

PUBLISHED BY UNWLA, INC.  
ВИДАЄ СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ



# OUR LIFE НАШЕ ЖИТТЯ

09 | 2020  
SEPTEMBER | ВЕРЕСЕНЬ



	<b>Ukrainian National Women's League of America, Inc.</b>	1001
		Date: <u>July 20, 2020</u>
Pay to the Order of	<b>Feeding America</b>	\$ 31,410.00
	Thirty-one thousand four hundred and ten	00/100 Dollars
UNWLA for USA (pandemic 2020)	<b>Marianna Zajac</b>	
⑆ 234 56 78 000 ⑆ 234 56 78 90 ⑆ 100 ⑆	<i>Authorized Signature</i>	



## СЛОВО ГОЛОВИ СОЮЗУ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

Маріянна Заяць, голова СУА

Екзекутива Союзу Українок Америки (СУА) з величезною радістю цього місяця пропонує читачам перший випуск «Нашого життя» (Our Life) вже з оновленим, свіжим обличчям, модернізованим новим дизайном, кольоровими сторінками та покращеною якістю паперу. Ми поставили собі за мету презентувати нашим членкиням і передплатникам захопливу та всеохопну письмову версію поточної діяльності СУА, а також розмістити статті, ретельно дібрані нашими редакторами для стимулювання вашої зацікавленості, і які завжди супроводжуються кольоровими світлинами. Мета нашого видання, на його 76-му році успішного існування, не тільки чесно визнавати нові виклики, але й залишатися незмінними, не зважаючи ні на що. Як ми вже неодноразово повторювали, «Наше життя» є «візитівкою» нашої організації не лише в США, але й у всьому світі. У ньому розповідаємо про те, хто ми є, а також висвітлюємо широкий спектр нашої діяльності.

Як і протягом останніх десятиліть, на шпальтах журналу будемо продовжувати надавати можливість нашим членкиням СУА ділитися успіхами своєї діяльності у своїх місцевих громадах. У січневому номері «Нашого життя» за 2004-й рік (60-й ювілей «Нашого життя») почесна голова СУА Ірина Куровицька зазначила, що «часопис є нагадуванням про минуле, втіленням сучасного і надією на майбутнє». Саме «надія на майбутнє» надихала Екзекутиву СУА на запровадження інноваційних змін, які базуються на нашому минулому і реалізуються у сьогоденні. Дехто з нас ще пам'ятає, наскільки разючою була ідея зробити «Наше життя» двомовним виданням, як для декотрих членкинь СУА, так і в цілому для української діаспори в США. І треба було, щоб пройшли роки з моменту прийняття такого рішення, аби всі переконалися, що воно було справді далекоглядним. Таке рішення допомогло зберегти саме ту читацьку аудиторію, для якої англійська версія була кращою для сприймання і читання. У тому самому випуску, у січні 2004-го року, Тамара Стадниченко писала: «...ми можемо лише пишати мудрістю тих, хто наполягав на виборі цієї неоднозначної дороги». Саме така далекосяжна стратегія підштовхнула Екзекутиву СУА до рішення покращити вигляд та візуальний зміст «Нашого життя»: задля того, щоб привернути увагу всіх наших членкинь 2020-го року – твердині з минулого, рушійної сили сьогодення та майбутніх носійок нашого смолоскипу.

Ідея змін може викликати тривогу. Більшість з нас воліла б уникнути їх, які б вони не були, але зміни є нероздільною частиною нашого руху вперед, розвитку нашої організації, і нам необхідно їх приймати.

Журнал «Наше життя» переживав фінансові труднощі, про що ми відверто повідомляли у 2004-му році, і ця проблема поки що залишається. Екзекутива СУА організувала опитування та вивчила багато різних можливостей, які б пом'якшили фінансовий тягар і уможливили подальше видання символу СУА та його громади – часопису «Наше життя». Ми повідомимо рішення Головної Управи СУА щодо цього у грудневому випуску журналу.

Ми заохочуємо Вас прийняти та насолоджуватися нашими змінами, і не вагаючись ділитися з нами своїми коментарями, які можете надсилати на адресу: [ourlife@unwla.org](mailto:ourlife@unwla.org).

Рухаємося разом до майбутнього СУА!

Дякуємо за вашу постійну підтримку!

# REFLECTIONS FROM THE PRESIDENT

---

Marianna Zajac, *UNWLA President*



The UNWLA National Executive is very excited to introduce this month's issue of *Our Life*, with a new and refreshed facelift, a new and improved layout, many delightful color-filled pages, and an upgrade in paper weight. Our intention is to provide our members and subscribers with a stimulating and exciting written and visual presentation of UNWLA current activities, as well as articles carefully chosen by our editors to pique your interest, always enhanced by color photos. The goals of our publication, in its 76th year of success, while honestly acknowledging its tribulations, remain the same – *Our Life* serves as a “calling card” for our organization, here in the United States, as well as throughout the world. *Our Life* is our magazine – one that reflects who we are and the wide range of work we do.

As has been done over the decades, articles will continue to allow UNWLA members to share the success of their efforts within their communities. In the January 2004 issue of *Our Life*, which was the 60th anniversary of the publication, Honorary President Iryna Kurowyckyj wrote, “the magazine stands as a reminder of the past, a representation of the present, and the hope for the future.” It is UNWLA's hope for our future success that has motivated the Executive Committee to foster innovative changes, to build on our past and represent the present.

Among us are those who may remember how the decision to make *Our Life* bilingual was a shocking proposition to many UNWLA members, as well as, perhaps, to the Ukrainian-American community, overall. Yet, the years since that decision have proven that this decision showed foresight – and helped retain those readers for whom English is more accessible. As Tamara Stadnychenko wrote in the same January 2004 issue of *Our Life*, “.....we can only applaud the wisdom of those who insisted on taking this disputed path.” This same instinct of seeking innovation to sustain *Our Life* into the the future has prompted the Executive Committee to enhance the look and visual content of *Our Life* so that we capture the interest of all of our 2020 membership – the members who represent the past strongholds, the present doers, and the future carriers of our torch.

We understand that change can be unsettling. Many of us prefer to shy away from changes no matter what they are. However, change is an integral part of our journey, of our organization's journey and should be embraced.

As was reported frankly in the January 2004 issue, *Our Life* was suffering financial difficulties. These difficulties remain. The UNWLA National Executive has engaged our membership in a survey and has studied many options to alleviate the financial burden in order to continue publishing *Our Life*, the very symbol of the UNWLA and our members. We will be presenting the decisions of the UNWLA National Board in the December issue.

We invite you to embrace and enjoy the changes to *Our Life*, but also to send your comments, observations, suggestions. Please send to: [ourlife@unwla.org](mailto:ourlife@unwla.org).

I thank you for your dedicated and continuous support!

Let us move into UNWLA's future!

## “НАШЕ ЖИТТЯ”

Видає Союз Українок Америки  
раз у місяць (крім серпня)

Україномовний редактор - Лариса Тополя  
Англомовні редактори - Тамара Стадниченко,  
Ірена Ярошевич

Редакційна колегія:

Маріянна Заяць – голова СУА

Надя Нинка, Ока Грицак, Анна Кравчук,  
Софія Геврик, Оксана Лодзюк Кривулич,  
Наталія Павленко, Ольга Дроздович

## “OUR LIFE”

Published by the Ukrainian National Women's  
League of America Monthly (except August)

Ukrainian-language editor - Larysa Topolia  
English-language editors – Tamara Cornelison,  
Irena Jarosewich

Editorial Board:

Marianna Zajac - UNWLA President

Nadia Nynka, Oka Hrycak, Anna Krawczuk,  
Sophia Hewryk, Oksana Lodziuk Krywulych,  
Natalie Pawlenko, Olya Drozdowycz

Канцелярія СУА та адміністрація журналу

“Наше життя”: UNWLA / Our Life

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

Tel.: (212) 533-4646

E-mail: office@unwla.org (канцелярія)

E-mail: unwlaourlife@gmail.com (редакція)

Адміністратор: Оля Стасюк

Канцелярські години: вт, ср, чт: 12 п.п. - 8 п.п.

Administrator: Olya Stasiuk

Office hours: T. W. Th. - 12 p.m. to 8 p.m.

Periodicals Postage Paid at Rochester, NY  
and at additional mailing offices. (USPS 414-660)  
POSTMASTER - send address changes to:  
“OUR LIFE” 203 Second Ave., New York, NY 10003  
© Copyright 2019

Ukrainian National Women's League of America, Inc.

Дизайн та друк:  
Custom Design and Print Inc.  
+1 877-468-0102 | DesignAndPrintAgency.com

ISSN 0740-0225

\$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

Членкині СУА одержують «Наше життя» з оплатою  
членської вкладки через відділ. Передплатникам  
письмово нагадується про відновлення передплати.  
Річна вкладка вільної членкині 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.

## ЗМІСТ • CONTENTS

Маріянна Заяць. Слово голови Союзу Українок Америки .....	2
Marianna Zajac. Reflections from the President .....	3
Лариса Тополя. Два крила, на яких тримається людство .....	5
Український музей у Нью Йорку .....	6
Лідія Служ. Жінки – героїні Української Повстанської Армії .....	8
Дякуємо, Комп'ютопринт! Дякуємо, Марійко! .....	9
Natalie Santarsiero. A New Author Among Us .....	10
Вісті Центру СУА з жіночих студій в УКУ .....	11
Настанови від Блаженнішого Митрополита Київського та всієї України Епіфанія .....	12
Oka Hrycak. Feeding America .....	13
Tamara Stadnychenko Cornelison. Reflections on Covid, Cholera, and Callow Youth .....	14
Gratitude .....	15
During the Days of Covid. Pat Zalisko. Interview by Dr. Farrin Chwalkowski .....	16

### ДІЯЛЬНІСТЬ ОКРУГ І ВІДДІЛІВ

Наталія Шморон. Карантин — не причина зупиняти благодійність (76-й Відділ СУА) .....	17
Oksana Lodziuk Krywulych. New Jersey Regional Council «A Bit of Sunshine» .....	18
Patricia Zalisko. An Antidote to a Pandemic .....	19
Віра Березовська. 30-му Відділу СУА карантин не заважає бути активним .....	20
Nadia Liteplo. COVID-19 face masks (Branch 30, New York) .....	21
Christine Boyko. UNWLA Branch activity during the COVID-19 pandemic: What we learned .....	22
Irena Sawchyn. When all you have is lemons... ..	24
Branch 134 (Whippany, New Jersey) .....	26
Thank you to our medical professionals .....	26
Branch 98 (Middletown, New Jersey) .....	26
Нехай не збідніє рука... (129-й Відділ) .....	26
Branch 98 members contribute skills and compassion .....	27
Branch 137 (Passaic, New Jersey) .....	27
Підтримуємо тих, хто має потреби (138-й Відділ) .....	27
Лідія Білоус. Під час карантину (56-й Відділ) .....	28

Володимир Гевко. Коронавірус — це тигр, що застрибнув у човен нашого життя .....	29
Благодійність .....	29
Тетяна Беценко. Магія та лікувальна енергетика рідного слова .....	30

In Memoriam / Відійшла у Вічність	
Wolodymyra Tesluk .....	32
Geraldine Hajduk .....	33
Наталія Гевко .....	34
Ihor Magun. Some Thoughts on Covid .....	35
Нашим дітям .....	36
Наше харчування .....	38

На обкладинці: Валентина Табака, Ока Грицак, Оксана Лодзюк Кривулич з чеком,  
який СУА надіслав організації «Нагодуй Америку» (Feeding America). Гроші зібрані в  
рамках проєкту «Годуймо голодних, СУА для США».

# Два крила, на яких тримається людство

Ми прийшли в цей світ, щоб допомагати один одному у нашій подорожі життям.

Вільям Джеймс

Одного разу бідна людина приречено запитала у Бога:

- Чому я бідний?

- Тому що ти не вмієш давати, - відповів на те Бог.

- Але що можу давати, коли у мене немає нічого?

- Чи справді нічого? - запитав Бог. - Адже ти маєш уста, що здатні посміхатися тим, хто у смутку. Ти маєш язик і можеш втішати знедолених словом. Твоє серце таке велике, що вмістить біль тих, хто спраглий на співчуття. Ще ти можеш дивитися очима любові на тих, хто обтяжений потребами, а сила твого тіла стане у пригоді для слабкого. То ж ти не бідний, якщо багатий на співчуття та людяність.

Милосердя та доброта – то два крила, на яких тримаємося ми самі і які втримують все людство. І особливо це відчутно у часи карантинних обмежень, коли всі не тільки позбавлені звичного ритму життя, але й мають дефіцит уваги, спілкування, а той засобів існування. Щиросердність і бажання допомогти тим, хто у скруті, спонукала світових лідерів та Організацію Об'єднаних Націй навіть заснувати один з найважливіших днів міжнародної громадськості - Міжнародний День Благодійності. Обрали для цього дату 5-го вересня - день, коли пішла у Вічність Мати Тереза, місіонерка Римо-католицької церкви, яка відома своїми справами добродійності, є однією із засновниць і настоятелів Ордену милосердя, а також лауреаткою Нобелівської премії миру 1979-го р. «За допомогу стражденному людству».

Той факт, що світова організація поціновує благодійництво та стурбована великою кількістю людей, що живуть у злиднях, покладає ще більшу відповідальність на тих людей, для кого благодійність завжди була вищою з чеснот. Їх вшановують щирою повагою і «золотими літерами» закарбовують у народній пам'яті. Найвідоміші з добродійників-меценатів - Костянтин Острозький, Богдан Хмельницький, Іван Мазепа, Михайло та Іван Терещенки та тисячі інших - ставали колись і обирають нині шлях творення й примноження добра у світі. На кошти таких благодійників будують церкви, монастирі та музеї, друкують книги, рятують життя...



