

OUR LIFE НАШЕ ЖИТТЯ

ВИДАЄ СОЮЗ УКРАЇНОК АМЕРИКИ З 1944 РОКУ
PUBLISHED BY UNWLA, INC. SINCE 1944

8 • 2025
ГРУДЕНЬ • DECEMBER



A CENTURY OF STRENGTH
INSPIRING GENERATIONS
СТОЛІТТЯ СИЛИ
НАДИХАЄМО ПОКОЛІННЯ

НАШЕ ЖИТТЯ

Видає Союз Українок Америки
вісім разів на рік

Головний редактор: Романа Ляброс
Україномовний редактор: Лариса Тополя
Редакційна колегія:
Наталя Павленко — голова СУА
Люся (Елізабета) Буняк, Анна Петеліна,
Оксана Пясецька, Олена Руденко,
Орися Сорока, Христина Тершаковець,
Надя Яворів

OUR LIFE

Published eight times per year by the Ukrainian
National Women's League of America

Editor-in-Chief: Romana Labrosse
Ukrainian-language editor: Larysa Topolia
Editorial Board:
Natalie Pawlenko — UNWLA President
Elizabeth Buniak, Nadia Jaworiv, Anna Petelina,
Oksana Piaseckyj, Olena Rudenko, Orysa Soroka,
Christina Tershakovec

Канцелярія СУА та адміністрація журналу
«Наше життя» / UNWLA & Our Life:
203 Second Avenue, 5th Floor
New York, NY 10003-5706
212-533-4646
office@unwla.org (канцелярія / office)
OurLife@unwla.org (редакція / editors)

Адміністратор: Галина Чередніченко
Канцелярські години: пн — пт: 12 п.п. — 4 п.п.

Administrator: Halyna Cherednichenko
Office hours: M-F 12-4 p.m. EST

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 2025
Ukrainian National Women's League of America, Inc.

Дизайн:
Custom Design and Print Inc.
877-468-0102 | customdpc.com
Друк:
Johnson Press of America, Inc.
815-844-5161 | jpaPontiac.com

ISSN 0740-0225

\$5 Один примірник / Single copy
\$50 Річна передплата в США (не член СУА) / Annual subscrip-
tion for non-members in the U.S.
\$60 У країнах поза межами США / Annual subscription for
non-members outside the U.S.

Членкині СУА отримують «Наше життя» з оплатою членської
вкладки через відділ. Передплатникам письмово нагадується
про відновлення передплати. Річна вкладка вільної членкині
СУА — \$58.
Our Life magazine is included in UNWLA annual membership dues,
payable through the member's branch. Subscribers are sent renewal
letters. Annual dues for UNWLA members-at-large: \$58.

ЗМІСТ • CONTENTS

ДУМКИ ГОЛОВИ • FROM OUR PRESIDENT

- 3 Слово Голови СУА / Reflections from the UNWLA President.
Наталя Павленко / Natalie Pawlenko

НАШЕ ЖИТТЯ • OUR LIFE

- 4 Настанови для дописувачів до «Нашого життя» / Guidelines for
Submitting Articles to Our Life
5 Випуски і терміни 2026 Issues and Deadlines

СВЯТКУВАННЯ СТОРІЧЧЯ СУА • UNWLA CENTENNIAL

- 6 UNWLA Centennial Celebration Blends History, Culture, and Immense
Pride. Marianna Zajac
9 Святкування сторіччя СУА поєднало історію, культуру та безмежну
гордість. Маріянна Заяць
11 A Century of Strength: Inspiring Generations. UNWLA Centennial Film
Premieres Online
12 Threads of Unity: UNWLA Members-at-Large Quilt Honors a Century of
Sisterhood
14 NASHi Experimental Theatre Club: Sharing Ukrainian Theatre with the
World. Natalie Pawlenko
16 MAL Memories: Member-at-Large Reminiscences Celebrate the UNWLA
Centennial

БЛАГОДІЙНІСТЬ • GIVING

- 13 Столітній Фонд СУА / UNWLA Centennial Donations
30 Стипендійна Акція СУА / UNWLA Scholarship Program

ДІЯЛЬНІСТЬ ВІДДІЛІВ І ЧЛЕНКИНЬ • BRANCH & MEMBER NEWS

- 22 Народжена у вишиванці. Українки, які змінили світ (30-й Відділ до
100-ліття Союзу Українок Америки). Соломія Ушневич
25 Величне святкування 100-річчя Союзу Українок Америки в Окрузі
Чікаго. Леся Бандола
26 Branch 95 Holds First Centennial Event. Marianna Crans
27 25 років єдності, сили і традицій: Ювілей 124-го Відділу СУА. Ірина
Караван, Леся Гладько

ВІДИЙШЛА У ВІЧНІСТЬ • IN MEMORIAM

- 31 Катерина Таньчин

ПОКАЗЧИК СТАТЕЙ 2025 SUBJECT INDEX

- 32 Показчик статей — 2025
33 Subject Index — 2025

НАШИМ ДІТЯМ

- 36 Зима-Чарівниця. Казка Надії Красоткіної
37 Дитяча щедрівка. Людмила Горова

НАШЕ ХАРЧУВАННЯ

- 38 Рулет зі шпинату. Надія Боришполова Белова

OUR HEALTH

- 39 A Gift to Yourself. Dr. Ihor Magun

СЛОВО ГОЛОВИ СОЮЗУ УКРАЇНОК АМЕРИКИ REFLECTIONS FROM THE UNWLA PRESIDENT



Наталія Павленко
Natalie Pawlenko

Коли ми підходимо до завершення 2025 року, неможливо не відчувати радість від святкування ста років Союзу Українок Америки. Який визначний ювілей для нашої організації, наших членкинь і всіх, хто поділяє нашу місію — служити Україні та зберігати нашу культуру.

Цей рік був наповнений подіями, які ми ніколи не забудемо. Ми видали книгу «A Century of Commitment: The UNWLA Story (1925–2025)» — прекрасну історію перших ста років нашої діяльності. Ми представили документальний фільм, який оживлює цю історію на екрані. На виставках в Українському Музеї у Нью-Йорку та в Музеї української діаспори в Києві вшанували наших засновниць і показали, як україно-американські жінки й надалі творять і ведуть за собою.

А потім настало 19 жовтня 2025 року — наш незабутній Гала-Вечір з нагоди Століття, що наповнив Bohemian National Hall музикою, вдячністю та радістю спільного святкування. У колі друзів, партнерів і поколінь членкинь з різних куточків Америки ми вшановували наше минуле й дивилися у майбутнє з гордістю та надією.

Та святкування ще не завершилося! Відділи, вільні членкині та округи по всій країні продовжують відзначати столітній ювілей — і робитимуть це й у 2026 році. Адже наша офіційна дата заснування — червень 1925 року — дає нам чудову нагоду ще трохи продовжити це святкове сяйво.

З наближенням Різдва притаманне йому світло й оновлення особливо відгукуються в наших серцях. Історія Різдва нагадує, що з найскромніших початків народжуються дива витривалості та надії. Так само розгорталася і наша історія — від жменьки натхнених жінок до загальнонаціональної спільноти, яка освітлює життя незліченної кількості людей в Україні та Америці.

Нехай різдвяна радість надихає нас нести це світло далі — у наступне століття служіння, з вірою, співчуттям і непорушним духом української єдності.

А в цьому грудневому числі «Нашого Життя» читайте більше про наші ювілейні події, історію, фільм і виставки — і відчуйте ще раз гордість за сторічну подорож Союзу Українок Америки.

As we bring 2025 to a close, it is impossible not to feel the joy of celebrating 100 years of the UNWLA. What an amazing milestone for our organization, our members, and everyone who has shared in our mission to serve Ukraine and preserve our culture.

This year was filled with moments we will never forget. We published *A Century of Commitment: The UNWLA Story (1925–2025)* — a beautiful history book that tells the story of our first 100 years. We released a documentary film that brings that history to life. Exhibitions at The Ukrainian Museum in New York and at the Museum of the Ukrainian Diaspora in Kyiv honored our founders and showed how Ukrainian American women continue to lead and create.

And then came October 19, 2025 — our unforgettable Centennial Celebration, which filled the Bohemian National Hall in New York with music, gratitude, and joy. Surrounded by friends, partners, and generations of members from near and far, we celebrated our past and looked toward the future with pride and hope.

But the celebration isn't over! Branches, Members-at-Large, and Regional Councils across the country are still marking the centennial in their own ways — and will keep doing so into 2026. After all, our founding date — June 1925 — gives us every reason to keep the candles lit a little longer.

As Christmas draws near, the season's message of light and renewal feels especially close to our hearts. The story of the Nativity reminds us that from humble beginnings come miracles of endurance and hope. So too has our UNWLA story unfolded — from a handful of visionary women to a nationwide sisterhood illuminating countless lives in Ukraine and America.

May the joy of the season inspire us to carry that light forward — into our next century of service, with faith, compassion, and the unbreakable bond of our Ukrainian spirit.

May this Christmas remind us to keep sharing that light — through kindness, service, and faith in a better future for Ukraine and for all those we serve.

And in this December issue of *Our Life*, read more about our jubilee events, our history, film, and exhibits — and once again feel the pride of the hundred-year journey of the Ukrainian National Women's League of America.

Настанови для дописувачів до «Нашого життя»

Ми вітаємо Ваш внесок статей до «Нашого життя» і будемо намагатися їх публікувати. Щоб гарантувати розгляд і публікацію Ваших дописів, просимо дотримуватися таких рекомендацій.

Зміст. Ваша стаття повинна бути своєчасно надіслана, підтримувати місію «Нашого життя», що базується на місії СУА (повідомляти про важливу роботу СУА, її відділів і членкинь та значення цієї діяльності; висвітлювати досягнення наших членкинь і відомих українок у всьому світі; розповідати про багату культуру та захопливу історію України тощо); описувати роботу (діяльність, ініціативи, досягнення), яка відповідає основним напрямкам праці СУА: Захищаємо, Навчаємо, Розвиваємо, Піклуємося.

Примітка: «Наше життя» не є відповідним каналом для поширення звітів про збори відділів та округ, річних звітів про їхню діяльність тощо. Відділи можуть використовувати свої внутрішні списки електронних адрес для розповсюдження таких оновлень, інформаційних бюлетенів чи інших відомостей, що цікавлять їхніх членкинь і прихильників.

Формат. Зазначте заголовок або тему Вашого допису, повне ім'я автора, номер відділу і місце його розташування та назву округу СУА. Надішліть свою статтю електронною поштою у вигляді окремо доданого документа Word на адресу OurLife@unwla.org. Будь ласка, не вводьте статтю в тіло електронного листа та не надсилайте

у формі PDF. Фотографії повинні мати формат JPG або PNG із високою роздільною здатністю та якістю друку (в ідеалі 1500—2000 МБ) і їх потрібно прикріпити до електронного листа разом зі статтею, але не вставляти у допис або в поле для тексту електронного листа.

Обсяг некрологів не повинен перевищувати 350 слів.

Достовірність інформації. Редакція залишає за собою право на редагування Вашої статті щодо стилю, зрозумілості, послідовності наданих відомостей та обсягу. Забезпечте правильність Вами написаного: перевірте наведені факти, дати, місця та написання імен, власних назв тощо. Якщо Ви надсилаєте фотографії, то надайте підписи до них (імена людей на фото або загальний підпис), а також, якщо можливо, де та коли вони були зроблені. Якщо фотографія не Ваша, отримайте письмовий дозвіл автора на її публікацію в «Нашому житті» та вкажіть у дописі його повне ім'я.

Примітка: Про Ваші новини та події також можна інформувати координатора з комунікацій СУА (events@unwla.org). Відповідні оновлення можуть бути поширені через соціальні мережі СУА, зокрема в інформаційному бюлетені та на вебсайті СУА.

Дякуємо за співпрацю та розуміння!
Редакція та редакційна колегія
«Нашого життя»

Guidelines for Submitting Articles to Our Life

We welcome your contributions to *Our Life* and will always try to accommodate them. To ensure that your submissions can be considered for publication, please follow these guidelines.

Content. Your story should be timely, should support the mission of *Our Life* (to report on the important work of the UNWLA, its branches and members, and the impact of these activities; to celebrate the achievements of our members and of accomplished Ukrainian women worldwide; to share Ukraine's rich culture and fascinating history), and should focus on topics (activities, initiatives, achievements) that align with our core focus areas: Advocate, Educate, Cultivate, Care.

Note: *Our Life* is not the appropriate channel to share reports about branch meetings, annual reports about branch activities, or any information that is primarily of interest to the members of a specific branch. To disseminate this type of information, please use internal email lists and social media.

Format. Include a title or subject for your article and the author's full name, branch number, and branch location. Email your article as a **Word document attachment** to OurLife@unwla.org. Please DO NOT type your article into the body of your email or send it as a PDF. Photos must be high-resolution, print-quality JPG or PNG attachments (ideally 1500-

2000 MB) – **do not embed photos in your article or in your email.**

Please limit Obituaries to 350 words.

