

РІК LXXIII, Ч. 4

КВІТЕНЬ – 2016 – APRIL

№ 4, 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 КВІТЕНЬ Ч. 4

Головний редактор – Лідія Слиж
Англомовний редактор – Тамара Стадниченко

Редакційна колегія:

Маріянна 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 APRIL № 4

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

Лідія Слиж. Чорнобильське відлуння.....	1
Ліна Костенко. Атомний Вій опустив бетонні повіки	1
Маріянна Заяць. Ділимося вістками та думками	2
Людмила Порохняк-Гановська. До 30-ої річниці Чорнобильської катастрофи.	4
Лідія Слиж. Всеукраїнська акція солідарності чорнобильців.....	5
Вітаємо нових членок.....	6
Петро Іванець. ...їх будить Бог, вони вже будять світ	7
Святослава Гой-Стром. Гердан.....	10
Галина Яблонська. Вірш, присвячений Надії Савченко	11
Nadia Deuchakivsky. A Review of Serhii Plokhys "The Gates of Europe: A History of Ukraine"	12
Marianna Zajac. Sharing Thoughts, News & Views	13
Микола Галів. «Я не емігрувала, щоб жити, але щоб працювати для України та нашої Церкви».....	15
Лідія Слиж. Валентина Протопоп – талант від Бога.....	16
Святослава Гой-Стром. Наше коріння і крила	18
Наша обкладинка / Our Cover	19
Доброчинність	20
Відійшли у вічність	23
Діяльність округ і відділів СУА	24
Ihor Magun. Let's Go Healthy Shopping	32
Святослав Левицький. Чи розумієш ти свого котика?	34
Наше харчування	36

На обкладинці: Роксоляна Лучаковська Армстронг. «Діти Чорнобиля». Папір, акварель.

On the cover: Roxolana Luczakowsky Armstrong. *Children of Chornobyl*. Watercolor on paper.

- Редакція не завжди поділяє позицію авторів.
- Редакція дотримується правопису Г. Голоскевича.
- Передруки і переклади матеріалів дозволені за письмовою згодою редактора.
- За точність викладення фактів відповідає лише автор.
- Рукописи, які не були замовлені редакцією, не повертаються.
- Редакція зберігає за собою право на мовне редагування і скорочення матеріалів.
- **ПРОСИМО НЕГАЙНО ПОВІДОМЛЯТИ АДМІНІСТРАЦІЮ ПРО ЗМІНИ АДРЕСИ – ЗМІНИ РОБИМО БЕЗКОШТОВНО.**
- **Посмертні згадки та знімки поміщуємо безкоштовно.**
- Просимо авторів присилати статті до **10 числа місяця.**
- Просимо авторів подавати свої **контактні інформації** зі статтями, щоб редакція могла до Вас звернутися в разі потреби.

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 2015 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.

ЧОРНОБИЛЬСЬКЕ ВІДЛУННЯ

Тридцять років минуло від того страшного дня 26 квітня 1986 року, а пам'ять людська зберігає все до найменших подробиць. Надто вражаючими і болючими були події тих весняних сонячних днів.

Вибух на Чорнобильській АЕС – подія, що стала, за визначенням ООН, «найбільшою ядерною катастрофою в історії людства». Чорнобиль – явище планетарного масштабу, яке вплинуло на долі мільйонів людей. Чорнобильська катастрофа порушила фундаментальні основи людства в духовному, соціальному, економічному та медичному аспектах. Проблеми, які вона породила, з роками не зникають. Чорнобильський вибух дорівнює 500 атомним бомбам, скинутим на Гірошіму. Чорнобильська аварія призвела до безпрецедентного опромінення населення України, Республіки Білорусь та Російської Федерації. Вплив Чорнобильської катастрофи відчули на собі Швеція, Норвегія, Польща, Великобританія та інші країни.

Вже тридцять років Україні доводиться розплачуватися за рахунками, яких вона не підписувала, і спокутувати гріхи, яких вона не вчиняла. Її громадяни ціною свого життя та здоров'я захистили багато країн Європи від «Атомного Вія». 600 тис. чол. ліквідували наслідки Чорнобильської катастрофи.

Пам'ятний обеліск у Чорнобилі з відлитими у бронзі і бетоні мужніми поставами пожежників та працівників ЧАЕС і символічним написом на ньому **"Тим, хто врятував світ"** – довіку бентежитиме серця вдячних нащадків.

Лідія Служ, гол. редактор.

Ліна Костенко

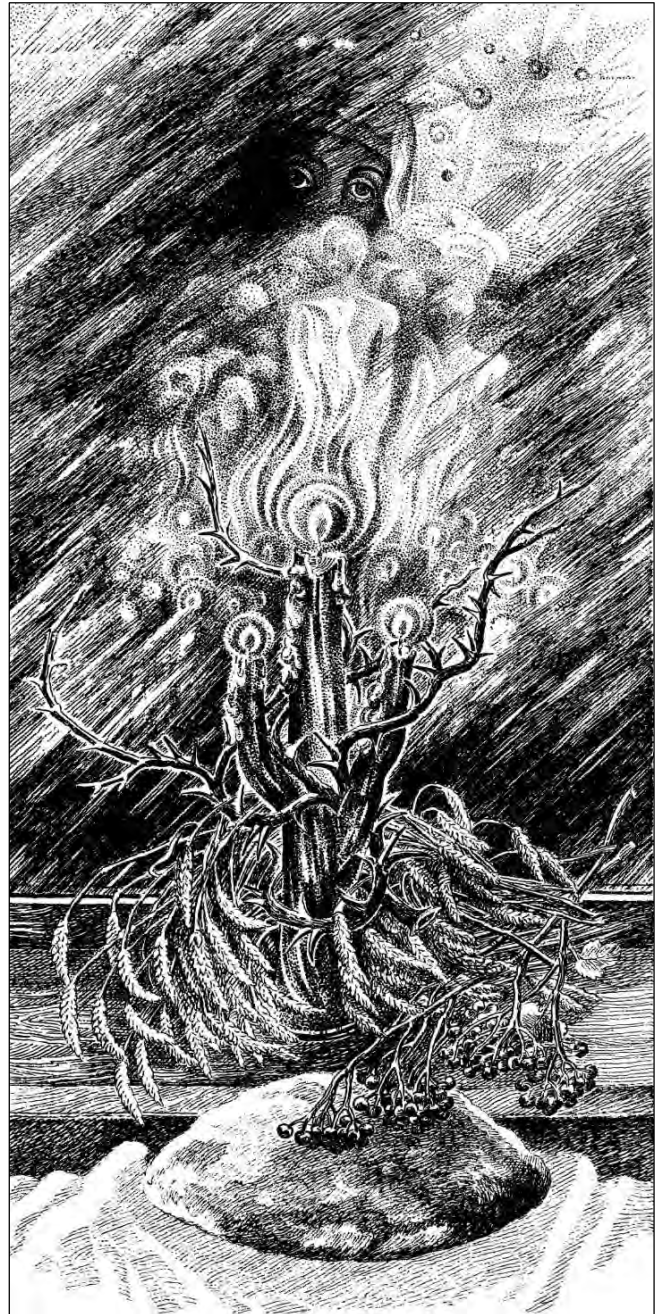
Атомний Вій опустив бетонні повіки.
Коло окреслив навколо себе страшне.
Чому Звізда-Полин упала в наші ріки?!
Хто сів цю біду, і хто її погне?

Хто нас образив, знівечив, обжер?
Яка орда нам гідність притоптала?
Якщо наука потребує жертв –
чому ж не вас вона перековтала?!

Загидили ліси і землю занедбали.
Поставили АЕС в верхів'ї трьох річок!
То хто ж ви є, злочинці, канібали?!
Ударив чорний дзвін. І досить балачок.

В який лісах іще ви забарложені?
Що яничари іще занапастять?
І мертві і живі і ненароджені
Нікого з вас довіку не простять!

Валентина Протопоп. «Чорнобиль», графіка.





Тридцять років тому, 26 квітня, на долю українців випала трагедія вибуху на Чорнобильській атомній електростанції. Прагнучи в будь-який можливий спосіб допомогти, українська діаспорна спільнота згуртувалася, щоб підтримати жертви цього лиха як морально, так і через матеріальну допомогу, яка включала медикаменти, їжу й одяг. Натомість, ця спільнота напговхнула на стіну замовчування і впертих заперечувань з боку українського уряду.

Головними емоціями в цей сумний і важкий час були страх, гнів і розчарування. Як висловився директор Українського музею-архіву у Клівленді, Андрій Фединський, «Чорнобиль нагадує нам, що політика і стратегія переплітаються, а керівництво завдячує своїм існуванням народові».

Справедливо буде сказати, що це підтверджується сучасною ситуацією в Україні, тому що українська діаспора знову переживає ті самі емоції страху, гніву і розчарування у відповідь на загальний стан українського народу. Одним із болісних прикладів таких викликів перед Україною є незаконне ув'язнення Надії Савченко в сусідній Російській Федерації.

Перед тим, як написати ці рядки, у мережі Фейсбук я послухала виступ Марії Савченко (матері Надії Савченко) на українському телебаченні, де вона благала всіх, хто її слухав, щоб її дорога донька опинилася на свободі. Марія Савченко, яку я вперше зустріла в Нью Йорку, а тоді знову в Києві у грудні, повідомила, що руки її дочки від ліктів до кінчиків пальців холодні і сині, її кісточки і ступні набрякли. Сама, будучи мамою, я була шокована тим, що чую. І я не одна: страх, гнів і розчарування через таку несправедливість переповнюють українців і порядних людей по всьому світу.

СУА є членом комітету діаспори, який відповідальний за плянування відзначення роковин Чорнобиля – події, що відбудеться при ООН. Водночас, наша організація продовжує постійну підтримку світового руху задля звільнення Надії Савченко!

СУА продовжує діяти, зростати і розвиватися у відповідь на виклики перед Україною та українцями. Огляд наших нещодавніх та поточних заходів презентуємо нижче.

КАЛЕНДАР ПОДІЙ



*В Стипендійному бюро СУА, Матаван, Н. Дж.
Зліва: Надя Яворів, Вікторія Міщенко, М. Орися Яцуць, Люба Більовицук, Анна Кравчук.
Сидить Маріянна Заяць, голова СУА.*

27 січня Зустріч із Почесною головою СУА Анною Кравчук і членами комітету Стипендійної акції у їхньому бюро в Матавані, Нью Джерзі. У зв'язку з передчасною смертю нашої дорогої референтки стипендій Марії Полянської пані Кравчук ласкаво погодилася очолити цю акцію аж до Конвенції СУА у травні 2017 року.

31 січня Хрещення 136-го Відділу у м. Нейплс, Флорида. Це була дуже багатолюдна і добре зорганізована подія, сповнена позитивної енергії і різних плянів на майбутнє. Вітаємо голову 136-го Відділу СУА Наталію Сантарсієро і всіх членок 136-го Відділу СУА!

2 лютого Беручи участь у сходинах 56-го Відділу СУА в Норт Порт, Флорида я поділилася деякими з моїх вражень від візиту до України (основні моменти візиту я виклала у минулому числі «Нашого життя»).

13 лютого З нагоди 25-ліття 56-го Відділу СУА відбувся урочистий бенкет, який підкреслив виняткові досягнення цього найбільшого в СУА відділу. Вітаємо голову цього відділу Анну Марію Суслу і організаторку святкування, Почесну членку СУА Лідію Білоус.

20 лютого Щомісячне засідання Екзекутиви СУА в домівці СУА в Нью Йорку.

22 лютого Новопризначений Постійний представник України при ООН Посол Володимир Єльченко разом з діаспорою організували особливу подію – «Україна святкує Міжнародний день рідної мови в ООН», в якій брали участь представники СУА.



Зліва: Ксеня Раковська, Марійка Андрійович, Роксоляна Мисило, Володимир Єльченко, Ірина Єльченко, Рома Шуган.



Учасники Окружного з'їзду СУА Нової Англії.

28 лютого Річний з'їзд Округу СУА Нова Англія (який перенесли з 2015 року). Новообраною головою Окружної Управи стала колишня перша заступниця голови СУА Уляна Зінич. Щиро дякуємо Глорії Горбатій за багаторічну працю і відданість цій окрузі СУА!

7 березня Щомісячне засідання Управи Українського музею, в якому брали участь представниці СУА.

9 березня СУА брав участь у акції за звільнення Надії Савченко на Площі Колумба у Нью Йорку; вільна членка Екзекутиви СУА Марія Андрійович виголосила слово від СУА і слово голови СУА.

10 березня Співзв'язкова Далеко Віддалених Відділів СУА Оля Черкас провела прес-конференцію з відділами, що знаходяться у її розпорядженні, щоб обговорити актуальні проекти і виклики та відповісти на можливі питання

(Фінікс, Арізона; Атланта, Джорджія; Денвер, Колорадо; Баффало, Нью Йорк; Сан-Гозе, Каліфорнія; Лос Анджелес, Каліфорнія; Гюстон, Техас; Сент Пітерсбург, Флорида; Нейплс, Флорида).

13 березня З такими ж завданнями співзв'язкова Далеко Віддалених Відділів СУА Оріся Зінич провела прес-конференцію з відділами, за які вона відповідає (Маямі, Флорида; Піттсбург, Пенсильванія; Рочестер, Нью Йорк; Норт Порт, Флорида; Сиракузи, Нью Йорк; Баффало, Нью Йорк; Рочестер, Нью Йорк).

13 березня Голова СУА підписала договір з Українською Католицькою Освітньою Фундацією щодо започаткування Інституту психічного здоров'я як частини реабілітаційної програми при Українському католицькому університеті (деталі будуть у травневому числі «Нашого Життя»).

*Бажаємо Вам і Вашим близьким
надій на нові почини, любові і щастя у цей радісний Великодній час!*



Людмила Порохняк-Гановська,
доктор медичних наук, професор,
Голова Національної Ради Жінок України

ДО 30-ОЇ РІЧНИЦІ ЧОРНОБИЛЬСЬКОЇ КАТАСТРОФИ

Для людства Чорнобиль – це не тільки біль минулого, а й проблема сьогодення і виклик майбутнього. Результати наукових досліджень дозволяють сформулювати основні закони Чорнобиля.

1. Після аварії на ЧАЕС народжуються не всі, хто мав народитися.
2. Реальні наслідки аварії на ЧАЕС для популяцій людини будуть доступні для аналізу 2025 - 2026 рр., так як покоління, що потрапило під прямий вплив радіації, тільки почало заводити сім'ї і народжувати дітей.

На всіх вікових етапах здоров'я нащадків ліквідаторів та людей, переселених з зон радіаційного контролю характеризується поєднаним ураженням різних органів і систем, високою частотою психічних і соматичних (фізичних) розладів, вроджених вад розвитку. На одну дитину з сім'ї чорнобильців доводиться в середньому 6-7 захворювань проти 3-4 в групі порівняння.

Серед захворювань нервово-психічної сфери, які займають домінуючу позицію, провідними були ознаки вегетативної дисфункції, які частіше реєструвалися у дівчаток, починаючи з 13 (у 72%) і до 18 років (у 91,7%). Формування здоров'я дітей проходило в особливих умовах мікросоціуму «постчорнобильської сім'ї»; розвиток психопатологічних змін з проявами мозкової дисфункції спостерігалось у 34% проти 8% у дітей без радіаційного анамнезу.

При характеристиці соматичного здоров'я даного контингенту звертало на себе увагу, що вже у 9-річних дітей стрімко збільшувалася поширеність хронічної патології. Більш, ніж у половини хворих (57,9%) хронічні захворювання відповідали стадії суб- або декомпенсації. На всіх етапах спостереження серед соматичних захворювань домінували хвороби органів травлення, займаючи до 25,0%, а рівень їх поширеності перевищував в 1,2-2,5 рази показники групи порівняння.

Хвороби нервової системи, крові та кровотворних органів, органів дихання частіше реєструвалися у хлопчиків. З 14 років

соматична патологія переважає у дівчат. Перш за все це стосується захворювань органів травлення та сечостатевої системи. У 16-18-річному віці відбувається погіршення їх стану здоров'я в результаті триваючої трансформації функціональних розладів в хронічні захворювання.

На початку березня 2016 року від Національної Ради Жінок України ми записали відео з трьома жінками, чоловіки яких працювали на ЧАЕС і після 26 квітня 1986 року родини були переселені до Києва у великий будинок на Троєщині, де всі 350 квартир віддали таким родинам. Через 30 років після переселення в жодній квартирі 65-квартирного під'їзду вже не було чоловіків – самі вдови та діти.

Діти виросли, але здоров'я їх практично не дозволяє працювати – на першому місці депресії та інші нервово-психічні розлади. Це заважає їм створювати родини і живуть вони з працюючими ще матерями (повинен бути в родині годувальник). На три жінки старше 60 років є лише одна онука.