Але милосердя означає не тільки пожертву фінансову або матеріальну. Воно також проявляється у доброму слові, що сказали комусь у поганий день, у посиденьках поряд з тим, хто відчуває себе приреченим на самотність, у щирому стисканні в обіймах того, кого душать сльози відчаю. І кожен прояв людяності та підтримки (великий і малий, фінансовий і духовний) закарбовується у серцях людей і, головне, має найвищу нагороду - пишеться на скрижалях Вічності.

Кожен з нас має у собі щонайменше зернятко, макову росинку любові до ближнього. І кожен є носієм добра, яке постійно дістає з близьких і далеких закутків серця та ділитися ним з тими, хто голодний і спраглий. А рука, що дає, ніколи не збідніє... Бо добровільна, щедра, добросердна благодійність - то не втрата, а надбання, що у часи випробувань є нашою опорою.

«Маленькі добрі справи, зроблені від великої любові, приносять радість і спокій. Важливо не те, що робимо, але скільки любові вкладаємо в це.

Мати Тереза

# Український Музей

222 E 6th Street New York, NY 10003

## Дорогі Члени США,

Як знаєте, Український Музей був заснований у 1976-му р. Союзом Українок Америки. Він був інкорпорований окремо як музейна установа з постійною хартією від Відділу Освіти штату Нью Йорк, і зі своєю власною Управою. Музей дуже цінує нагоду ознайомити членів США зі своєю працею, періодично повідомляючи на сторінках, присвячених Українському Музею, про наші виставки, програми та події.

Відколи Музей тимчасово закритися для публіки через пандемію COVID-19, ми почали показувати наші виставки 2019 — 2020-х рр. віртуально. Першою була виставка «Від темряви до світла: Живопис Михайла Туровського», тому зачинаємо Музейну сторінку цією виставкою. Куратором виставки є Василь Махно. Декілька прогулянок-екскурсій, записаних на відео, дозволить тим, хто не мав нагоди побачити виставки наживо, подивитись їх в Інтернеті: [www.youtube.com/UkrainianMuseum](http://www.youtube.com/UkrainianMuseum). Серед них — 5 відео-записів про живопис Туровського.

Живопис Михайла Туровського не обмежується одним визначенням, одним стилістичним способом чи однією тематикою, бо протягом тривалого творчого життя в Україні та Америці мистець випробовував й експериментував, змінював знайдене та прагнув нового. Життєва енергія Туровського, що пробивається крізь різкі кольори, форми людського тіла, краєвиди, урбаністичні пейзажі, графічні лінії чорно-білих малюнків, творить



Пам'яті моєї матері;  
б.д., полотно, олія, 24 x 24 (61 x 61)



З циклу «Соняшники» 23, 1996;  
полотно, олія, 25 ¾ x 25 ¾ (65.4 x 65.4).  
Зі збірки д-ра Ленарда Блея

особливий погляд на світ, фіксуючи його миттєвості.

Михайло Туровський належить до повоєнного покоління українських мистців, знаних як шістдесятники. Народжений 1933-го р. у Києві в єврейській родині, він навчався в Київському художньому інституті, де його вчителями були графік Василь Касіян і малярка Тетяна Яблонська. У 1960-х Туровський переважно займається книжковою графікою. Мабуть, саме у цей період відбулося формування художника, який навдивовижу вдало поєднав український мелос, єврейську книжність і західноєвропейські пошуки нової мистецької мови в живописі. Перша виставка Туровського відбулася у 1975-му р. у Києві у Центральній виставковій залі. А з того часу – й по всьому світу: Ізраїль, США, Франція, Еспанія, Бельгія, Італія.

У 1979-му р. Туровський переїжджає з родиною до Америки та поселяється в Нью Йорку. Омріяна свобода творчості в столиці світу стає реальністю. Проте Туровський невдовзі збагнув, що галерії вибагливі й усе, що колись видавалося простим і легким – тепер переобтяжено у новій реальності. Відбувається внутрішнє переосмислення, руйну-

ються міти та зникають стереотипи. Друге народження мистця Михайла Туровського відбувається в Нью Йорку.

У Михайла Туровського вироблена особлива мистецька інтуїція у виборі тем і техніки відтворення предметного світу. У творчості мистця існують різноманітні цикли, що нагадують епічні розповіді, в яких автор експериментує з композицією, кольором, предметністю та фігуративністю. Такими наративами Туровського можна вважати теми Голодомору, Голокосту, материнства, жіночої тілесності, краєвидів і міських пейзажів. На окрему увагу заслуговує його цикл «Соняшники», можливо тому, що для України соняшник, тополя чи калина вросли в національну самосвідомість, за ними прочитується національна самоідентифікація.

Підсумовуючи – протягом тривалого творчого життя Туровський прямує від темряви до світла, намацуючи опори для своїх мистецьких шукань. Рука Майстра до кожного твору додає дрібку світла, збагачену життєвим досвідом і бажанням побачити цей світ в ілюмінації буйних фарб.

**Василь Махно**, запрошений куратор.



Великий пейзаж;  
б.д., полотно, олія,  
60 x 36 (152.4 x 91.4).



Чотири дерева;  
б.д., полотно, олія, 36 x 48 (91.4 x 121.9).



# Жінки – героїні Української Повстанської Армії

РЕФЕРАТ, ВИГОЛОШЕНИЙ ПІД ЧАС ВІРТУАЛЬНОГО «СВЯТА ГЕРОЇВ» ОРГАНІЗАЦІЇ  
ОБОРОНИ ЧОТИРЬОХ СВОБІД УКРАЇНИ (ООЧСУ) 5-го ЛИПНЯ 2020-го РОКУ



*Лідія Слиз, голова Нью Йоркської Округи США.*

Українська жінка в усі часи була Берегинею роду, господинею в домі, вірною дружиною та доброю матір'ю, виховувала дітей у релігійному та патріотичному дусі. Крім цього, українська жінка завжди займала активну громадянську позицію. І тому, коли під час Другої світової війни утворилася Українська Повстанська Армія (УПА), багато жінок-добровольців вступили до її лав. Адже УПА – це збройна військова сила, яка боролася як проти німецьких, так і проти російських окупантів. Метою УПА було створення Української самостійної держави. УПА боролася за незалежну Україну аж до 1955-го р., тобто ще 10 років після війни. Це була справді народна армія, бо в ній добровільно служили найвідданіші патріоти України, зокрема і жінки.

Слід наголосити, що фундаментом підготовки жіночої сітки УПА були довгі та терпеливі навчання у Пласті та Юнацтві ОУН, де отримували знання з історії України, її визвольних змагань та військового вишколу.

Жінки-добровольці в рядах Української Повстанської Армії були задіяні: у розвідці та санітарній службі, в референтурах пропаганди та зв'язку; займалися господарськими справами, забезпеченням харчами, одягом і медикаментами.

Досвідчені й талановиті жінки залучалися до роботи в референтурі пропаганди. Займалися редагуванням і виданням підпільної преси, літератури та листівок. Працювали у підпільних журналах, наприклад «Чорний ліс», «Повстанець», редактором якого була українська дитяча письменниця **Богданна Світлик** (псевдонім Марія Дмитренко; загинула у 1948-му р.)

Найвищою за чисельністю жінок у лавах УПА була мережа медичної служби. Сестри милосердя не тільки лікували, доглядали поранених і хворих вояків у бункерах-шпиталях, але на своїх тендітних плечах виносили під ворожим вогнем поранених повстанців з поля бою. А коли виникала потреба оборони себе і своїх друзів, сміливо брали участь у смертельних боях, де сили ворога переважали. Так, 19-го березня 1950-го р. в бою загинула сестра милосердя **Мирослава Левицька**, яка залишилася прикривати кулеметним вогнем відступ повстанців, серед яких були і поранені стрільці.

Ще один приклад. Улітку 1947-го р. у бою було поранено командира сотні прославленого Різна – **Мирослава Гресько**. Медсестра сотні, після того як перев'язала його рану, повела сотню в бій



до перемоги. Була нагороджена Срібним Хрестом Бойової Заслуги.

Однією з найнебезпечніших професій війни є розвідка. На розвідниць звідусіль чигала смертельна небезпека. Найчастіше розвідниці йшли за кількадесят метрів попереду загону, розвідуючи дорогу, попереджаючи про небезпеку.

Не менш небезпечною була праця повстанських зв'язкових, що вимагала героїської відданості, витривалості, блискавичних рішень у критичних ситуаціях. У нічній темряві, у сніговії, у дощ і спеку, пішки через ліси, бродом через крижану воду — зв'язкові підтримували комунікації між повстанськими загонами, командирами, підпіллям. В історію назавжди ввійдуть зв'язкові головнокомандувача УПА Романа Шухевича: **Катерина Зарицька, Одарка Гусяк, Галина Дидик, Ольга Ільків** – авторка славетного «Повстанського танго».

Багато жінок брали безпосередню участь у бойових одиницях УПА, інколи і як командири відділів, чотові. Разом з чоловіками нарівні здійснювали кількामісячні рейди, брали участь в жорстоких боях, де сили ворога завжди переважали чисельно й технічно.

**Ольга Горошко** після смерті в бою свого чоловіка, командира загону, очолила відділ. Під її керівництвом повстанці продовжували успішно воювати з ворогом.

**Калина Лукань** – надрайонний провідник Косівщини, брала участь у багатьох боях і загинула разом з чоловіком Скиданом в останньому своєму бою у 1950-му р.

У битвах і походах, у повстанських нелегких буднях жінки-воїни УПА поступалися в хоробрості, витримці, військовій майстерності чоловікам.

Розповім про одну героїню – зв'язкову та радистку УПА **Любу Комар-Прокоп**, з якою я особисто була знайома, бо ми обидві були членинями 64-го Відділу Союзу Українок Америки в Нью Йорку.

Перед війною Люба Комар вчилася у Львівському університеті та вступила до лав ОУН (Організації Українських Націоналістів). Після того, як її, а також багатьох інших хлопців і дівчат, більшовики заарештували у 1940-му р., у Львові влаштували суд над ними під назвою «Процес 59-ти». Тоді засудили на кару смерті 42 особи, зокрема 11 дівчат. Серед них була і Люба Комар. Пізніше кара смерті була замінена на 10 років тюрми та 5 років заслання. Коли арештантів везли у вагонах, поїзд попав під обстріл (йшли бої) і Люба разом з іншими товаришами чудом врятувалася. Під час німецької окупації, повернувшись до Львова, Люба вступила до лав УПА і була зв'язковою та радисткою. Наприкінці війни, з наближенням радянського фронту, була зарахована до групи, котра отримала завдання Проводу відійти на Захід.

Після Війни Люба Комар опинилася в Америці та проживала в Нью Йорку разом з чоловіком Мирославом Прокопом і двома дочками. Вона видала книжку своїх спогадів під назвою «Процес 59-ти», яку її дочка Христя Прокоп пізніше переклала на англійську мову, доповнила знімками та матеріалами про перехід групи через усю Європу аж до Америки. Книжка має назву «Skratches on a Prison Wall». Її можна купити на AMAZON. Раджу всім придбати це надзвичайно цікаве видання.

Вічна слава українським Жінкам-Героїням, які віддали своє життя за українську незалежну державу, що ми з вами маємо вже майже 30 років. Бережимо свою Україну, бо вона у нас єдина.

**Слава Україні! Героям Слава!**



## ПОДЯКА

ДЯКУЄМО,  
КОМП'ЮТОПРИНТ!

Союз Українок Америки дякує Марії Дупляк, президентові фірми «Computoprint», а також її співробітникам за плідну працю упродовж десятиліть з дизайнування, створення макету та друку журналу «Наше життя»! Пані Марія виконувала роботу професійно та добросовісно, була терплячою до наших бажань, а до всіх проблем і утруднень завжди ставилася з гарним гумором. У нас було товариське співробітництво і ми сподіваємось надалі у майбутньому працювати з «Computoprint», зокрема над виданням книг Конвенції США та інших матеріалів.

Дякуємо, Марійко!

## GRATITUDE

THANK YOU,  
COMPUTOPRINT!

The UNWLA extends our deep thanks to Maria Duplak, President of Computoprint, as well as to Computoprint employees, for their decades of executing the layout and printing of Our Life magazine. Maria and her company handled our work professionally, respectfully, patiently, and always with good humor. We have developed a warm camaraderie and hope to continue working with Computoprint in the future, publishing UNWLA Convention books and other miscellaneous printed material.

Thank you, Mariyko!





# A New Author Among Us

*by Natalie Santarsiero  
President, Branch 136, Naples, FL*

As a founding member of UNWLA Branch 136 in Naples, Florida, Valentina “Valia” Dmitri has served our Branch well for the past five years as press secretary and public relations liaison. Her radiant smile, optimistic attitude, and her willingness to participate and contribute are indeed appreciated in our quest to enrich our southwest Florida community with continuing education programs political, historical, and cultural in nature.

Through her professional and social contacts, she was instrumental in bringing presentations of the film “Women of Maidan” to the Center for Lifelong Learning at Hodges University, as well as to Arbor Trace Senior Living Center, both in Naples. These presentations and discussions were well attended and well received!