Details. We may edit your article for style, clarity, consistency, and length, but you must ensure the accuracy of facts, names, dates, locations, etc. – **this is your responsibility.** If you are supplying photos, include captions that identify the people in the photos and, if possible, where and when the photos were taken. If a photo is not yours, you must obtain the photographer's written permission to reproduce it in *Our Life*, and provide the appropriate photo credit.

Note: In addition to sharing your news with *Our Life*, you may wish to send it to events@unwla.org to inform the UNWLA's communications coordinator, who may then share the information across the UNWLA's social media channels, bi-weekly newsletter, and website.

Thank you for your collaboration!
The Editors and Editorial Board of *Our Life*

Випуски і терміни Issues & Deadlines 2026

1	Січень-Лютий January-February	1 січня January 1
2	Березень-Квітень March-April	1 лютого February 1
3	Травень May	15 березня March 15
4	Червень June	15 квітня April 15
5	Липень-Серпень July-August	1 червня June 1
6	Вересень-Жовтень September-October	1 серпня August 1
7	Листопад November	15 вересня September 15
8	Грудень December	15 жовтня October 15



Дорогі наші союзники, щирі читачі та вірні друзі!

Сердечно вітаємо Вас з Різдвом і Новим роком!

Нехай світлі та радісні свята наповнять Ваш дім і Ваше життя магією добра та любови! Нехай усі щирі бажання та наміри збуваються, а серце наповнюється всеосяжним щастям!

Нехай у Ваших душах радість панує, а Христос рожденний любов, злагоду і мир дарує — Вам і нашій рідній Україні!

Редакція та редакційна колегія

Dear readers,

May the spirit of the Christmas season fill your homes and hearts with much love and great kindness, and may it bring peace to one and all, including our beloved Ukraine.

*The Editors and Editorial Board of **Our Life***



UNWLA Centennial Celebration Blends History, Culture, and Immense Pride

Marianna Zajac, UNWLA Honorary President



The program booklet.
Програма-буклет свята.



Marianna Zajac opening the program.
Маріянна Заяць відкриває свято.

The UNWLA marked its Centennial on October 19 with a celebration unlike any other — a gathering that beautifully reflected history, culture, and heartfelt pride within the elegant halls of New York's Bohemian National Hall. It was a milestone few other diaspora organizations have achieved, and it brought together members and UNWLA friends from across the country to honor a century of service, sisterhood, and commitment to Ukrainian culture and humanitarian work. The celebration was not merely an anniversary event, but a living testament to a century of women's leadership, service, and solidarity.

As guests made their way to the concert hall, they were warmly welcomed by members of UNWLA Branch 1 and received a beautifully designed souvenir program. The booklet not only outlined the afternoon's events but also featured thoughtful reflections from members of the Centennial Honorary Committee on the organization's mission and its historic milestone.

"In 1925, in the heart of the Ukrainian American diaspora, a light was kindled. A light of unity, culture and purpose. A league of women dared to dream of preserving identity, empowering voices and shaping a future. This is their story!"

These words invited everyone gathered at the Bohemian National Hall to take their seats, signaling that the official program was about to begin. The venue buzzed with palpable excitement as attendees greeted old friends and found their seats in the beautifully illuminated hall. As everyone settled in, Marianna Zajac, Chair of the Centennial Planning Committee, officially opened the program by introducing and welcoming dignitaries, the Centennial Honorary Committee, community leaders, sponsors, supporters, UNWLA leadership past and present, and especially UNWLA members, stating "each of you is part of this beautiful legacy!" Their Eminences Metropolitan Borys Gudziak, Archbishop of the Ukrainian Catholic Church in the U.S., and Metropolitan Antony, Prime Hierarch of the Ukrainian Orthodox Church of the U.S.A., eloquently bestowed their blessings on those present and on all UNWLA members and their families. A moment of silence followed: for Ukrainian soldiers who sacrificed their precious lives for Ukraine and for UNWLA members who had passed away but whose legacy lives on.

With gratitude and pride, UNWLA President Natalie Pawlenko and Centennial Chair Marianna Zajac listened as Oresta Starak, First Secretary of the Embassy of Ukraine in the United States, read a personal letter from President Volodymyr Zelensky. In his message, the President congratulated the UNWLA on its Centennial, writing: "It is the courage to be the voice of truth, the

strength of women's solidarity that can transcend borders and circumstances, uniting the past and the future."

Marianna Zajac then set the stage for the performance by recalling the very beginnings of the UNWLA and the dedicated women who "had no road map — but had a mission and a vision!" She emphasized that "through every hardship, UNWLA members held on to one another and held fast to Ukraine," adding that "we are not just the inheritors of the UNWLA legacy, we are also its stewards, and today, at our Centennial Celebration, we are its storytellers!" With these words, she introduced the long-awaited performance of *A Legacy in Motion*.

Little had been shared publicly about the performance of *A Legacy in Motion*, as the Planning Committee intentionally chose to celebrate this historic milestone in an innovative, non-traditional way — through a staged play — and hoped that anticipation would build leading up to October 19. Written and directed by Romana



A scene from the production A Legacy in Motion.

Сцена з постановки «Спадщина, що Живе».



Natalie Pawlenko closing the program.

Наталія Павленко закриває першу частину свята.



Oresta Starak, First Secretary at the Ukrainian Embassy to the U.S., presented greetings from President Zelensky.

Ореста Старак, перша секретарка посольства України в США, передала вітання від Президента Зеленського.

Soutus, a playwright and the founder of the NASHi experimental culture project based in Kyiv (*see our story on page 14*), the production featured three Ukrainian American actresses who portrayed multiple generations of UNWLA members, stepping into each other's stories and moving seamlessly through time. Within the play, they prepared for the Centennial Celebration while revisiting key moments in history to which the UNWLA had responded. Musical interludes enriched the atmosphere, while creative lighting enhanced the mood and underscored moments of reflection. The performance concluded powerfully with the words: "And we're just getting started!"

A Legacy in Motion captivated the audience and was met with heartfelt applause and a standing ovation.



Branch 65 members in attendance.

Присутні на святі членкині 65-го Відділу.

Natalie Pawlenko brought the program to a graceful close, extending deep gratitude and appreciation to all attendees, sponsors, and supporters, and above all to every UNWLA member. "This day reminds us that we are all part of this great living tapestry — each thread, each heart, each voice woven together through time ... this remarkable sisterhood that endures and inspires."

The uplifting and joyful atmosphere continued into the Centennial reception, where guests were welcomed with glasses of sparkling Prosecco and a striking step-and-repeat backdrop featuring the Centennial logo — a perfect spot for photos that remained a popular gathering point throughout the afternoon. With heartfelt appreciation, Her Excellency Olha Stefanishyna, Ambassador Extraordinary and Plenipotentiary of Ukraine to the U.S., and His Excellency Andriy Melnyk, Permanent Representative of Ukraine to the United Nations, joined UNWLA leadership and members for photos at the step-and-repeat.

Another favorite photo opportunity was the stunning Members-at-Large Threads of Unity Quilt, composed of 101 embroidered squares contributed by UNWLA members from around the country and carefully pieced together to symbolize unity in this landmark 100th anniversary celebration.

At the reception, guests mingled and chatted, frequently stopping members of the Planning Committee to share their enthusiastic praise for the day's events. The specially prepared hors d'oeuvres by Vesselka and the signature Centennial Bloom cocktail also received glowing compliments. As the afternoon drew to a close, Natalie Pawlenko invited everyone to join in a resounding "Mnohaya Lita" in honor of the

Centennial — a celebration of an organization whose spirit lives on in each member of the UNWLA.

From the first words spoken — recalling the light kindled in 1925 — to the final notes of song in "Mnohaya Lita," the afternoon stood as a vivid and heartfelt reminder of the strength, vision, and unity that have guided the UNWLA for the past 100 years — and will continue to inspire its path forward.

"And we're just getting started!"



Reception table.

Стіл для пригощання гостей.



Branch 143 members with Natalie Pawlenko.

Членкині 143-го Відділу з Наталею Павленко.

Святкування сторіччя СУА поєднало історію, культуру та безмежну гордість

19 жовтня вишукані зали Bohemian National Hall у Нью-Йорку стали свідками події, якої ще не бачила українська діаспора: Союз Українок Америки відзначив своє 100-річчя унікальним і глибоко символічним святкуванням. Цей день був не просто ювілеєм — він став живим втіленням столітнього жіночого провідництва, культурної спадщини й справжнього сестринства.

До Нью-Йорка з'їхалися членкині та друзі СУА з усіх куточків США, щоб вшанувати сторіччя служіння та єдності. Волонтерки 1-го Відділу зустрічали гостей пам'ятною програмою, у якій, водночас із розкладом подій, були роздуми членкинь Почесного Ювілейного Комітету — про місію, витоки й покликання Союзу.

Звучні слова-вступи, що нагадували про «світло єдності, культури та великої мети», відкрили урочисту частину. Атмосфера була сповнена хвилювання, гордості й радості зустрічей. Голова Ювілейного Комітету Маріянна Заяць, звертаючись до залу, зворушливо наголосила: «Кожна з вас — частина цієї величної спадщини». Благословення виголосили Митрополити Борис Ґудзяк і Антоній, після чого присутні вшанували пам'ять полеглих захисників України та членкинь СУА, які залишили по собі безсмертний слід.

Справжньою несподіванкою став зачитаний Орестом Старак лист від Президента України Володимира Зеленського, який відзначив «незламну силу жіночої солідарності, що єднає минуле й майбутнє».

Кульмінацією вечора стала театралізована постановка «Спадщина, що Живе» — оригінальний мистецький формат, створений драматургинєю Романою Соутус спеціально до ювілею. Це був сміливий крок — перетворити історію організації на емоційну сценічну подорож. Три українсько-американські акторки уособили різні покоління членкинь СУА, оживляючи їхні історії, мрії та боротьбу. Зміни світла, музика й тепла гра акторок створили відчуття присутності у самій історії. Коли пролунали фінальні слова — «І ми лише починаємо!» — зал вибухнув оплесками стоячи.

Голова СУА Наталя Павленко, завершуючи вечір, сказала: «Ми всі — частина великого живого полотна: кожна нитка, кожне серце, кожен голос сплетені крізь час. Це неймовірне сестринство, що живе й надихає».

Святковий настрій продовжився на ювілейному прийнятті. Гостей зустрічали келихами просеко біля фотозони з логотипом 100-річчя — місця, яке стало центром дружнього спілкування. Поряд саяла «ковдра єдності» — 101 вишитий клаптик, надісланий членкинями з усієї країни та зшитий у єдине полотно, що символізувало нерозривний зв'язок поколінь.



Her Excellency Ambassador Olha Stefanishyna.

Її Високоповажність Посол Ольга Стефанішина.



Watch the performance of A Legacy in Motion here.

Дивіться виставу «Спадщина, що Живе» тут.

Під час прийняття панував дух радості й вдячності — сміх, щирі обійми, спогади та слова захоплення звучали з усіх боків. Гості насолоджувалися закусками від «Веселки» та фірмовим коктейлем *Centennial Bloom*. На завершення зал об'єднався у спільному виконанні «Многая Літа» — на честь Союзу, який живе в кожній з його членкинь.

Від першої іскри 1925 року до сьогоднішнього блиску 100-річчя — історія СУА залишається доказом того, що жіноча сила, єдність і віра можуть творити дива. І, справді, — ми лише починаємо!



Branch 75 members with Natalie Pawlenko.

Членкині 75-го Відділу з Наталею Павленко



Centennial Honorary Committee members in attendance.

Члени Почесного Комітету зі святкування сторіччя СУА

A Century of Strength: Inspiring Generations **UNWLA Centennial Film Premieres Online**

The UNWLA proudly marked another milestone in its centennial year with the virtual online premiere of the documentary film *A Century of Strength: Inspiring Generations* — a powerful tribute to 100 years of Ukrainian women's leadership, advocacy, and resilience.

The film premiered on October 3, 2025, before an audience of members, partners, and friends who have carried forward the mission of this remarkable organization for a century. Through compelling storytelling, rare archival photographs, and insightful interviews, *A Century of Strength* brings to life the journey of Ukrainian women who built communities, preserved culture, and championed humanitarian and educational causes across generations.

Produced as part of the UNWLA's 100th Anniversary celebration by My Mary Production (<https://mymaryproduction.com/>), the film traces the organization's evolution from its founding in 1925 — when visionary Ukrainian immigrant women united to give voice to their community — to its presence today as the largest and longest-running Ukrainian women's organization in North America. It illuminates the UNWLA's leadership during critical moments in Ukrainian and world history, including its advocacy for human rights during the Soviet era, its humanitarian response to crises in Ukraine, and its ongoing support for women, children, and the elderly through numerous charitable programs.

