin'

Available at...

Ukrainian Museum Gift Shop
222 East 6th Street
New York, NY 10003
212-228-0110 • 212-228-1947

Saks Fifth Avenue
1001 State Street
Santa Barbara
805-884-9997

Available online...

www.masha.org
RubyLane / mashaarcher
Etsy / MashaArcher
Ebay / mashabay

come and view this fabulous collection...

visit www.masha.org for more venues and trunk show updates



san francisco • 415.861.8157
www.masha.org • masha@masha.org

THE NATIONAL BOARD OF THE UKRAINIAN NATIONAL WOMEN'S LEAGUE OF AMERICA, INC.

HONORARY PRESIDENTS

Anna Krawczuk, Iryna Kurowyckyj

Marianna Zajac – President

EXECUTIVE COMMITTEE

Roma Shuhan	– 1st Vice President
Christine Boyko	– 2nd VP – Membership
Sophia Hewryk	– 3rd VP – Culture
Roksolana Misilo	– 4th VP – Public Relations
Iryna Buczkowski	– Recording Secretary
Daria Drozdovska	– Corresponding Secretary
Zoriana Haftkowycz	– Communication/Media Secretary
Oksana Antonyuk	– Treasurer
Vera N. Kushnir	– Financial Secretary
Mariya Andriyovych	– Member-at-Large
Oxana Dats	– Member-at-Large

STANDING COMMITTEES

Lidia Bilous	– Social Welfare Chair
Sviatoslava Goy-Strom	– Education Chair
Chryzanta Hentisz	– Arts and Museum Chair
Anna Krawczuk	– Scholarship/Student Sponsorship Program Chair
Olha Drozdowycz	– Archives Chair
Ola Movchan Novak	– Members-at-Large Chair

REGIONAL COUNCILS

Vera Andrushkiw	– Detroit
Halyna Henhalo	– Philadelphia
Halyna Romanyshyn	– New York City
Xenia Rakowska	– New Jersey
Dozia Krislaty	– Ohio
Lubomyra Kalin	– Chicago
Gloria Horbaty	– New England
Maria Cade	– New York Central
Orysia Nazar Zynycz	– Co-Liaisons for Branches-at-Large
Olya Czerkas	

AUDITING COMMITTEE

Oxana Farion	– Chair
Maria Tomorug	– Member
Renata Zajac	– Member
Jaroslawa Mulyk	– Alternate
Oksana Skypakewych Xenos	– Parliamentarian
Lidia Slysh	– Editor-in-Chief of <i>Our Life</i>
Tamara Stadnychenko	– English-language editor

**СТИПЕНДІЙНА АКЦІЯ СУА
UNWLA, INC. SCHOLARSHIP /
CHILDREN-STUDENT SPONSORSHIP PROGRAM**
171 Main St., P.O. Box 24, Matawan, NJ 07747-0024
Phone / Fax: 732-441-9530

УКРАЇНСЬКИЙ МУЗЕЙ / THE UKRAINIAN MUSEUM

222 East 6th Street, New York, NY 10003
(212) 228-0110 • Fax (212)228-1947
E-mail: info@ukrainianmuseum.org
Website: www.ukrainianmuseum.org



“УКРАЇНСЬКІ ВЗОРИ” – серія 1, ст. 9 – “UKRAINIAN DESIGNS.”
Взори з жіночих сорочок Сокальщини.