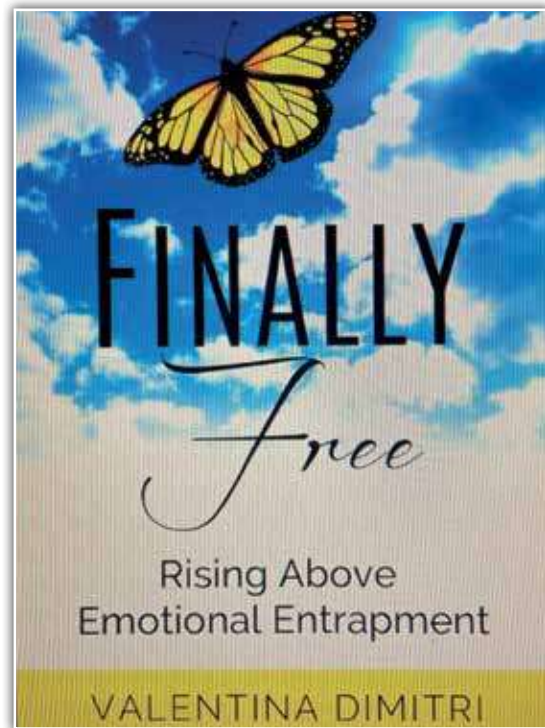
Our Branch is very pleased and proud to announce that Valia has become a published author. On June 15, 2020, her book “Finally Free: Rising Above Emotional Entrapment” was published after her long commitment to tell her story.

An educator, writer, transformational coach, and seminar leader, Valia has a passion and desire to help others who suffer from deeply imbedded personal pain. In her book, Valia shares vignettes from her own life to demonstrate how our self-defeating beliefs influence our behaviors. As a child, her perception of being kidnapped, and then abandoned, left her traumatized. However, as she matured and grew in understanding, she came to the conclusion that all of us are always children at heart. We carry that vulnerable child within us along with our

hopes, joys, fears, sorrows, insecurities, and unfulfilled dreams. She writes, “I discovered that there was in me an invincible summer and that we are all powerful beyond belief.”

Join Valia on her journey through self-discovery and personal transformation. Her book is available on Amazon and at Barnes and Noble. The first chapter of her book can be read on her website, [www.swingstarseminars.com](http://www.swingstarseminars.com), where you can click on a link to purchase the book.

Congratulations, Valia! Your sister Soyuzanky wish you much success in your venture as an author!



## ВІСТІ ЦЕНТРУ СУА З ЖІНОЧИХ СТУДІЙ В УКРАЇНСЬКОМУ КАТОЛИЦЬКОМУ УНІВЕРСИТЕТІ

# Курс «Жіночі постаті Старого Завіту»

У весняному семестрі 2019 - 2020-го академічного року керівниця Центру СУА з жіночих студій в УКУ Галина Теслюк прочитала онлайн курс «Жіночі постаті Старого Завіту» для семінаристів Київської Трьохсвятительської духовної семінарії УГКЦ. Семінаристи мали змогу не лише ознайомитися з видатними жіночими постатями Старого Завіту та пізнішим богословським осмисленням цих образів, але й навчилися критично оцінювати вплив культури на розуміння сакральних текстів; орієнтуватися в широкій палітрі жіночих образів Старого Завіту; побачити множинність голосів і традицій у біблійних текстах; дізнатися, як такі поняття як «інший(а)», «стать», «клас», «раса», «нація» знаходять своє вираження у біблійних текстах; навчилися розрізняти культурні стереотипи щодо старозавітних жіночих образів, орієнтуватися, як ці образи трактуються у творах мистецтва та літератури, і найголовніше, усвідомлювати різницю між першими та другими; орієнтуватися в богословських інтерпретаціях старозавітних жіночих образів.



Створення Єви. Мармуровий рельєф Лоренцо Майтані, Собор Орвієто, Італія.



**Галина Теслюк**, кандидатка наук з богослов'я, старша викладачка кафедри біблійних наук філософсько-богословського факультету УКУ, докторантка Каліфорнійського університету в Берклі (США).

«Чи я звертав увагу на жіночі постаті в Старому Завіті? Так! Але чи надавав їхнім ролям в історії спасіння великого значення, чи намагався зрозуміти, що відчували жінки - учасники подій, описаних у Біблії? На жаль, ні. Саме завдяки курсу про постаті жінок в Біблії, який для нас, студентів КТДС, викладала п. Галина Теслюк, я зміг по справжньому ознайомитися з жіночими постатями Старого Завіту. Курс допоміг краще пізнати важливість ролі жінки в історії спасіння, а найголовніше - я зрозумів, що жіночі історії в Біблії є не менш важливими, ніж чоловічі, а також є цікавими для подальшого дослідження і можуть слугувати гарним прикладом для наслідування», - поділився своїми думками Михайло Височанський, семінарист 5-го курсу.

«Враховуючи виклики нинішнього світу, вважаю курс «Старозавітні жінки» актуальним і важливим. Такі лекції допомагають змінити бачення образу жінки у книгах Старого Завіту, переосмислити роль жіноцтва в історії спасіння, також дають відповіді на питання про роль жінок у сучасному суспільстві, руйнують певні стереотипи про образ жінки. Слід вказати на належний рівень підготовки лекторки, яка прекрасно володіє матеріалом, вміє зацікавити студентів і має належно підготовлені лекції з відповідним медіа супроводом. Особисто я хотів би прослухати ширший курс про жінок у Новому Завіті, бо вважаю такі питання актуальними в теперішньому суспільстві. Також вважаю, що це допоможе мені, як майбутньому душпастиреві, краще працювати і будувати правильне розуміння ролі жінки», - зауважив Богдан Борисенко, семінарист 5-го курсу.

# НАСТАНОВИ ВІД БЛАЖЕННІШОГО МИТРОПОЛИТА КИЇВСЬКОГО ТА ВСІЄЇ УКРАЇНИ ЕПІФАНІЯ

## Про відпочинок

Цього літа на звичний для багатьох відпочинок значно вплинуло поширення вірусу. Обмеження польотів за кордон, карантинні обмеження всередині країни та бажання не наразити на небезпеку себе та ближніх змушували коригувати або навіть відмовлятися від деяких планів на літню відпустку. Та це, водночас, нагода замислитися про відпочинок, найперше, для душі, для наповнення духовного світу. Чи залежить він виключно від зміни обставин і локацій? Та чи вмієте ви духовно відновлюватись навіть у невеликих часових проміжках між роботою? Справжній відпочинок мотивує на майбутні звершення, додає натхнення, яке ми можемо черпати навіть у рідному місці. Особисто для мене таким місцем у Києві є Видубицький монастир, де поєднана краса Божого храму та природи. Архітектурний ансамбль святині із трьох боків оточений крутими схилами Національного ботанічного саду. А з четвертого боку, що на заході від монастиря, видніється величний Дніпро. Ця місцевість чарівна та різноманітна в усі пори року... Коли приходжу сюди перепочити, то роздумую, звертаюся до Бога у молитві, адже саме Господь зміцнює всіх нас, надихає та звільняє душу від сум'яття, наче від бур'янів. Молитва позбавляє нас тривоги, збентеженості, багатьох страхів і переживань. Гармонійний відпочинок потрібен не лише для тіла, але й для нашої душі, на яку часто впливають різноманітні стресові ситуації та спокуси, що мають властивість руйнувати, ранити, якщо ми піддаємося їм. Молитва ж відновлює, заспокоює, робить сильнішими у боротьбі зі стресом і гріхом.

Пригадайте також, що на сьомий день створення світу Господь спочив: «І звершив Бог до сьомого дня діла Свої, які Він робив, і спочив у день сьомий від усіх діл Своїх, які чинив. І благословив Бог сьомий день, і освятив його» (Бут. 2:2 – 3). Бог показує нам приклад кропіткої праці, після якої необхідно перепочити. І ми у сьомий день тижня, у неділю, відпочиваємо від усіх буденних

справ, щоби присвятити день духовному відновленню...

Розумію, що багато із вас втомились цього року і від труднощів, що спричинила пандемія. На жаль, вона продовжує змінювати плани і на відпочинок. Проте це спроба навчитись відпочивати, звільняти свої думки, знімати напругу у рідних знайомих місцях, які можна відкрити для себе з іншого боку. І головне – не забувати про духовне оновлення, яке нам приносить щира розмова із Богом.



Митрополит Епіфаній вітає всіх громадян США з нагоди 244-ї річниці Незалежності країни.



# FEEDING America

**Oka Hrycak**

*Social Welfare National Standing Chair*

The coronavirus pandemic has caused the Ukrainian National Women's League of America (UNWLA) to consider ways in which we can continue our charitable work during this unprecedented time. The pandemic has created hardships for millions of people around the world, including in the United States. Many people have lost their jobs and struggle to feed their families. Recalling Ukraine's own history with hunger, the UNWLA National Board called upon its membership to participate in a nationwide action "Feeding the Hungry, UNWLA for USA."

UNWLA Branches, Regional Councils, individual members, and community friends responded to the call, generously donating \$21,410. The UNWLA National Executive Committee provided an additional \$10,000, selecting Feeding America, the nation's leading domestic hunger relief charity, as the recipient of these funds. Feeding America distributes food to millions of people annually via food pantries, soup kitchens, youth programs, senior centers, and shelters.

On July 16, the UNWLA's total donation of \$31,410 was sent to Feeding America. "We



are both obligated and honored to help our neighbors, as the USA is our home, where we enjoy liberty and freedom and where no one should go hungry," stated Marianna Zajac, UNWLA President upon transferring the funds.

In his acknowledgement letter, Casey March, Chief Development Officer for Feeding America, replied, "The results we've accomplished together are extraordinary, but not just because of the numbers—it is in the physical and emotional relief each bag, box and bin provides. With these meals, we lay a foundation for hope."

The UNWLA is grateful to all who have responded to this call, and grateful that through our "Feeding the Hungry, UNWLA for USA" effort we have been able to help many who are in need.

A list of donors to the Feeding the Hungry project will be listed in the October issue.



## Déjà Vu All Over Again

### *Reflections on Covid, Cholera, and Callow Youth*

by **Tamara Stadnychenko Cornelison**

Once upon a time, in the days of young and foolish when nobody had ever heard of Covid, I took a trip to Europe. The trip began with a chartered flight from New York City, organized by a Ukrainian student organization (I believe it was SUSTA). The flight from New York would take us to Amsterdam; what happened next was up to the individual travelers. Itineraries were self-designed, dictated by interests, or friendships, or whim. The only caveat here was that everyone was expected to show up at the airport a month later to catch the flight back to the United States.

The plane landed in Amsterdam; the passengers disembarked and dispersed. My plan was to see a bit of Amsterdam before heading to Paris and then to Spain to meet my cousin Tania, an avid and far-more experienced traveler. Arriving in Madrid, I headed to the American Express office where I was to pick up a message from Tania. As luck would have it, I had arrived on some saint's feast day, and the American Express office (like most other businesses) was closed. So I found a cheap bed and breakfast joint not far from the AmEx office. That afternoon I went to see my first live bull fight, a somewhat gory but nonetheless fascinating experience that I shared with another American tourist who was staying at the same B & B (bed & breakfast

facility) and was happy to keep me company because I spoke Spanish and he didn't.

I met up with my cousin the next day, and we saw the sites of Madrid (from palaces to art museums) while staying at a small pensione that doubled as a residence for young ladies who had come to Madrid to work. The gate in front of the building was closed at a certain hour of the early evening and the only way to get inside was to summon the sereno (neighborhood watchman), a trick accomplished by standing on the corner and clapping until he showed up.

From Madrid, we headed east to Valencia. Because we were traveling on a tight budget, we decided to hitchhike instead of splurging on train tickets. We were quickly picked up by a truck driver who asked us to duck every time we saw a car coming from the opposite direction—seems it was illegal for him to pick up hitchhikers while hauling cargo. As we approached Valencia, he asked where we wanted to go. We told him somewhere muy barato (very cheap), so he dropped us off at the port, a district populated mostly by prostitutes and sailors from all over the world.

Every morning we would leave our luxurious digs and go into the city proper to visit

galleries and museums and monuments and browse through outdoor markets and parks. During one of these excursions we ran into an American family who asked us if we had heard anything about the cholera epidemic. We hadn't and were duly informed about the US State Department advisory to avoid tap water and drink only bottled water or juice or soda or beer or risk croaking from cholera. We followed these instructions diligently, except for our last day in Valencia when we were focusing on our next destination and how we would get there and simply forgot to get bottled anything in town.

It was hotter than hell that night, and we suffered in silence while getting thirstier and thirstier. Sleep was an impossible dream. Finally, we both decided that we couldn't stand it anymore and walked over to the sink and turned the tap to "ON." The water came gushing out, clear and cool and irresistible. We started drinking. And drank a little more. And then a

little more until our thirst was quenched and we felt human again. Then we hugged each other and said "Good night," each of us adding a commentary that boiled down to "If we survive this, we'll have more adventures. If we drop dead from cholera, at least we're together."

The next morning, we each woke up, opened our eyes and decided, "I'm still here."

The next step was checking on each other. We each answered "You OK?" with "I think so."

The next step was the decision to stand up. That worked just fine, so we walked around the room a bit, made sure we had stuffed everything into our knapsacks, checked our purses to make sure we still had our passports, got the hell out of Dodge and fled to our next port of call. And fifty years later, we are still laughing about our great adventure as we contemplate the prospect of new adventures in new places . . . post-Covid, of course. - tsc

## GRATITUDE



After more than 25 years with our magazine, Tamara Stadnychenko Cornelson has retired as the English-language Editor of Our Life (OL). We are grateful to Tamara for her deep commitment to this magazine throughout her tenure.