The production features commentary from past and current UNWLA leaders, historians, and community partners, weaving together a century-long narrative of unity and purpose. It serves as both a reflection and a call to action — reminding viewers that the strength of one generation continues to inspire the next.

Following its premiere, *A Century of Strength: Inspiring Generations* was made available for online viewing, allowing a wider audience to experience this moving chronicle of dedication and impact. The film can be viewed on the UNWLA's YouTube channel at <https://www.youtube.com/unwla>.

The UNWLA's story — one of courage, compassion, and commitment — remains a testament to the enduring spirit of Ukrainian women who, for 100 years, have turned purpose into progress and legacy into light.

Iryna Chalupa (President, Branch 78, Washington, DC) served as the film's Managing Editor, with UNWLA President Natalie Pawlenko and Honorary President Marianna Zajac serving as Producers.



The team behind My Mary Production: Anastasiya Bazdyrieva (left) and Mariia Mykhno.



In a still from the film, Natalie Pawlenko holds a photo of UNWLA President Olena Lototska while describing the UNWLA's early years to Anastasiya Bazdyrieva of My Mary Production.

Threads of Unity: UNWLA Members-at-Large Quilt Honors a Century of Sisterhood

One of the most heartfelt moments at the UNWLA Centennial Celebration in New York City on October 19 was the unveiling of the Threads of Unity Quilt — a colorful creation made by Ukrainian women from across the United States.

The quilt project was sponsored by UNWLA Members-at-Large (MAL) — women who belong to the UNWLA but are not part of a local branch. These members wanted to find a way to take part in the 100th Anniversary celebration and show their

pride in their Ukrainian heritage. MAL Lisa McDonald of Casper, Wyoming, initiated and chaired this important quilt project, and Stephanie Richard, a quilter from Ohio, sewed all the pieces together with a sunflower pattern. Every UNWLA member was invited to send in an 8-inch square of Ukrainian embroidery, weaving, or fabric art.

Each square was different but shared a common purpose — to celebrate Ukrainian traditions and the UNWLA's long history of sisterhood. When the



Lisa McDonald (left) and Olya Czerkas with the MAL quilt.

finished quilt was displayed at the Centennial, it drew immediate admiration. Bright red-and-black cross-stitch patterns, soft woven bands, and hand-painted designs filled the room with color and memory. In the center, a bold UNWLA logo stitched on blue-and-yellow fabric reminded everyone of the organization's lasting mission to serve Ukraine and the Ukrainian American community.

Some women used fabric that had been passed down through their families. Others embroidered designs from their ancestral regions, or created something entirely new inspired by folk art. Every piece told a story — a small window into a member's history, creativity, and love for Ukraine.

"The idea was to let every member, no matter where she lives, be part of our Centennial," said McDonald. "This quilt shows how art can bring people together, even when they are far apart."

As members gathered around the quilt at the celebration, many were moved to tears. "It's more than fabric," one woman said. "It's our story — stitched with care and love."

This project took 10 months to gather the embroidery and other fiber art pieces from members of the UNWLA to assemble into a quilt. Quilter Stephanie Richard, of Creative Threads, put all 101 pieces together into this amazing historical piece of art. The great-great granddaughter of Ukrainian immigrants to the U.S. said she was honored to bring this quilt to life.

The Members-at-Large Quilt will now become part of the UNWLA Centennial Collection, traveling to future exhibits and regional events. Every square on the quilt represents the hands and hearts that created it — a symbol of unity, creativity, and 100 years of dedication to community and culture.

Watch Lisa McDonald's YouTube video about the quilt project, updated with photos from the UNWLA Centennial Celebration: <https://youtu.be/C6DWSOVU1xc?si=wgL46iY7kdGO24TS>

UNWLA Centennial Donations Столітній Фонд СУА

\$30,000	Self Reliance Financial Federal Credit Union
\$20,000	Orest and Lidia Bilous Family Foundation
\$10,000	Prof. Jaroslaw and Alla Leshko; George and Anisa Mycak; Self Reliance Federal Credit Union Chicago; Oleh Tretiak
\$5,000	Vira Bodnaruk; Christine Bonacorsa; Moya Handling Systems, Inc; Marta Mulyk Baxer; SUMA Federal Credit Union; Ukrainian National Association Inc.
\$2,609.70	Hrycak-Samotulka children celebrating our "CYA" Mama Daria Samotulka
\$2,583.10	Marianna Zajac
\$2,582.74	Dr. Yuri Mischenko & Natalia Pawlenko
\$2,500	Detroit Regional Council; Ukrainian Catholic Education FOU; Ukrainian National Federal Credit Union
\$1,044.10	Zoriana Stawnychy
\$1,033.31	Alexandra Hursky; Lydia Prokop
\$1,000	Branch 98 (Holmdel/Middletown, NJ); Branch 136 (Naples, FL); Tamara Denysenko; Heirloom Transformations TM by Anna Denysyk; Luba Kostyba; Iryna Kurowyckij; Oksana Lodziuk Krywulch; Merck; Mary Motyl & Joseph Laraia; Nova UA Federal Credit Union; Shenk Charitable Fund; St. Nicholas Ukrainian Catholic; The Szmagala/Jarem Charitable Fund; Halyna Traversa Young; Kateryna Wolowodiuk
\$522.23	Nataliia Dobrovolska; Donna MacPhee
\$517.37	Margaret Keer
\$516.84	John and Olya Czerkas; Solomiia Kobuta; MEEST; Chrystyna Panycia; Liudmyla Rabij
\$500	Ihor Cehelsky; Nadia Deychakiwsky; Maria & Jerry Flynn; Anna Harmaty; Nadia Jaworiw; George and Anisa Mycak; Natalie Santarsiero; Olga Sunden; Ukrainian American Cultural Center of New Jersey in Whippany
\$310.25	Vera Staruch
\$300	Branch 124 (St. Petersburg, FL); Roksolana Leshchuk
\$261.30	Zenovia Brozyna; Alexander Motyl
\$258.60	Sherry Cosier; Oleg Kotsyuba; Vera Skop
\$258.57	Anna Biloshapka; Yuriy Wowczuk
\$250	Branch 75 (Maplewood, NJ); Christine Fedun; Melanne Verveer
\$200	Irene Hryhorowych; Lucy Selley
\$150	Maria Charuk; Larisa Debelenko; Olha Yarema-Wynar
\$103.76	Anna Bereznyak; Loraine Campbell
\$103.66	Natalia Honcharenko; Aimee Kehoe; Roman Turkevich
\$100	Lydia Bodnar-Balahutrak; Katherine Gattuso; Julia Terry
\$50	Oksana Antonyuk; Romanna Navrotska
\$10	Irene Badiak; Mariya Lazarev

Donate to the
Centennial Fund here



NASHi Experimental Theatre Club: Sharing Ukrainian Theatre with the World

Natalie Pawlenko, UNWLA President



The NASHi team with director Romana Soutus (at center).

In the heart of every Ukrainian beats a love of freedom and our culture. That culture is ever-changing and adapting in modern Ukraine. We see it in the vibrant new colors and styles of *vyshyvanky* from contemporary brands like Etnodim, Foberini, and Gunia; re-interpretations of traditional dishes by chef Yevhen Klopotenko; and remixes of folk classics by musicians like Go_A. Today's Ukrainian artists understand that expressing themselves and our unique culture in creative new ways is the essence of freedom and the most effective way to show the world what Ukraine stands for.

Kyiv's NASHi Experimental Theatre Club was established in the midst of war in 2023 to give young Ukrainian theatre artists a platform to create work that reflects their lived experiences in innovative new ways. In partnership with the New York institution La MaMa Experimental Theatre Club and its resident company CultureHub, NASHi creates opportunities for these artists to experi-

ment with theatre practices not usually taught in Ukrainian conservatories and, through the power of livestream, to perform for an international audience. NASHi's production *A Legacy in Motion* captivated the audience at the UNWLA Centennial Celebration on October 19 (see our story on page 6).

NASHi was founded by Romana Isabella Soutus, an award-winning actress, playwright, and producer with family in the Ukrainian diasporas in the U.S. and Argentina. Romana came to Ukraine in 2019 and began to immerse herself in the creative scene in Kyiv. The pandemic helped her realize that she needed to help Ukrainian theatre artists bring their work to broader audiences. The war solidified that commitment.

Romana was inspired to name the nascent project "NASHi" while working on her documentary video series *Diaries in Exile* on the Ukrainian-Polish border during the first month of the full-scale invasion. While speaking to refugees who were fleeing the initial horrors of the war, she was frequently asked, "Чи ви наші?" meaning "Are you one of ours?" The expression gave Romana the impetus to create an experimental theatre company that would bring to life stories helping both artists and audiences feel that they were among their own.

NASHi's first project was "Кабаке на Кордоні," also known as "Downtown Variety: Ukraine Edition," a live-streamed cabaret performance that assembled five Ukrainian theatre ensembles and artists to create short theatrical performances exploring the shared theme of crossing borders. In collaboration with La MaMa and CultureHub, the performance was live-streamed for international audiences, and it garnered rave reviews from the Ukrainian public and media. Since then, NASHi has produced countless events, including educational workshops with internationally celebrated theatre directors, screenings of seminal theatre pieces from the La MaMa archives, and spontaneous street performances, among others.

In 2024, the U.S. State Department recognized the value of the NASHi concept and awarded the company a substantial grant from the Ukraine Cultural Heritage Response Initiative – Resilience Building Component. The State Department was eager to support experimental theatre in Ukraine, understanding that the arts are a vital means by which a nation defines and expresses itself

to the world. Unfortunately, NASHi was one of the casualties of the revision of foreign aid in January 2025, and the grant was rescinded. Undeterred, the NASHi Experimental Theatre Club continues to work diligently to present exciting Ukrainian works internationally.

Of course, it is not easy running a theatre during a war and in a city that is often in a state of air raids. Many of Ukraine's most beloved artists immediately answered the call to defend Ukraine at the outset of the full-scale invasion in February 2022, and those who were still not mobilized had no way to present their work to audiences outside the country. But NASHi embodies the Ukrainian

spirit by staying strong and continuing to move forward with dedication and commitment despite the obstacles.

Ukrainians' commitment and love for our traditions are among our defining features. But what we consider a tradition today was at one time experimental. We can look at the work of visionaries like Les Kurbas and forget that his work had pushed boundaries during his lifetime. The NASHi Experimental Theatre Club works with Ukraine's young experimental theatre impresarios in order for them to ask "What does it mean to be Ukrainian today?" and create work that will help Ukrainians around the world feel seen and understood.



Scenes from A Legacy in Motion, performed at the UNWLA Centennial Celebration on October 19.

MAL Memories

Member-at-Large Reminiscences Celebrate the UNWLA Centennial

To celebrate the 100th anniversary of the UNWLA, last February Members-at-Large across the U.S. were invited to share their experiences and memories of tending the flames that keep our traditions and cultural heritage alive, of celebrating their role in cherishing and nurturing ties to the country that helped form all of us into proud Americans with deep Ukrainian roots. "Our shared history, culture and language become especially precious when a wrathful foe aims to wipe them out," the invitation read. "Since the full-scale Russian invasion, celebrating our unique Ukrainian heritage has strengthened us and brought us closer together in spirit."

Dozens of MAL responded to the call, sharing cherished memories of important moments, events, and objects that showcase their pride and joy as members of the UNWLA and their continued commitment to fan the flame for future generations. Here, a selection of their stories.



Olya Czerkas – St. Petersburg, Florida (MAL President)

This candle was one of the first purchases my parents made when they arrived in the United States. To keep the Ukrainian Christmas Eve traditions in our family alive every year, the candle is lit, prayers are said, and the traditional 12-course Christmas Eve meal is served. This candle has been lit to begin Christmas Eve in my family for the past 70 years. It has been passed from one generation to the next, reminding us of warm memories of the past and the love of family and Ukraine, and is a positive inspiration for years to come.

Dance, music, art, and children have all been important and essential parts of my life. Combining these loves over many years, I have taken the opportunity to educate children about Ukrainian culture, music, and traditions through dance. As an instructor, choreographer, and director of children's dance groups for many years in Lorain, OH, and St. Petersburg, FL, and for 28 years at Soyuzivka's Tennis and Children's Summer camps, I have taught children about Ukraine and Ukrainian culture. I am proud that our love of Ukrainian culture and traditions continues over many generations. This photo is from 1987.



Tania Bardyn – Bothell, Washington

I have a passion for jewelry, particularly Ukrainian jewelry. Supporting Ukrainian artisans became a crucial form of advocacy for me when the war in Ukraine began. I purchased this traditional Ukrainian namysto necklace from Oksana Boriychuk, on Etsy, to support her craftsmanship. Every time I wear it, I receive compliments and questions, giving me the chance to advocate for Ukrainian artisans. This necklace has become one of my favorite pieces.