Пригадують ту ніч, коли “ніби сонце все осяяло”, години, які вони стояли біля зачинених вже під'їздів будинків, був сильний вітер, пил підіймався вище зросту людини, діти бігали навколо, чекаючи, доки приїдуть автобуси, щоб вивести їх кудись на три дні (так їм казали). Ці три дні розтягнулись на тридцять довгих років. Їм допомагали адаптуватись добрі люди, але досі згадується рідна оселя в місті Прип'ять, що вже поросло деревами по вулицях та на дахах напівзруйнованих будинків. Місто, яке пішло в небуття через чиюсь прикру помилку чи то при плануванні, чи при експлуатації, чи при проведенні експериментів на атомній станції. Яка була сила вибуху четвертого реактора? Скільки було викинуто радіоактивних речовин в атмосферу, скільки їх залишилось в руїні, над котрою будують саркофаги?

Вже чоловіки пішли в кращий світ, а жінки все міркують, чому ніхто досі не відповідає на їхні питання, не вчиться на гіркому досвіді. Де відповідальність за зруйноване

людське життя, зруйноване здоров'я дітей, відсутність онуків?

Жінки живуть, як одна родина, підтримують одна одну, створили організацію "Чорнобильські діти".

...Допомагають Валентині купувати дорогі мазі, якими вона змушена змащувати руки і ноги, аби була змога ходити і працювати. Виразки не загоюються 30 років, – з того часу, як її, вагітну три місяці, в босоніжках послали вантажити пісок для гелікоптерів, щоб скидати на палаючий

реактор. Дитину вона втратила, а виразки на тілі залишилися до цього часу.

...Допомагають Тетяні в спілкуванні з сином, депресія якого не дає заснути матері. Вона викладає французьку мову в школі, читає, яку може, літературу, шукає виходу з важкої хвороби для дитини.

...Допомагають Світлані перемогти, здавалось, невиліковну хворобу свого сина і власну злоякісну пухлину.

І вірять в чудо, що дочекаються ще онуків, і ці онуки будуть здоровими.

Всеукраїнська акція солідарності чорнобильців

Під такою назвою 23 березня ц.р. в Києві заплановано провести велелюдну акцію, в якій візьмуть участь чорнобильці (а такий статус мають в Україні понад два мільйони осіб), представники влади та небайдужі громадяни України.

Хоч 17 березня ц.р. Верховна Рада України ухвалила Закон «Про внесення змін до Закону України «Про статус і соціальний захист громадян, які постраждали внаслідок Чорнобильської катастрофи», але він не дає відповідей, які накопичувались роками у постраждалих від атомного вибуху реактора на Чорнобильській АЕС. Уряд має розробити комплекс конкретних і дієвих заходів, щоб зняти соціальну напругу серед постраждалих.

Чорнобильці – це велика армія людей, серед яких більше половини дітей та хворих і немічних людей поважного віку, які проживають у віддалених селах без найнеобхідніших благ цивілізації... З 30-ї річниці трагедії для них має розпочатись новий відлік часу, новий етап чесного і предметного діалогу з владою, адже вони не хочуть чогось неймовірного – їхні вимоги прості і справедливі: гідне життя і соціальний захист у власній державі, лише те, що гарантовано Конституцією.

Щоб привернути увагу влади до невирішених проблем чорнобильців, громадські чорнобильські організації України об'єднали зусилля і опублікували «Звернення до чорнобильців України», в якому закликали всіх небайдужих взяти участь 23 березня в акції солідарності чорнобильців. «Напередодні 30-х роковин Чорнобильської трагедії, – говориться зокрема у цьому документі, – ми сподівалися, що влада зробить все можливе щодо конкретних заходів з вшанування подвигу ліквідаторів та поновлення законних прав постраждалих, які сама ж влада й порушила. Зокрема, сумнозвісним Законом №76 від 28 грудня 2014 року, всупереч вимогам Конституції України, було позбавлено будь-якого захисту кілька сотень тисяч постраждалих, у тому числі дітей, фактично беззахисними залишилися учасники ліквідації аварії Чорнобильській АЕС 2-ї і 3-ї категорій. Скасована система забезпечення чорнобильців належним житлом. Інваліди, у тому числі діти, ліквідатори, інші постраждалі не можуть придбати життєво необхідні ліки за свої жалюгідні пенсії, які не лише не проіндексовані відповідно до зростання вартості життя, але й оподатковуються. Сьогодні більшість інвалідів і ліквідаторів, які є захисниками Вітчизни, страждають від цілої низки важких захворювань, вони щоденно змушені виборювати своє право на життя.» Підписав це Звернення Президент Всеукраїнського Громадського Об'єднання Інвалідів «Союз Чорнобиль України» Володимир Войтов.

А депутат ВР Володимир Арешонков прокоментував, що «Всеукраїнська акція солідарності чорнобильців – це накопичений роками солідарний біль».

*Опрацювала Лідія Служ
(за матеріалами соціальних мереж)*



TO OUR NEW MEMBERS: *Welcome!*

BRANCHES-AT-LARGE

- 38 LOLITA CLOUSER
- 38 IULIIA GIOVANELLI
- 38 OKSANA SAWCHUR-AICOLINO
- 49 MARIA NEFF
- 56 LYUBOW CHASTO
- 56 LUBA CHASTO
- 56 LUBA PETRIV
- 56 LARYSSA ZALIZKO
- 107 YULIYA LAVRIV
- 107 IRENA NEDASZKOWSKY
- 107 SOFIA SAMPARA STETSKIV
- 107 OLGA VOSE
- 111 OLENA BANATCHENKO
- 111 RUSLANA MELNYK
- 111 VIKTORIA MIZIUK
- 118 NICOLE DIJAK
- 118 IRYNA PETROVSKA MARCHIANO
- 118 IRYNA PANKIEWICZ
- 118 CHRYSZIA ZOBNIW
- 124 ARA BOSZKO
- 124 NATALIA BOSZKO
- 124 MARIYA LIPYNSKY
- 124 JENNIFER RUDOLPH
- 124 ZORIANA VORYK
- 124 MARIA WORSLEY
- 136 NELLY BOND
- 136 NATALIA KITT
- 136 OLENA KUKUSHKIN
- 136 GALYNA KULYK
- 136 LARISSA LUCENKO
- 136 NADIA OPARISTA

MEMBERS AT LARGE

- OLENA DANYLYUK
- VICTORIA MALKO

DETROIT REGIONAL COUNCIL

- 50 IRYNA BONDARENKO
- 76 LESYA LAPSHYNSKA
- 76 NADIYIA SHEFFERLY
- 76 GALYNA TONIYEVYCH
- 76 OLGA TRYSHNIVSKA
- 115 LILY LITYNSKYJ

NEW ENGLAND REGIONAL COUNCIL

- 73 IVANNA KREKHTYAK
- 73 MARIYA NYKOLYUK
- 73 MARIA PYVOVARCHUK
- 73 BOHDANA STANISLAVSKA

NEW YORK REGIONAL COUNCIL

- 21 OLHA BAYRAK
- 21 VIRA DOVHAN
- 21 VIKTORIYA LOZOVSKA
- 21 MARIA MERVA
- 21 ROKSOLANA SEMCHUK
- 21 NADIA SEMCHUK
- 21 HALYNA SOLYAK
- 21 NADIA SONIAK
- 21 NATALIA SVYSTUN
- 30 LYUDMYLA HALAY
- 30 GALINA LIANNA
- 64 BOHDANNA DANKIV
- 64 NATALIE DANYSH
- 64 VOLODYMYRA HANKEWYCH
- 64 IRENE HRYHOROWYCH
- 64 ANNA ORTYNSKYJ
- 64 LYDIA PROKOP
- 64 VALENTYNA VOYTSEKHIVSKA
- 125 MARIA SHUN
- 125 NADIYA SOLOMYANA
- 125 BOHDANA ZHUKOTAWSKA

OHIO REGIONAL COUNCIL

- 8 NANCY STECYK
- 130 TETIANA ANTOSHCHUK
- 130 CHRISTINA KACHALA SHANDOR
- 130 OKSANA KOSTYUK
- 130 NATALIYA KRISLATA
- 130 MARIYA LAPKA
- 130 OKSANA LUTYJ
- 130 IVANNA MERDAK
- 130 OKSANA MUKHA
- 130 NATALIYA ONYSKO
- 130 TETIANA ROZHONOVA
- 130 VIRA SADOVA
- 130 MARIYA TRUSHYK
- 130 NATALIYA ZAKHARKO

PHILADELPHIA REGIONAL COUNCIL

- 13 DONNA GIRTON
- 43 IVANKA CHREPTAK
- 43 VERA JARYI
- 43 RITA KEELEY
- 43 STEFANA PERONG
- 128 OLEXANDRA YANIS

NEW JERSEY REGIONAL COUNCIL

- 75 KAREN CHELAK
- 98 HELENA BLYSKUN
- 98 HALYNA LOJKO
- 98 HELEN PAWLENKO
- 134 TANIA DULYN
- 134 RENATA HANCHUK
- 134 MIROSLAWA JAROSZAK
- 134 TALIA PAWLUK
- 134 DARIA RUZICKA
- 134 OKSANA SHYPRYKEVYCH
- 135 ANDREA WERNYJ
- 135 OLIA LYTVYN
- 137 LYUDMILA RABIJ



...ЇХ БУДИТЬ БОГ, ВОНИ ВЖЕ БУДЯТЬ СВІТ

«...Стремлінням і нашою працею є боротьба зі злом...»

(Митрополит Андрей Шептицький.
Із Пастирського послання до духовенства
«Наша Програма». 1899 р.)

Коли отримав таке завдання від народного депутата України сьомого скликання Василя Пазиняка, враз усвідомив, що писати про отця-митрата Петра Зеленоуха мені дуже і дуже складно. Ще складніше, ніж про себе. Направду складніше. Хоч і знаю його з кінця 80-х – початку 90-х минулого століття, з перших львівських мітингів. А, особливо, з часу, коли став головою Немирівської селищної ради й мав великі проблеми через гостре міжконфесійне протистояння в селищі.

Його ж численні добрі, сподвижницькі справи мені відомі чи не усе моє свідоме життя. І писав про них в районній та в обласній періодиці (коли працював в районній газеті) не раз і не десять разів. Й на Помаранчевій революції ми були разом з її початку і до закінчення (я зі своїми братами й із, ще зовсім юними дітьми та племінниками, а він – з такими ж онуками), рівно ж – і на Революції Гідності, і на десятках різноманітних патріотичних всеукраїнських та регіональних заходів... Усе ж написати, хоч більш-менш виразний, словесний портрет цього, воістину невтомного, навіть, легендарного духовного провідника нашого яворового краю, відомого на теренах усієї України, принаймні, не просто. Боюся, чи вистачить слів та уміння. А ще, попросту, не знаю, з чого почати. Бо, як мовиться, чим більше знаєш, тим більше усвідомлюєш, що знаєш дуже мало...

ОДНОДУМЦІ З ПАПОЮ РИМСЬКИМ

Коли весною 1989 року на святій аудієнції у Папи Римського Івана Павла II отець Петро попросив часточку Святих Мощів для Антимісу, той, усміхнувшись, відповів: «Сину мій, дам тобі стільки, скільки захочеш...». І, разом з тим зауважив, що кожна грудочка землі української є Святим Антимісом, бо так рясно скроплена вона гіркими слізьми і людською кров'ю.

– Почувши ці, воістинно справедливі слова від Святійшого Отця, – згадує о. Петро Зеленоух – я невимірно втішився, бо думав так, як він. І нині переконаний в цьому. Бо жодна інша держава світу не має стільки героїв, які



Отець Петро Зеленоух (з хрестом) у Верховній Раді України.

загинули за її незалежність, як наша, знедолена і розтерзана за минулі століття, Україна. Бо жоден інший народ не настраждався стільки, як наш український. Бо я й сам так натерпівся за рідну землю і за Греко-католицьку Церкву, що вистарчило б на десятиях.

У цих словах отця Петра гірка і свята правда. Натерпівся і він, натерпілася і його багатодітна сім'я. За довгі роки підпілля УГКЦ дісталася від тогочасної влади й від КГБ і близькій, і далекій родині. Але ніхто не нарікав. Дружина – нині уже, на жаль, покійна, їмость Ірина була вірним соратником в усіх його підпільних справах, допомагала, чим і як могла. Діти, а їх, малолітніх, було шестеро, вірили у святу справу батька. Як правило, не зраджували свого сміливого пастиря-підпільника і вірні. Хоч всяке траплялося...

Сам же о. Петро, згадуючи численні арешти, приниження та побиття не тримає зла ні на кого. Давно простив і тим, хто здавав, і тим, хто арештовував, і тим, хто, бив-знущався. Більшості із них вже нема на цьому світі, сказав якось усміхаючись, а я й далі служу Церкві і вірним. А тих, хто загнав нас у підпілля, хто жорстоко знищував нашу віру, бо вигнав Бога із серця свого, нехай Бог і судить.

Немає прощення лише тим, вважає отець Петро Зеленоух, хто нині (прислугуючи Мамоні чи й самому дияволу) розвалює із середини і багатостраждальну УГКЦ, й інші Християнські Церкви, хто паплюжить саму Християнську Мораль. І таких в середовищі нинішнього духовенства усіх Українських Церков, переконаний отець Петро, нажал, немало. Заробітчанство і новітнє фарисейство принижує, а то й убиває Віру Христову... А ще Митрополит Андрей Шептицький нагадував нам, що «...як зрада проти Батьківщини, так і



Зліва: Петро Іванець, Маріянна Заяць, о. Петро Зеленох і його дочка Петронеля.

зрада святої Церкви... є мерзенним злочинном...», аргументує він свої переконання. (Ці слова Митрополита Андрея є у його Пастирському посланні «До Української Молоді». Львів. 1939. – *Авт.*)

Зважаючи на штучно спровоковане і церковниками, і «п'ятою колоною» Москви, жахливе міжконфесійне протистояння, яке буквально потрясло Україну, особливо її західні області, в 90-х роках минулого століття, а також на підтримку Московським Патріархатом загарбницької політики «путінської» Росії, на ненависницьку, антиукраїнську політику його служителів і прислужників на сході та півдні України, а, віднедавна й на Закарпатті, не погодитися з отцем-митратом Петром Зеленохом, направду, важко...

ЯКБИ СТАРА БРАМА ВМІЛА ГОВОРИТИ...

Обійстя отця Петра у Порудному (нині Калинівка), в якому довгий час мешкала уся його багатодітна сім'я, маєтком не назвеш. Звичайна сільська хата, яку у свій час взявся переобладнувати-перебудувати-осучаснювати син Андрій – художник Львівського, а відтак Київського оперних театрів. Не перебудував, не встиг... На Великдень 2012 року в, за ледве 50-літньому віці відійшов у кращий світ. Він був гордістю родини і мав багато друзів. Бо був не штучним, а яскравим і виразним. А ще – високоерудованим, талановитим художником та непересічним співаком. І патріотом...

... Але нині не про Андрія, хоч я також довго за ним сумував і, навіть, на поминках читав в його пам'яті прощальний вірш «...А я заздрю Тобі, Андрію». Нині ж про те, що лише Богу відомо, як отець Петро переніс цю, надзвичайно важку для нього, втрату. А також про те, що його житловий будинок так і залишився недобудованим. Більше того, навіть дах будинку, який катастрофічно протікав, отець, з допомогою друзів, перекрив аж восени 2013-го, напередодні, як виявилось згодом, Революції Гідності.

Натомість у місцевому храмі Василя Великого, настоятелем якого є отець Петро, панують добротність, порядок і високий смак й витає ДУХ незламної віри і патріотизму. А навпроти храму – Пантеон Пам'яті Небесної Сотні, споруджений отцем Петром з допомогою активістів парохіальної громади... Як тут знову не згадати слова св. пам'яті Митрополита Андрея, 150-ліття якого ми цьогооріч святкуємо, який завжди, зокрема, у Пастирському посланні до духовенства «Про поборювання ворожої Церкви пропаганди» (Львів. 1927 р.) закликав усіх священнослужителів найперш дбати про нагальні потреби парохії, а не про свої власні.

Потреби усієї України і Віри Христової покликали отця Петра Зеленоха, попри його понад 80-літній вік, і на Революційний Майдан 2013 – 2014 років. Я, а також Владика Теодозій Івашків з Буського району Львівщини і уже згадуваний народний депутат сьомого скликання Василь Пазиняк, були на Революції Гідності з отцем Петром, як мовиться, від дзвінка до дзвінка – із 21 листопада по 24 лютого. Брالی участь чи не в усіх майданівських заходах, в численних Богослуженнях, виступали з багатьох майданівських сцен, в.т.ч. і з головної... А ще – відзначення 80-ліття Голодомору, кількаразове відвідування Биківні – місця захоронення понад ста тисяч невинно вбитих українців... За плином часу уже усього й не перелічиш. А жертовність, витримка, фізична витривалість і, здавалось, нескінченна енергія отця Петра були для усіх нас, набагато молодших від нього, безцінним прикладом. І не лише для нас – він узагалі був живим символом Революційного Майдану. Так називала його Тетяна Чорновол, яку він віншував за сміливість, привезеним з Яворівщини, короваєм із Тризубом... Так називала його Руслана. Так називали його і таким вважали усі, хто просив у нього благословення, або просто щоденно зустрічав на мокрому, засніженому, інколи розчарованому й розгубленому, але неодмінно незламному Майдані.