In 1994, Tamara came to OL during the presidency of Anna Krawczuk and worked with then Editor-in-Chief, Irena Chaban. She continued with Presidents Iryna Kurowyckyj and Marianna Zajac. When she first began, Tamara wrote many of the monthly articles on a wide range of topics – from gardening to ancient Troy – to bring interesting material to the English-language pages. However, she soon developed ongoing relationships with writers, artists, graphic designers, both UNWLA members, as well as non-members,

who contributed their knowledge, talent, and experience to our magazine.

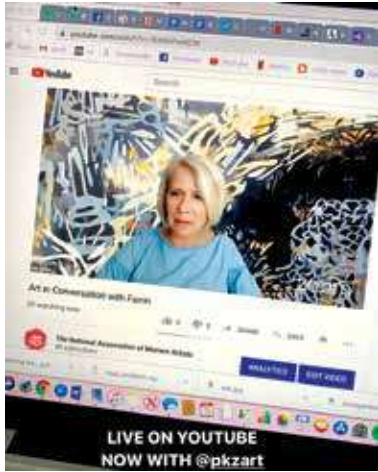
Tamara's professionalism, intensity, and focus resulted in several hundreds of issues of OL that were cohesive and produced in a timely manner. Her sense of humor and hearty laugh have always helped all who were involved in the monthly process of publishing a magazine to work together in a courteous, respectful and friendly fashion. Tamara's contributions clearly have shown that the controversial decision (at the time) to make Our Life magazine bilingual was the correct one – to fulfill the long-term mission of the organization, as well as to meet the immediate need of UNWLA members.

Tamara's creativity, her contributions to OL, have been invaluable, and will be greatly missed. We wish Tamara good health, much enjoyment, and well-deserved relaxation during her upcoming retirement. Thank you, Tamaro!

*UNWLA National Board*

# An Interview with an Artist

## *During the Days of Covid*



Pat Zalisko being interviewed  
by Dr. Farrin Chwalkowski

**Pat Zalisko** has been a member for several years and also serves on the Board of the Florida chapter of the organization and was invited to participate in an interview hosted by NAWA. In view of lockdown orders in most states, NAWA has sought ways to keep its members and patrons of the visual arts connected and stimulated. Art In Conversation with Farrin was initiated as part of that effort. The interviews are aired on YouTube Live and are recorded for future reference. Pat's interview was picked up by other educational institutions and prestigious publications, including the School of Visual Arts, Rutgers University and Art Basel Magazine. Her interview by Dr. Chlawkowski can be viewed on this link:  
<http://y2u.be/1fIABoPwMZM>



**The Power Of Conduction** ©2020 Patricia H. Zalisko.  
48x64 inches, collage on canvas.



# КАРАНТИН

## НЕ ПРИЧИНА ЗУПИНЯТИ БЛАГОДІЙНІСТЬ

**Наталія Шморон, голова 76-го Відділу.**

Саме такого правила дотримуються союзнянки 76-го Відділу СУА у Детройті.

COVID19 суттєво призупинив рух на цілій планеті, і це дуже негативно позначилося на рівні нашого життя в цілому. Багато людей і до цього потребували неабиякої допомоги, а тепер їх кількість у рази збільшилася. Попри те, що ми наразі не маємо змоги збиратися разом на сходинах, все таки наші союзнянки не розслабляються та продовжують виконувати свою звичну місію- благодійність.

Нещодавно ми зробили приватну збірку грошей для придбання засобів особистого захисту для наших військових на Сході. Велику частину суми додала родина нашої союзнянки п. Галини Яловенко і, власне, саме п. Галя передала кошти військовому капелану ОДЧ «Карпатська Січ» о. Василю, який у черговий раз відправився в зону ООС на Донбасі. Крім того, деякі наші союзнянки за час карантину приватно фінансово підтримали дитячий будинок м. Чортків Тернопільської обл., а також долучилися до збірки коштів на медичне обладнання для лікар-

ні у місті Бережани (Тернопільська обл.) Однією з союзнянок було передано фінансовий даток для акції «Нагодуй голодного» у м. Івано-Франківськ.

Також деякі союзнянки відгукнулися на прохання поліціантів Детройту та на кілька чергових днів забезпечили їх дезінфектором і засобами особистого захисту. Дехто з дівчат-союзнянок робили закупівлю продуктів для самотніх людей, які не мають змоги потрапити до магазину. А ще одна з наших старших союзнянок п. Рома Дигдало разом з подругою пошили маски для літніх самотніх людей, які проживають в «Українському селі» у м. Ворен.

Саме так ми довели: незважаючи ні на що, карантин - це справді не причина зупиняти благодійність.

**Здоров'я усім! Бережіть себе!**





by **Oksana Lodziuk Krywulych**,  
President, New Jersey Regional Council

In an effort to bring cheer to elderly nursing home patients who are isolated from their families during the coronavirus pandemic, members of the New Jersey Regional Council created a region-wide project of hope.

Members of all NJ branches were asked to have their children or grandchildren provide drawings of cheer that then would be included in a slideshow for viewing at various New Jersey nursing homes, as well as at St. Joseph's assisted living facility in Sloatsburg NY, a residence for elderly Ukrainians.

The response from our young children was excellent! We received numerous hand-drawn illustrations filled with messages of hope. Supplementing the children's drawings were beautiful photos from nature, as well as sweet photos of pets and impressive photos of national landmarks. The entire slideshow was set to music by our Regional Council Social Welfare Chair. A note from the New Jersey Regional Council President defining the UNWLA and our mission was included in the slideshow.

The slideshow, titled "A Bit of Sunshine," was shown first to residents of St. Joseph's, where



the images had a positive impact on the many residents who, to this day, are only able to spend limited time with their families. The rainbows with messages of love and goodwill drawn by the children give residents hope that, indeed, there will be a rainbow after this storm.

We will continue to offer this project to various nursing homes in NJ, expanding it with various seasonal themes. We hope that the "A Bit of Sunshine" slideshow brings a smile to, and lifts the spirit of, everyone who views it.



# Hosts Literary Evening As Antidote to Pandemic

by **Patricia Zalisko**,  
*English Language Press Secretary*




**Branch 56** in North Port decided to shake off the pandemic on Sunday, June 7, 2020, by hosting a Literary Evening. Remaining in full compliance with CDC guidelines, Branch President Alexandra Popel arranged for the event to be broadcast by live video conferencing. More than eighty guests joined the virtual program from around the globe. They could be seen relaxing in the comfort of their homes, with many enjoying a favorite beverage or snack as they took in the entertainment. Most donned embroidered shirts and greeted mutual friends before the entertainment began.

Alexandra Popel commenced the evening's entertainment by welcoming all attendees. A video of a moving Ukrainian melody by composer Myroslav Skoryk was aired, with performances by violinist B. Pivnenko and conductor Oksana Lyniv. Ms. Popel then recited a poignant poem, "My Native Language," and introduced the event's organizer and director, Ksenia Rakowsky, Branch 56's Cultural Committee Chairwoman. It was she who created the event, secured performers and entertainment, and organized and directed the production. The nearly ninety-minute virtual show consisted of readings, anecdotes, light-hearted story-telling and often humorous poetry readings. Highlights included a bandura performance by Roma Long, a performance on organ by maestro Mykhailo Tsapar, and a comedy routine and prerecorded operatic performance by renowned opera singer Oleh Chmyr, an Honored Artist of Ukraine. Jokes, poetry and amusing stories were delivered by Olya Hron, Lidia Bilous, Lyubov Dmytryshyn Chasto, Ihor Rakowsky, and Lana Yarymovych.

Technical assistance for the event was provided by Lyubomir Boychuk and Alexandra Popel. Ksenia Rakowsky's inspiration and talent made this 'virtual' show possible. The evening's performances concluded with resounding applause and calls to repeat this safe entertainment again soon.





# 30-му Відділу СУА карантин не заважає бути активним

*За 30-й Відділ ім. Л. Крушельницької в Йонкерс, НІ-Віра Березовська, голова.*

*Ранок, холодний, але погідний день - це ж 1-го березня. Скоренько зібралася та їду до церкви в Йонкерсі. 30-й відділ СУА ім. Лідії Крушельницької організував цікаву програму для Йонкерської громади в залі церкви св. Михаїла. До нас завітала п. Маріанна Душар з України. Дуже цікаво розповіла про українську кухню, вплив на неї історії та політики. Публіка зацікавлено слухала презентацію та з великим задоволенням провела полудневі години. Дехто купив книжку «Перша Українська Загально-практична Кухня», недавно перевидану зі вступним словом п. Душар. З гарної доповіді багато навчилися, лише не знали, коли буде час випробувати нові (або старі) рецепти.*

Наступного тижня, 8-го березня, була чергова неділя, де наш відділ продавав каву та солодке в церкві св. Михаїла. У нашому відділі членкині по черзі це роблять. Уже на тижні я одержала вістку від чергових, що вони, мабуть, не зможуть виконати свої обов'язки. А чому? Дві з наших членкинь, Жанна Гуральська та Оксана Мариняк, котрі працюють в аптеці місцевої лікарні, були інформовані, що вони, можливо, інфіковані вірусом Covid-19. Вони були в контакті з першим Covid-19 пацієнтом. Перелякані, наші членкині вирішили не бути поміж великою групою людей та залишилися вдома на карантині. Заступники гарно й успішно продавали каву й солодке того самого дня. Хто міг сподіватися, що це буде наша остання зустріч по нинішній день!

День за днем ми слухали страшні новини. Спочатку сотні, а незабаром і тисячі людей інфікувалися. Сотні, а по нині, тисячі людей в метрополії Нью Йорку постраждали від цієї невидимої хвороби.

Як відділ, спочатку ми були в контакті телефонічно або через електронну пошту. На додаток до вже згаданих членкинь, ще одна наша членкиня - Леся Бойко, була «на фронті» увесь час. Вона перевозила кров і пробірки з аналізами від лікарень до лабораторій. Часто це її закидало далеко від дому та на довгі години. У більшості випадків не було ні директив, ні стандартних вимог, як себе захищати.

По нинішній день Леся, Жанна й Оксана вірно виконують свої завдання. Це наші героїні.

Але, на жаль, нас не обминуло горе: Ірени Гошовської чоловік, Володимир Бугаєнко, помер на початку квітня через ускладнення від коронавірусу. Майже всі у відділі знали когось, хто постраждав від цієї «зарази»: сусід, співробітник, знайомий, та вже навіть не говоримо про родичів в Україні...

У нас під час пандемії був негласний наказ: помагайте тим, хто в потребі! Деякі членкині помагали сусідам, особливо похилого віку. Дзвонили та тримали контакт з ними, коли треба, їхали на закупки або за ліками. Але найбільше підтримували та підбадьорювали їх морально. Інші членкині шили потрібні всім маски. Окремі членкині та 30-й Відділ разом приєдналися до проєкту СУА зі збору грошей на «Feeding the Hungry». Ліля Балкова та Маріка Курчак особисто підтримали грошима «Місто Добра» у Чернівцях (допомога сім'ям в Україні, які через карантин опинилися у важких умовах).

Усіх нас ця хвороба торкнулася, лише в різних формах. Одні були звільнені з роботи, більшість перенесли її до дому та ще й перетворилися для своїх дітей у педагогів, професорів будь-яких фахів і навіть у музикознавців, інструкторів фізкультури та кухарів! Інші з нас підтримували своїх рідних, котрі є в перших рядах - лікарі, медсестри, водії та

інші без яких було би дуже тяжко. У більшості одні за одних хвилювалися, молилися за здоров'я та просили Бога, щоб дав силу пережити цей небезпечний час.

Перейшов Великий Піст, Великодні свята, неділі та інші важливі дати у наших родин: уродини, іменини, 50-ліття шлюбу, день Матері, Вознесіння та Зелені свята. Та ми, союзнянки, далі нашу працю провадимо. Знаємо, що в кожному злі можна знайти щось добре. Кілька членкинь допомагали та шили маски на вжиток рідним і приятелям, як треба вийти в публічне місце.

В одній розмові з Надією Літепло з'ясували, що наш відділ не встиг зійтися, щоб зробити групу світлину, що хотіли долучити до конвенційної книжки. Що робити? Розв'язали проблему так: подамо індивідуальні фото. Але хочемо якимось відрізнитися від інших. Під час цієї розмови вирішили пошити «українські маски» для наших членкинь (див. допис Н. Літепло англійською мовою). Надя пошила наші дизайнерські маски для всіх членкинь.

Богу дякувати, що тепер існує «Зоом», використовуючи який 19-го травня ми зустрілися на сходинах. Як приємно було побачитись, поговорити, поділитися новинами та всім хоч віртуально пригорнутися! Усіх ця зустріч розвеселила, додала настрою та сили йти вперед.

Але до чого згадувала книжку куховарства? Знаємо з розмов, що через цю пандемію більшість з нас мали нагоду спробувати приготувати щонайменше кілька нових страв!

Разом союзнянки 30-го Відділу готові до подальшої співпраці у будь-яких умовах! Вітаємо всіх та бажаємо багато здоров'я та витри-валости.



Надія Літепло  
з дизайнерськими масками.

*Products of my labor of love.*

## COVID-19 FACE MASKS

by **Nadia Liteplo**

*Branch 30, Yonkers, New York*

Since early March 2020 during this COVID-19 pandemic, I (like many others) have been sheltering-in-place at home, performing the mundane activities of daily living such as cooking and cleaning, while also engaging in some specialty projects, such as sewing masks.