Nadia Kachalenko – Palm Beach Gardens, Florida

These two decorative items, a bedspread and an embroidered sheet, were hand-crafted in the Halychyna region of Western Ukraine in the early 20th century. They were gifted to me by my grandmother Mariya Zayatz (born in 1908) when I got married. She, in turn, inherited them from my great-grandmother Olena Bychok. I brought them with me to America in 1992 and have treasured them for 33 years, enjoying the colors and fine embroidery every Christmas and Easter holiday. My family and friends admire the amazingly preserved and never-fading colors of these true masterpieces.





Lisa McDonald – Casper, Wyoming

My baba, Malania Hontaryk, was a master korovai baker (korovainytsia) in Edmonton. She continued baking korovai, a traditional wedding bread, into her 90s. The baton was passed to me, and upon moving to the U.S., I started an educational and business website, Korovai.com, to offer personal korovai baking and shipping services. In my first year, 2002, I baked 10 korovai that were shipped all over the U.S. Eight years later, I started a Canadian franchise, and in 2024, I baked 55 wedding breads. Keeping our heritage and culture alive through baking our traditional breads is one of my passions.

As a teacher, I love to educate, and as a Ukrainian, I love to educate people about things Ukrainian. My baba and mama were prolific pysankarky in Edmonton. Since 2002, I have been holding pysanka classes in Montana, Wyoming, and Colorado. In 2020, I was featured in the Wyoming Arts Council *Artscapes* magazine showcasing some of my mother's and baba's pysanky. In 2022, when the war started, we raised over \$12,000 to help with the war effort.



Alexandra Hursky – Ellicott City, Maryland

Growing up in a suburb of Syracuse, NY, I often encountered people who had never heard of Ukraine. It was important for me to make them aware of the country I was so proud of, even though I had never been there myself. My sister Tanya and I accompanied a group of teenage Ukrainian singers on the bandura. We performed at church and civic events, such as this Captive Nations rally held at a CNY college in 1979.

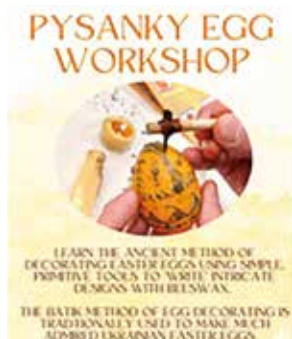
Through Ukraine Global Scholars, I have mentored four lovely Ukrainian teenagers through the college application process. My family also welcomed Sasha, my first mentee, to our home as a guest. This photo was taken at Baltimore's National Aquarium during one visit. I was inspired to help students by my parents, Jacob and Valentina, who set up the Jacob and Valentina Hursky Ukrainian Graduate Fellowship – College of Arts & Sciences at Syracuse University.



Larysa Martyniuk – Colorado Springs, Colorado

This porcelain mask "Motanka" is included in the exhibit *Masks 2025* at the Museum of Fine Art in Fort Collins, Colorado. As an artist, I created a visual statement that incorporates and emphasizes Ukraine's deep cultural roots. The Motanka doll has resurfaced as a symbol of cultural resistance and renewal in Ukraine. I incorporated the symbolic essence of these ancient talismans into my Motanka, displayed with a personal statement alongside it. I hope that viewers of the exhibit have a deeper understanding of Ukraine's cultural roots dating back 5,000 years to the Trypillian Culture, which thrived in the Chernihiv region.





Maria Saskiw – Cedar Point, North Carolina

I am delighted to share my wonderful experience in spreading the magic of our pysanky. Not only is it a unique and sophisticated art form, but it also encapsulates history, sociology, and anthropology. About a decade ago, I conducted the first workshop on pysanky in Mt. Airy, NC.

Christina Tershakovec – Huntingdon Valley, Pennsylvania

Advocacy and cultural awareness begin early and at home. I am about two years old in this photo, in front of the then newly erected Washington, DC, statue of Taras Shevchenko, who wisely counseled “Учітесь, читайте, і чужому навчайтесь, й свого не цурайтесь.” I grew up outside of Washington, DC, in the loving home of Eugene and Anisja Gill (Євген і Анісія Гіль), steeped in a love of Ukraine, the Ukrainian language and culture. Now, as Chair of UNWLA’s National Advocacy Committee, that deeply instilled love of and respect for my heritage empower my advocacy work.



Oksana Stanko – Basking Ridge, New Jersey

One of my proudest professional accomplishments has been educating an entire generation of Ukrainian American children from 1987 through 2009. Beginning with teaching in the *svitlychka* sponsored by UNWLA Branch 61, through the challenging upper *matura* grades in the Lesia Ukrainka School of Ukrainian Studies in Whippany, NJ, I shared my knowledge of Ukrainian history, culture, literature, and music and my love of our beautiful Ukrainian heritage. This photo from May 1990 shows nine of my young students, two of whom went on to complete their comprehensive *matura* exams in 2005 under my guidance.

Inna Walker – Providence, Rhode Island

After joining the UNWLA, I found not only a mission I believed in but a place where I truly belonged — a place of cultural connection, shared purpose, and sisterhood. We are all united by one powerful idea: our love for Ukraine. Political and cultural advocacy became my niche. One of the most meaningful projects I organized was an exhibit called *Vilni ta Nezlomni*, featuring Ukrainian women in exile, proudly wearing their traditional vyshyvanky. The portraits were captured by a displaced Ukrainian photographer from southern Ukraine. This event brought our community together and celebrated the resilience of our people through the lens of culture.



Maria Holian – Kalamazoo, Michigan

Many years ago, I received a doll that I dressed in an outfit that my mother had embroidered. This dress is a constant reminder of my mother's love for me and her gifted ability with needlework. Embroidering calms the soul and strengthens the embroiderer's ability to endure difficult times. Embroidery provides the embroiderer and the receiver of the embroidery peace of mind and heart.



Catherine Krucylak – St. Louis, Missouri

I am retiring after working 32 years as a pediatric anesthesiologist at the Washington University School of Medicine. As a special tribute and thank-you, I made a pysanka for each person I worked with during that time. This picture is of all the pysanky that I made, displayed on a tablecloth that I embroidered along with my mother. The pysanky will be gifted to each person at a retirement party, along with a note about my affiliation with Союзанки. I thought this was an ideal way to say thanks and to

educate others about Ukraine and our efforts simultaneously. I have been working on this for a couple of years, and it feels good to have reached my goal.

Natalie Gawdiak – Columbia, Maryland

I painted (писала) the large icon of Christ the Teacher while studying Byzantine iconography. It has been exhibited at the Ukrainian Cultural Center in Hunter, NY; I love Ukrainian icons. Below the icon are several prints I did of various Ukrainian churches. One of these prints was selected by the Ukrainian National Association to be used as their Christmas card design. I am amazed at how much some Ukrainian churches look like Cubist compositions.



I created this mixed media composition of Vasyl Stus to honor one of Ukraine's most revered poets and martyrs. I was inspired to do this after the Nobel Prize Committee rejected his nomination because he had just died (September 4, 1985). I call this work *No Nobels for Dead Poets*.



Andrea Kulish Wilhelm – Asheville, North Carolina

In April 2025, I was doing pysanky demonstrations and fundraising for Ukraine at the Grovewood Gallery Spring Sip + Shop event in Asheville, NC. I have been a guest artist at this fine art and craft gallery's annual spring event for several years, and the gallery is very supportive of fundraising for Ukraine, in support of the UNWLA Humanitarian Aid Fund.

Tatiana Janowycz – Forest, Virginia

During June 1993, I was most fortunate to participate in the Ukrainian National Association's program to teach English in Vinnytsia, Ukraine. My students were high school seniors, and all spoke Russian as their primary language. I realized that though learning English was important to them, it was equally vital for me to inspire them to love and respect the Ukrainian language of their forebears. They got a head start on English, but also an awakening of their heritage, which was so important in those early days of Ukraine's independence. I felt I was spreading love and respect for our Ukrainian language to Ukrainian youth who were primarily Russian speakers in that region.



When I viewed a *Vytynanky* exhibit in a small museum in Mohiliv Podilsky in 1993, it sparked the beginning of my collection of this ancient art form. *Vytynanky*, or papercutting, began as a method of house decoration by the wealthy some 500 years ago. Over the following centuries, this art form spread in popularity throughout Ukraine, peaking in the 19th century. By the mid-20th century, many museums exhibiting Ukrainian art were closed or destroyed during World War II and *vytynanky* were banned by the Communist regime, almost wiping out this art form. This craft is emerging again in contemporary interior design thanks to artists preserving and working with the traditional methods, style, and motifs.

Nadia Cwiach – Fort Lauderdale, Florida

This icon was created by Ivan Mitzyk, an artist and iconographer from Ukraine. He and his wife came to America in the early 1980s and lived at the Ukrainian Catholic Diocese in Stamford, CT. He restored artwork in the Seminary as well. When Ukraine became independent, he returned to Kyiv. This icon is a fond memory of Ivan's great work. He kindly gifted it to me in gratitude for the help I provided in a country where he didn't speak the language. Sadly, I have lost all contact with him and his wife.





Anna Hursky de Vassal – Gwynedd Valley, Pennsylvania

In 2001, I had the opportunity to hire Andriy Pikush, a master Petrykivka artist from Ukraine, to decorate several walls in our house. This type of painting is typically done directly onto walls in Ukraine, and he had traveled to the U.S. with paper art representing other artists from Petrykivka. We collaborated on ideas, colors, and motifs for the final works, and this is a photo of one finished piece. He stayed at our home to complete the projects. I also set up workshops for Pikush to teach the technique to students in Philadelphia.

The preparation of traditional foods for holidays, with each baker adding their own personal touch, is a Ukrainian tradition I cherish and continue. I have been decorating pasky for St. Vladimir Ukrainian Orthodox Church's Easter bake sale in Philadelphia for many years. I would highly recommend attending the korovai workshop at The Ukrainian Museum in NYC, where I learned additional techniques in shaping and applying dough to make beautiful pasky.



Maryann Mysyshyn – Springfield, MA

My parents, Hryhorij and Anastasia Mysyshyn, were World War II immigrants to the United States. They began their unwavering support of the UNWLA Scholarship Program during the 1970s, aiding Ukrainian students in Brazil. They did not live to see an independent Ukraine. Growing up, I was brought up to know the Ukrainian language and culture. I knew the best way to honor my parents and my Ukrainian heritage would be to continue the good work that they had started. I have done so for the past 35 years.



Anna Petelina – Secaucus, New Jersey

In October 2023, I had the honor of presenting at the Multicultural Book Festival held at the Secaucus Public Library and organized by The Diversity Center. Understanding Ukraine's culture and history is essential to grasping the complexities of the full-scale war that Russia launched on February 24, 2022. My presentation offered an authentic, everyday perspective on how the war has impacted libraries, books, and cultural life in Ukraine. It was an opportunity for the audience to learn not only about the current challenges Ukrainians face, but also about the resilience and determination that continue to sustain them.

НАРОДЖЕНА У ВИШИВАНЦІ. УКРАЇНКИ, ЯКІ ЗМІНИЛИ СВІТ (до 100-ліття Союзу Українок Америки)

*Соломія Ушневич, пресова референтка 30-го Відділу СУА, Йонкерс, Н.Й.,
референтка з питань освіти Округу Нью Йорк*

Українська жінка — це символ сили, ніжності, гідності й любові до рідної землі. Вона народжена у вишиванці — оберегові, що зберігає пам'ять поколінь. Сто років Союзу Українок Америки є не простою датою. Це століття служіння, жертвності, політично-громадських виступів, освітніх і культурно-мистецьких проєктів, волонтерських ініціатив, сестринства. Нині українки Америки знову є голосом правди у світі, обличчям незламної України. Вони доводять: народжена у вишиванці жінка несе світло, де б вона не була.

У вересневі дні 30-й Відділ ім. Лідії Крушельницької вшанував величний Ювілей однієї з найшанованіших українських організацій Америки. У рамках масштабних святкувань 100-річчя СУА союзнянки провели тематичний захід під назвою

«Народжена у вишиванці». На Святі Українського Жіноцтва були присутні: Почесна голова СУА Ірина Куровицька, голова Округу Нью Йорк Оксана Жукоф, голова Округу Нова Англія (Коннектикут) Оля Савчук, референтка з культури Округу Нью Йорк Валентина Шемчук; голови відділів Слава Герльовська (21-й Відділ), Лідія Слиж (64-й Відділ), Каріна Тарнавська (113-й Відділ); славне українське жіноцтво, представники громади Йонкерса та Вестчестера. Також Почесний 1-й Відділ представляли заступниця голови Єлена Гофмейстр і референтка членства Марія Лазарев, 21-й Відділ — Надя Хоменко і Леся Шебець, 83-й Відділ — почесна голова СУА Ірина Куровицька, 125-й Відділ — референтка членства Оксана Жукоф, 108-й Відділ (Нью Гейвен) — союзнянки Наталія Чермак, Юлія Ердейчук, Оля



Союзнянки 30-го Відділу (верхній і середній ряди) та гості-союзнянки з різних відділів СУА.