А, якби старенька брама, яка прикриває вхід на подвір'я його скромного сільського обійстя в уже згадуваній вище Калинівці, що на Яворівщині, могла і вміла говорити, то обов'язково згадала би, що символом нескореності українського духу, зокрема, громади нашого яворового, розточанського краю, який

дуже любили Іван Франко, Андрей Шептицький, Михайло Вербицький, Осип Маковей, Роман Шухевич, Юрій Липа..., називали отця-митрата Петра Зеленоуха (ще задовго до нинішнього новітнього відродження України) відомі дисиденти Микола Маратов, Андрій Сахаров, Йосиф Тереля, подружжя – Ірина та Ігор Калинці, брати Горині, Іван Гель, В'ячеслав Чорновіл..., які неодноразово проходили крізь її хвіртку до її господаря. Приходили, як до побратима, як до себе додому... Для В'ячеслава Чорновола отець Петро був ще й сповідником та хрестив його онуків-близнюків по сину Тарасу. А ще вони були просто друзями – довголітніми і щирими й, у значній мірі, соратниками... Але це уже тема іншої розмови чи, навіть, розлогої розповіді.

...ЙШЛИ СЕЛОМ ПАРТИЗАНИ, або СОСНА ДУБА НЕ ЗРОДИТЬ

Саме пісню львів'ян Ярослава Нудика та Сергія Самолюка «...Йшли селом партизани», яка «від народження» стала народною, ми, з братами, племінниками та друзями у 2004 році, на Помаранчевій революції, натхненно співали перед центральним входом у приміщення Верховного Суду України, коли там знайшов нас отець Петро Зеленоух. Він із, тоді ще зовсім юними, онуками саме прибув на Революційний Майдан і якимсь чином «вирахував» нас. Тоді жартував, що це пісня його привела, бо дуже її любить...

Нині онуки отця Петра – уже дорослі і є активними волонтерами. Чергова їх поїздка була до Дніпропетровська, у шпиталях якого, разом із донькою Петронелею та з, уже згадуваним народним депутатом сьомого скликання Василем Пазиняком й невеликою делегацією із Союзу Українок Львівщини, не так давно побував і їх невтомний дідусь. Сповідав та благословляв хворих, а відтак проводив Богослуження на майже двох сотнях могил невідомих захисників України на новому місцевому кладовищі, яке породила війна. Учасницею усіх тодішніх дійств о. Петра була і місцева активістка-волонтерка пані Марія, яка подружилася з усією львівською делегацією, а від отця Петра була просто в захопленні. Волею долі чи Провидіння вона була і в числі тих, хто зустрівав і проводжав цих чергових волонтерів. І, коли ті на прощання натхненно і майстерно заспівали «...Йшли селом партизани» – дуже розчулилася. А, відтак не втерпіла й зателефонувала до Василя Пазиняка та до доньки о. Петра Петронелі, з якою також дружилася, щоб поділитися враженням від почу-

тої пісні й від таких «славних хлопців». Коли ж дізналася, що ці «славні хлопці» – онуки отця Петра, від несподіванки – на хвилю замовкла. А потім урочисто прорекла: «Й насправді, сосна дуба не зродить. Дуба може зродити лише дуб...»

І НА ЗАВЕРШЕННЯ, на цій філософській ноті мушу завершувати ці свої, можливо, трохи сумбурні, нотатки про, смію так вважати, свого старшого друга і порадника, істинного служителя Вірі Христовій, захисника християнської моралі й усіх Господніх Чеснот, невтомного борця зі злом і фарисейством отця-митрата Петра Зеленоуха. Бо, як неможливо обійняти Всесвіт, так само важко одним поглядом охопити багатогранну постать цього яскравого носія незламного українського ДУХУ. Кожна сфера і площина його невтомної діяльності вартує аналізу і, навіть вивчення, рівно ж, як й увесь його, напрочуд, насичений життєвий шлях. Можливо, хтось це та й зробить. Це потрібно не отцю Петру. Це потрібно усім нинішнім і завтрашнім будівничим справжньої, вимріяної багатьма поколіннями українців УКРАЇНСЬКОЇ УКРАЇНИ.

А зараз лише додам, що отець Петро найбільше долучився до спорудження, першого в Україні, пам'ятника Митрополиту Андрею Шептицькому в Яворові, єдиного в Україні пам'ятника лікарю-повстанцю, поету, сину міністра Уряду В. Винниченка Івана Липи – Юрію Липі в селі Іваники, на Яворівщині, побудував в намолених місцях нашого краю і освятив з десяток капличок. А ще брав участь чи не в усіх патріотичних всеукраїнських акціях «Вставай, Україно!», які передували Революції Гідності, у відзначенні річниць Бою під Крутами та Холодноярської Республіки, організував поїздки і своїх парафіян, і мешканців району в Канів – на могилу Тараса Шевченка, на Бориспільську трасу – на місце підступного вбивства В'ячеслава Чорновола, в село Чубинське – малу батьківщину автора слів Гімну України...

Усіх достойних справ, до яких долучався отець Петро Зеленоух просто не перелічити. Їм рахунок знає лише Бог. І тепер від Нього – від Господа та ще трохи від нас – від молодших сучасників отця, залежить чи проростуть ці його добрі справи-зерна на полях майбутньої України і в душах нинішніх юних й майбутніх українців. Дай, Боже, щоб так сталося. Бо на таких, як отець Петро і в найважчі лихоліття трималося і тримається усе УКРАЇНСТВО!

Петро Іванець.

ГЕРДАН

Було соняшне літо. Такої пори Тернопіль особливо приваблює і чарує. На календарі 1992-й – перший рік після проголошення Незалежності.

Бентежна піднесена радість витала у просторі. Передчуття світлих перемін наповнювали душу. Пройшло 5 літ, відколи громадськість області довірила мені провадити Тернопільське відділення Українського Фонду культури – нову благодійну організацію, народжену в часи горбачовської перебудови.

Фонд культури став одною з перших неурядових структур, діяльність якої залежала від народного волевиявлення, а не від указів і постанов Міністерства культури. Згідно статуту Фонду активісти і його симпатички масово включилися у відродження національної культури: повернення релігійних обрядів, незаслужено забутих імен, подій, народних ремесел, впорядкування цвинтарів, могил, проведення благодійних концертів та виставок.

Скільки яскравих і світлих людей приєдналися до тієї гарної праці! Були то люди різного віку, талантів, професій, але кожен з них був патріотом свого краю. Завдяки рішенням громад у регіоні розпочався збір коштів на спорудження давно омріяних пам'ятників: Іванові Франкові, Соломії Крушельницькій у Тернополі, Тарасові Шевченкові в Збаражжі, Бережанах, Вишнівцях, Підгайцях.

Скільки чудових особистостей, зустрічей, прикладів добродійства дарувала нам доля в ті часи! Назавжди запам'ятаю одну з таких. Одного погожого літнього дня у книгарні «Мистецтво» зауважила гарну шляхетну пані з двома дівчатками. Їй теж приглянувся мій гердан, зробивши мені комплімент. Я з радістю відповіла, що це – робота Марії Бобик, яка разом із дітьми відроджує давнє захоплення своєї бабусі. Як виявилось, ця привітна, вдягнена зі смаком жінка була мисткинею з Нью Йорку пані Лариса Зелік, з нею мила світлокоса її донечка Софійка та життєрадісна брюнетка – племінниця Мелася Соневицька. Були вони радісні та щасливі зустріччю з Україною, а Тернопілля – рідимий край їх праатьків.

Якраз того літа з концертною програмою по Україні мандрував театр-студія мистецького слова Лідії Крушельницької, членами якої були Софійка і Мелася. Тепло і приємність тієї випадкової зустрічі, спільне захоплення герданами залишили зворушливий слід

у моїй душі. На прощання ми обмінялися герданами. В дарунок я отримала надзвичайний гердан-комірець. На його чорному фальбованому фоні нанизані червоно-жовті коралики, які в поєднанні дали розкішний орнаментований виріб.

Через кілька днів я мала нагоду відвідати виступ вихованців видатного майстра слова Лідії Крушельницької у м. Копичинці, куди вони приїхали на запрошення відомого режисера Ореста Савки – керівника Копичинського народного театру ім. Леся Курбаса. Глядачам була представлена літературно-мистецька композиція за драмою Лесі Українки «Іфігенія в Тавриді» та поемою Івана Франка «Іван Вишенський». І досі в пам'яті чітка динамічна гра акторів, глибоке відчуття ними поетичного філософського матеріалу, поєднання класичного і модерного (Курбасівського) стилю в режисурі. Після вистави гості задушевно і приємно поспілкувалися з артистами місцевого театру, відповідали на безліч питань. Глядачі були захоплені грою молодих українців із США, їх вільним володінням мовою своїх праатьків.

А гердан з того часу став моєю улюбленою прикрасою. Шановна пані Лариса і не здогадувалася скільки радості і гордості приносить мені її чудовий твір. Головна управа Фонду культури (а тоді до неї була обрана Раїса Горбачова, що стала досить значимою членкою) двічі на рік проводила семінари із штатними працівниками усіх регіонів. Відбувались такі зустрічі у різних містах колишніх республік, де ми пізнавали інші національні культурні надбання. У Києві, Львові, Вільнюсі, Мінську, Гродно, в Грузії, Москві. З герданом я не розлучалась. Мої колеги з усіх усюд розглядали і милувалися цією українською жіночою прикрасою.

А наша зустріч була не просто випадковою, а мала Боже благословення да добре продовження. В скорому часі від родини Зеліків прийшов пакет із комплектом листівок з писанками, весільними короваями. Авторами тих виробів були пані Лариса і Софійка. А також нам передали писанки, віск для писанкарства. Ці речі були невідомими для нас, тому хотілося якнайшвидше похвалитися і поділитися подарунками із зацікавленими людьми. В Тернопільському художньому музеї провели виставку «Українська писанка», а в скорому часі знайшлися і бажаючі виготовляти писанки.

Згодом на адресу Фонду пані Лариса надіслала музичні твори композитора Ігоря

Соневицького для дітей та вагому збірку журналів «Веселка». Нотні видання ми передали в обласну дитячу бібліотеку і завдяки журналам я отримала унікальну можливість підібрати і дуже своєчасно видрукувати невеличкий збірничок віршів для дітей під назвою «В моїм серці Україна». Сюди увійшли твори Марійки Підгірянки, Романа Завадовича, Юрка Шкрумеляка та ін., яких ніколи не друкували у радянських читанках і збірниках в СРСР. Видання стало великою підмогою для батьків і вихователів.

Щоб зацікавити і підтримати матеріально майстриню Марію Бобик п. Лариса Зелик замовила у неї виготовлення герданів для одного українського весілля в Нью Йорку. Окрилена довірою сім'я працювала результативно і щоразу більше розробляли нових вірців. Згодом ця родина стала постійним учасником обласних виставок народних ремесел.

Коли ж в Тернополі вперше проводили конкурс краси, – Фонд культури, як один із засновників, запропонував організувати виставку герданів, а всім учасникам обов'язково продемонструвати національний український стрій. Такі дії сприяли ще більшій популярності гердану – він став найкращим дарунком.

Пам'ятаю, як під час виступу у Тернополі улюбленої Ліни Костенко разом із квітами я винесла на сцену гердан роботи Олі Поглод. Ця чудова геніальна жінка радісно вигукнула «Як я люблю гердани!» і притулила мій дарунок до грудей.

Спогад про зустріч із заокеанськими українками-берегинями завжди зігрівав мою душу і, як виявилось, зігріває досі.

Минуло дев'ять цікавих і насичених літ. Багато перемін відбулося у суспільному та й в особистому житті: радості, перші розчарування, втрати...

Влітку 2001 привела мене доля до Нью Йорку. Не забарилася і невимовна туга за рідним краєм... Одного суботнього надвечір'я зайшла до церкви св. Юра. По Молитві несподівано почула: «О, мій гердан!». Якою ж великою була моя радість, коли перед собою побачила лагідні очі п. Лариси Зелик. Гердан знову звів нас. Але я тепер була гостею. Зав'язалася сердечна розмова, обмінялись телефонами. Згодом кілька разів зустрічала Софійку на Союзівці, оглядала чудові виставки її писанок. На велелюдному відзначенні 40-річчя педагогічної діяльності Роми Прийми-Богачевської ближче пізнала її старшу сестру Марту Зелик, яка мала слово. А шановні пані Наталя (сестра п. Лариси) та Ігор Соневицькі, а згодом їхня доня Мелася написали чудові спогади про колегу і вчителя – Рому Прийму-Богачевську на моє прохання до книги, яку тоді плянував видати Український Інститут Америки.

Що ж до гердана – то ми знову разом. Правда, за 24 роки відданої служби він вже просився на полицю у скляну шафу, але талановиті руки мисткині Галини Кандюк, яка є членкою нашого 62-го Відділу СУА у Глен Спей, Нью Йорк, вміло реставрували мені дорогу реліквію.

Низький уклін всім берегиням, хто творить і примножує культурні багатства України, даруючи людям радість і красу.

*Святослава Гой Стром,
Глен Спей, Нью Йорк.*

Галина Яблонська

Надії Савченко присвячується

Лиш з відстані нам бачиться Велике,
Допоки пам'ять час не стер –
Тебе ж ми бачимо, Надіє Яснолика,
На п'єдесталі вже тепер.
Ти і за ґратами – Цариця!
Для Духа твого ґрат немає,
Твій гордий дух, як птиця,
Над суддями нікчемними витає.
Високе Небо тебе благословило
І хочеться тобі вклониться –
За твою мужність, розум, силу,
Жіночу ніжність і сталеву крицю!
Ти наша гордість, наша Слава,
Велика Донька неньки України.
Ти честь і совість нашої Держави,

За тебе молимося усі щоднини.
Ми молимо тобі у Бога щастя долі,
Щоб повернулася швидше з ординської неволі.
Вертай скоріш у лоно Батьківщини,
На тебе тут чекає кохання незрадливе.
І рідна пісня, що над полем лине,
І затишок сімейного життя щасливий,
І діти ненароджені чекають мами.
А ще державних справ без міри –
Своїми мудрими і чесними ділами
Ти маєш повернути людям віру
У нашу згорьовану знедолену країну,
У нашу незалежну і щасливу Україну!
Щодня ми молимося за тебе!
Таких як ти Україні треба!
Вся наша Надія –
На тебе, Надіє!

A REVIEW OF SERHII PLOKHY'S *THE GATES OF EUROPE: A HISTORY OF UKRAINE* (© 2015)

by Nadia Deychakiwsky

Serhii Plokhy is M. Hrushevsky Professor of Ukrainian history at Harvard University and the author of nine major works, including the award-winning *The Last Empire*, *The Cossack Myth*, and *Yalta: the Price of Freedom*. As the prolific author himself argues, one must examine Ukraine's past in order to understand its present, and it is from this underlying premise that his most recent work evolved. Ukraine is Europe's least known large country, and Plokhy's work serves as an introduction to its history. The book is an especially invaluable resource for the non-Ukrainian layman; it is indispensable for politicians, journalists, and students who want to understand present events in Ukraine.

As with all of Professor Plokhy's works, the book is researched in depth and is filled with meticulous detail, but Plokhy's trademark style makes it accessible and inviting to the average reader. The author traces Ukrainian history from the time of Herodotus (5th century BC) to the so-called "Revolution of Dignity" and the present-day war with Russia in the Donbas. The text takes the reader from the Neolithic Trypillians through the centuries. It is populated by Sumerians and Scythians, the rulers of Constantinople and Rome, the founders of Kyivan Rus', and the Mongolian invaders of the mid-13th century who scattered the Kyivan rulers and laid waste to their kingdom.

Progressing century by century, the author highlights the Cossack raids of the 16th century and then the Pereyaslav Treaty of 1654, a watershed act that led to the division of Ukraine along the Dnipro River between Muscovy and Poland. This long-time division into right-bank and left-bank Ukraine took a heavy toll on the Ukrainian people and shaped Ukraine's struggle for independence for centuries.

Throughout its history, Ukraine has been a meeting place as well as a battleground for various Empires: Roman, Ottoman, Habsburg, and the Romanov's Russia. In the 18th century Ukraine was ruled from St. Petersburg, Vienna, Warsaw, and Istanbul.

As the story continues, the author presents an elaborate and interesting picture of the rise of Ukrainian nationalism, focusing especially on the movement when it peaked in the 19th century. Among other things, Plokhy cites irrefutable historical evidence that dispels and debunks a long-believed myth by explaining (with solid documentation) that Ukraine, rather than being a cultural offshoot of Russia, is Russia's cultural predecessor and model. At the same time, the reader is given an impartial view of the historical facts; the author does not cover up Ukraine's grave errors; he cites and describes the mistakes and the unpleasant incidents in Ukrainian history, underscoring that it was not always "vorozhenky" (the country's foreign foes) that led to tragic outcomes; he also avoids far-fetched claims that sometimes surface in and shape other histories of Ukraine.