When commercially made masks became scarce to none and deliveries were projected for May and June, I thought, “Who can wait that long?” and then took to cutting and sewing them for myself and for my husband. At first, I used the cotton fabrics lying around the house, but as I began to make masks for my children and grandchildren, for other family members and for friends who needed them, I had to order more material on-line.

Concurrently, I have been preparing for publication of another pictorial history of UNWLA Yonkers Branch 30 activities, but I have been unable to complete the book for lack of a group photo of all the current members in embroidered attire. And we are not convening any time soon! While discussing my dilemma with branch president Vera Berezowsky, we jokingly suggested a headshot photo of each member in a designer mask. Then we began turning this suggestion into reality.

Together we decided upon a white fabric face mask with a Ukrainian embroidered trim along the top of the mask. So now I had new project-making designer masks for each of our Branch 30 members so we could present some uniformity once we were permitted to meet safely for branch activities in the not-too-distant future. As we now know, this pandemic is not ending soon, and face masks will be a necessary/fashion accessory for some time to come, until a vaccine or antiviral treatment for coronavirus becomes available.

I share the sentiment of our branch members, as well as of UNWLA membership as a whole, in expressing heartfelt thanks to all medical and healthcare personnel, first-responders, and other essential workers who daily jeopardize their own health in the service of others during this pandemic



## UNWLA Branch Activity during the COVID-19 Pandemic: What We Learned

By **Christine Boyko**, 2nd VP, Membership Affairs and **Natalie Pawlenko**, Officer-at-Large

During the month of July, UNWLA Branch presidents received a survey from the UNWLA National Office asking a few questions about Branch activities during the COVID-19 pandemic. Since March 2020, every state has been involved, to varying degrees, with social distancing, quarantine, and other methods of isolation. Having heard reports of unique and innovative approaches being taken by some Branches to cope with these difficult circumstances, we were curious to learn about the efforts of Branches around the country and determine whether there were lessons learned for us going forward. Here is what we heard from the 27 Branches (approximately 40%) that responded to the survey.

### **What were the most effective ways of keeping your Branch members engaged since March 2020?**

Most Branches used a combination of emails, telephone calls, and virtual communications. Some Branches used strictly virtual communication. One Branch used Facebook. Other Branches used strictly telephone communication to speak with one another and check on members. One Branch held nightly prayer sessions.

### **How engaged have your Branch members been since March?**

The majority of Branches responded that they were either “somewhat engaged” or “very engaged.” This is interesting information since it contrasts with the responses to the question “How often has your Branch met since March 2020?” Fifteen Branches reported not meeting at all, and 12 reported meeting one or more times. This suggests there is a level of engagement beyond the UNWLA Branch meetings about which we would like to know more.

### **If your Branch met, what percentage of the meetings was strictly UNWLA business?**

Those Branches that met more frequently were more likely to include a significant portion of UNWLA business (50% or more) in their meeting time. Yet, four of the 12 Branches that reported meeting did not discuss UNWLA business.

### **Will the experience of the past few months change how you lead your Branch into the future?**

The responses to this question were divided in this manner: 55% (15) responded “yes” and 44% (12) responded “no.” The explanations offered for the responses include the following:

All responding Branches said they would be reluctant to hold in-person meetings until safe to do so. Safety of members was the priority in all responses. They will continue to use virtual, telephone and email methods to meet. One Branch will hold one in-person meeting outdoors. A few Branches have memberships that are significantly older; this is a serious concern. One Branch mentioned difficulty in fundraising as at the time of the survey, no bazaars or fairs were being allowed. One Branch

will continue to find some type of “distance” projects.

### **Will your Branch be facing financial difficulties due to the pandemic?**

The responses to this question were divided in this manner: 55% (15) responded “no” and 44% (12) responded “yes.” Branches whose bank accounts balances were low at the beginning of the year may encounter financial stresses.

### **SUMMARY**

Approximately, 40% of Branch presidents completed the survey. Due to various degrees of shutdown, activities were greatly curtailed, which was to be expected. However, Branches continued communications via email, teleconference and videoconference, and still managed to be somewhat engaged. Even though Branches could not be very active, the survey made clear that members love this organization and intend to mobilize and continue our volunteer work once this virus is abated. We Soyuzianky do not give up!

### **Suggestions to keep Branch members engaged**

Choose a **theme** for your next virtual/teleconference. For example, Ukraine’s Independence Day is fast approaching, and that could be a meeting topic. Other possibilities include **sharing healthy recipes** for backyard grilling. During this time of increased stress, **new stress relieving techniques** can be shared among members. Getting together for **weekly virtual exercise classes** is one Branch’s creative way of doing fundraising.

Celebrate **members’ birthdays** during a meeting is another possibility, including holding a catch up birthday celebration for those missed since March. The best part: you can safely have a cocktail and not worry about driving home! Ask your Membership Chair to send out virtual or mail birthday cards.

Think of a **health or financial topic** of interest to your members, and ask an expert to join your meeting. Invite **an artist** to do a demonstration of a craft or artwork.

Avoid discussing politics since the topic is so polarizing and unpleasant these days. Think and be positive!

As leaders, you can empower and lift members’ spirits with a gentle strength. Speak kindly during meetings. All it takes is one kind word to lift someone up from sadness, fear, anger, or despair. Positive emotions are contagious! And, don’t forget to smile into the camera!

Remember elderly members. If a member does not have access to the internet, please ensure that they can call in with a call in number.

When this coronavirus pandemic has passed, life as we knew it will certainly be different. However, the UNWLA is a strong, resilient organization that has seen much worse during our 95 years of existence.

We leave you with a few quotes to consider:

As the great scientist Madame Marie Curie said, “Nothing in life is to be feared, it is only to be understood. Now is the time to understand more, so that we may fear less.” For what use is our fear right now?

As the great humorist Erma Bombeck wrote, “Worry is like a rocking chair. It gives you something to do, but never gets you anywhere.”



# When all you have is lemons...

*Branch 75 initiates new outreach programs*

**Irena Sawchyn,**  
*Holova, Branch 75*

For more than 40 years, Branch 75 from Maplewood N.J. has followed a marvelous and uninterrupted tradition of distributing traditional Easter baskets to elderly parishioners of St. John the Baptist Ukrainian Catholic Church in Newark, N.J.

Each year a Branch member requests a list of shut-ins from the parish, approximately ten individuals who would not be able to come to church to have their Easter basket blessed. Our members prepare a traditional koshyk with all the familiar items to be blessed and later served during Easter breakfast – eggs, krashanky, beets, butter and cheese, salt and pepper, fragrant kovbasa (donated by the Lazirko family from Olympic Market). Without fail, each basket includes a delicious babka baked by one of our members.

On the day of distribution, volunteers gather in the church hall early on Holy Saturday to assemble the baskets, complete with an Easter greeting card from the Branch. The pastor of St. John performs the blessing ceremony over the baskets, after which our Soyuzanky visit the seniors in their homes or at a care facility, remaining to chat before the leaving the baskets. More often than not, the actual visit, and the conversation, is more important to our elderly than are the baskets, as both visitors and recipients feel uplifted by the good deed.

Unfortunately, this year, the coronavirus contagion prevented our Branch from proceeding with our annual plan. In early March, we already had received our list of ten seniors who we were planning to visit, and our volunteers who were ready-to-go. However, the rapidly evolving situation around the coronavirus outbreak required that our members devise an alternate plan that would be safe for everyone involved.

Instead of distributing baskets, our volunteers decided that this year our Branch would send Easter greeting cards to our elderly friends, mailed in time to arrive during Easter week. Once the cards were sent, our plans were to follow up with phone calls just before Easter. Xrystia Szkwarko took the lead in chairing this program, quickly ordering Ukrainian-language cards from Canada, and soliciting volunteers to make phone calls. Ukrainian-language greetings were handwritten in the cards. To guarantee that no contamination occurred, envelopes were sealed well in advance of being mailed.

During the follow-up phone calls, our seniors expressed their deep appreciation for the Easter cards. Many were lonely and isolated due to the coronavirus quarantine and were unable to share the Easter holidays with family or friends. Our cards were an unexpected delight, an indication that someone – the parish, our Branch, UNWLA – remembered them during what should have been a most joyful celebratory season. One 97-year old senior responded to us with a hand-written note of thanks, writing that our card was the only contact she had during the Easter season.

While our elderly neighbors were grateful, the Branch's Easter outreach program was extremely rewarding for our members, as well, and involved such a minimal effort and cost, that we decided to expand the program and send cards for more occasions and to more recipients. Our next outreach was to send Mother's Day cards to the mothers of our members, most of them elderly. Lovely Ukrainian-themed cards were purchased again from Canada, thoughtful Ukrainian-language greetings were written out, and the cards were mailed to arrive before Mother's Day. Again, the response was ex-



traordinary – our members’ mothers, many who once themselves were UNWLA members, were truly surprised and pleased to receive such lovely cards. Some mothers explained how they chose to display the cards in prominent places in their homes, and one replied that she was ready to have hers framed!

The success of these two initiatives motivated us to consider another demographic that we would like to “touch” with greeting cards – those who are frontline and essential workers in the fight to help individuals infected with COVID-19, and who are supporting the rest of us during quarantine with food and supplies. Many of our Branch members have adult children, or know of young adults in their 20s and 30s, who have become medical professionals or support staff in hospitals and medical services. Some live close to home, but others are scattered throughout the United States.

During this latest project, we gathered names of relatives and friends who might appreciate getting a card from our Branch, thanking them for their efforts and commitment. We wanted these dedicated workers to know that UNWLA is not just a distant organization, but also a group of women who care for the individuals in our community who need to respond to and manage the health consequences of the recent pandemic.

We sent out 25 cards that said “Подяка” - which is Thank You in Ukrainian, to medical staff throughout the United States, from those close to home in New Jersey to those in California. The sentiments inside the cards were written in Ukrainian or English. We hope that our recipients felt how close they were in our hearts!

We now understand that sending greeting cards as an outreach effort can be repeated for other holidays, such as Thanksgiving and Christmas. I suggest that other branches consider similar programs for their communities, since the amount of effort is small when shared among several volunteers, and cost is minimal - cards and postage – but the impact is large and greatly uplifting. God bless! Be well!



Luba Bilowchtchuk and Anita Roik present Easter Basket to Oksana Trytiak (2018)



Irena Zyla



Irene Sawchyn-Doll, Ksenia Rakowsky, Slawka Hordynsky, Olenka Makarushka-Kolodij prepare Easter baskets blessed by Fr. Taras Svirchuk (2019)



Larissa Pencak (2020)



Oka Hrycak with her mother, Daria Samotulka



Mr. & Mrs. Krywulch



Maria Smishkewych



Medical professionals at St. Barnabas Hospital in New Jersey receive snacks from Branch 134 Whippany

### BRANCH 134 (Whippany, New Jersey)

In response to the COVID-19 crisis, Branch 134 of Whippany, New Jersey, has undertaken the following initiatives:

Donated individually packaged baked goods, chips, fruit, and other snacks for the healthcare workers of St. Barnabas Medical Center in Livingston, N.J., and Morristown Memorial in Morristown, N.J. In both hospitals, our members (hospital employees at these facilities) distributed the prepared goods to several different floors.

Donated nonperishable food (donated by members) to the Interfaith Food Pantry in Morris Plains, N.J.

Provided a Ukrainian family, unable to return home due to travel restrictions, with food and financial assistance.

**Mikolaya Nynka, Branch 134 Whippany, N.J.**



### THANK YOU TO OUR MEDICAL PROFESSIONALS

**Maria (Marusia) Strus, MD**, a member of Branch 8 in Cleveland/Parma, Ohio, has been working diligently in the emergency departments of Mercy Allen Hospital in Oberlin, Ohio; Mercy Willard in Willard, Ohio; and the Bellevue Hospital in Bellevue, Ohio, caring for patients that include those with COVID-19.



### BRANCH 98 (Middletown, New Jersey)

**Natalia Pawlenko** (Branch 98, Middletown/Holmdel, New Jersey; Officer at Large, UNWLA National Executive) has been assisting the Visiting Nurse Association (VNA) of Central NJ Community Health Center (CHC) in the group's efforts to manage the outbreak of coronavirus while VNA members continue to serve nearly 14,000 extremely vulnerable patients across this central New Jersey area. Focusing primarily on communications and project planning, Ms. Pawlenko was thrilled to be part of an effort that brought the first saliva testing in the nation to the patients of the CHC as well as to first responders in the area.

### НЕХАЙ НЕ ЗБІДНІЄ РУКА...

Нехай не збідніє рука тих, хто жертвує на Божий храм... І, як завжди, наш 129-й Відділ СУА попереду у теперішні важкі часи – як для нас, хто залишився без роботи, так і для старшого покоління, хто залишився без звичних смаколиків (вареники, голубці), що були у продажу в церкві Saint Josaphat at Warren. Союзяночки відділу для підтримки парафії і старшого покоління зробили та передали о. Марію смачні, ручної роботи варенички. Отож, запрошуємо всіх бажаючих купляти працю наших рук, а заодно робити добро своїми руками.

Дякуємо всім, хто творить добро!

**Ореста Добош-Шемберко, голова 129-го Відділу СУА.**



## BRANCH 98 MEMBERS CONTRIBUTE SKILLS AND COMPASSION

**Dr. Margaret Zakanycz**, a member of Branch 98 of Middletown/Holmdel, New Jersey, is a podiatrist who has been keeping patients able to walk through the pandemic "One foot at a time."