Марциновська, 73-й Відділ (Бриджпорт) – союзниця Оксана Луків;

Святове дійство, присвячене голосу українських жінок на мультикультурній мапі світу, складалося з двох частин. Зусиллями союзниць 30-го Відділу представлено урочисту панораму життя і здобутків видатних українок у науці, культурі, мистецтві, літературі, громадсько-політичному житті та спорті. Запрошені гості мали змогу ознайомитися з Програмою святкового дійства, насолодитися музичними й танцювальними номерами, покуштувати смачні страви від української ресторації, взяти участь у Лотереї.

СУА святкує своє 100-річчя. Ми пишаємося належністю до однієї з найстаріших українських організацій Америки і тим, що союзниця 30-го Відділу за свою майже 40-річну історію разом втілили тисячі благодійних, культурних та освітніх проєктів. Концепція нашого свята відобразила ідею, що віддзеркалює зв'язок поколінь.

У першій частині свята — «Українки, які змінили світ», організатори втілили ідею, що шлях української жінки — це боротьба за утвердження моральних чеснот, служіння правді й свободі, літературі та мистецтву, освіті, родині та Богу. Від княгині Ольги до сучасних науковиць, спортсменок та громадських діячок: Анна Ярославна, Роксолана, Соломія Крушельницька, Ка-

теріна Білокур, Леся Українка, Ліна Костенко, Марина В'язовська, Анна та Марія Музичук, Ірина Фаріон. Українки завжди були і залишаються духовними берегинями та рушійною силою нашої держави.

У другій частині свята, що мала назву «"Я вибрала долю собі сама"... Американки українського походження на шляху до слави та успіху» розповіли про українських жінок в Америці, що є прикладом сили, таланту й непохитної віри у власні можливості. Вони пройшли шлях від перших емігранток, що берегли мову й традиції, до успішних науковиць, політикинь, мисткинь, педагогинь і волонтерок, які прославляють Україну у світі. Серед них є дослідниці, що відкривають нові горизонти в науці й технологіях, викладачки університетів, що навчають молодь критичного мислення, мисткині, які несуть українську культуру на світові сцени, космонавтки, що підіймають національну символіку у космічний простір. Відомі союзниця Маруся Бек та Марта Богачевська-Хом'як, театральна діячка Лідія Крушельницька, хореограф Рома Прийма-Богачевська, дизайнерка Варвара Каринська, голос української душі Квітка Цісик, художниця Ольга Рондяк, політикиня Марсія-Керолайн Каптур, космонавтка Гайдемарі Стефанишин Пайпер, письменниця Докія Гуменна, акторка Віра Фар-



Представниці округ і відділів: Надя Хоменко, Слава Герльовська, Леся Бойко, Леся Шебець, Валентина Шемчук, Оксана Жукоф, Каріна Тарнавська, Ольга Савчук.



Засновниці 30-го Відділу, зліва направо: Ірина Гошовська, Арета Ворох та Віра Березовська.



Зліва направо: Лідія Слиж, Елена Гофмейстр, Марія Лазарев, Ірина Куровицька, Леся Бойко, Соломія Ушневич (попереду).

міра... Їхній успіх — це не лише особисте досягнення, а й доказ того, що українська ідентичність надихає, гуртує й відкриває нові можливості. Американки українського походження — це жінки, які своїм прикладом засвідчують: бути українкою означає творити, перемагати й залишатися вірною своєму корінню, де б ти не жила.

«Я вибрала долю собі сама...» Ці слова Ліни Костенко стали духовним кредо багатьох українських жінок у світі. Вони промовляють не лише про вибір життєвого шляху, але й про мужність творити майбутнє у світі, де часто домінували чоловічі голоси, де жінці потрібно було доводити своє право бути почутою.

Відзначаючи 100-ліття США, ми згадуємо тих, хто проклав шлях, і вшановуємо всіх союзниць, які продовжують цю місію — нести Україну у світ. З пошанівком повідомляємо, що на нашому святі були присутні союзниці, які брали участь у створенні 30-го Відділу США ім. Лідії Крушельницької у 1987 році. Це Віра Березовська, Надія Літепло, Арета Ворох та Ірина Гошовська. Унікальність цього покоління в тому, що вони творили українську культуру на теренах Америки за настановами батьків, представників третьої еміграційної хвилі. Колишня голова відділу Віра Березовська з юнацьких років товаришувала з Квіткою Цісик — були пластунками, їздили у табори на «Союзівку». Пані Віра й Квітка, як називали її близькі, навчалися в Українському Музичному Інституті (УМІ) понад 10 років. Наша союзниця п. Оля Рудик відвідувала театральну студію відомої культурної амбасадорки Лідії Крушельницької, брала участь у театральних постановках. Дякуємо засновницям відділу за настанови, підтримку й активну участь в організації заходів до 100-річчя США!

Виголошуючи глибоку думку української поетеси Ліни Костенко «Я вибрала долю собі сама», ми розуміємо, що це формула українського жіночого успіху, витканого з любові до України, щоденного служіння і гідності. Українки змінюють світ не лише великими відкриттями в різних царинах, вони змінюють його своєю працею: у школах і лікарнях, у лабораторіях і на фронті, у творчості та материнстві. Нині США — це не лише спільнота жінок українського походження, а й потужний осередок громадської активності, солідарності та допомоги Україні в час війни. Це жінки, які активно підтримують українських захисників і захисниць, збираючи кошти на лікування, реабілітацію та засоби захисту, приділяють увагу турботі про дітей, які втратили батьків на війні. Вони організують програми опіки, психологічної підтримки для сиріт і дітей військовослужбовців, а через Стипендійну Акцію допомагають молоді з України й діаспори здобувати освіту, зберігаючи національну ідентичність та готуючи майбутніх лідерів української громади.

США продовжує свою історичну місію — бути голосом українських жінок у світі, об'єднувати серця й зусилля задля перемоги України, підтримки постраждалих і виховання нового покоління у фокусі національної ідентичності.

Величне святкування 100-річчя Союзу Українок Америки в Окрузі Чікаго

Леся Бандола, секретарка 36-го Відділу та пресова референтка Управи Округу Чікаго.

Як писав літературний класик, мало який птах долетить до середини Дніпра. Так само з організаціями: не всяка спільнота доживе до свого 100-річчя! А СУА цього досяг, бо його історія — це історія незламності, віри та сили українських жінок. Ми, членкині Округу Чікаго СУА, з глибокою вдячністю схиляємо голови перед тими, хто сто років тому розпочав цей величний шлях! Для нас є велика честь бути частиною цієї спадщини та продовжувати справу, яка об'єднує покоління.

У вересні Округа Чікаго святкувала сторіччя СУА неперевершеним зібранням виконавців, показом фільмів, аукціоном і збором коштів для ініціатив Головної Управи СУА. Голова округи Галя Назаркевич звернулася до учасників і гостей зі щирою подякою за підтримку, а до голови СУА Наталі Павленко з вдячністю за її відеозвернення й привітання. Ми були раді присутності на святі представників наших головних спонсорів — Кредитної Спільноти «Самопоміч» і Фондації «Спадщина», і вдячні за їхній великий вклад у розвиток нашої справи. Також велика подяка Генеральному консулу України в Чікаго Сергію Коледову, який відвідав наш захід, за його підтримку та щирі побажання подальшого розвитку нашої організації. Щиро вдячні всім священникам з місцевих парафій за їхнє благословення всіх наших справ і побажання віри та незламності у майбутніх наших починаннях.

Гостей і учасників заходу порадували своїми чудовими танцями гордість Чікаго — ансамблі «Громовиця» та «Вишиванка». Прикрасили наше дійство Віра Бойчук і фольклорні гурти «Свашки» та «Сват-Бенд», які занурити нас у світ мелодій і пісень нашого краю. Також на нашому святі відбулося вручення грамот союзнячкам, які посвятили багато років своєї праці на благо розвитку СУА та Управи.

Для нас було великою честю бачити на святі так багато друзів, однодумців і всіх, хто розділяє з нами почуття гордості й незламності духу, хто пишається відданістю та силою українських жінок. Їхня присутність зробила подію ще особливішою. Ми щиро вдячні всім, хто був з нами в цей день! Велика подяка усім нашим спонсорам, друзям і прихильникам, хто долучився до організації ювілейного свята. Усі кошти, зібрані на святкування 100-річчя СУА, будуть використані на допомогу жінкам-воїнам України!



Зліва направо, союзнянки 36-го Відділу: Світлана Булавина, Леся Бандола, Любов Цитульська, Олена Дяденко, Галина Назаркевич, Софія Зам, Соломія Карпінська, Анастасія Мельничук, Катерина Стойко.

Branch 95 Holds First Centennial Event



Branch 95 in Kerhonkson/Poughkeepsie, NY, held the first of its two events to commemorate the UNWLA's 100th Anniversary earlier this year: an art show and sale featuring the work of four local Ukrainian artists, three from Branch 95.

The show was the brainchild of Ulana Salewycz, Branch 95's Cultural Director and a member of the Cunneen-Hackett Arts Center in Poughkeepsie, where the event was held.

Marianna Crans, Branch 95, Kerhonkson/Poughkeepsie, NY

The logo created for the show featured images of each artist's work in a pointed star — a motif often seen in ethnic Ukrainian designs and clothing. It was incorporated in the event press release and invitation along with the UNWLA's Centennial logo.

As the invitation read: "We are proud to introduce four women artists who are connected by their deep ethnic roots despite being from different backgrounds: Vitalia Deriabina is a resident artist from Kyiv, whereas Ulana Salewycz, Marianna Crans and Cathy Gorham are Ukrainian American artists from the Hudson Valley. This exhibit is also a tribute to the memory of our dear late Ukrainian sister, Cathy Gorham."

The opening reception at the Cunneen-Hackett Arts Center on March 7 was attended by about 100 visitors. Branch 95 members provided a huge assortment of refreshments and libations, including Ukrainian wine, beer, and even champagne to toast the opening.

Visitors enjoyed meandering through the Center's beautifully preserved Victorian Gallery and taking in the colorful acrylics, watercolors, and photographs of Ulana Salewycz; the amazing Petrykivka artistry of Vitalia Deriabina, where she incorporated American florals into this art style; the magical dawn and dusk landscape prints of Marianna Crans; and the late Cathy Gorham's wonderful Chaco Canyon photos, which were artfully manipulated to have the appearance of silk screen prints.

The show remained up through late May, with a portion of the artwork sales donated to the UNWLA's humanitarian aid programs.



Ulana Salewycz, Vitalia Deriabina, and Marianna Crans (l-r) at the Branch 95 art show.

25 років єдності, сили і традицій: Ювілей 124-го Відділу СУА

**Ірина Караван, голова,
Леся Гладько, членкиня,
124-й Відділ, Сент-Пітерсберг, Флорида**

12 жовтня 2025 р. у місті Сент-Пітерсберг, штат Флорида, відбувся урочистий бенкет з нагоди 25-річчя 124-го Відділу СУА та 100-літнього ювілею СУА — найстарішої жіночої організації української діаспори.

Свято проходило під символічною назвою «Вишиті історії жіночої сили», що віддзеркалює суть місії СУА — єднання, збереження національних традицій і підтримку українських жінок в Американській діаспорі.

Святкування розпочалося спільною молитвою громади Української Католицької Церкви Богоявлення Господнього, під час якої всі присутні вшанували пам'ять померлих союзниць і подякували Богові за живих.

Урочисту святкову програму відкрила голова відділу Ірина Караван. Вона внесла традиційний коровай, люб'язно спечений імоєю Іванною Барицькою. За нею під оплески зали урочисто

ввійшли союзниці відділу: кожна з маленькою синьо-жовтою стрічкою, яку прикріпила на карту України — до свого рідного краю.

Привітальні слова прозвучали від голови відділу Ірини Караван та заступниці голови Ліни Сливки, які вели святкову програму. З благословеннями звернулися настоятель парафії о. Богдан Барицький та монсеньйор Іван Ставинський. Опісля всі разом прочитали молитву Союзу Українок Америки українською та англійською мовами.

Лунали гімни — США у виконанні Ілони Кравцевої, України у виконанні Максима Вишківара та СУА, який виконали союзниці під акомпанемент місцевих бандуристів.

Великою честю стало вітати першу заступницю голови СУА Оксану Лодзюк Кривулич, яка нагадала присутнім сторічну історію СУА як найстаршої жіночої організації української діаспори.



Союзниці та гості свята.



На вишитій карті України кожна союзниця позначила своє місто, створюючи спільну історію коріння відділу.