The average educated Ukrainian may believe he or she is familiar with Ukrainian history, but the book contains quite a few little-known facts that are surprising as well as enlightening. This reviewer, for example, discovered facts that contradicted and then clarified a previously fuzzy understanding of what happened in Ukraine during 1917–1921 and also discovered fascinating details about President Kravchuk's dilemma concerning the Soviet Black Sea Fleet after Ukraine proclaimed independence. These and many more 'black holes' throughout the centuries are brought to light in Plokhy's work and corroborated by supporting documentation.

Perhaps the most amazing thing about *The Gates Of Europe* is that the volume, which presents a tremendous amount of heretofore little-known detail about Ukraine and its history, is deceptively slim but still manages to provide unique insights into the origins of the most dangerous international crisis since the end of the Cold War. The 395-page book concludes with several very useful appendices: a glossary, a historical timeline, a section entitled Who's Who in Ukrainian History, and suggestions for further reading.





Thirty years ago, on April 26, Ukrainians everywhere faced the tragedy of the nuclear explosion at Chernobyl. Eager to help in any way possible, the Ukrainian diaspora community rallied to aid the victims of this misfortune with moral support as well as tangible support, which included medicine, food, and clothing. In response, they encountered a wall of silence and steadfast denials from the government of Ukraine that any help was needed. The predominant emotions during this sad and difficult time were fear, anger, and frustration.

Reflecting on this era, Andrew Fedynsky of Cleveland's Ukrainian Museum of Archives notes "Chernobyl reminds us that politics and policy are intertwined, and leadership is beholden to the people." And it is fair to say that this sentiment can be equally applicable to the current state of affairs in Ukraine because the Ukrainian diaspora is once again experiencing fear, anger, and frustration in response to the general state of the nation of Ukraine. One

poignant example of the problems Ukraine currently confronts is the illegal imprisonment of Nadiya Savchenko by Ukraine's neighbor, the Russian Federation.

Just before writing this column, I visited Facebook and listened to Nadiya's mother, Maria Savchenko, speaking on Ukrainian television, pleading to anyone who would listen for her beloved daughter's freedom. Maria Savchenko, a woman I first met in NYC and met again in Kyiv in December 2015, stated that her daughter's arms from her elbows to her fingertips were cold, blue; her ankles and feet were swollen. A mother myself, I was horrified by what I was hearing. And I am not alone: Fear, anger, and frustration at such injustice are once again the emotions felt by Ukrainians and by all decent people in the world!

The UNWLA is a member of a diaspora committee that is planning a commemorative program on Chernobyl, an event that will be held at the United Nations. At the same time, our organization is continuing its ongoing support for the worldwide movement working for the release of Nadiya Savchenko!

The UNWLA continues to act, to grow, and to evolve in response to issues of concern to Ukraine and Ukrainians. An overview of our recent and current activities is presented in our Calendar of Events.



Free Savchenko Rally March 2016.

CALENDAR OF EVENTS

January 27 Attended meeting with Honorary UNWLA President Anna Krawczuk and the Scholarship Program Committee in the committee's offices in Matawan, N.J. The meeting was held after the passing of our beloved Scholarship Program Chair Maria Polanskyj; her sister, Mrs. Anna Krawczuk, has graciously agreed to chair the program until the UNWLA Convention of May 2017.

January 31 Participated in Christening of Branch 136, Naples, Florida. Well-attended and well-planned, the event radiated positive energy and generated many plans for the future. Congratulations to Branch 136 president, Natalia Santarsiero and the branch's 29 members!

February 2 Participated at monthly meeting of Branch 56 and shared some of my impressions about our visit to Ukraine (highlights of the trip have been shared with readers in past issues of *Our Life*.)

February 13 Attended the 25th Anniversary of Branch 56. A celebratory banquet highlighted the outstanding accomplishments of the largest branch of the UNWLA! Congratulations to Branch 56 President Ann-Marie Susla and to UNWLA Honorary Member Lidia Bilous, who served as chair of the anniversary celebration.



Ann-Marie Susla, Natalia Santarsiero, Marianna Zajac, and Olya Czerkas at 25th anniversary of Branch 56

February 20 Chaired monthly UNWLA Executive meeting at UNWLA headquarters.

February 22 Participated with other UNWLA members in "Ukraine Celebrates the UN International Mother Language Day," a special event planned by His Excellency Volodymyr Yelchenko,

the newly appointed Permanent Representative of Ukraine to the United Nations, in conjunction with diaspora organizations.

February 28 Attended annual meeting of the New England Regional Council. The newly elected Regional Council president is former UNWLA VP Ulana Zynych. We thank Gloria Horbaty for her many years of dedicated service to the Regional Council.

March 7 Participated in monthly Ukrainian Museum Executive Committee meeting.

March 9 UNLWA participated at rally held at Columbus Circle in New York City, calling for the release of Nadiya Savchenko. Mariya Andriyovych, Member at Large, delivered messages from the UNWLA and from President Marianna Zajac.

March 10 Olya Czerkas, Co-Liaison of Branches at Large, held conference call with her assigned branches to review current projects, discuss challenges, and answer any questions. Participating branches: Phoenix, Arizona; Atlanta, Georgia; Denver, Colorado; Buffalo, New York; San Jose, California; Los Angeles, California; Houston, Texas; St. Petersburg, Florida; Naples, Florida.

March 13 Orysia Zynycz, Co-Liaison of Branches at Large, held conference call with her assigned branches with the same agenda. Participating branches: Miami, Florida; Pittsburgh, Pennsylvania; Rochester, New York; North Port, Florida; Syracuse, New York; Buffalo, New York; Rochester, New York.



March 13 Rev. Dr. Ivan Kaszczak, Pastor of Holy Trinity Ukrainian Catholic Church, witnesses UNWLA president's signature of agreement with the Ukrainian Catholic Education Foundation to seed the establishment of the Mental Health Institute as part of the Ukrainian Catholic University's Rehabilitation Program. (Details on this project will be provided in May 2016 issue of *Our Life*.)

“Я НЕ ЕМІГРУВАЛА, ЩОБ ЖИТИ, АЛЕ ЩОБ ПРАЦЮВАТИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА НАШОЇ ЦЕРКВИ...”

Такий був девіз – головна ціль життя Марії Столяр-Митрович, довголітньої голови Союзу Українок Франції, яка 30 грудня 2015 р. перенеслася, після інсульту, у Божу вічність.

Багатоколіоритний життєвий шлях Марії заслуговує хоч на коротку пропам’ятну згадку, бо вона свій девіз з юних років до кінця свого життя практично здійснювала своєю відданою працею на внутрішньоукраїнському і зовнішньополітичному житті української діаспори. Марія належала до генерації двадцятих років м. ст., яка росла і формувалась на ідеях боротьби українського націоналізму, у час, коли Україна була роздерта багатьма окупантами і на арені якої вирішувалась доля Другої світової війни.

Марія народилася 22 травня 1927 р. у священничій родині. Подружжя о.Теодора і Ольгу Олексинин-Столяр Господь нагородив трьома доньками: Лідєю (Лугова), що живе у Канаді, Галиною, що загинула у тюрмі Берліна 1942 р. і Марією. Марія з родинного гнізда винесла любов до Української Церкви, народу й України. Незмінний життєвий девіз – служити і працювати для Української Церкви і народу Марії впливав з родиннопатріотичної хати. Середню освіту закінчила у Львові. Вже в гімназійні роки стає членом Юнацтва ОУН. У 1943 році поступила на студії медицини і водночас бере активну участь в ОУН. З рамени ОУН була вислана до Відня. На жаль, по дорозі була перехоплена поліцією і заслана на примусові праці до Німеччини. Згодом таємно покидає місце праці і таки добивається до плянованого Відня. Тут Марія, як студентка медицини, влаштувалася на працю у д-ра Зищука. Вони займались висилкою ліків через Словаччину в Україну.

По закінченні Другої світової війни у 1946 році одержала стипендію на студії у Льєж, Бельгія. Продовжила студії медицини в Парижі у роках 1952-1954. Водночас вона брала активну участь у студентському житті і деякий час була головою студентської громади Парижа. У тих же п’ятдесятих роках м. ст. Марія співпрацювала з журналом Т-ва Української Студіюючої Молоді ім. Міхновського (ТУСМ) – “Фенікс”, який з’являвся у Мюнхені, головним редактором якого був Василь Маркус, а автор цих рядків адміністратором і коректором.

Марія Столяр після одруження з відомим українським студентським і провідним громадсько-політичним діячем у Парижі,

д-ром філософії Кирилом Митровичем перервала студії, бо треба було займатися родинним життям. Водночас працювала, як медична асистентка. Подружжя Митровичів Господь нагородив трьома синами: Богданом, Мирном і Романом, яким дали родинне, релігійне, патріотичне виховання й освіту. До речі, один з синів Богдан працює дипломатом в уряді Франції.

Марія одночасно з родинними обов’язками, вихованням дітей займалась громадською працею. Вона стала членом Т-ва українських жінок, а згодом його головою. З цього форуму навела зв’язки з французькими і міжнародними жіночими організаціями. Брала участь у міжнародних жіночих конгресах і студійних конференціях. На міжнародних жіночих форумах виступала з доповідями й інформувала про життя українських жінок та родин у під більшовицькій дійсності і діаспори. Водночас брала активну участь у громадсько-політичному і релігійно-церковному житті. Виголошувала доповіді, читала поезії на літературних форумах. До кінця життя залишилась членом ОУН і Середовища Української Головної Визвольної Ради (УГВР).

Ще коротко, перед несподіваним відходом у Божі засвіти покійної Марії розмовляв по телефону – приємно звучав її бадьорий голос, повна енергії і плянів, які, на жаль, смерть перекреслила.

Похоронні обряди завершив Преосвященніший Владика Борис (Гудзяк) у сослуженні настоятеля катедри о. Михайла Романюка св. Володимира Великого у Парижі. Під час похоронних Богослужень співали семінаристи з Івано-Франківської семінарії.

В особі покійної муж Кирило втратив вірну подругу життя, сини – Богдан, Мирон і Роман – дорогу і незаступиму маму, онучка Галя – любу бабусю, парафія св.Володимира – практикуючу і взірцеву християнку, а зорганізований жіночий рух і українська громада – прикладну громадсько-політичну діячку – українську патріотку. Хай пам’ять про неї іде з роду в рід. Тлінні останки покійної Марії поховано на цвинтарі в Антоні, де покійна проживала.

Микола Галів.

Валентина Протопоп – талант від Бога

Якось, зайшовши до Українського Музею в Нью Йорку, директор Марія Шуст подала мені альбом, на якому було написано «Валентина Протопоп. Пори року», і запропонувала написати про цю обдаровану художницю з України в «Нашому Житті». На альбомі була приклеєна карточка з числом телефону жінки, яка принесла до Музею альбом.

Мою увагу відразу привернула обкладинка альбому – чудовий графічний натюрморт, на якому зображено величезний букет білих польових ромашок з колосками стиглої пшениці і головками маку, а на столі дари природи: кошик з грибами, горіхи, ліщина, суниці. Мимоволі я глибоко вдихнула, щоб відчути ці пахощі, настільки все виглядало правдиво і натурально. Так і хотілося доторкнутися до цих миловидних суничок...

Гортаючи сторінки альбому, де подано коротку біографію художниці і статті про неї, а також її твори, зібрані за порами року, переконаюсь, що ця жінка має великий талант, яким обдарував її Господь Бог... Але все по-порядку.

Валя була пізньою дитиною у матері і отримувала багато любові і ласки. Та вже на четвертому році життя у дівчинки переставала слухатися спина, ноги, руки. А у 13 літ важка хвороба прикувала Валю до ліжка. Вона часто перебувала у лікарнях, вчителі приходили до своєї «особливої» учениці додому. І завжди поруч була її найдорожча матуся, аж до відходу у вічність.

З раннього дитинства дівчинка захоплювалась мистецтвом. Так вона відкрила для себе Божий Дар, бо малярство захопило її, заставило пізнавати світ і передавати його красу і багатство. Проживаючи серед квітучої волинської природи, у її творах переважають пейзажі і натюрморти. А ще Валя творить самобутні рушники, серветки, доріжки з оригінальними узорами. Це справжній дивосвіт художниці.

Успішно закінчивши народний університет мистецтв, факультет образотворчого мистецтва, і продовжуючи наполегливо працювати, вдосконалювала свій особливий стиль графіки, за яким її роботи вирізнять з-поміж інших. Вона вибрала саме графіку для самовираження, бо філігранний штрих, виконаний



гелевою ручкою чорного кольору дає змогу тонкими, мереживними лініями линути у світ фантазії, відтворювати красу природи до найменших дрібниць.

Рисунки Валентини Протопоп зачаровують своєю піднесеністю, урочистістю і викликають захоплення талантом і мужністю цієї сильної жінки, яка не заховалася зі своєю бідною від людей, а, навпаки, дарує їм радість.

Спочатку Валентина співпрацювала з Іваничівською районною газетою «Колос». Її роботи неодноразово демонструвалися на районних і обласних виставках, друкувалися в обласних виданнях. Та наприкінці скрутних 90-х років написала листа і вислала свої графічні роботи в авторитетне всеукраїнське видання – «Сільські вісті». Ось як описує перше враження від творів Валентини Протопоп упорядник альбому «Пори року» Світлана Урбанська: «Її пейзажі і натюрморти вразили редакційний колектив газети своєю різноманітністю бачення світу, технікою виконання, талановитим відтворенням доквілля; зачарувало вміння авторки надати звичайним речам філософського узагальнення, величального змісту, наповнювати їх всеперемагаючою силою доброти і світла.»

Твори Валентини Протопоп живуть самостійним життям. Її малюнки подорожують світом, прикрашають книги українських письменників і поетів, а створені нею узори вишиванок є у багатьох оселях земляків.

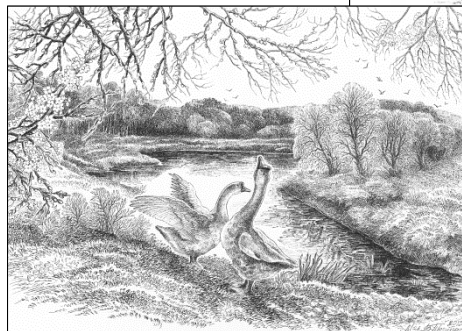
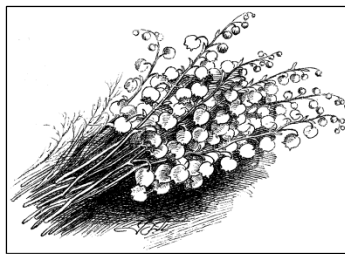
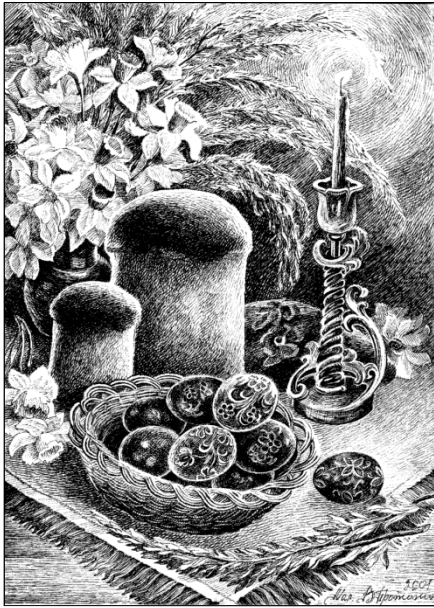
Багато теплих слів про Валю Протопоп мені розповіла п. Ніна Сакун з Гартфорду, Коннектикут, яка принесла до нашого Музею альбом з творами художниці і яка дала мені число телефону Валентини. Хвилюючись, я зателефонувала... і почула дзвінкий, бадьорий голос. Відчула, що ця жінка живе повноцінним, активним життям. Ми розговорились. Питаю, чим союзники Америки можуть їй допомогти. «Ось якби я мала маленький комп'ютер, то могла б більше спілкуватися з людьми», – відповіла жінка. Валя пообіцяла прислати до нашого журналу свої узори вишиванок.

Наш 64-ий Відділ СУА вислав Валі комп'ютер. Тепер ми зможемо спілкуватися по скайпу. А вона матиме змогу придбати нових знайомих і друзів.

Пропоную увазі читачів деякі твори талановитої художниці на весняну тематику, адже надворі – весна.

Лідія Служ.

**ВЕСНЯНІ МОТИВИ
У ТВОРЧОСТІ
ВАЛЕНТИНИ ПРОТОП**



НАШЕ КОРИННЯ І КРИЛА

У ці весняні дні, коли в природі і в душах людей витає Дух Великодня, замислююся над тим, що далеко не кожен з нас усвідомлює, яке велике значення для людини має Віра батьків, Церква. Духовні традиції нашого народу завжди відігравали особливо значиму місію.