**Helena Blyskun**, a member of Branch 98 of Middletown/Holmdel, New Jersey, has been volunteering with a local civic organization as part of a "Neighbor Check-In Program." This involves calling vulnerable community members to determine if they are experiencing an "urgent" need for food; expenses; connecting with government programs; etc. Members of this program also put up signs advising community members of local food pantries in the area.

**Natalia Pawlenko** (Branch 98, Middletown/Holmdel New Jersey; Officer at Large, UNWLA National Executive) has been assisting the Visiting Nurse Association of Central New Jersey Community Health Center (CHC) in their efforts to manage the outbreak of coronavirus while they continue to serve nearly 14,000 extremely vulnerable patients across this central New Jersey area. Focusing primarily on communications and project planning, she was thrilled to be part of an effort that brought the first saliva testing in the nation to the patients of the CHC as well as first responders in the area.



**Nadia Jaworiw**, Branch 98 President

## BRANCH 137 (Passaic, New Jersey)

**Valentyna Tabaka** (Officer at Large, UNWLA National Executive and member of Br. 137) is Wound Care Manager at Jersey City Medical Centre (JCMC) in New Jersey. Jersey City has had one of the largest influxes of COVID19 patients in New Jersey. In her role, Valentyna is responsible for an interdisciplinary and cross functional approach to wound care for most JCMC patients and departments, from prevention to complex care and wound treatments, as well as teaching staff about appropriate wound care and preventative measures. Over the past weeks as the virus affected increasing numbers of her health care colleagues and the number of COVID-19 patients increased dramatically, Valentyna and her team found themselves being called in to provide direct patient care ever more frequently. The care of ICU patients on ventilators was especially challenging as these patients are unable to move themselves, often for weeks, as they battle for life. When asked how this experience has affected her, Valentyna said «Living through COVID19 has shifted my values and how I view things: I now know that we must live life fully every day and don't put things off. I also want to do as much good as possible and be of service. Who knows: one day I may end up in one of those patient beds and I only hope that I receive the same dedicated, kind and caring attention as we have given every patient that has come to JCMS during this extraordinary time.»



## ПІДТРИМУЄМО ТИХ, ХТО МАЄ ПОТРЕБИ

У цей тяжкий час я зі своїм чоловіком вирішили допомогти кільком людям з України:

- Анатолію Сазанському з сім'ї переселенців із зони воєнних дій на Сході України, що нині проживає в Івано-Франківську;
- Тетяні Силі, волонтерці з Кропивницького, що допомагає військовим;
- сім'ї Лесі Зелеської (є інвалідом з дитинства), в якій троє малих дітей і чоловік хворіє на рак; проживає в с. Дубівці Галицького р-ну Івано-Франківської обл., звідки я родом.

Щоб підтримати цих людям, ми передали кожному по \$100 за курсом у гривнях.

**Марія Блум**, союзниця 138-го Відділу СУА.



**Д-р. Ліда Юзич**,  
дерматолог.  
Детройт, Мічиган.  
132-й Відділ СУА

# ПІД ЧАС КАРАНТИНУ

56-й Відділ СУА

## Лідія Білоус, 56-й Відділ СУА

Під час карантину через пандемію коронавірусу культурно-освітня референтка 56-го Відділу Ксеня Раковська підготувала віртуальний вечір для наших членів, щоб полегшити та підняти їхній настрій і, водночас, насолодитися гумором відомих авторів з діяспори та з України - Едварда Козака й Павла Глазого.

У програмі цього віртуального вечора взяли участь: членкині відділу Ліда Білоус, Оля Грон, Рома Стецьків-Лонг, Леся Попель, автор Любов Часто, Роксолана Яримович, чоловік членкині Ігор Раковський і спеціальні запрошені виконавці маестро Михайло Цапар і заслужений артист України Олег Чмир.

Організаційна референтка Оксана Лев через телефон віртуально «відвідує» наших старших самотніх вдів, які знаходяться на карантині та не можуть у цей час зустрічатися з іншими.

Оскільки під час карантину люди мають більше часу, щоб читати кулінарні книги, а потім спробувати рецепти, то 56-й Відділ продає та доставляє (відповідно до вказівок СДС) перевидану кулінарну книгу Ольги Франко «Кухня» з коментарем Маріанни Душар.

Крім проведення культурних заходів, 56-й Відділ пожертвував 1000 дол. на годування голодних у рамках проєкту СУА Feeding the Hungry UNWLA project. Деякі членкині зробили індивідуальні внески у цей проєкт.

Навіть під час карантину 56-й Відділ не перестав працювати, скориставшись новітніми технологіями, як телеконференції, відеоконференції та ЗУМ. Розглядаються плани святкування 30-річчя найбільшого 56-го Відділу СУА, що відбудеться 7-го березня 2021-го р. Голова комітету з організації події Ліда Білоус та союзянки відділу запрошують тих, хто планує у цей час відвідати околиці Сарасоти у Флориді, приєднатися до нас. Для отримання додаткової інформації пишть на адресу: [lidia@bilous.net](mailto:lidia@bilous.net)



# КОРОНАВІРУС

це тигр, що застрибнув у човен нашого життя...

Володимир Гевко, блогер.  
Тернопіль.

Якщо шукати у літературі твір, який найточніше передає відчуття здорових людей на карантині, котрий, наче вектор - має початок, прямує у майбутнє і поки що не має кінця, то на думку спадає яскравий і бентежливий роман канадського письменника Янна Мартеля «Життя Пі».

Головний герой роману Пі Патель - дотепний індійський хлопчина, що завзято намагається усвідомити своє призначення в житті та сенс буття як такий. Життя несподівано змінюється, коли хлопчик Пі, син директора зоопарку, після кораблетрощі опиняється серед відкритого океану в рятувальній шлюпці разом з бенгальським тигром. Подальші сторінки роману перетворюються в опис відчайдушної боротьби за життя хлопчика і тигра. Хлопчик твердо засвоїв з уроків батька - тигр йому не друг. І ніколи ним не стане. Тому єдиний спосіб вижити - не дозволити тигру себе з'їсти та дістатися берега...

Коронавірус - це тигр, що застрибнув у човен нашого життя і тепер ми разом з ним неспішно дрейфуємо океаном карантину. Ми ніколи з ним не подружимося і, незважаючи на приємну оксамитову шерсть - рухи його блискавичні, а ікла смертоносні. І єдине, що ми можемо - сподіватись, що човен рано чи пізно дістанеться берега і кожен з нас піде своєю дорогою: ми своєю, а «коронатигрус» - своєю. Він навряд чи зникне назавжди, тому розійтись стає цілком успішною парадигмою. І поведінкова тактика людства приблизно така сама, як і у бідолах на плоті посеред океану - економити воду та сухарі, не втрачати надії та не їсти один одного.

Аж допоки хтось із найгострішим зором не загорлає на всі груди: «Земляяяяя!!!»

# БЛАГОДІЙНІСТЬ

## Пресовий Фонд | Press Fund

- \$1,000** UNWLA Branch 56.
- \$500** In memory of our mother, **Irene Ochrymowych**. Andrew, Christina and Julian Ochrymowych.
- \$500** UNWLA Regional Council of Philadelphia.
- \$250** UNWLA Branch 73.
- \$200** У пам'ять про наших членкинь – **бл.п. Надю Шмігель і бл.п. Марію Луцик**. 83-й Відділ США.
- \$200** UNWLA Regional Council of New England.
- \$100** In memory of **Raissa Kochno**. UNWLA Branch 56.
- \$100** In memory of **Iwan Gensior** (August 28, 1922 - April 13, 2020), father to Branch 118 members, Olia and Oksana Gensior. Vichnaya Pamyat! UNWLA Branch 118, Houston, TX.

In memory of **Natalie E. Hewko**:

- \$50** Matthew Schomer;
- \$20** Marta Kwitkowski.
- \$25** In memory of **Ludmila Kostyk**. UNWLA Branch 54.
- \$20** Lyubov Yakymyshyn.
- \$25** Irene Wolowczuk.

## Social Welfare Fund | Фонд Суспільної Опіки

- \$250** In honor of our mothers **Nadia Deychakiwsky** and **Oksana Mostovych** (For Prostir Nadii project). Yuri and Irena (Mostovych) Deychakiwsky.

## Babusi Fund

- \$6,000** Daniel Kashimir.
- \$500** UNWLA Branch 56.
- \$300** Irene Wolowczuk.
- \$10** Natalie Pawlenko.

## General

- \$100** In memory of **Nadia Shmigel**. Catherine Beachley.
- \$15** Oleg Mandryk.

## War Victims' Fund

- \$500** UNWLA Branch 56.
- \$145** Таня Ясінська, 78-й Відділ США.

## UNWLA Endowment Fund for Women's Studies at UCU

- \$100** Michelle Calamia.

# МАГІЯ ТА ЛІКУВАЛЬНА ЕНЕРГЕТИКА РІДНОГО СЛОВА

Тетяна Беценко, доктор філологічних наук, професор,  
Сумський державний педагогічний університет ім. А. С. Макаренка.

Мова є тією неосяжною субстанцією, що здатна впливати і на душу, і на тіло людини. Слово постає не тільки інструментом пізнання світу, але й засобом зцілення. Відтак зцілювальна, магічна його дія з давніх-давен нашими пращурами використовувалася з лікувальною метою, а також шанувалося (і до нині поціновується) вміння замовлянням впливати на фізичний і психічний стани людини. З часом досвід такого лікування хоч і значно зменшився, але не зник. З утвердженням християнства аналогом замовлянь стали молитви, що замінювали у народі практику зцілення.

Здавна українці активно послуговуються **вишіптуванням** хвороби. Цей метод лікування зводиться до того, що над хворим промовляють певний текст, часто супроводжуючи його діями та своєрідними рухами: виливання воску, висікання ножом, вирізання волосся, зав'язування ниток та ін. Дії, як і тексти, можуть бути різними. Зазвичай, текст та умови його промовляння залишаються таємницею. У часи тоталітарних режимів існувала сувора заборона означеного способу зцілення, а **народні лікарі** навіть переслідувалися. Але це ремесло має попит серед людей і до нині.

Під **замовлянням** (народні назви **заговори, заклинання, закликання, примовка**) розуміють усталені вислови, речитативи (переважно віршовані), які мають чарівну силу та супроводжуються магічними дія-

ми, рухами знахарів (від слова «знати»), відьом, відьмаків (від давнього «відати» — знати), чарівників, ворожбитів, шептух тощо. Мата замовляння — вплинути (з добрими або злими намірами) на природу, людину та її оточення.

Звичайно, лише знання тексту (без навичок лікування, знахарської практики) не допоможе досягти бажаного. Проте феномен замовляння до нині не пізнаний. Залишається загадкою, як звичайні, прості, зрозумілі слова та фрази можуть впливати на духовно-фізичну діяльність людини. Мабуть, таємниця полягає у віщій **силі Слова — Логосу** — як витвору Творця, як енергетично наповненого символу.

Замовляння мають різний обсяг (до 10 — 15 речень), а у різних регіонах України по різному називаються (заговор, примовка, примова, змова). Але всі мають магічний характер, основою якого є віра в чудодійну силу слова як засобу впливу на вищі духовні сили. У багатьох давніх замовляннях виразно проступають елементи язичницьких (поганських) вірувань, що пов'язані з одухотворенням та поклонінням природі — воді, світилам (Місяцю, Сонцю, Зорі), рослинам, тваринам. Наприклад, таке замовлення на **народження телят**, яке пов'язане з водою: «*Як найдеться телятко, треба до сходу Сонця набрати води (щоб ніхто не бачив) і при цьому примовляти: «Добрий день тобі, Вода Уляно! Я прийшла не води брати, Я прийшла молока прохати. Молока густого, сиру товстого, А сметани доброї»*. А щоб **зубний біль** замовити, треба звернутися до Місяця: «*Молодик, молодик! У тебе роги золоті: твоїм рогам не стояти, моїм зубам не боліти!*»

Чим же зумовлена впливовість слова на фізичний і психічний стани людини? Очевидно, тим, що слово — то певний енергетичний згусток, а енергія — це джерело дієвої сили, що здатне перетворювати, видозмінювати матерію. Тому змістове поєднання слів постає як комплекс енергетичних «тіл» — слів (енергетичних згустків

інформації), що здатні змінювати предмет, на який спрямовані. При цьому велике значення має не тільки зміст, але й ритм, з яким промовляє **цілитель** над **хворим** (фізично чи душевно). А ефект впливу буде дієвим, якщо цілительу вдасться «під'єднатися» до ритму хворого, тобто налаштуватися на його на ритм.

Як відомо, зі слова, розпочалося творення світу Богом. Без сумніву, слово і мову (і тексти як продукти мовної діяльності) є сакральними величинами. Думка (наш намір) матеріалізується через слово і у слові. Відтак, можна вважати, що слово забезпечує нашу життєдіяльність. Тому у народній медицині українців, як і інших етносів, магічні словесні дії використовувалися разом з ліками рослинного, тваринного та мінерального походження. Величезне значення мала вода (переважно свячена).

Ось кілька прикладів таких замовлянь, які, звичай, повторювали 3, 9 або 12 разів. Від **криклиць** (крикси, несплячки, плачів) у немовлят: «*Лісе-пралісе! У тебе дочка, а у мене син, по-сватаємося, побратаємося. Нехай твоя дочка дасть сонливиці, а мій син віддасть плаксивиці*». Від **пристріту, вроків** (насланих чаклуванням хвороб, нещастя): «*Пристріт і пристріти, вроки і вочища! Подумані і нагадані, і заспані, і насла-ні. Пристріте-пристріту, чи ти з хмар, чи ти з вітру, чи з огня, чи з меча, чи з сирітського плеча. Чи ти з швидкої холи, чи ти з смачної їди... Іди собі за лісами, де люди не ходять, Де людське око не бачить*». Від **запалення бронхів і легень**: «*Стиски вітряні, прозорні, супротивні і стріте-ні! Я вас шепчу й вишптую, одсилаю на охта, на болота, на черета. Там вам бувати, а раба Божого не сушити*». Від **нічниць** (безсоння): «*Кури, куриці, заберіть нічниці. Пристрітніі, приговор-ніі, надуманіі. Од кого стали, щоб перестали*».