На святі також були присутні посестри з інших відділів: Патриція Криса, голова 17-го Відділу, Маямі; Наталка Сантарсьєро, голова 136-го Відділу, Нейплс, та керівниця віддалених членкинь Атлантичного узбережжя; Інія Тансел, членкиня 56-го Відділу, Норт-Порт; Оксана Пясецька, референтка у справах культури Головної управи СУА.

Щира подяка всім гостям за підтримку й теплу присутність — не лише цього дня, а протягом усіх 25 років спільної праці.

Справжнім сердечним моментом став виступ Олі Черкас, однієї з засновниць відділу та його багаторічної голови. Вона поділилася історією створення відділу у 2000 р., коли кілька активних жінок об'єдналися, щоб плекати українську культуру та служити своїй громаді. Пані Оля очолювала відділ 13 років, нині є головою Members-at-Large СУА і, як референтка архівів 124-го Відділу, дбайливо зберігає пам'ять про шлях, який ми пройшли.

На святі також виступили: дует «Сузір'я» (Зеновія Заковоротна та Валентина Ткаченко) з піснею про вишиванку; Євангеліна Астахова, юна донька союзниці Анастасії Астахової, з піснею «Незламна»; Максим Вишкварок з романсом «Ой ти, дівчино, з горіха зерня»; класичне сопрано «Чарівної скрипки» Ілони Красавцевої; Муза Яковенко з поетичною піснею «Квітка душа», що звучала як ніжна ода українській жіночності й красі душі; діти наших союзників — майбутнього СУА, зі зворушливою піснею «Ми за мир».

Союзниця Тетяна Путєра представила співпрацю СУА з ГО «Землячки», завдячуючи якій вдалося зібрати \$1,025 на підтримку українських захисниць. Віра Свайт, координаторка Стипендійної програми, розповіла про багаторічну допомогу студентам і роль нашого відділу і союзниць в цій ініціативі СУА. Жертводавці пожертвували \$125 до цієї ініціативи.

Особливо урочистим моментом стало нагородження активних союзниць за їхню невтомну працю й відданість справі, а це: Оріся Джонсон — співзасновниця відділу, яка 25 років невтомно служить громаді; Оля Черкас — багаторічна голова, серце й душа відділу; Марія Базиляк — скарбник, чия точність і відповідальність гарантують стабільність у фінансах; Марія Браун — секретарка, яка дбає про порядок у документації та веде найакуратніші протоколи. Їхня праця — це золоті нитки, якими вишито історію нашого 124-го Відділу.

Особлива та щира подяка: заступниці голови відділу Ліні Сливці, яка чудово організувала розіграш святкової лотереї та допомагала координувати програму вечора; талановитим Наталі Келбі та Тетяні Путєрі за декорацію свята; Сніжані Коробченко за дизайн програми та рекламних матеріалів до свята; союзниці й професійній фотографині Тетяні Гаврилюк за чудові світліни, які зберегли найтепліші миті нашого ювілею; всім союзницям за допомогу в підготовці до святкування; Орісі Папанікос за неймовірно смачний святковий торт з емблемою нашого від-

ділу — справжній солодкий символ нашої єдності!

Окрема вдячність нашому спонсору — Кредитній спілці «СУМА» — за щедру підтримку та багаторічне партнерство, яке допомагає втілювати важливі ініціативи для громади.

На святі звучали слова пам'яті та молитви за Україну. Гостям нагадали: навіть здалеку українська громада стоїть пліч-о-пліч зі своєю Батьківщиною. Свято завершилося спільним співом українських пісень, кавою, теплими обіймами та вдячністю всім, хто зробив цей день можливим.

Наш ювілей став підтвердженням незламності українського духу. Жінки СУА — це берегині мови, традицій, пісні й віри. Завдячуючи їхнім зусиллям українська культура квітне навіть далеко від рідної землі.



Активні союзьанки відділу, завдяки яким свято було таким яскравим. Зліва направо: Сніжана Коробченко, Наталя Келба, Тетяна Путера.



Зліва направо: Ірина Бадяк (голова 124-го Відділу у 2022—2024 рр.), Оксана Лодзюк Кривулич, Керол Камінсткі, Ірина Караван.



Ведучі свята Ірина Караван та Ліна Сливка.

Стипендійна Акція СУА UNWLA Scholarship Program

Merry Christmas and Happy New Year 2026
to all our sponsors and donors!

Вітаємо з Різдвом Христовим
та Щасливим Новим Роком 2026!
Нехай малий Ісус на сні,
Що в темну ніч
На світ прийшов,
Дарує Вам і Україні
Надію, Віру і Любов!
Христос Народився! Славимо Його!



Scholarship Update

A Gentle Reminder for Our Sponsors:

The new academic year in Ukraine is already under way, and the UNWLA Scholarship Office is preparing to deliver stipends to more than 400 students by June.

To send funds, we must confirm a sponsor for each student in a regional group. For returning students, this means we must wait for all sponsors to respond before releasing the group's scholarships.

Your **timely response** ensures that every student receives their support without delay.

Thank you for your continued partnership and support for our students in Ukraine. Your care and concern continue to make a difference in the lives of Ukrainian students, offering them hope during these challenging times.

Nadia Jaworiw, UNWLA Scholarship Chair, and members of the UNWLA Scholarship Standing Committee

Подяка від стипендіатів

Щиро дякую Вам за добру справу й допомогу. Завдяки Вашій стипендії я можу продовжити своє

навчання. Я мрію стати столяром або будівельником. Ми живемо в гірському селі. Мама нас виховує сама. В сім'ї нас шестеро дітей. Наш тато, захищаючи рідну батьківщину, загинув на війні. Матусі дуже важко, але вона тримається ради нас. Нас потрібно вивести в люди. Тому Ваша підтримка для нашої сім'ї — то велика радість і полегшення матеріальне. Дякую щиро за Ваше щире серце і допомогу таким дітям, як ми.

З повагою, Даниїл, учень 9 класу

English translation of Daniel's thank-you note:

Thank you very much for your good work and help. Thanks to your scholarship, I can continue my education. I dream of becoming a carpenter or a builder. We live in a mountain village. My mother is raising us on her own. There are six children in our family. Our father died in the war defending our homeland. It is very difficult for our mother, but she keeps going for our sake. We need to be brought up properly. Therefore, your support is a great joy and financial relief for our family. Thank you very much for your kind heart and help to children like us.

Sincerely, Daniel, 9th grade student

Дякую Вам за щорічну стипендію, яку я отримала. Наступного навчального року я закінчую Драбівський ліцей і маю грандіозні плани продовжити навчання в університеті в Києві. Я хотіла б працювати в правоохоронних органах, отримати юридичну освіту. У цьому я бачу великі перспективи для відновлення України. Тому останній шкільний рік для мене буде не простим. Попереду багато роботи. Я сподіваюся, що ми й надалі будемо спілкуватися.

З повагою, Юля

У Пам'ять / In Memory Of

In honor of the birthdays of my mother, **Taissa Osinska Decyk Meleshko**, and **Natalia Osinska Chaplenko**, mother of Anna Krawczuk, we are enclosing a check for the UNWLA Scholarship Chaplenko/Meleshko Memorial Fund in the amount of \$2,000.

*Dr. Viktor & Dr. Betsy Decyk
Culver City, CA*

Пожертви від 1 жовтня
до 31 жовтня 2025 р.

Donations from October 1
to October 31, 2025

- \$2,000** Luba Bilowchtchuk (98),
Dr. Viktor & Dr. Betsy
Decyk (98)
- \$1,150** Bohdan & Lydia
Kramarchuk (75)
- \$730** UNWLA Branch 54
- \$550** Dr. Daria Nowakiwska
Lissy (54)
- \$500** Eugene & Lana Babij (106)
- \$350** Lubomyra Lukomskyj
- \$330** Marta Mulyk Baxer, Bar-
bara Senzon (113), Orysia
M. Stefaniw (98),
UNWLA Branch 125
- \$220** John Pluta (13)
- \$210** UNWLA Branch 135
- \$110** Anna Krawczuk (98),
Oksana Mulyk (134)
- \$42** Renata Bihun (28)

Thank you for your generosity.
Щиро дякуємо за Вашу благодійність.

Люба Біловщук, член Комітету
стипендій США
UNWLA Scholarship Committee Chair
1993–2002

UNWLA, Inc. Scholarship /
Children-Student
Sponsorship Program

P.O. Box 24, Matawan,
NJ 07747-0024
Phone/Fax: 732-441-9530
Scholarship@unwla.org



Катерина Таньчин

73-й Відділ, Бріджпорт, Округа Нова Англія,
Коннектикут



**З глибоким сумом повідом-
ляємо, що 28 жовтня 2025 р.
відійшла у Вічність Катерина
Таньчин (з дому Шаламай) —
активна членкиня 73-го Відділу
США, багаторічна голова відді-
лу та округи, віддана громад-
ська діячка і щира подруга.**

Катерина народилася 5 травня 1962 р. у с. Нараїв Бережансько-го р-ну Тернопільської обл. у родині Євгена та Євгенії Шаламай. Зростала разом з братом Михайлом і сестрою Марією Літепло. Після здобуття освіти вона у Києві опанувала професією масажистки та багато років безкорисливо допомагала людям своїми вміннями.

У 1980 р. Катерина вийшла заміж за Михайла Таньчина. У подружжя народилося двоє синів — Богдан (1982 р. н.) та Володимир (1985 р. н.) Особливою радістю її життя була внучка Яна, яка завжди надихала бабусю своєю любов'ю.

У 1997 р. Катерина емігрувала до США, де проживала й працювала, підтримуючи зв'язок з рідними в Україні та беручи активну участь у громадському житті. Стала членкинею США у 2005 р. Її відданість організації, відповідальність і любов до української справи проявлялися у всьому, що вона робила. Вона обіймала посади голови відділу (2010–2015) та голови Округи Нова Англія (2020–2023). Катерина була активно залучена до всіх проєктів, завжди охоче допомагала, підтримувала союзнянок і невтомно працювала для збереження українських традицій і зміцнення громади.

Навіть попри важкі життєві обставини — хворобу чоловіка та тяжке поранення сина, який на війні втратив обидві кінцівки ніг — Катерина зберігала силу духу, доброту й лагідність. Її стійкість та благородство були прикладом для багатьох.

США висловлює щирі співчуття родині та близьким. Катерина Таньчин назавжди залишиться в нашій спільноті як жінка високої гідності, тепла й праці; як союзнянка, яка щиро любила свій народ і свою організацію.

Вічна пам'ять Катерині Таньчин. Хай світло її душі буде благословенням для всіх, хто її знав.

Благодійність

Акція «Надія після шторму». 2:35.
Гуманітарна та медична допомога для України. 2:34; 3:35; 4:33; 5:33.
Дитяча лікарня «Охматдит» у Києві. 2:35.
Жертви опіків. 2:35; 4:33.
Загальний фонд та ін. 2:33; 3:35; 4:33; 5:33.
Кампанія «Землячки» (підтримка жінок-солдатів). 2:35.
Кампанія «Keep Ukraine warm: support womens soldiers». 1:35; 2:34; 4:33; 5:33.
Лариса Тополя. Відлуння через роки: над благодійно-просвітницькими справами США час не владний. 4:36.
Підтримка місії США. 4:33; 5:33.
Пресовий фонд «Нашого життя». 2:35; 4:33; 5:33.
Реабілітаційний центр «Джерело». 2:34.
Стипендійна Акція США. 1:34; 2:32; 3:39; 4:32; 5:32; 6:34; 7:34; 8:30.
Столітній фонд США. 8: 13.
Фонд бабусь. 2:34; 4:33; 5:33.
Фонд допомоги жертвам війни в Україні. 2:35.
Фонд допомоги сиротам. 2:35; 4:33; 5:33.

Вісті з Головної Управи США. Святкування сторіччя США

Знайомтеся з нашими новими головами Окружних Управ США. 4:4.
Катерина Воїнова, Оріся Сорока. Проект «Відеоісторія США»: Зберігаємо наші голоси для майбутнього. 4:6.
Маріянна Заяць. Святкування сторіччя США. 1:11.
Марта Кічоровська Кебало. 100 років тому: Зобов'язання США щодо публічної дипломатії. 1:6.
Наталія Павленко. Слово голови США. 1:3; 2:3; 3:3; 4:3; 5:3; 6:3; 7:3; 8:3.
Наталія Павленко. Столітній Фонд США: Чому, для кого і скільки? 7:19.
Наталія Павленко. 100 років партнерства та альянсів: короткий огляд діяльності США. 4:19.
Наталія Торкут. Всеукраїнський конкурс студентських шекспірознавчих наукових досліджень (за підтримки й ініціативи США). 3:8.
Оксана Пясецька. Союз Українок Америки: 100 років культурно-просвітницької подорожі. 4:12.
Оксана Пясецька. «100 літ поезії в історії США». Конкурс поезії на відзначення 100-ліття Союзу Українок Америки. 7:9.
Оріся Сорока. Архівні справи. До 100-річчя США. 3:10.
Планувати цілеспрямовано, керувати з серцем. 3:5.
Повномасштабна війна та стратегічна адвокація. 7:17.
Святкування сторіччя США поєднало історію, культуру та безмежну гордість. 8:9.
Сторіччя освітньої діяльності: неохитна відданість США справі освіти. 6:12.
Що ми читаємо в США? 3:9; 4:11; 5:5.