Христова наука вже друге тисячоліття засвічує і зігриває українські душі. З нею сильнішими ставали вельможні князі і гетьмани, звичайні гречкосії і хлібороби. Церква єднає народ, покоління, виховує і надихає. І ті, кому не байдужа була доля нації, завжди пам'ятали це. Наше старше покоління згадує батьківські настанови Митрополита Андрея Шептицького, що стали зразком мудрих духовних повчань: жити з Любов'ю, Правдою, Вірою. Дитина, навчена змалку звіряти вчинки із Божим Словом, буде в добрій опіці довіку.

Нещодавно ми ще раз переконалися у великій рятівній силі нашої Церкви, коли із найсвідомішого молоддю пліч-о-пліч стали священники супроти великого народного зла і, ризикуючи власним життям, молилися, голосно молилися... Скільки життів було врятовано у ті страшні дні і ночі 2014 року, коли у відкритих Київських соборах рятувалася наша золота молодь від підступних ворожих куль та зимової негоди.

А сьогодні вже сотні священників-волонтерів із місією військових капелянів знову поруч з бійцями у зоні АТО: рятують від шоку, сповідають, моляться і відспівують убієнних. Скільки молодих людей після спільних молитов і Богослужінь на Майдані серцем повернулися до Бога, до прабабківської Віри. І віримо, що з тої пори не антидепресанти, не алкоголь і цигарка рятуватимуть їх у часи випробувань, болю, а пристрасна молитва і сповідь. У ці невимовно тяжкі часи народного горя молодь переживає і розділяє із рідними, близькими непоправні втрати і смутку. Виростає і формується нова, високодуховна генерація. Волонтерський рух молодих, в тому числі школярів, викликає подив і захоплення у цілого світу, додає нам гордості за їх достойні вчинки.

Щирі, зворушливі слова подяки линуть з України і до тих заокеанських українців, що відгукнулись добрими ділами і коштом на підтримку армії, біженців, покалічених і осиротілих. Ми пишаємось, що в їх числі є багато

родин, ініціативних членів Управи СУА, провідників та їх відділів, що гуртом зі своїми дітьми, близькими і друзями влилися у великий потік громадської праці у поміч Україні. Всі наші дії – це великий виховний здвиг в ім'я справедливості. А нещодавно, виступаючи в Нью Йорку, один із творців фільму «Добровольці Божої Чоти» про захисників Донецького летовища, дякуючи за безмежну підтримку українців, просив і надалі виховувати своїх дітей так, як виховували попередні батьки, бо така єдність і віра вселяє нам надію: поопри усе зло – Україна буде!

У свій час Папа Іван Павло II говорив, що у нас є лише дві цінності, які ми можемо передати своїм дітям – коріння і крила. Спільна родинна праця, благословення християнським вченням – це і є ті крила духовності, любови, що підносять до висот, до лету, до світла наших дітей. Засвічена любов'ю дитина зігриватиме ближнього, потребуючого, буде співчувати і діяти добро.

Великою підмогою батькам у відповідальній виховній справі є народні традиції, обряди. Хіба не щастя, що рідна коляда щорічно лине у центрі Нью Йорка, високе художнє слово і рідна пісня звучать у церковних залах, культурних центрах по цілій Америці. Тож користаймо з цього, залучаймо нащадків до радості святкувань і до тихого вечорового діалогу з Господом, до щирої сповіді-бесіди зі священником. Слов'янська душа зазвичай не мовчить, а має потребу висловитись. Розпитуйте дитину змалечку, що було доброго і що було не так з нею, про що мріє, думає, шкодує... Научайте говорити правду, визнавати провину, розділити із близькими сумніви і тривоги. А при цьому – любіть її таку, як вона є.

Відвідуйте нразом храми, святі місця. До цього підготуйтеся думками – що ж можна оповісти дитині під час подорожі, готуючись до свята, обряду. Згадуйте своє життя, розповідайте про цікавих предків, акцентуйте і доводьте, як молитва і віра рятує в житті.

Для прикладу. Восени минулого року мала нагоду побувати на святкуванні 10-річчя храму св. Андрія у Гемптонбурзі, Н.Й., збудованого на території цвинтаря Святого Духа. Чудове місце спільних молитов і духовної єдності українців. Чарівні просторі краєвиди, що нагадують рідні пейзажі, багато прекрасних надгробків (величний Хрест, символічна Могила воїнам-борцям за волю України). Тут покоїться цвіт обпаленого війною покоління т.зв. III еміграційної хвилі. Скільки великих діянь в ім'я Бога і України здійснили вони!

Про них ще довго писатимуть спогади і книги – більшість з них яскраві і достойні постаті. Чудовий 10-літній храм – дарунок їх пам'яті. Це була добра ідея владики кир Василя Лостена, яка при підтримці духовенства та зацікавленої громади стала окрасою святого для всіх нас місця.

До речі, розпочато збір коштів на спорудження тут Церковної зали. Є нагода зорганізувати при цьому хоч би кімнату-музей реліквій і духовних святинь наших батьків, що везли у невідомий край найцінніше – біблію, образки, ікони, молитовники, родинні обереги, весільні строї, фото, «Кобзарі» тощо. Від нас залежить, чи стане це місце пульсуючим джерелом нашої національної і родинної

єдності. Адже, крім свят, фестивалів, похоронів тут щорічно у червні проводиться урочисте поминання померлих. Добре роблять ті, які традиційно привозять сюди дітей, онуків. Кращої нагоди для прикладу пошани батька і матері, родинної пам'яті, вдячності, любові немає. Саме тут особлива молитва за тих, кого вже нема, але вони присутні у нашій пам'яті, і ми вдячні їм за життя та крила для лету.

Згодиться, такі звичаї більше потрібні нам, ніж тим, що за межею вічності. Пам'ятаймо про це. Ще у далеку давнину святитель Іван Златоуст сказав: «Ніщо так не приємно Богу, як вдячна душа».

*Святослава Гой-Стром,
виховна референтка СУА.*

НАША ОБКЛАДИНКА – Роксоляна Лучаковська Армстронг

Народилась у Станіславові (нині Івано-Франківськ) в Західній Україні 1938 р. У 1945 р. опинилась на Заході як біженець. У Філядельфії з 1950 р. Вивчала живопис у відомого українського мистця Петра Мегика і в Пенсильванській академії мистецтв (ПАМ) у Філядельфії. Випускниця Пенсильванського університету та його художньої програми, координованої з ПАМ.

Упродовж багатьох років займалася церковним мистецтвом, книжковою ілюстрацією, архітектурним живописом, писала ікони та пейзажі. Її вітражі прикрашають багато церков і комерційних установ в Іспанії, де вона жила в 1964-1980 рр. В Іспанії широко виставлялася в галеріях і музеях, у тому числі в таких містах, як Малаґа (*Real Academia de Bellas Artes* 1969, *Salon de Invierno-Biennale* 1970, 1972, 1974), Леон (*Banco Industrial de Leon*) та Мадрид (*Circulo 2*, 1969). Член *Siete Artistas*, групи в м. Торремолінос (провінція Малаґа), з якою виставлялась у різних галеріях на Коста дель Соль. У США виставлялась у Галерії 100 у Принстоні (Нью-Джерзі), в Українському Інституті Америки в Нью-Йорку (1969, 1970, індивідуальні виставки), в ОМУА та Пенсильванській академії мистецтв, а також на виставках сучасного релігійного мистецтва у Філядельфії. Брала, серед іншого, участь в Євхаристійному Конгресі (2000), у виставці релігійного мистецтва у храмі Непорочного Зачаття у Філядельфії (2005) та у виставці «Бачити святе» в Католицькому університеті Америки у Вашингтоні (2007). У 1985-1999 рр. викладала мистецтво в Школі Оук-Крест у Вашингтоні. Її твори є в постійних колекціях Епархіяльного музею Малаґи (Іспанія), в Інституті Діви Марії в Синсинаті (Огайо) та в Центрі Івана Павла II у Вашингтоні. Картина «Діти Чорнобиля» була представлена на виставці «Українська діаспора: художниці, 1908-2015» в Українському Музею в Нью-Йорку у 2015 році.

OUR COVER ARTIST – Roxolana Luczakowsky Armstrong

Born in Stanislaviv, Ukraine, in 1938, Roxolana Luczakowsky Armstrong fled to the West in 1945, settling in Philadelphia in 1950. She studied art under the direction of renowned Ukrainian painter Petro Mehyk and at the Pennsylvania Academy of Fine Arts (PAFA) in Philadelphia and graduated from the University of Pennsylvania's BFA program (coordinated with PAFA). The artist's work includes book illustrations, icons, architectural and landscape painting, as well as religious art. Her stained glass (polymer-acrylic) windows adorn many churches and commercial establishments in Spain, where she resided from 1964 to 1980. While in Spain, she exhibited her work in galleries and museums in Malaga (*Real Academia de Bellas Artes*, 1969; *Salon de Invierno-Biennale*, 1970, 1972, 1974); in Leon (*Banco Industrial de Leon*); and in Madrid (*Circulo 2*, 1969). A member of the *Siete Artistas* (Seven Artists) group of Torremolinos (Malaga), she exhibited with her colleagues in various galleries on the Costa del Sol. In the United States she has exhibited at the Gallery 100 in Princeton, New Jersey, the Ukrainian Institute in New York (1969, 1970 solo exhibitions), the Ukrainian Artists Association, the Pennsylvania Academy of Fine Arts Fellowship shows, and the Contemporary Christian Art shows in Philadelphia. Her extensive portfolio and resume include participation in the Eucharistic Congress (2000), the Sacred Art Exhibit at the Shrine of the Immaculate Conception (2005), and "Seeing the Sacred" at the Catholic University of America in Washington, D.C. (2007). From 1985 to 1999, Roxolana Luczakowsky Armstrong taught art history at the Oakcrest School in Washington, D.C. Her work is displayed in the permanent collections of the Diocesan Museum of Malaga, Spain; the Marian Institute in Cincinnati, Ohio; and in the John Paul II Center in Washington, D.C.



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

APPEAL TO PEOPLE OF GOOD WILL

Please help us help Ukrainian pupils and students in Ukraine. Your sponsorship and tax-deductible contribution will be greatly appreciated by a needy often orphaned or abandoned child. Please donate and make a big difference!

All donation checks are to be made payable to: **UNWLA Scholarship Program**
and mailed to: PO Box 24 Matawan, New Jersey 07747-0024

For detailed information contact UNWLA Scholarship Program office at 732-441-9530 and leave a message. Or email to: nazustrich@verizon.net

ДОПОМОЖІТЬ, НАМ НІКОМУ НЕ ВІДМОВИТИ!

Чекають своїх опікунів багато претендентів учні та студенти в Україні

За інформаціями звертатися до референток стипендій у Вашій околиці, або до Стипендійного бюро: тел. 732-441-9530 (залишіть повідомлення), е-пошта – nazustrich@verizon.net

Анна Кравчук та усі члени Комісії Стипендій СУА.

FEBRUARY 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 надійшли додаткові пожертви до фонду імені Покійної:

Замість квітів на могилу Почесної членки СУА, **бл. п. Марії Полянської** складаю 100 дол. Родині пересилаю щире співчуття.

Анна Макух, вільна членка СУА,
Глендейл, Каліфорнія.

З приводу відходу у "кращий світ" **св. п. Марії Полянської** Округа Чикаго пересилає 100 дол.

Любомира Калін, голова
Окружної Управи СУА Чикаго.

У пам'ять **бл. п. Марії Полянської** складаємо 300 дол. зі щирим співчуттям чоловікові Богданові, дітям та сестрі Анні Кравчук з їхніми родинами.

Юрко і Аніса Мицак.

В пам'ять **бл. п. Марії Полянської** складаю 50 дол.

Люба Клачко.

Замість квітів на могилу в пам'ять **бл. п. Марії Полянської** складаю 50 дол. через 83-й

Відділ СУА. Родині Покійної пересилаю мої співчуття. Анна Рак, Почесна членка СУА, Почесна голова 83-го Відділу СУА.

In memory of **Maria Polanskyj** please accept my donation of \$100.00.

Anna M. Andriuk.

Please accept my donation in the amount of \$50.00 in memory of **Maria Polanskyj**.

Nicholas Hailey.

In memory of UNWLA Branch 50 member **Lydia Soja**, please accept our donation of \$200.00 to the UNWLA Scholarship/Children-Student Sponsorship Program for a needy and deserving student.

Members of the UNWLA Branch 50,
Ann Arbor, Michigan.

ПОЖЕРТВИ ЗА ЛЮТИЙ 2016 р.

7,000 дол. – In memory of Oksana Melnykovych from Melnykovych Family Rev. Trust;

1,000 дол. – Микола Дармохвал та Зоряна Гафткович (86);

750 дол. – до Меморіального фонду ім. Марії Полянської;

550 дол. – 86-ий Відділ СУА;

530 дол. – д-р Дарія Новаківська Лисий (54);

440 дол. – Ігор та Ксеня Гапій (86), Alex & Irene Khowaylo (62);

400 дол. – 30-ий Відділ США;
по 330 дол. – Марта Г. Мулик Баксер, Олена Бойко (56), Уляна Дячук (вільна членка), Оксана Драган, Peter & Stacey Polansky (98), Богданна Слиж (83), Julia Tresznewsky (54), Orysia N. Tresznewsky, MD, UNWLA Branch 98, 108-ий Відділ США, George A. Yemetz;

225 дол. – 78-ий Відділ США;
по 220 дол. – Марта Левицька (113), Оксана Луків (73), Ольга Тритяк (86), 85-ий Відділ США, 106-ий Відділ США;

200 дол. – Богданна Більовщук (56);
168.85 дол. – Юрій і М. Оріся Яцусь (98);
по 110 дол. – Андрій Т. Бачинський, Ліда Бойко (56), Ігор та Оля Гронь (56), Eliza-

beth Iwaniw Jones, Ольга Качай, Зорянна М. Ключас (98), Walter I & Mary Kononenko, Nickolas I & Germaine J Milanytch Family Foundation, Anya Rajnarowycz (56), 21-ий Відділ США, 64-ий Відділ США, 113-ий Відділ США, 132-ий Відділ США;

по 100 дол. – Надія А. Яворів (98), Raymond and Henriette Oberleitner (98), Jeffrey L & Sofia Shields (131);

21 дол. – Рената Бігун (28);
20 дол. – Ольга Коваль (24).

Щиро дякуємо за Вашу благодійність!

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

М. Оріся Яцусь, скарбник Комісії стипендій США.

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

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

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

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

WAR VICTIMS' FUND ❖ ДОПОМОГА ЖЕРТВАМ ВІЙНИ ГІДНОСТІ

\$1,000	Oleh Tretiak, Daniel Kashimer	\$108	In honor for the beautiful teaching of Stefan Stawnychy.
\$750	In memory of my parents, Lidia and Volodymyr Synenkyj. Halyna Traversa		Nessa Rapoport
\$500	In memory of my godson Adrian Hrynewych. Halyna Traversa	\$100	Orest Deychakiwsky, Ann Marie Susla
\$200	Irene Bihun	100 дол.	В пам'ять св. п. Друзів з Ретенсбургської Гімназії Людмила Почтар і Люба Коломиєць
\$150	In honor of Christina Holubec. Ulana Holubec	\$10	Michael Szurpeta



ФОНД ДОПОМОГИ БАБУСЯМ: 220 дол.: 83-й Відділ США в Нью Йорку

ЗАГАЛЬНІ ДАТКИ

\$1,000	Demus Charitable Trust. Andrew Demus, Trustee.
\$600	MaST Community Charter School, Philadelphia, PA
\$250	Brett Klein, Och-Ziff Capital Management
\$200	on behalf of Don Norte's Friends & Colleagues from the City of West Hollywood in memory of his mother Rose Korotsky. Rhina Sotelo
\$55	In memory of Natalia Chaplenko Lilianna Juhasz
\$50	Lubow Lesyk



СІЧЕНЬ 2016 р.