Використання замовлянь стосувалося не тільки здоров'я, але й будь-якої сфери діяльності людини: сільського або домашнього господарства, подорожування, особистого життя. Для прикладу, **весільне замовляння** під час прикрашання весільного дерева-гільця: «*Ой, ми вбрали деревечко тими калачами, аби наші молоденькі були багачами*». Або від **зоздрощів**: «*Сіль вам у вічі, Камінь на груди, Цеглину в зуби, Сокиру під плечі, Щоб поникли ваші речі: Мороки, зароки, зоздрощі, Щоб не знайшли ні день, ні годину Ні мене, ні мою родину*». Окремо виділяють любовну магію (**чари на кохання**): «*Ви, зорі-зориці, Вас*

*на небі три сестриці, Одна вечірня, друга полунічна, третя світова. Вечірня зайди, полунічна зачепи, А світова раба Божого (ім'я) до раби Божої (ім'я) приверни*».

Після запозичення християнства у замовляльні тексти почали вплітати християнські мотиви, як у такому замовлянні на **вірність чоловіка**: «*Господу Богу помолюся, Ісусу Христу поклонюся і Місяцю ясному, і Сонечку праведному, і вам, Зоряниці, скорії помічниці... Я його землю та свяченим маком обсипаю і до поганих жінок не пускаю*».

Замовляння не зникають із життя українців, а віра у силу замовляльного слова зберігається. Підтвердження цього — проза та поетичні твори письменників, присвячені темі замовляння, якот: вірші В. Голобородька «З дитинства: замовляння дощичку», О. Радущинської «Замовляння», Л. Голоти «Замовляння Чорного Місяця», М. Гафінець «Замовляння» та ін.

Помилуйтеся шедевром Василя Голобородька — **замовлянням від печалі**: «*На горі гора, а на тій горі піч горить. Піч горить — хліб пече. На тобі, пече, мою печаль, хай хліб пече, а не серце молоде*».

Ще одне згадування про цілительство з книги **М. Дочинця «Вічник»**: «*Не знаю, чи то правда, але моя баба метала карти, зливала віск, судила по волосині, приймала в породіль дітей і спроваджувала мерців. Мали бабу в селі за шептунку. Дрібних дітей вона купала в старій помийниці, щоб росли неeverdливими. Для когось гасила водою грань і обмивала тіло. Слабим на дихалку розсипала жменями сіль під постілля. Ялові жони перед тим, як прийти до баби, клали під себе на ніч коцку цукру. Баба потім зчитувала з неї болячки. А цукор часто віддавала мені. Дехто за лік приносив яйце, дехто мірку зерна чи шапку горіхів. Баба товкла ті горіхи, показуючи на зернята: «Здри, неборе: оріх подобає на чоловічеський мозок. Бо має він силу для мозку. І чоловічу силу. Добре з'їсти щоднини хоч єден-два орішки. Будеш кріпкий, як дерево*».

Деякі замовляння пов'язані з міфами, думами, історичними та ліричними піснями й казками. Але однією з найхарактерніших особливостей замовлянь є описування неможливого, зіставлення та одночасний перелік двох образів: символічного та бажаного. Прообраз світу існує тут у єдності надлюдського й людського, живого та неживого. І маємо пам'ятати, що наше мислення може додати священного змісту як буденним речам і явищам, так і власному існуванню.



## IN MEMORIAM

# Wolodymyra Tesluk

(1922 – 2020)



*Photo credit: Adrian Derhak*

Wolodymyra was a radiant force of energy in both the Ukrainian-American community and the American community at-large. She was a parishioner of St. Michael's Ukrainian Catholic Church in Hartford. A long-time member of UNWLA Branch 93 in Hartford, she served as Branch president for several years. Upon the dissolution of Branch 93 in 2002, Wolodymyra joined Branch 106, also in Hartford. From Wolodymyra, we could count on always receiving excellent suggestions for engaging with the American community on a variety of actions, as well as hearing her humorous anecdotes with which she would regale us at our social gatherings.

A lifelong teacher at the St. Michael's Ukrainian Catholic School, she educated generations of students, mentored generations of teachers, as well as served as an assistant director at the school. For her 50 years of teaching, she was recognized during the

***With many fond and lively memories, the Greater Hartford community, as well as all those who knew her, honor the life of Wolodymyra Tesluk, who passed away on May 6, 2020.***

School's 50th anniversary celebration in 2004. She was also a Ukrainian language instructor at the University of Connecticut.

Wolodymyra was proud of her students' accomplishments and successes in life and stayed in close contact with many. Teaching was Wolodymyra's passion and she was always eager to share her knowledge of Ukraine's history, culture, as well as Ukraine's challenges on the world stage.

Besides teaching, Wolodymyra was a decades-long employee of the Institute of Living in Hartford where she worked as a psychiatric aide, a job that gave her great satisfaction.

Wolodymyra was born near Ivano-Frankivsk, Ukraine. With the outbreak of World War II, she last saw her father as he put her on a westward bound train to escape the oncoming front. She also left behind her mother and a younger sister, Stepania. Another sister, Julia also escaped to the west and the sisters were eventually reunited in Germany. Along with millions of others, Wolodymyra became a war refugee. She lived in Munich, Germany, where she studied at the Ukrainian Free University, focusing her studies and thesis on the history of Ukraine. In Munich, Wolodymyra met her future husband Joseph.

In 1951, she immigrated to the United States, and since 1952, lived in the Hartford area, where she and Joseph were married. They shared a passion for the Ukrainian language and Ukrainian culture. The couple focused their support and energies on institutions that would continue to cultivate their Ukrainian heritage. Along with Joseph, and Ukrainians worldwide, Wolodymyra celebrated Ukraine's independence in 1991, a deeply moving event for the pair. Then in 1992, along with her sister Julia, she travelled back to Ukraine, the homeland that war forced her to leave so abruptly decades earlier.

Wolodymyra volunteered her time with numerous organizations, from collecting donations for charities such as the March of Dimes and the American Heart Association, to supporting veterans' organizations, as did her husband. Wolodymyra was an avid reader and student of history – always interested in current publications and analysis, debating historical opinions and inaccuracies, challenging her students to become active participants in analytical and philosophical dialogue.





The couple led an active lifestyle. Wolodymyra practiced yoga, worked out actively at her gym, participated in bridge clubs and activities with senior organizations

Wolodymyra is predeceased by her husband Joseph, and by her sisters Stephania of Ukraine, and Julia of Hartford. She is survived by her daughter Martha with husband, Adrian of West

Hartford, and daughter Julia with husband Daniel of France and their children Oleh and Melanie. Wolodymyra is also survived by family in the Czech Republic, as well as extended family in Ukraine and Poland.

Burial was held at St. Michael's Ukrainian Catholic Cemetery in Glastonbury.

For a touching reminiscence that provides a glimpse of the spirit of our dear Wolodymyra, please read: "A Remembrance of Wolodymyra Tesluk," by Irena Kowal.

*Submitted by Branch 106, Hartford, CT*

<http://www.ukrweekly.com/uw/wp/a-remembrance-of-wolodymyra-tesluk/>

## Geraldine "Gerri" Hajduk



***Geraldine Martha Hajduk passed away at her home in Marietta, Georgia, on May 3, 2020.***

she was the recipient of numerous awards, including Teacher of the Year at Wheeler High School in Marietta, Georgia. She was a member of the Church of the Transfiguration where she volunteered with several ministries, including St. Vincent de Paul Food Pantry and Mercy Mats, a project that helps those who are homeless. She was also involved with Women in Faith and Friendship Circle. She was very active in UNWLA Branch 14, was a past president of the Branch, and one of the Branch's founding members more than 40 years ago.

She was predeceased by her husband George Hajduk. She is survived by her sons Andrew (Cindy) Hajduk and Mark (Michelle) Hajduk; grandchildren Megan Hajduk, Daniel (Grace) Hajduk, Steven Hajduk, Benjamin Hammond and Madelyn Hajduk; sister Vera (Brian) Derr; niece Amanda Derr and Nephew Nick Derr.

Donations in Gerri's memory can be sent to St. Vincent de Paul Society – mail to The Catholic Church of the Transfiguration 1815 Blackwell Rd., Marietta, GA 30066.

*Submitted by Kathleen Perzik Tice, President, Branch 14, Atlanta, Georgia*

She was born to Osyp Jarema and Olga Chiapalo on November 22, 1944, in Regensburg, Germany, in a camp for Ukrainians who were displaced by the chaos of war. Her family immigrated to the United States where they built a life filled with family, community service and Christian values. She was a graduate of DePaul University, and subsequently pursued her lifelong passion to teach, becoming a teacher of American history. During her 30-year career,



# ВІДЙШЛА У ВІЧНІСТЬ

## На світлу пам'ять Наталії Гевко

(6-го січня 1936-го р. — 13-го липня 2020-го р.)

*Слава Глинська, голова Округної Управи СВА Детройту,  
Ніна Василькевич, пресова референтка Округу.*



***З глибокою скорботою та невимовним жалем  
сприйняли союзанки вістку про відхід у вічність  
довголітньої, активної і всім улюбленої союзанки  
45-го Відділу СВА Наталії Гевко.***

була головою Контрольної комісії в окрузі, у 1984 — 1989-х рр. — першою заступницею голови округу, а у 1989-му р. Наталя Гевко головувала на XXII Конвенції СВА, що відбулася в Детройті. У 2005-му р. Наталя отримала високе звання — «Почесна Голова Округу СВА Детройту», а у 2009 — 2012-х рр. була другою та третьою заступницею голови Округу СВА в Детройті.

Наталя по своїй натурі була дотепною та артистичною, читала та доносила до глядача цікаві фейлетони та гуморески Павла Глазового, Едварда Козака та інших авторів гумористичного жанру тих часів. Багато років українська громада Детройту мала приємність насолоджуватися її вишуканим талантом. При 45-му Відділі СВА був організований «Веселий Гурток», в якому Наталя завжди брала активну участь. Багато разів гуртківці виступали перед українцями не тільки в Детройті, а й в інших містах Америки.

Разом із союзанками Наталя багато часу посвячувала підготовці імпрез: показ вишиваного одягу, куховарські курси, вечір для молодих талантів, влаштування «Українського Тижня» у публічній школі в Кларксон, розважальний вечір «Еміграція», з яким ансамбль їздив до Чикаго, Клівленду, Бафало, Рочестеру, влаштування виставки, присвяченої 60-літтю журналу СВА «Наше Життя».

Залишаться у пам'яті всі ті добрі справи, які були зроблені завдяки праці Наталії Гевко. Інтелігентна, вишукана та усміхнена, Наталя завжди відповідально ставилася до всякої праці, яку їй було доручено. Вона вміла організувати цікаву імпрезу від початку і до кінця, вміла завжди вислухати, зарадити, допомогти, була добрим керівником і справжньою подругою. Її доброзичливість та інтелігентність, патріотизм і відданість справі, за яку тільки бралася ця жінка, справляють незабутнє враження...

*Щирі співчуття родині покійної Наталії...  
Вічна та світла їй пам'ять!*

Наталя була чудовою матір'ю для своїх трьох дітей Марка, Анети та Івана, та вірною дружиною для свого чоловіка Любомира, з яким прожила понад 64 роки подружнього життя. За фахом Наталя була вчителькою молодших класів, працювала в школах Port Clinton, Ohio, Clarkston, MI; у 1994-му році була номінована як «Найкращий учитель року» у Clarkston Foundation Hughes honor.

Вона була активною в українській громаді, Українській Католицькій церкві та в Союзі Українок Америки. Як справжня українка, Наталя своєю працею підтримувала українську культуру та допомагала Україні. Її багатогранна діяльність у СВА завжди мала успіх і добрі результати. Наталя була головою 45-го Відділу СВА, а також головою Округу СВА Детройту (у 1991 — 1994-х, 2000 — 2002-х рр.) Також протягом певного періоду вона



by Ihor Magun, MD, FACP

# Some Thoughts on COVID

The COVID19 pandemic has affected the entire world, touching all aspects of our lives. The uncertainty and the rapid spread has the medical community working diligently on containing the pathogen. This has been quite a daunting task. Nevertheless, progress has been made with one major caveat: promising results can fall short in the long run.

Development of a vaccine is perhaps the best hope to end this pandemic. Vaccine development normally takes years to complete, but the corona virus is part of the family of viruses that cause the common cold and also caused the severe acute respiratory syndrome (SARS) as well as the Middle East Respiratory Syndrome (MERS). Past research on these viruses gave scientists a head start in identifying potential approaches.

The Corona virus has earned its own trademark label, because of its appearance, particularly the now familiar spikes. Called S proteins, these spikes attach themselves to the surface of human cells. The vaccine, once created and perfected, would act by preventing the S protein from attaching itself to cells, thus preventing the virus from reproducing.