Вісті зі СФУЖО

Звіти щорічного засідання Комісії ООН зі становища жінок. 3:20.

Діяльність відділів, округ і членкинь

Округа Чикаго. Леся Бандола. Величне святкування 100-річчя Союзу Українок Америки в Окрузі Чикаго. 8:25.
1-й Почесний Відділ. *Тетяна Сміт*. Різдвяний Вертеп. 1:32.
21-й Відділ. *Вікторія Лозовська*. Різдво — свято, котре мотивує діяти. 1:30.
21-й Відділ. *Вікторія Лозовська*. Свою Україну любіть... 3:27.
21-й Відділ. *Вікторія Лозовська*. Якщо ти не на фронті, то роби все для фронту. 6:31.
29-й Відділ. *Ірена Пискір Біляк*. Поширюємо українську культуру: 29-й Відділ на фестивалі в Нортбруці. 3:30.
30-й Відділ. *Соломія Ушневич*. На пошану сподвижниць архівної справи Надії Пилипишин-Літепло (до 50-річчя членства в США). 3:17.

30-й Відділ. *Соломія Ушневич*. Народжена у вишиванці. Українки, які змінили світ (до 100-ліття Союзу Українок Америки). 8:22.

30-й Відділ. *Соломія Ушневич*. Сторінками жіночих ініціатив 30-го Відділу. 1:26.

56-й Відділ. *Віра Боднарук*. Молитва за дітей і матерів України. 4:28.

64-й Відділ. *Лідія Корсун*. Ювілей шани та поваги Почесної голови Округу Нью Йорк Лідії Слиж. 4:22.

73-й Відділ. *Оксана Луків*. Українська незламність духу. 6:32.

73-й Відділ. *Христина Гунда*. Працюємо, звітуємо, плануємо та змінюємося. 2:27.

101-й Відділ. *Оленка Шкробут*. Виставка Едварда Козака (Еко). До 100-ліття США. 3:26.

108-й Відділ. *Наталія Чермак*. День Вишиванки у 108-му Відділі. 5:24.

108-й Відділ. *Наталія Чермак*. До річниці Голодомору в Україні. 7:26.

111-й Відділ. *Валентина Левицька*. 111-й Відділ допомагає громаді впоратися з наслідками катастрофічних пожеж у Лос-Анджелесі. 3:34.

120-й Відділ. *Марія Тимошик*. Українська душа у звуках прадавньої кобзи. 3:29.

124-й Відділ. *Ірина Караван, Леся Гладьо*. 25 років єдності, сили і традицій: Ювілей 124-го Відділу США. 8:27.

129-й Відділ. *Віра Сорочак*. Вечорниці як ознака української нації. 2:28.

139-й Відділ. *Ангеліна Мазур, Ольга Дмитрів*. Трагедія поколінь: Як голод змінив Україну назавжди. 7:24.

139-й Відділ. *Ольга Дмитрів*. Весняні події 139-го Відділу ім. Княгині Ольги. 4:26.

139-й Відділ. *Ольга Дмитрів*. Молитва за дітей України. 5:14.

147-й Відділ. *Катерина Воїнова*. Забіг у Вишиванках 2025: традиція, що народилася з любові до України і живе завдяки єдності громади. 5:26.

Культура

Аліна Акуленко. Драма Лесі, яка змінила українську культуру. 1:22.

Вічна книга українців. 2:24.

Лариса Тополя. Поезія — це скарб усіх віків. 2:22.

Наталія Слободян-Байдюк. Мої «Кобзарі». 2:25.

Настя Шигаєва. Погляд на Конкурс Української Музики очима відвідувачів та учасників. 1:18.

Оксана Бризгун-Соколик. Книжка. 5:6.

Оксана Пясецька. Літературний Конкурс Лесі і Петра Ковалевих 2025. 7:6.

Оксана Сорочан. Гала-Концерт переможців Другого Конкурсу Української Музики в США. 1:16.

Соломія Ушневич. Журнал «Жіночий світ» (1933 р.) у становленні національної освіти українського жіноцтва Америки. 1:14.

Тетяна Беценко, Лариса Тополя. Леонід Полтава — гідний син України. 5:28.

Настанови для дописувачів. Випуски і терміни. 8:4.

Наша обкладинка

Екзекутива США, 1925–1931 pp. 1.

Український музей у Нью Йорку — одне з найяскравіших досягнень США за його 100-літню історію. 2.

З архівів США, свідоцтво про реєстрацію організації. США отримав свій статут від штату Нью Йорк у 1935 р. 3.

Відкриття та урочисте освячення пам'ятника Лесі Українці у Клівлендських культурних садах, 24 вересня 1961 р. 4.

Акція «Мати і дитина»: Допомога США особам, які залишилися в Німеччині, Австрії та Бельгії після Другої світової війни. 5.

ПОКАЗЧИК СТАТЕЙ — 2025

Непохитна відданість СУА справі освіти. 6.
Членкині 107-го Відділу виступали за Україну на мітингу з нагоди Дня Незалежності України в Сан-Франциско у серпні 2024 р. 7.
Століття сили. Надихаємо покоління. 8.

Наше харчування

Дарія Стець. Крухий торт. 3:38.
Людмила Степанишена. Меренговий рулет. 6:38.
Марина Брацило. Кекс «Дружба». Перепис від тата. 4:37.
Маріанна Душар. Пиріг до Дня Незалежності. 5:38.
Маріанна Душар. Смажена качина грудка з варениками з вишнями. 7:38.
Надія Боришполова Белова. Рулет зі шпинату. 8:38.
Наталія Слободян-Байдюк. «Вареники-хваленики, усі вас хвалять, та не всі варять». 2:38.
Ольга Руда. Мамусин яблучний пляцок. 1:38.

Нашим дітям

Казки, оповідання

Г. Криштапович. Казка про осінь. 6:36.
Грицько Бойко. Слово честі. 3:36.
Марія Щур. Перший клас для шкільного наплічника. 5:36.
Надія Красоткіна. Зима-Чарівниця. 8:36.
Олена Кукуєвицька. Гарбузове королівство. 7:36.
Тетяна Прокоф'єва. Про цибулинку Перлинку, яка знайшла друзів. 4:35.
Тетяна Прокоф'єва. Спостережливий равлик Круть. 4:34.
Тризуб — головний символ України. 1:36.

Вірші

Ганна Черинь. Жовтень. 6:37.
Ганна Черинь. Осіннє вишивання. 6:37.
Людмила Горова. Дитяча щедрівка. 8:37.
Юлія Ілінська Драган. Великодні писанки. 2:37.
Юлія Ілінська Драган. Весняна прийшла пора. 2:36.
Загадки, вікторини, завдання
Великодня хрестівка. 2:37.
Дитяча гра «Придумай слово». 7:37.
Загадки від *Грицька Бойка*. 3:37.
Марія Щур. Хрестівка «Чи ти уважно читав казку?». 5:37.
Осіня загадка. 7:37.

Некрологи

Катерина Таньчин. 8:31.
Марта Ожга. 2:30.
Марта Стасюк. 6:35.
Оксана Голіян Марчук. 2:30.
Оля Дроздяк. 1:33.
Тамара Веремієнко. 3:35.
Христина Романа Семанюк-Липецька. 7:35.

Поезії

Валентина Шемчук. Час історичний — рік той. 7:10.
Віра Сорочак. Жінок українських єднає союз. 7:35.
Віра Сорочак. Незвична весна. 2:23.
Лариса Тополя. Не ріж. 2:23.
Леся Дмитерко. Усіх вас з Маковієм привітаю. 5:21.
Леся Міщанчук. Сто літ — мов крила журавлині. 7:10.
Любов Дмитришин-Часто. Відчуття. 2:23.
Любов Дмитришин-Часто. СУА, СУА! — Чайним зов луна. 7:11.
Ніна Шмурікова-Гаврилюк. Цей час настав. 6:35.
Оксана Луків. На білім полотні... Союз України — через століття. 7:11.
Степан Яновський. Річниці Голодомору присвячується. 6:26.
Ярка Богач. Стежки звичайні. 2:23.

Показчик статей. 8:32.

SUBJECT INDEX — 2025

Art and Culture

100 Years of the UNWLA's Cultural Journey (O. Piaseckyj) 4:15
Celebrating the UNWLA's Centennial at the Museum of Ukrainian Diaspora in Kyiv (O. Piaseckyj) 6:22
A Century of Strength: Inspiring Generations. UNWLA Centennial Film Premieres Online 8:11
Championing Culture and Diplomacy: Our 2025 Eva Staszkiw Memorial Scholarship Recipient (A. Petelina) 6:7
Honoring a Century of Cultural Preservation and Advocacy: Remarks by UNWLA President Natalie Pawlenko at the Young Performers Gala Concert, Carnegie Hall, New York, January 10, 2025 2:7
Lesia in My Life (M. Kvit-Flynn) 4:17
NASHi Experimental Theatre Club: Sharing Ukrainian Theatre with the World (N. Pawlenko) 8:14
Threads of Unity: UNWLA Members-at-Large Quilt Honors a Century of Sisterhood 8:12
The Threads That Bind Us (I. Sawchyn Doll) 3:24
Turning the Page: How the UNWLA Is Expanding Ukrainian Literature in Libraries and Beyond (A. Petelina) 2:10
Ukrainian Apologetics (A. Deaton) 5:35
The Ukrainian Museum: A Brief History of an Iconic Institution (M. Shust) 2:12
The Ukrainian Museum. *Ange Leccia: Ghosts of War* 1:20
The Ukrainian Museum: *Boris Mikhailov* 5:4
The Ukrainian Museum. *Jurij Solovij: Abstracting Time* 3:23
The Ukrainian Museum in New York City 2:1
The Ukrainian Museum Shop: A Celebration of Ukrainian Crafts and Culture 7:30, 7:40
The Ukrainian Museum: *Village to Modern* 2:20
The Ukrainian Museum: *Village to Modern* Exhibition Opens with Daylong Symposium 4:20
The Ukrainian Museum. *The Wreath: A Century of Ukrainian Women Beyond the Ocean* 6:20
Unveiling and Dedication of the Lesia Ukrainka Monument 4:1
The UNWLA's Decolonization Month: A Powerful Instrument of Ukrainian Cultural Diplomacy (A. Petelina) 3:6
UNWLA Hosts Groundbreaking Panel on Decolonization of Ukrainian Studies (A. Petelina) 4:7
UNWLA Reads 2:11, 3:9, 4:11, 5:5

Books and Poetry

Preserved for Posterity: The UNWLA Story (M. Kvit-Flynn) 6:4
Soyuzianka Irena Pyskir Bilak's Novel Available on Amazon 7:27
Turning the Page: How the UNWLA Is Expanding Ukrainian Literature in Libraries and Beyond (A. Petelina) 2:10
UNWLA Reads 2:11, 3:9, 4:11, 5:5

Covers

100 Years of Educational Advocacy 6:1
From Legacy to Future: UNWLA Centennial Fund 6:40
Save the Date: 10.19.2025 — New York City Gala Celebration of the UNWLA's 100th Anniversary 1:40
Save the Date: Centennial Celebration 3:40, 4:40
Ukraine Action Summit, October 25-29, 2025, Washington, DC 5:40
Ukrainian Independence Day Rally, San Francisco, August 2024 7:1
The Ukrainian Museum in New York City 2:1
The Ukrainian Museum Shop 7:40
Unveiling and Dedication of the Lesia Ukrainka Monument 4:1
UNWLA Certificate of Incorporation 3:1
UNWLA Executive Committee, 1925–1931 1:1
UNWLA Mother and Child Initiative 5:1
UNWLA Online Store 8:40

SUBJECT INDEX – 2025

Health

Cough 101 (I. Magun) 2:39
A Gift to Yourself (I. Magun) 8:39
Mindset (I. Magun) 3:39
The New Weight Loss Medications (I. Magun) 5:39
Retraining Your Brain (I. Magun) 7:39
Rheumatoid Arthritis (I. Magun) 6:39
What Makes Us Happy (I. Magun) 1:39
Women and Alcohol (I. Magun) 4:39

Holodomor

History Repeats Itself: The Holodomor and Today's War on Ukraine (Branch 147) (O. Bravo) 3:32
Promoting Recognition of the Holodomor as Genocide: The UNWLA's Decades of Advocacy (M. Kvit-Flynn) 7:20