ФОНДИ

В пам'ять бл. п. **Ореста Качмарського** на меморіальний фонд ім. **Марти і Ореста Качмарських** родина та приятелі складають датки на УМ:

3,000 дол. – Heinrich & Marie Schnoes; **по 1,000 дол.** – Pamela Jamieson, Wam Pped's of Ernst & Young; **500 дол.** – Орест і Ліда Цвик; **400 дол.** – Ксеня Кузьмич; **по 200 дол.** – Марта і Нестор Базарко, Богдан і Оксана Кузишин, д-р Ярослав і Ольга Ставничі; **175 дол.** – Юлія Савчук; **150 дол.** – Ольга Герилюк; **по 100 дол.** – Тая Мельник, Олесь і Ліда П'ясецькі, Ліда і Володимир Базарко, Col. W.F. & Rita L. Larrabee, Филип Андрієвський, Jennifer Keipper, Kerrie MacPherson, Christopher McShea, Carlos Menendez, Оксана і Петро П'ясецькі, Daniel Smith, Христина Бонакорса, Ірена Григорович, Володимир Ковалівський, Катерина Леонард, Юрій і Александра Раковські, Дада Слоневська, Ірена Траска, Ігор і Наталія Гавдяк, John F. & Maria L. Hillen, Оксана Кольцо, Христина Притула Кузьмович, Марта Леґецкіс, Роман і Марта Навроцькі, Квітослава Пашин, Христина Шепелява; **80 дол.** – Аскольд і Людмила Мосійчук; **по 50 дол.** – Нестор і Рома Максимович, Надія Борис, Mike Butterworth, Amanda Barton-Epple Michael Kusic, L. Szanc Smarsh; **25 дол.** – Christopher Miliffe

На тривалий фонд ім. **Ореста Шуля** складю **400 дол.** Орест Шуль

ДАТКИ на 400К Клюб:

по 1,000 дол. – **Рома Гамерська Дейл, Ліда Чаплинська**

ДАТКИ на Український Музей

500 дол. – Орест і Христина Ганас
225 дол. – Зіна Михайличенко
по 200 дол. – Ярослав і Галина Оберишин, 30 Відділ СУА
150 дол. – Люба Мельник
по 100 дол. – Христина Гошовська, Джеральд і Софі Деві, Ярослав і Марія Кіцюк, Тамара Нарі, Дарія Роте, Марія Савицька, Українська Американська Федеральна Кредитова Кооператива «Самопоміч», Стефанія Семущак, Олег і Тая Склепкович, Михайло Томлін, д-р Павло Луців, Богданна Слиж, д-р Юрій Солтис, Ірена Василик, Exxon Mobil Foundation matching Daria Lissy, д-р Ігор і Марта Федорів, Stephen Vezeris, Alexander Motyl Ph.D. Daria Dykyj, Wolodymyra Krasniansky

70 дол. – Євгенія Ониськів

по 60 дол. – John & Christine Fiore, Wolodymyr & Wolodymyra Wasiczko, George & Alexandra Rakowsky, Nestor & Anisa Shust

по 50 дол. – Надія Бігун, панство Дикі, Наталія Головінська, Зеновія Кулинич, Роман Шраменко, Дмитро Січ, Розалія Сорока, Андрій Стасів, Наталія Сигіда, Татіяна Ясінська, Анна Заброцька, Irenaeus & Oksana Isajiw, Luba Nowak, Alexandra Paliyenko

по 30 дол. – Елена Булґач, Анна Кілярська, Марія Слободян, Александра Юзенів, Luba Kinach

по 25 дол. – Аліція Бен, Петро і Софія Бокало, Ярослав і Анна Харчишин, Єлисавета Яцусь, Василь і Світлана Махно, Анна Макух, Я. Д. Олексіс, Ілія і Марія Шевчук, Марія Слободан, Катерина Яворська, Ед і Мілі Козак, Григорій Онуфрив, James Wilson, Марія Василів, Оксана Мандибур, Irene Starozytnyk

по 20 дол. – Йосиф Ліскевіч, Beverly Macuk, Параня Сміт, Ореста Ткачук,

30 дол. – Helen Kotsiumbas

по 10 дол. – Ганна Дусяк, Юрій Сухорський, Параня Яворів, George Alvarez Bouse, John P.R. Garbera

по 5 дол. – Джералдін Вербицька, Анна В. Sallemme

4 дол. – James Gash

З НАГОДИ

3 нагоди 80-ліття Ольги Гной зложили: **500 дол.** – Ольга Гной; **по 100 дол.** – Ігор і Люба Декайло, Володимир і Анна Сафіян, Ірена Вербицька; **80 дол.** – Йосиф і Ляриса Гурин; **по 50 дол.** – Ірина Куровицька, Богданна Слиж, Рона Сафіян; **25 дол.** – Наталія Дума.

ЗАМІСТЬ КВІТІВ

Замість квітів на могилу св.п. **Ярка Козака** складаю 100 дол. Зірка Воронка

У пам'ять бл. п. **Романа Цегельського** складаємо 100 дол. Володар і Марта Лиско

У пам'ять бл. п. **Романа Цегельського** складаємо 100 дол. Оксана і д-р Альберт Кіпа

Щиро дякуємо за підтримку!

Управа і адміністрація УМ

Поправка: В лютому 2016 числі Нашого Життя на 23-ій сторінці слід читати: В пам'ять **бл.п. Таїсси Децик Мелешко** складаю 50 дол. Катерина Росандич (було написано: в пам'ять **Таїси Січинської Дячун**).

Надія Блашкевич Денисенко



Слово
Віри Андрушків, голови
Окружної Управи СУА
Детройт
та членки 96-го Відділу,
виголошене на Панахиді

Опечалена родино,
жалібна громадо!

Сьогодні ми зійшлися щоб попрощатися з нашою колишньою Союзнякою, св. п. Надією Денисенко.

Покійна Надя Блашкевич народилася в Стрию та маленькою дитиною мусіла покинути рідні землі. Так, як багато із нас, опинилася в Німеччині, остаточно в ДП таборі Регензбурзі, де жила з мамою, поки емігрувала до Детройту в 1949 р. Тут виростала, ходила до Школи Непорочного Зачаття та Catholic Central High School і була **активною пластункою**.

Працювала правничою секретаркою. Вийшла заміж за Івана Денисенка і згодом мала сина Марка.

Я познайомилася з Надею в 1968 р., коли молоді жінки створили 96-ий Відділ СУА ім. Алли Горської. Ми були повні ентузіазму

та енергії у нашій праці: пропагували українську культуру – “Вишивані Вечорниці”, виводили гагілки, обороняли дисидентів, займалися Світличкою для малих дітей та активно працювали в СУА.

Св. п. Надя займала пост скарбника і вела цю ділянку дуже совісно. В Окружній Раді займала пост секретаря від 1975 до 1977 рр., була заступницею голови у 1980 – 1982 роках, член Контрольної комісії у 1982 – 1984 роках та фінансовою секретаркою у 1995 – 1996 рр. Її мама, пані Теодозія, була також Союзнякою і належала до 63-го Відділу СУА. Ми назавжди запам'ятали ті смачні буфети, де пані Блашкевич приготувляла пишні напихані курочки та смачні торти.

Покійна Надя була відданою мамою і активісткою в Батьківському комітеті при Українській Вищій Школі Непорочного Зачаття, де певний час очолювала Батьківський Комітет. Вона завжди підтримувала зацікавлення сина Марка і була великою ентузіасткою різних видів спорту, а особливо Детройтських Red Wings, – часто ходила на гри разом із сином та чоловіком. Нехай ці теплі спомини зогрівають Вас у цей болючий час. Хай з Богом спочиває! Вічна їй пам'ять!

Опечалена Родино, прошу прийняти щирі співчуття від Союзу Українок та 96-го Відділу СУА, ім. Алли Горської.

Пресовий фонд НАШЕ ЖИТТЯ Press Fund OUR LIFE

\$100 In memory of **Anastasia Hirniak**.

UNWLA Branch 83, NYC

\$50 In memory of **Nadia Denysenko**.

Marie C. Zarycky

In memory of **Lydia Soja**:

\$50 UNWLA Branch 50, Ann Arbor, MI
\$50 Vera Andrushkiw
\$20 Anisia Kozak

50 дол. Ярослава Стасюк

\$25 In memory of **Myron Nawarynsky**, husband of our dear member Maria Nawarynska.

UNWLA Branch 56 in Florida.

Поправка до ПресФонду. В березневому (2016 р.) числі «Нашого Життя» неправильно подана сума пожертв. На ст. 22 (права колонка) повинно бути:

\$25 – Mira Hankewycz, Marie Duplak, Nadia Bihun, L.Kolodchin, Lesya Horodysky

\$20 – Ulana Diachuk

Перепрошуємо за допущену помилку.

Адміністрація «Н.Ж.»

НЕБУДЕННЕ ЗАСІДАННЯ ОКРУЖНОЇ УПРАВИ СУА НЬО ЙОРК

2 березня 2016 року відбулося щомісячне засідання Округної Управи СУА Нью Йорк. Місце проведення засідання – Український Музей в Нью Йорку – було обрано не випадково, адже наближається 40-річний ювілей музею. Музей – це квінтесенція нашої української культури, а її підтримка і популяризація є основною метою СУА. Всім відомо, що засновником Українського Музею є Союз Українок Америки. І ось вже 40 років союзнянки дбають про свій музей, опікуються ним і підтримують, хто чим може.

Окрім голови і членок Округної Управи на засіданні були присутні директор Українського Музею Марія Шуст, представник Екзекутиви СУА Дарія Дроздовська, а також музейні референтки і голови відділів СУА Округу Нью Йорк.

На засіданні йшла мова про музей, про збільшення членства та про святкування його 40-річчя. В своєму виступі директор музею М. Шуст поінформувала присутніх, що утримання музею обходиться дуже дорого. Старше покоління, яке будувало наш музей, поволі відходить в інший світ. Нам необхідно залучати молодше покоління до членства українського музею. Тим більше, відзначила директор, що держава надає гранти на підтримку музею, розмір яких залежить від кількості членів музею. Отже, пані Шуст закликала присутніх заохочувати союзнянок, членів родини, знайомих, друзів до членства в музеї.

Заступниця голови 113-го Відділу СУА Дарія Мерле повідомила, що для придбання коштів на утримання музею розпочато спеціальну акцію, так звану 400К Клюб. Метою цієї акції є заохотити 100 осіб (або родин) вносити до музею чотири роки підряд по 1,000 дол. Таким чином дістанемо суму 400,000 дол. Це буде солідна фінансова підтримка українського музею. Також висту-

пали музейні референтки 83-го та 131-го Відділів СУА Мотря Мілянчик та Маріана Гойдиш. Вони повідомили присутніх про те, як їхні відділи працюють в музеї. Зокрема, М. Гойдиш запропонувала використовувати відеоматеріали і Інтернет для подання інформації як про музей, так і про події, які там відбуваються. А саме, – запропонувала пані Гойдиш, – треба зробити відеокліп про роботу СУА і подати його до музею, на Фейсбук та на YouTube.

Продовжуючи тему мистецтва, голова 64-го Відділу СУА Лідія Слиж запропонувала відновити виставки в Галерії СУА на 4-му поверсі домівки СУА, яка колись була відповідно обладнана. Але після пожежі в будинку все зруйновано. Пані Слиж запропонувала створити комітет, який би зайнявся відновленням Галерії СУА. На наступному засіданні Округної Управи кожен відділ повинен подати до цього комітету одну членку. Головою комітету обрано Наталію Соневицьку – мистецько-музейну референтку Округу СУА Нью Йорк, за яку проголосували одногослосно.

В своєму слові голова Округної Управи Нью Йорк Галина Романишин підкреслила, що багато роботи в музеї проводять представниці 1, 21, 83 та 113 відділів СУА.

Н. Соневицька подала інформацію про проведений в ООН Mother Language Day, на якому вона була присутня і деякі союзнянки нашої округи.

Засідання продовжилось звітами референток та голів відділів. Наприкінці, Галина Романишин привітала тих, хто народився в березні та вручили їм квіти. Іменинниці почули багато щирих і добрих поздоровлень та побажань від присутніх.

Олена Немелівська,
пресова референтка Округу Нью Йорк.

До уваги авторів і дописувачів!

Просимо надсилати статті, питання та пропозиції українською, або англійською мовою електронною поштою на адресу, яка надрукована на другій сторінці обкладинки журналу “Наше Життя”: unwlaourlife@gmail.com

ДО 25-ЛІТТЯ 56-го ВІДДІЛУ СУА ім. МЛЕНИ РУДНИЦЬКОЇ СУА В НОРТ ПОРТІ, ФЛОРИДА

«Нас кличе всіх до праці Союз Українок»

26-го січня 2016 р. Цього дня в залі церкви Входу в Храм Пресвятої Богородиці 56-ий Відділ СУА в Норт Порті, Флорида, провів свої Загальні річні збори. Відкриття розпочалося з Гімну СУА, молитви і Хвилини мовчання за всіх союзнок, котрі відійшли у вічність за цей звітний період, а також Многоліття членкам, які народилися у січні.

Рік — час немалий, але й роботи зроблено чимало. Протягом року референтки не раз звітували про працю референтур у пресі та в журналі "Наше Життя", щоб поділитися з іншими відділами та українською громадою своїми справами й успіхами. Бо Відділ справді працює дуже активно, завдячуючи усім без винятку членкам. Скільки приємних справ було звершено — великих і малих, але надзвичайно потрібних і тут, і в Україні. Досить сказати про те, що членки відділу подають матеріальну допомогу кільком сім'ям українських воїнів, котрі віддали своє життя, обороняючи східні терени України, захоплені російськими окупантами; посилають стипендії потребуючим студентам та учням, а в Америці намагаються знайомити присутніх на різних виставках, зустрічах та імпрезах як з українськими традиціями, звичаями, так і сьогоденними подіями, щоб збудити ширший інтерес до України.

Про все це та про іншу виконану працю говорили виступаючі референтки у своїх звітах, водночас дякуючи голові Анні Марії Суслі за постійну підтримку та правильне спрямування діяльності Відділу.

В свою чергу Анна Марія Сусла наголосила, що без посвяти та енергії членок ніяка праця не була б виконана, тому вона щиро дякувала всім за розуміння, підтримку і глибоку віру в те, що робота Відділу є дуже потрібною і дає справді добрі плоди.

Дискусія над звітами була недовгою — виступили Оріся Зінич, Віра Боднарук, Христина Боднар-Шелдон. Звіти прийнято одногосно.

Так само було прийнято звіт Контрольної комісії, з яким виступила голова К.к. Ірина Кузик, наголосивши, що фінансові книги були ведені взірцево, а відповідали за цю важливу ділянку роботи Оріся Зінич та Уляна Стадник. Хочеться навести такі щирі слова

Ірини Кузик: «Ми, при цій нагоді, щиро дякуємо Орісі й Уляні за їхню посвяту і час, який вони вложили у цю ділянку праці. Також, заслухавши звіти Управи та референтур, ми бачимо, як гарно і з посвятою вони працювали для добра нашого Відділу, Союзу Українок Америки та України. Щиро вам усім дякуємо і уділяємо абсолюторію уступаючій Управі, а новий бажаємо гарних успіхів у наступній каденції» ...

Цікавими були "внески", їх озвучила голова Анна Марія Сусла: — Управа пропонує надати Почесне членство 56-го Відділу багаторічним членкам, самовідданим у праці, взірцевим у приватному житті і громаді Неонілі Лехман і Роксолянні Яримович. — Обидві були глибоко зворушені. Їхнє офіційне представлення відбудеться на святкуванні 25-ліття Відділу, яке вже незабаром.

Наступним був вибір нової Управи і Контрольної комісії. Номінації на наступні два роки — від січня 2016 року до січня 2018 року — запропонував Номінаційний комітет, в складі якого: Лідія Білоус, Неоніля Лехман і Слава Малюк. На голову знову запрошено Анну Марію Суслу, 1-ша заступниця голови Леся Попель, 2-га — Оля Гронь, протоколярна секретарка Рома Гуран, кореспондентка — Ляриса Шпон, скарбники Богдана Пужик і Уляна Стадник, пресова — Любов Часто, вільна членка Лідія Білоус, організаційні референтки — Анна Маріянні і Зіна Ференц, культурно-освітня — Уляна Рондяк, зовнішні зв'язки — Леся Попель і Катерина Стецюк, суспільна опіка — Галя Ліснич, Галина Індіану, Анна Маріянні, Одарка Горбачевська, музейно-мистецька — Ліда Михалович, диригент хору Любов Інграм, стипендійна референтка Ліда Бойко, архівар Роксоляна Яримович, господарка Катя Познахівська.

До Контрольної комісії увійшли: Уляна Сось — голова, Оріся Зінич та Ірина Кузик — заступниці, Слава Малюк і Люба Ярмач — члени.

Голова новообраної Управи Анна Марія Сусла виступила зі словами подяки за довір'я, привітала членів Управи, а союзнянки проспівали їм Многоліття.

2 лютого Цього дня відбулися перші сходи членок 56-го Відділу на чолі з новообраною Управою, які відбулися в осередку Св. Андрія.

Вони відкрилися молитвою та Многоліттям для членок, народжених у лютому, привітанням і представленням гостей. А гостями в цей день були: Маріянна Заяць — голова СУА, Петруся Савчак і Дарія Бистряник з Нью Гейвен, Конн., Віра Грабець з Массачусеттс і Мирося Футей з Вашингтону.