A vaccine development timeline follows standard protocol. The gravity of this pandemic has placed research and development on a fast-track approach. The protocol begins with vaccinating animals. Phase I testing in humans follows. The focus of Phase II is formulating and establishing dosage criteria to determine the efficacy. Phase III involves testing the vaccine on a vast number of volunteers. The caveat here is that human trials generally take twelve to eighteen months to complete. In some cases, the trials reveal that a potential vaccine may prove to be ineffective and possibly harmful.

#### A Note of Appreciation From Dr. Magun

Working with Tamara Cornelison for so many years has been a pleasure and rewarding experience. I know she will always excel in whatever she chooses to pursue. Thank you for giving me the opportunity to work with you.

The good news is that vaccines do not just work on solitary, specific individuals. They can protect entire populations. The reasoning behind this is that when enough individuals receive the vaccine, the opportunity for an outbreak is minimized so even those people who are not immunized benefit. What essentially occurs is the virus does not have enough hosts to establish a foothold and eventually disappears.

If you view this entire situation from a positive perspective, the pandemic has given all of us time and opportunities to take a look at our lives and see what truly is important—family, friends and social interactions. For all of us, no matter what age group, celebrations with friends will take on an even greater meaning. Let us hope that this new awakening and true appreciation of life will remain with us forever.



# НАШИМ ДІТЯМ

## Зірка Мензатюк



Українська письменниця-казкарка, журналіст. Вона народилася у селі Мамаївці Кіцманського району Чернівецької області. Писати почала у другому класі, коли вчителька задала написати вдома переказ «Ліс восени». Зірка так захопилася, що, крім переказу, написала ще про лисячу нору, яку бачила в лісі, і про білочку, яка прудко збирала горішки ліщини, і про те, яким ліс буде взимку, коли випаде сніг. А тому замість кількох рядочків її переказ розтягнувся на цілих п'ять сторінок! Зірці так сподобалося розповідь на папір класти, що вона на цьому не зупинилася і написала ще й віршовану «Казку про кицю Мурку і дівчину Ганну», а наступними днями — ще кілька віршиків. І все так складно їй вдалося, що однокласники не відразу повірили, що дівчинка пише вірші сама.

З часом Зірка Мензатюк стала друкувати свої тво-

ри у журналах та видавати окремі книжки. Як «Казочки-куцохвостики», що їх у 2006-му році у Львові видало «Видавництво Старого Лева» — збірник для дітей, до якого входять багато коротких і веселих казок. Ці повчальні казки не тільки потішать і розвеселять вас, але й допоможуть дізнатися багато цікавої інформації: про дні тижня, кольори веселки, ноти, фази місяця, чому Новий Рік починається у січні, про що свідчать кольори українського прапора. А напрочуд добродушні і симпатичні акварелі Світлани Хміль зроблять читання дуже приємним.

Авторка — лауреат премії імені Лесі Українки, її книги стали популярні серед української дитячої та підліткової літератури.

«Чому куцохвостики?» — питаєте. А тому, що казки короткі за сюжетами. До того ж, їх у збірці небагато — усього дванадцять. Ми пропонуємо дві з них. А інші, любі читайлики, прочитайте самі — вони додадуть вам багато цікавих і корисних знань, про які ви зможете розповісти своїм молодшим братикам, сестричці чи друзям у школі.

## УКРАЇНСЬКИЙ ПРАПОР

Марійка сиділа й малювала. Спочатку взяла блакитний олівець:

— Хай небо буде погідне, ясне! — сказала вона й намалювала небо.

— У небі хай сяє сонечко, — сказала вона і взяла жовтий олівець.

Намалювала сонце, і небо повеселішало.

А внизу поле, чорне та сумне.

— Розвеселімо його! — мовили жовта й блакитна барви.

Взялися за рученьки і злинули додолу: одна блакитним дощиком, друга — ясним проміннячком.

У чорній землі спала насінинка. Пробудилася та й каже:

— Як мені хороше! Дощик мене напоїв, сонечко зігріло. Буду я проростати.

І над землею піднявся зелений паросток. І другий піднявся, і третій, і тисяча тисяч веселих зелених паростків!

— Тепер же я знаю, — засміялася Марійка, — де жовте та блакитне удвох, там настає весна! Бо разом вони дають зелену барву.

Відклала олівці і замилувалася. Гарна жовта барва з блакитною! Як сонечко з небом. Як волошка з пшеницею. Як наш прапор.

# СІМ ДНІВ

Один батько мав семеро діток, лиш імен у них не було. З того виходив великий клопіт. Чи їх умивати, чи вдягати, чи морозивом частувати — бійка, кого за ким. От і вирішив батько їх назвати.

— Ти моя найменша доню, за всіх веселіша. Усе гуляєш та співаєш, та плетеш віночки. Будеш Неділя, бо не робиш ніякого діла.

— Ти, найстарший сину, завжди ходиш слідом за Неділею. То й будь Понеділком.

— Ти мій другий синочок, — сказав батько наступному, — то будеш Вівторок.

— Тепер, доню, твоя черга. Трьох назвав, трьох після тебе називатиму. Твоє ім'я посередині. Тому будь Середа.

— Ти четверта моя дитина — назву тебе Четвер.

— А ти п'ята, отож, П'ятниця.

— Ой, тату, — сказала дочка, котру батько ще не встиг назвати. — Які ви даєте нецікаві імена! Хто четвертий — Четвер, хто п'ятий — П'ятниця...

— Гарзд, назву тебе хитріше: Субота. Ось і думай собі, що слово значить.

— Тепер же, діти, не переплутайтеся, ходіть слідком один за одним, як вас названо! — мовив батько Тиждень.

Так вони й ходять.



Маріанна Душар, авторка кулінарного дослідницького проєкту пані Стефа.  
panistefa.com

# ПТИСІ

Львівська кухня

Коли я працювала над перевиданням книжки Ігоря Ліля «Львівська кухня», то натрапила на прегарний опис обіду у львівській ресторації часів Другої світової війни у повісті «Поїзд точно за розкладом» німецького письменника, нобелівського лауреата Генріха Бьолля (нім. Heinrich Böll). Автор розповідав, як гостей поважно й безшумно обслуговував Георг. Він подавав суп, далі — маленькі порції чогось схожого на картопляний салат. Потім різні м'яса: німецький біфштекс, «зовсім чудне свиняче серце, смачна й соковита відбивна котлета. Після м'яса принесли овочі — горошок, трохи картоплі. І знову м'ясо (як добре просмажений гуляш), а потім ще раз овочі, салат. І кожну страву запивали вином. Далі подавали десертні страви: пудинг, по шматочку кексу під гарячою ванільною підливою. Потім «на столі з'являється щось дуже маленьке, просто-таки крихітне на білій тарілці. Це заварне тістечко, облите шоколадною помадкою, зі збитими вершками». На завершення обіду подали сир. Зверніть увагу на «маленьке заварне тістечко», котре бентежить увагу оповідача. Це — ПТИСІ, як у Галичині назвали petit choux, себто профітролі.

## СКЛАДНИКИ:

### Для тіста:

8 унцій води, 4 унції масла,  
1/4 ч. ложки солі, 5 унцій борошна,  
4 яйця середнього розміру.

### Для крему:

17 унцій молока, 3,5 унції цукру,  
2 яйця, 1 унція масла, дрібка солі,  
4 ст. ложки крохмалю або борошна,  
1 ст. ложка ванільного екстракту або  
ванільного цукру, цедра цитрини.

## ГОТУВАННЯ:

**ТИСТО.** Доведіть воду з маслом і сіллю до впевненого кипіння, засипте борошно та добре перемішайте дерев'яною копистою, щоб тісто почало відділятися від стінок. Зніміть з вогню, охолодіть до температури 100°F. Додайте яйця (по одному), щоразу добре перемішуючи. Має вийти шовковисте тісто середньої консистенції. За допомогою кулінарного мішка з носиком вичавіть тістечка однакового розміру (найкраще це робити на силіконовий килимок або деко, вистелене пергаментом). Випікайте у розігрітій до 390°F братрурі перші 10 хв, а потім знизьте температуру до 350°F та допікайте ще 25 хв.

**КРЕМ.** Яйця збийте з цукром, сіллю і крохмалем, щоб не було грудочок. Доведіть молоко до кипіння та зніміть з вогню; додайте ванільний екстракт або ванільний цукор. Гаряче молоко влийте тонким струменем до яєчної маси, постійно збиваючи. Варіть крем

на малесенькому вогні або на водяній бані, постійно помішуючи, до загущування і перших бульбашок закипання. Зніміть з вогню і, за потребою, перетріть крем через дрібне сито, щоб повністю позбутись можливих грудочок. Додайте масло, цедру, перемішайте, накрийте плівкою так, щоб не обвітрювався, і охолодіть.

Спечені та вистуджені тістечка начиніть кремом за допомогою кондитерського шприца, протикаючи їх згори або зрізаючи «шапочку». Притрусіть цукровою пудрою або полюкруйте цитриновим люкром. Додатково тістечка можна декорувати кракеліном. Це така хрумка покривка для тістечок. Її готують так: 1,6 унції холодного масла, 2 унції борошна і 1,8 унції цукру змішати в «липкий пісок», розтачати між листками пергаменту в тонкий пласт, вирізати чаркою кола розміру тістечок, накрити пергаментом і покласти в морозилку на 10 — 15 хв. Покласти їх на викладені на деко птисі перед випіканням.

## ГОЛОВНА УПРАВА СОЮЗУ УКРАЇНОК АМЕРИКИ

ПОЧЕСНІ ГОЛОВИ СУА:

Анна Кравчук, Ірина Куровицька  
Маріянна Заяць — голова СУА

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

HONORARY PRESIDENTS  
Anna Krawczuk, Iryna Kurowyckyj  
Marianna Zajac – President

### ЕКЗЕКУТИВА

Ліда Яхницька — 1-ша заступниця голови  
Христина Бойко — 2-га заступниця голови  
Надя Нинка — 3-тя заступниця голови  
Ірина Бучковська — секретарка  
— скарбник  
Віра Кушнір — фінансова секретарка  
Валентина Табака — вільна членкиня  
Наталія Павленко — вільна членкиня

### EXECUTIVE COMMITTEE

Lydia Jachnycky — 1<sup>st</sup> Vice President  
Christine Boyko — 2<sup>nd</sup> VP — Membership  
Nadia Nynka — 3<sup>rd</sup> VP — Public Relations  
Iryna Buczkowski — Secretary  
Vera N. Kushnir — Financial Secretary  
Valentyna Tabaka — Officer at Large  
Natalia Pawlenko — Officer at Large

Oksana Skypakewych Xenos - Parliamentarian

### ГОЛОВИ ОКРУЖНИХ УПРАВ

Ярослава Глинська — Детройт  
Лариса Заїка — Філядельфія  
Лідія Слиж — Нью Йорк  
Оксана Лодзюк Кривулич — Нью Джерзі  
Галина Ярема — Огайо  
Катерина Івасишин — Чикаго  
Катерина Таньчин — Нова Англія  
Аліса Сердюк — Центральний Нью Йорк  
Оля Черкас — зв'язкова віддалених  
відділів  
Іванка Олесницька — зв'язкова вільних членкинь

### REGIONAL COUNCIL PRESEDENTS

Yaroslava Hlinska — Detroit  
Larysa Zaika — Philadelphia  
Lidia Slysh — New York City  
Oksana Lodziuk Krywulych — New Jersey  
Halyna Yarema — Ohio  
Katherine Iwasyszyn — Chicago  
Kateryna Tanchyn — New England  
Alisa Serdyuk — Central New York  
Olya Czerkas — Liaison for Branches-at-Large  
Ivanka Olesnycky — Liaison for Members-at-large

### РЕФЕРЕНТУРИ

Ока Грицак — суспільної опіки  
Анна Кравчук — стипендій  
Софія Геврик — у справах культури  
Оксана Лодзюк Кривулич — соціальних засобів  
комунікації  
Наталія Павленко — мистецтва та музею  
Ольга Дроздович — архівар

### STANDING COMMITTEES

Oka Hrycak — Social Welfare  
Anna Krawczuk — Scholarship Chair  
Sophia Hewryk — Cultural Affairs Chair  
Oksana Lodziuk Krywulych — Social Media Chair  
Natalie Pawlenko — Arts and Museum Chair  
Olya Drozdowycz — Archives Chair

### КОНТРОЛЬНА КОМІСІЯ

Рома Шуган — голова  
Рената Заяць — членкиня  
Ірина Легун — членкиня  
Ірена Рішко — заступниця членкині  
Орися Зінич — заступниця членкині

### AUDITING COMMITTEE

Roma Shuhan — Chair  
Renata Zajac — Member  
Iryna Legoun — Member  
Irene (Tatiana) Rishko — Alternate Member  
Irena (Orysia) Zinycz — Alternate Member

Оксана Скипакевич Ксенос — парламентарист

### 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  
E-mail: nazustrich@verizon.net

### УКРАЇНСЬКИЙ МУЗЕЙ / THE UKRAINIAN MUSEUM

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



Редакція журналу «Наше життя» та управа Союзу Українок Америки вітає читачів з початком нового навчального року для наших дітей, онуків та учнів недільних і суботніх шкіл, що працюють при українських громадах!

Для більшості учнів він починається в умовах карантину, що спричинює багато викликів. Тому бажаємо всім сил, терпіння та мужності гідно побороти їх.

Щиро бажаємо учням — підкорення нових вершин у пізнанні світу, батькам — терпіння, оптимізму та віри у своїх дітей, учителям — зразкових і відповідальних учнів, і всім без виключення — міцного здоров'я та світлого майбутнього з національно-свідомими молодими українцями, до виховання яких докладається кожен з нас!