До слова було запрошено протоколярну секретарку Рому Гуран, яка прочитала протокол з попередніх сходинок. Богдана Пужик— новообрана скарбничка — звітувала про те, що вона прийняла від попередників, особливо наголошуючи про те, що дві членки — Лідія Білоус і Віра Боднарук — "усиновили" дві родини в Україні. Ляриса Шпон звітувала про роботу кореспонденційної референтури, Ліда Бойко — про справи стипендійної акції, Роксоляна Яримович — про Різдвяну зустріч, що відбулася 8 січня ц. р., на якій було 116 присутніх, дякуючи членкам, котрі особливо багато попрацювали, щоб свято так гарно відбулося, а це пані Ляриса Шпон, Арета Барановська, Христина Боднар-Шелдон, Анастасія Фатенко, Олена Бойко, Катя Познахівська, Зіна Ференц, Оксана Лев. Доклали свою працю й фантазію, щоб прикрасити Різдвяну зустріч, чоловіки союзнок на чолі з Орестом Білоусом, який склав веселі й дотепні привітання та диригував цим веселим чоловічим хором, за що союзнянки були сердечно вдячні, нагороджуючи кожну вітальню колядку щирими оплесками. Про Коляду відповідали пані Іванка Мартинець і Віра Боднарук, кошти з Коляди підуть на підтримку потребуючих родин в Україні.

Коли звітування про найсвіжіші справи Відділу було закінчено, культурно-освітня референтка Уляна Рондяк запросила до слова голову СУА Маріянну Заяць, яка нещодавно побувала в Україні, і тепер, прибувши з гостювою візитом до союзнок в Норт Порт, Фл., мала нагоду поділитися із ними і своїми враженнями, і виконаною там роботою. Розповідь була тривалою і надзвичайно хвилюючою, особливо, коли йшлося про відвідини шпиталів, де лікуються поранені учасники АТО, дитячих лікарень та дитячих сиротинців. Її виступ додав союзнянкам ще більшої снаги до суспільної праці.

13 лютого Цей день заслуговує на особливу увагу з огляду на те, що 56-ий Відділ святково відзначив своє 25-ліття.

О 5-ій годині вечора святкова публіка почала з'їжджатися до залі церкви Входу в Храм Пресвятої Богородиці, що на розі вулиць

Біскейн і Прайс в місті Норт Порт, Флорида. Гостей прибуло багато і з околиць, і з різних стейтів, і навіть з України. Святково прибрана зала вітала всіх великим стендом про 25-ліття, стендами з фотографіями та текстами про історію та працю Відділу. У святковій програмі було вміщено імена всіх засновниць 56-го Відділу, а це: Вероніка Бардиш, Марія Граб, Анна Маріяні, Галина Несторович, Леся Романишин, Оріся Білас, Олена Качала, Оксана Мельничин, Ірена Петрик, Анна Скіць, Леся Яськів, Надія Іванчук, Надія Мандрусак, Марія Наваринська, Ірена Радзикович, Марія Чорній, Зіна Ференц. Головами протягом усього часу були: Марія Наваринська, нині Почесна голова, Марія Білинська, Оріся Свістун, нині Почесна голова, Христина Лазор, Іванна Головата, нині Почесна голова, Оксана Лев і діюча від 2012 року Анна Марія Сусла. Почесними членками Відділу є: Надія Іванчук, Любов Інграм, Неонілія Лехман, Слава Малюк та Роксоляна Яримович. Почесним членством СУА нагороджені Марія Наваринська, д-р Іванна Ратич, Іванна Мартинець, Оріся Свістун та Лідія Білоус. Це найбільш заслужені особи, які доклали багато праці, щоб 56-ий Відділ став багатим і на членство, і на великі справи, про які в ході програми говорили ведучі цього урочистого ювілейного вечора Лідія Білоус та Катя Стецюк.

Відкрила святкову програму голова 56-го Відділу Анна Марія Сусла, вітаючи присутніх та запрошуючи всіх разом заспівати Гімн Союзу Українок Америки. І злетіло під зводи залі:

*Гей, сестри, взору очі і духа піднесім,
Стрічати крацу долю ми разом всі ідім.
Вже сходить ясне сонце для України дочок,
Нас кличе всіх до праці Союз Українок.*

Після гімну дві ведучі почергово розповідали про найважливіші досягнення відділу та окремих членок. Очевидно, не один гість, хто далекий від цих справ, був глибоко зворушений, почувши цифри грошових збірок, які перевів відділ на різні цілі. Доречно сказати, що 56-ий Відділ є найбільшим, сягнув 100 членок. Приємно відзначити, що про всі ці досягнення могли почути гості з України, а це були полковники Сергій Самборський, Юрій Сотула і Дмитро Григорієн, які в даний час перебувають на військовій базі МкДілл в Тампі, Фл.

В продовженні програми прозвучали пісні "Одна калина", сл. Віталія Куровського, муз. Руслана Квінти та "Лебеді материнства",

сл, Василя Симоненка, муз. П. Майбороди і А. Пашкевича.

З привітанням виступила голова Союзу Українок Америки Маріянна Заяць, наголошуючи на величезних здобутках відділу в усіх напрямках діяльності та дякуючи за величезний вклад у працю Союзу Українок. Від Управи СУА вона вручила Грамоту Признання за жертвовну працю на добродійні цілі СУА.

З привітаннями виступили: Оля Черкас — голова 124-го Відділу в Ст. Пітерсбург, Фл. та

Наталія Сантарсієро — голова 136-го Відділу в Нейплс, Фл.

Опісля розпочався бенкет, поблагословлений отцями Василем Петрівом та І. Фатенком.

Цей чудовий Ювілей закінчився забавою під звуки музичної групи братів Сизоненків.

Любов Часто,
пресова референтка 56-го Відділу СУА.

ЗАГАЛЬНІ РІЧНІ ЗБОРИ 83-го ВІДДІЛУ СУА, НЮ ЙОРК

10 лютого 2016 р. успішно відбулися 51-ші Загальні річні збори 83-го Відділу СУА в домівці СУА в Нью Йорку.

Відкрила збори Люба Шатанська, голова відділу, яка радо привітала всіх присутніх. До президії зборів вибрано Ірину Куровицьку головою, Леся Юзенів секретарем.

Всі члени Управи відділу представили докладні звіти про свою діяльність у 2015 році.

Клавдія Грицик — протоколярна секретарка протоколувала всі сходи членів відділу.

Ірена Ядліцька — кореспонденційна секретарка вчасно вислала повідомлення про всі заходи, що проводились у відділі.

Рома Шуган — скарбник подала ретельний фінансовий звіт за 2015 рік.

Відтак звітували референтки відділу.

Організаційна — Богданна Слиж працювала над збільшенням кількості союзниць у відділі.

Культурно-освітня — Леся Юзенів на кожні сходи готувала нові цікаві програми на різні теми: Про В.Симоненка, Л.Костенко, про життя в таборах Ді-Пі. У диспутах брали участь всі членки відділу.

Імпрезова — Надя Савчук дуже багато праці вклала в організування всіх імпрез відділу: «Хапай мішок», Щедрий вечір, День матері та ін.

Виховна — Дарія Генза за станом здоров'я була відсутня. Про Світличку доповіла вчителька Дарія Дроздовська. Богданна Слиж прозвітувала про фінансовий стан Світлички. Батьки вчасно оплачують навчання дітей.

Референтка Суспільної Опіки Оксана Лопатинська займалася допомогою і опікою старших союзниць, які не можуть відвідувати сходи. В пляхах — усиновлення родини загиблого вояка в Україні.

Стипендійна — Оля Кузьмин прозвітувала, що у 2015 році виплачено 1.000 дол.: студентам із Закарпаття, семінаристів в Бразилії, а також двом новим стипендіятам з України, чиї батьки загинули в зоні АТО. Передала вітання і подяку відділові від стипендіятам.

Музейна — Мотря Мілянч доповіла, що відділ передав Музеєві 1,500 дол. Шість союзниць відділу щотижня працюють добровільно в Музеї. Кожна з них віддала 250 годин праці для Музею.

Архівар — Марта Данилюк збирає, впорядковує і зберігає матеріали і фотоінформації про діяльність відділу. Подала некролог до «Нашого Життя» про св. п. Ольгу Гаєцьку, довголітню активну союзницю відділу.

Заступниця голови Анна Саф'ян брала активну участь в організації виставки мисткині Дарії Івашко, Щедрого вечора, всіх перекусок на сходи та ін.

Члени відділу схвалили бюджет на 2016 рік, поданий на одобрення Ромою Шуган, в якому пропонується, крім інших видатків, даток до Музею — 1,000 дол., на суспільну опіку — 1,300 дол., на журнал «Наше Життя» — 1,700 дол.

На закінчення Леся Юзенів, культурно-освітня референтка коротко розповіла про появу дуже корисної книги проф. Сергія Плохія в англійській мові *The Gates of Europe. A History of Ukraine*. Ця книга є добрим подарунком для приятелів-американців і для молодих друзів, членів родини і тд.

На закінчення голова зборів Ірина Куровицька запропонувала заспівати всім «Многая Літа» і побажала всім благ, доброго здоров'я і гарної праці в СУА.

Люба Шатанська,
голова 83-го Відділу СУА.

A STORY OF SURVIVAL, ADOPTION, AND RENEWAL

by Karen Chelak, UNWLA Branch 75

How do you help war torn people from your ancestral homeland fight for dignity and freedom when you live thousands of miles away? How do you support the brave men and women fighting for their country's very existence? You do what women have been doing for millennia. You help a battered individual family survive.

Acting on this premise, UNWLA Branch 75 chose to adopt the family of a severely wounded Ukrainian soldier this past Christmas season. Our story began during the week of Holodomor memorial dedication ceremonies this past November, when Ksenia Rakowsky (Branch 75 social welfare chair) and Ivanka Olesnycky (New Jersey Regional Council's social welfare chair) visited with several wounded Ukrainian soldiers who were recuperating and undergoing rehabilitation at Walter Reed Hospital in Washington, D.C. Ksenia and Ivanka focused on a soldier named Vadym and later made their presentation to the branch members, who unanimously agreed to help him and his family. The family adoption program allows for an organization to financially support that family on a quarterly basis for three years, with promised social interaction between the branch and their family.

Branch 75 wanted to do more for this brave soldier, so this year's Christmas party was dedicated to raising additional funds on his behalf. The committee in charge of the program consisted of Karen Chelak, Oksana Lodziuk Krywulich, Ksenia Rakowsky, and Marta Popowich. More than \$4,500 was collected, along with gifts for the soldier's family back home in Kyiv. Vadym hadn't been home for many months and wouldn't be returning home until late March. It was a long time since he had seen his family, so the committee purchased an ipad from the donated funds and sent it to Kyiv. In mid-January the family was reunited via Skype. They spent the entire day and night "visiting," and continue to do so every day.

In February 2016, our Vadym and several other recovering Ukrainian soldiers from Walter Reed hospital attended the annual Ukrainian Heritage Day held at the Prudential Center in New Jersey before, during, and after a New Jersey Devils hockey game. They were introduced to the crowd between periods. One Branch 75 member approached "our" soldier and asked him how he was coping with his injuries. The valiant young man replied that given the chance, he would do it all over again, adding "you cannot put a price on freedom."

Vadym's response was an answer to his personal trial by fire that began in Ukraine and has led to a journey that brought him to the United States. You see, our soldier was travelling in a truck with nine other soldiers. The truck ran over a bomb that exploded, killing everyone but Vadym. Badly wounded, he lay there for three days before he was rescued, suffering frostbite. His injuries were so severe that he had both legs and arms amputated, below the knees and elbows.

Our viddil "visited" with Vadym's pretty wife and their daughters via Skype in late January, and all Soyuzanky attending took turns speaking with them. The 5-year-old daughter is now in kindergarten; the other is an infant, born while her Tato was in the hospital. Vadym has not yet seen her in person. Vadym's wife expressed her gratitude for the clothing, books, toys, and baby items that Branch 75 sent to the family. She also thanked us for the ipad, which has allowed them to communicate with their beloved husband and father and the people from America who have become their friends.

And we, the women of Branch 75, are also very grateful. Because of the decision made last November, we are accomplishing something meaningful for war-torn Ukraine, one family at a time.

(Editor's note: Full details about the initial stages of the adoption of Vadym and his family can be found in the author's article published in the February 28, 2016, edition of The Ukrainian Weekly, pg. 15.)



THE SPIRIT OF A CHRISTENING

by Valia Dimitri, Branch 136 Press Secretary



Scene from UNWLA Branch 136 Christening

On January 31, 2016, with great pride and humility, 29 members of the newly formed UNWLA Branch 136 of Naples, Florida, were officially 'Christened' by their UNWLA sisters. As I entered the hall to help with preparations for the event, I observed a truly a colorful vision. There were my UNWLA sisters hustling about in excitement, adorning tables with sunflowers, hanging embroidery, and arranging beautiful donated gifts for the silent auction that was part of the day's agenda. Those working in the kitchen were assembling delicious and beautiful tortes for dessert. Absorbed in the hustle and bustle, our smiles reflected a unity of purpose and the special Ukrainian cultural bond we shared.

Leading us in this grand endeavor was our amazing president, Natalie Santarsiero. Our joyful anticipation could be felt throughout the hall. Natalie opened the program by welcoming our 128 guests and leading us in the UNWLA prayer and hymn. An overview of UNWLA was presented by Branch 136 members and by co-liaisons for Branches-at-Large Olya Czerkas and Orysia Zynycz. The UNWLA's National President, Marianna Zajac, greeted us on behalf of the UNWLA National Board, and the welcoming greeting was followed by the ceremonial lighting of candles by Ms. Zajac, Branch 136's Honorary Godmother Nusha Macielinska, and Natalie Santarsiero.

The program continued with formal introductions, the induction of the new members of Branch 136, and the presentation of the UNWLA membership charter and emblem pins. We all took an oath to uphold the goals and principles of the UNWLA. After congratulations, everyone sang, *Mnohaya Lita!*

Our delicious dinner commenced with Fr. Vasyl Petriw of the Most Holy Mother of God Ukrainian Catholic Church of North Port leading us in prayer. Dessert was enhanced by a medley of Ukrainian songs, performed by Yulia Oparista and Olena Kukushkin, accompanied by Alexander Kukushkin. A very successful silent auction and raffle followed.

We were honored by the many distinguished guests that made our christening truly memorable and meaningful. We are most grateful to our dear friends Marianna Zajac, UNWLA National President; Ann-Marie Susla of Branch 56 (Northport); Olya Czerkas of Branch 124 (St. Petersburg); Olga Sperkacz of Branch 17 (Miami); and Vera Andrushkiw, president of the Detroit Regional Council. A special note of thanks goes to Slawko Tysiak and Bohdana Puzyk of the Ukrainian National Association. Their kind greetings and the remarks offered by Mr. Tysiak on behalf of the UNA were much appreciated.

We are especially and deeply indebted to Anna Macielinski, formerly UNWLA Vice President for Membership and Organizational Affairs and currently our Honorary Godmother, for bringing us together on March 8, 2014, the day we formally became Branch 136 of Naples, Florida. Our official christening event brought us even closer together in spirit and purpose, and we look forward to sharing new endeavors and adventures with our UNWLA sisters in Florida and throughout the country.

ONE RIVER, MANY STREAMS

by Marianna Szczawinsky Crans, Branch 95

Each year, on the last weekend in September, the city of Beacon, located in the Mid-Hudson Valley of New York, celebrates “Spirit of Beacon.” On that day, Main Street is closed to traffic, and the local community hosts an elaborate parade with floats, marchers, and bands celebrating all the various schools, churches, city departments, civic groups, and organizations that make up the community. Everyone is recognized on this occasion, making this a true and inclusive home-town celebration. This event coincides with the local Strawberry festival and thus includes a variety of food vendors, entertainment, as well as the “One River, Many Streams Folk Festival.”

One River, Many Streams is presented by Arts Mid-Hudson, a nonprofit arts service organization that promotes art and programs cultural events locally, with support from member donors and from local, regional, and state funding. The annual folk festival showcases craft and performance traditions, each presented by members of various area ethnic and cultural communities. In addition to stage performances, there are numerous booths where community representatives present hands-on craft displays reflecting traditions of their respective cultures.

UNWLA Branch 95 has been a proud participant in this annual event, eagerly sharing many different aspects of our Ukrainian culture and art forms. The 2015 festival heralded the return of the oft-requested Ukrainian Dancers, much to the delight of our members and Arts Mid-Hudson Folklorist Dr. Polly Adema. This year’s event featured a rousing performance by the amazing Tsvitka Dance Troupe from Sloatsburg, N.Y. The troupe practices and performs under the direction of Andrij Cybyk, a professional dancer, trainer and choreographer, who studied under the great Roma Pryma Bohachevsky.

As in previous years, the dancers amazed onlookers with their dancing skills and authentic beautiful costumes as they performed a variety of regional dances, seamlessly incorporating several costume changes into their repertoire as needed.

The delighted spectators responded to the lively music and intricate dance steps with loud and enthusiastic applause. It must be noted that Arts Mid-Hudson always prepares and distributes a lovely program booklet with information about the dance groups and their dance traditions, and about the different ethnic organizations doing hands-on demos and the cultural art forms shared during the event; this year, our Tsvitka dancers were featured on the cover!

Branch 95’s contribution to the event included a booth with several hands-on cultural activities for children. During the day, branch members taught children how to write their names in Ukrainian on beautiful book marks adorned with traditional Ukrainian embroidery designs.

We also taught the children about the meaning behind the different designs and the colors used on our famed pysanky. The children enjoyed using markers on painted wooden disks to replicate the designs and create pysanka magnets to take home as a keepsake of the festival. We also supplied a word game embossed with the image of a Hopak dancer and handed out coloring pages of dancers and pysanky.

One crowd-pleasing favorite we incorporated into our display was a Hopak mural that people could pose with and have their picture taken. This was a big hit with visitors of all ages, a real selfie magnet!

Enjoying another late summer afternoon, participating in a lovely community event, and sharing our culture was a truly nice way to live up to our UNWLA goals. We worked hard and had fun and enjoyed a feeling of accomplishment. But this story cannot end without a note of appreciation about our “Branch Husbands” who chipped in with set-up and marked our location with a beautiful Ukrainian flag. A special note of thanks also goes to photographer Lori Adams, who so skillfully captured the highlights of our work in pictures. Another word of thanks goes to our friend Polly Adema and Arts Mid-Hudson for giving us the opportunity to be a part of this global neighborhood again. We look forward to participating again this year!





Branch 95 booth and members who staffed it during the 2015 event:
*O. Drozdowycz, S. Hawryluk,
 M. Cade, C. Gorham, and M. Crans.*
 Photo by Lori Adams.



Hopak Mural



Tsvitka Little Dancers directed by Andriy Cybyk.
 Photo courtesy of Lori Adams.

Let's Go Healthy Shopping

by Ihor Magun, M.D., F.A.C.P.

You probably go food shopping at least once a week (if not more frequently), and it mainly feels like a necessary chore. But with the proper mental attitude and a helpful guide on how to be a healthy, savvy shopper, this basic chore can actually become a pleasant diversion.

There are two cardinal rules that must be obeyed. The first is to come prepared with a complete list (and a commitment not to deviate from the items on that list). The second rule is never going food shopping when you are hungry. Armed with those two rules, you are now ready and able to march into the store and emerge a winner.

Your first stop should be the store's produce section. This, in fact, is the location where you should spend most of your time looking, selecting, and filling your cart. Seasonal produce is usually the best choice because it is either picked locally or grown and shipped to the store in the shortest time. Choose fruits like pears or apples, which have a rich fiber content. It's good for roughage and makes you feel full. Select vegetables that not only have good nutritional content but are low in carbohydrates; these include leafy green vegetables, broccoli, cabbage family products like Brussels sprouts, avocados, and green beans. If you are watching your sugar intake, limit the high sugar content fruits that include bananas, grapes, mangos, and pineapples. Berries are always a good source of vitamins and blueberries in particular have a high content of antioxidants. Make your produce selection as colorful as possible so that it not only tastes good but also looks good. Make sure to add lemons or limes because you will probably be using them to flavor the water you will be drinking. (You did promise yourself you would drink more water, didn't you?)

As you move on to the dairy aisle, put some eggs in your cart. They are an excellent source of protein and recent studies have substantiated that they can be eaten almost daily. Obviously this does not apply to people who may need to watch their cholesterol content and should follow that recommendation. For everyone else, moderation is always the key. The plain and simple egg is sometimes referred to as a nutritional powerhouse—it has high quality protein, vitamins, and minerals all within a seventy calorie serving.

Yogurt, particularly the Greek style, has become the most popular selection of savvy food shoppers. But it is important to be vigilant about the fat content, the fruit added for flavor or color, and the brands that contain a granola component. It is always better to purchase yogurt without fruit and add your own, perhaps with a touch of honey to sweeten it. With respect to milk selection, lower fat is always better. Healthy and popular alternatives include milks made from soy, almonds, or cashews. They taste great, have a greater calcium content than dairy milk and are also lower in calories. As you continue in the dairy aisle, select cheeses that are not processed but natural.

Good healthy choices include cottage cheese, ricotta cheese, and feta cheese. Some are surprisingly versatile. For example, try sprinkling cinnamon on cottage cheese for a sweet dessert that is not only tasty but also low in fat and carbohydrates. And here's another thing that might surprise you: Whipped cream in a can is a good choice, provided you can control your finger when you dispense the product. It is not high in calories, and it adds a touch of elegance and sweetness to many things. Pair it with some fruit or add it to your coffee as a treat.

Next we move to the meat/fish aisle. Look for lean beef, turkey, skinless chicken, and remember to consume fish at least twice a week. Seafood is versatile, easy to prepare, and takes very little time to cook. Salmon, flounder, cod, and scallops are readily available and reasonably priced. As you head to the deli counter, brace yourself to avoid temptation or you can get into trouble. Everything looks great but listen to that inner voice that says "buyer beware." You should particularly exercise caution with sliced meats. Despite acceptance by the American Heart Association, all deli meats have a high salt content and contain nitrates. This is not to say that you should never buy any of these products, merely a strong suggestion that it's better to limit ingestion to small, infrequent portions.

Be especially vigilant of products that are labeled as fat free. These products invariably have a higher salt content for flavoring purposes. You are better off with products that have some fat and less salt. Also be wary of prepared meals, which are not the healthiest choice to begin with; such foods often taste great thanks to high salt content.

Eventually, you'll reach the beloved bread aisle. You knew this was coming sooner or later. Hopefully, most of us are now selecting whole wheat products rather than the "cottony" bread products that surround them. This is a good choice but remember to read labels anyway. Check for whole wheat as the first ingredient and watch out for high fructose content. Be careful with dark-colored breads—many of them are just that, artificially "colored." And finally, despite the "high in fiber" note on the packaging, remember that your fiber should come from produce not from bread. One tasty bread alternative is wraps that can be cut into chunks and are available in whole wheat versions.

As you pass the snack aisle, avoid pretzels. They are full of carbohydrates and have no nutritional value. A much better choice is popcorn that you can add your list of approved toppings. Nuts are good but should be limited because of their high caloric content so remember to read labels before choosing. Macadamia nuts, walnuts, and almonds are among the good choices.

As you cruise down the beverage aisle, limit yourself to seltzers and flavored water, preferably without artificial sweeteners. You can actually train your taste buds to get used to certain types of food, and this includes training them to enjoy beverages without added sweeteners.

New temptations surround you in the candy aisle, so brace yourself with the mantra "all things in moderation" and take comfort in the knowledge that it is fine to select a good and well-made product that will give you pleasure as long as you don't gorge. So go ahead and buy that good quality chocolate and enjoy it. After all, you did so well with your other choices in all the other aisles, you've earned a reward.

After reading all these suggestions, recommendations, and warnings, you may think that all of this is ridiculous. Who can shop like this and eat this way? But like all the beneficial things you have learned to do in life, this is a shopping and eating philosophy that can be learned in increments. Sooner than later, you are likely to discover it is actually an adventurous way to shop and a tastier way to eat. More importantly, it is an approach that will make you feel better. As with most things in life, this guide should be followed with common sense; the recommendations are not etched in stone and can accommodate exceptions and changes. Happy, healthy shopping!

I'll end this column with a favorite recipe that fits the bill and illustrates the possibilities.

Smachnoho!

REFRESHING SEAFOOD SALAD

This works as an appetizer or as a complete light meal based on portion selection. Makes four servings.

- 1 large unpeeled cucumber cut into thin slices
- 4 cups of chopped, cooked chilled seafood (try a combination of shrimp, salmon, scallops)
- 2 oranges, peeled and sliced into bite-size segments
- 4 tablespoons of finely chopped celery
- 4 tablespoons of finely chopped parsley
- 4 tablespoons of finely chopped red onion
- 4 teaspoons of fresh lemon juice
- 4 teaspoons of white vinegar
- 4 tablespoons of extra virgin olive oil
- 2 teaspoons of honey
- 1/2 teaspoon of salt
- 1/2 cup of shelled walnuts, almonds, or Macadamia nuts

Line four bowls with the cucumber slices. In a separate bowl, combine the seafood you selected with the celery, parsley, and red onion. In a separate bowl, whisk together the lemon juice, vinegar, olive oil, honey, and salt. Divide seafood mixture into four equal portions and arrange on cucumber slices. Add orange segments and then drizzle the liquid ingredients over the contents of each bowl. Top with nuts. Tastes best when assembled right before serving, but the individual steps may be prepared earlier.



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

Олена Пчілка

Святослав Левицький. Малюнки автора

Чи розумієш ти свого котика?

Чи знаєш ти, що домашні тваринки, кицьки також в тому числі, розуміють багато слів людської мови? Ось тільки повторити ваші слова вони не можуть, бо так збудовані їх голосові зв'язки. Тоді спробуймо зрозуміти їх мову.

1. «Няв!» – дуже тоненьким голосочком означає, що твоя киця не просить щось в тебе, а вимагає: – Дай! А якщо ще й зачіпає тебе лапкою, то вимагає: – Дай негайно!
2. Закидає голову вгору, пильно дивиться у вічі, жалібно тягне «м'яв» – проситься до тебе на руки.
3. Простягає лапку – котик чимось зацікавився.
4. Якщо чіпляє кігтями твій одяг – запрошує тебе на прогулянку.
5. Шипить, вигнувши спину, наїжачивши шерсть і задерши хвоста – чогось злякався, але всім своїм видом дає знати, що повен сили дати гідну відсіч всякому видимому і невидимому ворогові.
6. А коли, побачивши, як ти заходиш в кімнату, прожогом біжить від тебе, щоб сховатися – це він зробив вже якусь шкоду.
7. Крутиться навколо себе, шкребеться – негайно відкрий двері до лазнички, бо буде біда.
8. Мружиться, мурчить, жмакає лапками твій одяг – висловлює задоволення своїм життям.
9. Коли смокче твій одяг, палець, волосся – скаржитися на свою самотність, просить твоєї ласки.
10. Верещить на все своє горло – сигнал про біль. Котика треба понести до лікаря.



Весняні загадки

Пробудилися поля,
Заквітчалася земля,
Прилетіли журавлі,
Заспівали солов'ї.
Тепло до нас принесла
В сонячній вінку






Першим я збудивсь зі сну,
Прикрасив ліси й гаї,
І зустріну я весну
В славнім хорі журавлів.
Квітки мої білі й ніжні,
А зовуть мене

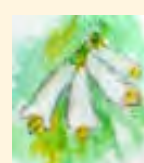
Хоч під снігом лист зелений
Цілу зиму продрімав,
Але в теплий день весняний
Синім цвітом завітчав
Лісок, поле і зарінок –
В'ється по землі

Відповіді. 1. Весна. 2. Підсніжник. 3. Барвінок.



Хрестиківка «Весняні квіти»

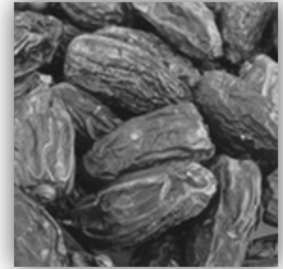
	1			В							
			2	Е							
	3			С							
				4 Н							
			5	Я							
6				Н							
			7	І							
				8 К							
	9			В							
			10	І							
				11 Т							
		12		И							



Весняні квіти

Відповіді. 1. Барвінок. 2. Незабудька. 3. Підсніжник. 4. Нарцис. 5. Ряст. 6. Троянда.
7. Фіалка. 8. Крокус. 9. Конвалія. 10. Лілія. 11. Тюльпан. 12. Ірис.

Фініки – «їжа богів»



Фінік – *Phoenix dactylifera* (date) – воістину дивовижна ягода, що прийшла до нас зі Сходу. Саме там з глибокої давнини вирощували високі фінікові пальми, які раз на рік доставляли людям величезне задоволення – постачали смачними і дуже корисними ягодами. Їх властивості можна недооцінювати. Навіть легенди Сходу говорять про чудодійну силу ягідок. Вважалося, що фініки є їжею богів. Адже люди, що вживали фініки щодня, жили дуже довго і виглядали молодо і свіжо. Підтвердження цього можна знайти в горах Тибету, де деякі монахи дуже похилого віку можуть сказати вам раціон свого харчування. А він дуже простий – вживання самих лише фініків. Так чи інакше, у цієї ягоди величезна кількість властивостей, про які й піде мова в нашій сьгоднішній статті.

Вчені довели, що фініки здатні позбавити серце від хворіб, а судини від поганого холестеролу. Крім того, включення фініків в раціон харчування здатне значно сповільнити процес старіння організму людини.

Вони є дуже ситними. Цю властивість відкрили для себе люди, які постять. Адже, з'ївши лише кілька сушених ягід фінікової пальми, ви вже частково угамуєте голод. В результаті фініки стали оптимальним варіантом для віруючих людей, які дотримуються Великого Посту.

Володіючи підвищеною кількістю магнію, фосфору, заліза і калію, фініки є найкращим варіантом для людей, що страждають серцево-судинними захворюваннями. Щоденне вживання фініків сприяє очищенню судин і зниженню ризику виникнення інсультів (stroke) та інфарктів (heart attack).

Завдяки 23 видам амінокислот сушені фініки в значній мірі підвищують розумову діяльність і є хорошою альтернативою волоських горіхів і родзинок. Їх вживання зазвичай призначається літнім людям для профілактики хвороби Альцгеймера та інших нервових розладів.

Маючи у складі глютамінову кислоту, фініки допомагають швидко позбутися від печії, кольок і спазмів у шлунково-кишковому тракті. Крім цього, після їх вживання підвищується обмін речовин, що сприяє зниженню ваги.

Шкідливі властивості

Існують деякі шкідливі властивості фініків, про які не варто забувати. Вони протипоказані людям, котрі страждають хронічними захворюваннями шлунково-кишкового тракту. У цьому випадку дієтологи рекомендують вживати фініки в складі каш або пюре. Це допоможе розм'якшити сушений продукт і він буде перетравлюватися значно швидше.

Не можна вживати їх людям, страждаючим цукровим діабетом, так як сушені ягоди володіють підвищеним кількісним вмістом цукру.

Також пам'ятайте завжди про те, що надмірне вживання сушених фініків може викликати голодну біль і діарею. Найкраще з'їдати по 4-5 штук на добу – це оптимальна кількість, яка збагатить організм необхідними елементами і не зашкодить вашому здоров'ю!

Як правило, вистачає лише кількох штук, щоб втамувати спрагу «чогось солоденького до чаю». Фініки є прекрасною заміною звичайним кондитерським виробам.

Ті, хто хоч раз пробували фініки відзначають їх виняткову солодкість. Воно й зрозуміло, адже плоди фініків містять 70% цукру, а це в кілька разів більше, ніж в будь-якому іншому фрукті. Справа в тому, що до складу фініків входить фруктоза і глюкоза – так званий природних цукор. Він не тільки безпечний, але й навіть корисний для нашого організму. До того ж, фініки не містять холестеролу, тому їх розумне вживання може бути дуже навіть корисним.

*Опрацювала Лідія Служ
на основі матеріалів із соціальних мереж.*



MASHA ARCHER

'maria muchin'

Available at...

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

Meet Masha in the San Francisco
Opera Gift Shop
Friday September 11
thru Sunday December 13
Open during all performances
San Francisco Opera
301 Van Ness Avenue
San Francisco, CA
(415) 864-3330

Available online...

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



masha archer design studio • san francisco • 415.861.8157 • www.masha.org

ГОЛОВНА УПРАВА СОЮЗУ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

ПОЧЕСНІ ГОЛОВИ СУА

Анна Кравчук, Ірина Куровицька

Маріянна Заяць – голова СУА

ЕКЗЕКУТИВА

Рома Шуган – 1-ша заступниця голови
Христина Бойко – 2-га заступниця голови для справ організаційних
Софія Геврик – 3-тя заступниця голови для справ культури
Роксоляна Мисило – 4-та заступниця голови для справ зв'язків
Ірина Бучковська – протоколярна секретарка
Дарія Дроздовська – кореспонденційна секретарка
Зоряна Гафткович – секретарка комунікацій
Оксана Антонюк – скарбник
Віра Кушнір – фінансова секретарка
Марія Андрійович – вільна членка
– вільна членка

РЕФЕРЕНТУРИ

Лідія Білоус – суспільної опіки
Святослава Гой-Стром – виховна
Хризанта Гентиш – мистецтва і музею
– стипендій
Ольга Дроздович – архівар
Оля Мовчан-Новак – вільних членок

КОНТРОЛЬНА КОМІСІЯ

Оксана Фаріон
Марія Томоруг
Рената Заяць
Ярослава Мулик
Оксана Скипакевич Ксенос
Лідія Слиз
Тамара Стадниченко

ГОЛОВИ ОКРУЖНИХ УПРАВ

Віра Андрушків – Дітройт
Галина Генгало – Філадельфія
Галина Романишин – Нью Йорк
Ксеня Раковська – Нью Джерзі
Доля Кріслата – Огайо
Любомира Калін – Чікаго
Уляна Зінич – Нова Англія
Марія Кейд – Центральний Нью Йорк
Орися Зінич – зв'язкові віддалених
Оля Черкас відділів

**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. 8 – “UKRAINIAN DESIGNS.”
Взори з жіночих сорочок на Гуцульщині.*