In Memoriam

Camilla Huk-Masier 2:31
Lydia Ksenia Lebedovych Kazewych 2:31
Oresta Hamersky 5:35

Our Life

2025 Subject Index 8:33
2026 Issues & Deadlines 8:5
Guidelines for Submitting Articles to *Our Life* 8:4

The Ukrainian Museum

The Ukrainian Museum. *Ange Leccia: Ghosts of War* 1:20
The Ukrainian Museum: *Boris Mikhailov* 5:4
The Ukrainian Museum: A Brief History of an Iconic Institution (M. Shust) 2:12
The Ukrainian Museum. *Jurij Solovij: Abstracting Time* 3:23
The Ukrainian Museum in New York City 2:1
The Ukrainian Museum Shop: A Celebration of Ukrainian Crafts and Culture 7:30, 7:40
The Ukrainian Museum: *Village to Modern* 2:20
The Ukrainian Museum: *Village to Modern* Exhibition Opens with Daylong Symposium 4:20
The Ukrainian Museum. *The Wreath: A Century of Ukrainian Women Beyond the Ocean* 6:20

UNWLA Advocacy

A Century of Advocacy: The UNWLA's Role in Advancing Ukraine's Voice (C. Tershakovec) 7:12
Advocating for Ukraine? Leverage these talking points to help make your point (A. Berezhnyak) 2:4
Honoring a Century of Cultural Preservation and Advocacy: Remarks by UNWLA President Natalie Pawlenko at the Young Performers Gala Concert, Carnegie Hall, New York, January 10, 2025 2:7
Promoting Recognition of the Holodomor as Genocide: The UNWLA's Decades of Advocacy (M. Kvit-Flynn) 7:20
Ukraine Action Summit, October 25-29, 2025, Washington, DC 5:40
Ukrainian Independence Day: Advocacy Committee Pushes Out Updated Toolkit, Interactive Map (C. Tershakovec) 6:25
Ukrainian Independence Day Rally, San Francisco, August 2024 (UNWLA Advocacy Initiatives over the Past 100 Years) 7:1

UNWLA Branches and Regional Councils

After Disastrous LA Fires, Branch 111 Helps Community Cope (V. Levytsky) 3:34
Branch 17 Holds Children Praying for Children Event (H. Maksymowich) 5:16

Branch 56 Fashion Show 1:25

Branch 56 Holds End-of-Season Prayer Service (P. Zalisko) 5:21

Branch 56 Maintains Its Busy Schedule of Events:

Children Praying for Children and Their Mothers (P. Zalisko) 4:28

First-Ever Ukrainian Festival Draws over 1,000

Visitors (P. Zalisko) 4:29

Commemorating the Third Anniversary of Russia's War on Ukraine (P. Zalisko) 4:29

Ukrainian Embroidery – Art in Fashion (O. Piaseckyj) 4:30

Celebrating Spring (P. Zalisko) 4:31

Annual Easter Basket Initiative (P. Zalisko) 4:31

Branch 56 Member Celebrates 101st Birthday (P. Zalisko) 7:27

Branch 56 (North Port, FL) Presents Ukrainian Christmas in Venice (P. Zalisko) 1:25

Branch 75 Members Paint, Learn and Sip (S. Bokalo) 4:25

Branch 88 (Philadelphia) Celebrates Its *Vertep* at Glencairn Museum (P. Sawchak) 1:29

Branch 95 Holds First Centennial Event (M. Crans) 8:26

Branch 108 Celebrates Vyshyvanka Day (N. Chermak) 5:25

Branch 113 Hosts Prof. Xu Weixin, Committed Defender of Ukraine (O. Krushelnysky) 5:18

Branch 118 (Houston, TX) Takes Part in Slavic Heritage Festival (M. Uschak Noukas) 1:28

Branch 118 Pysanka Egg-stravaganza (M. Noukas) 4:27

Branch 118 Shares Ukrainian Culture (M. Uschak Noukas) 5:17

History Repeats Itself: The Holodomor and Today's War on Ukraine (Branch 147) (O. Bravo) 3:32

News from Naples Branch 136 (L. Maryn Howard) 7:28

No to Netrebko (N. Kachalenko) 2:29

UNWLA Branches Across the U.S. Celebrate Ukrainian Independence Day (A. Berezhnyak) 6:26

UNWLA Commemorates International Children's Day with Children Praying for Children Event (M. Holian) 6:33

Vyshyvanka Run 2025: A Tradition Born from Love for

Ukraine and Sustained by Community Unity (K. Voinova) 5:27

UNWLA Centennial

100 Years Ago: The UNWLA's Promise of Public Diplomacy (M. Kichorowska Kebalo) 1:4

100 Years of Educational Advocacy 6:1

100 Years of the UNWLA's Cultural Journey (O. Piaseckyj) 4:15

Branch 95 Holds First Centennial Event (M. Crans) 8:26

Celebrating the UNWLA's Centennial (M. Zajac) 1:10

Celebrating the UNWLA's Centennial at the Museum of Ukrainian Diaspora in Kyiv (O. Piaseckyj) 6:22

A Century of Advocacy: The UNWLA's Role in Advancing Ukraine's Voice (C. Tershakovec) 7:12

A Century of Building Partnerships and Alliances (N. Pawlenko) 4:18

A Century of Compassion and Care: 100 Years of UNWLA Humanitarian Aid and Social Welfare Initiatives (E. Buniak) 5:8

A Century of Educational Advocacy: The UNWLA's Enduring Commitment to Learning (A. Petelina) 6:8

A Century of Strength: Inspiring Generations. UNWLA Centennial Film Premieres Online 8:11

From Legacy to Future: UNWLA Centennial Fund 6:40

Honoring a Century of Cultural Preservation and Advocacy: Remarks by UNWLA President Natalie Pawlenko at the

Young Performers Gala Concert, Carnegie Hall, New York, January 10, 2025 2:7

MAL Memories: Member-at-Large Reminiscences Celebrate the UNWLA Centennial 8:16

SUBJECT INDEX – 2025

NASHi Experimental Theatre Club: Sharing Ukrainian Theatre with the World (N. Pawlenko) 8:14
 Preserved for Posterity: The UNWLA Story (M. Kvit-Flynn) 6:4
 Save the Date: 10.19.2025 – New York City Gala Celebration of the UNWLA's 100th Anniversary 1:40
 Save the Date: Centennial Celebration 3:40, 4:40
 Soyuz Ukrainok: It's in the Blood (P. Zalisko) 1:7
 Threads of Unity: UNWLA Members-at-Large Quilt Honors a Century of Sisterhood 8:12
 Ukrainian Independence Day Rally, San Francisco, August 2024 (UNWLA Advocacy Initiatives over the Past 100 Years) 7:1
 The Ukrainian Museum: A Brief History of an Iconic Institution (M. Shust) 2:12
 The Ukrainian Museum in New York City 2:1
 The Ukrainian Museum. *The Wreath: A Century of Ukrainian Women Beyond the Ocean* 6:20
 Unveiling and Dedication of the Lesia Ukrainka Monument 4:1
 The UNWLA Archives: A Rich Documentary Legacy (O. Soroka) 3:16
 UNWLA Centennial Celebration Blends History, Culture, and Immense Pride (M. Zajac) 8:6
 UNWLA Centennial Donations 8:13
 The UNWLA Centennial Fund: Why, for Whom, and How Much? (N. Pawlenko) 7:18
 UNWLA Certificate of Incorporation 3:1
 UNWLA Executive Committee, 1925–1931 1:1
 UNWLA Mother and Child Initiative 5:1
 UNWLA Scholarship/Children-Student Sponsorship Program: A Brief History (N. Jaworiw) 6:14
 What Does It Mean to Be a Soyuzianka? My Personal Story and Self-Reflections (S. Kobuta) 1:12

UNWLA Donations

Donations 2:33, 4:33, 5:33
 From Legacy to Future: UNWLA Centennial Fund 6:40
 Keep Ukraine Warm 1:35
 UNWLA Centennial Donations 8:13
 The UNWLA Centennial Fund: Why, for Whom, and How Much? (N. Pawlenko) 7:18

UNWLA Leadership & Organization

Education: A Cornerstone of the UNWLA Mission (M. Kvit-Flynn) 4:5
 The Meaning Behind Our Patroness Tradition (O. Piaseckyj) 7:4
 Our New UNWLA Regional Council Presidents 4:4
 Planning with Purpose, Leading with Heart 3:4
 UNWLA Video History Project: Preserving Our Voices for the Future (K. Voinova, O. Soroka) 4:6

UNWLA Members-at-Large

MAL Memories: Member-at-Large Reminiscences Celebrate the UNWLA Centennial 8:16
 Members-at-Large Share Bethlehem Peace Light at Christmas Zoom Meeting (O. Stanko) 2:8
 Threads of Unity: UNWLA Members-at-Large Quilt Honors a Century of Sisterhood 8:12
 Yara Arts Group's "The Magic of Light" Brings Puppets to Life (O. Jennings) 5:22

UNWLA Membership and New Members

Branch 56 Member Celebrates 101st Birthday (P. Zalisko) 7:27

UNWLA President

Honoring a Century of Cultural Preservation and Advocacy: Remarks by UNWLA President Natalie Pawlenko at the

Young Performers Gala Concert, Carnegie Hall, New York, January 10, 2025 2:7
 Reflections from the President (N. Pawlenko) 1:3, 2:3, 3:3, 4:3, 5:3, 6:3, 7:3, 8:3

UNWLA Scholarships

Championing Culture and Diplomacy: Our 2025 Eva Staszkiw Memorial Scholarship Recipient (A. Petelina) 6:7
 Engineering Ukraine's Future: The 2025 UNWLA Vovk Foundation Scholarship (A. Petelina) 7:8
 Scholarship Sponsorship Program Donations 1:34, 2:32, 3:39, 4:32, 5:32, 6:34, 7:34, 8:30
 UNWLA Scholarship/Children-Student Sponsorship Program: A Brief History (N. Jaworiw) 6:14

UNWLA Social Welfare

A Century of Compassion and Care: 100 Years of UNWLA Humanitarian Aid and Social Welfare Initiatives (E. Buniak) 5:8
 After Disastrous LA Fires, Branch 111 Helps Community Cope (V. Levytsky) 3:34
 Branch 56: Annual Easter Basket Initiative (P. Zalisko) 4:31
 UNWLA Mother and Child Initiative 5:1

UNWLA: War in Ukraine

Branch 17 Holds Children Praying for Children Event (H. Maksymowich) 5:16
 Branch 56: Children Praying for Children and Their Mothers (P. Zalisko) 4:28
 Branch 56: Commemorating the Third Anniversary of Russia's War on Ukraine (P. Zalisko) 4:29
 Branch 113 Hosts Prof. Xu Weixin, Committed Defender of Ukraine (O. Krushelnysky) 5:18
 History Repeats Itself: The Holodomor and Today's War on Ukraine (Branch 147) (O. Bravo) 3:32
 Members-at-Large Share Bethlehem Peace Light at Christmas Zoom Meeting (O. Stanko) 2:8
 No to Netrebko (N. Kachalenko) 2:29
Ukrainian Apologetics (A. Deaton) 5:35
 UNWLA Commemorates International Children's Day with Children Praying for Children Event (M. Holian) 6:33

UNWLA Women

The Meaning Behind Our Patroness Tradition (O. Piaseckyj) 7:4
 Soyuz Ukrainok: It's in the Blood (P. Zalisko) 1:7
 Soyuzianka Irena Pyskir Bilak's Novel Available on Amazon 7:27
 The Threads That Bind Us (I. Sawchyn Doll) 3:24
 What Does It Mean to Be a Soyuzianka? My Personal Story and Self-Reflections (S. Kobuta) 1:12
 Yara Arts Group's "The Magic of Light" Brings Puppets to Life (O. Jennings) 5:22

WFUWO

Reports from the Annual Meeting of the UN Commission on the Status of Women 3:20

Women in Our World

The Meaning Behind Our Patroness Tradition (O. Piaseckyj) 7:4
 Remarks by Ambassador Melanne Vermeer at "The Power of Sisterhood: Ukrainian Women in History, Diplomacy, and the International Women's Movement" 4:8

НАШИМ ДІТЯМ

ЗИМА-ЧАРІВНИЦЯ

Казка про зиму

Надія Красоткіна, українська поетеса, яка також полюбляє писати казки для дітей, м. Луцьк

Діти, а ви знаєте, що Зима — чарівниця? Мабуть, знаєте... А те, що Зима дуже красива, завжди у білому одязі, з чудовою короною на голові і в блискучій срібній накидці, також знаєте? Мабуть... А ось про те, що під накидкою у неї чотири крила, ви чули? Ні? Цього ви не знали і не чули ніколи! Цей секрет знаю лише я! І то дізналася про це зовсім випадково, у Новорічну ніч.

Зима стояла біля дуже красивої ялинки і розсипала блискітки зі срібного мішечка — щоб вранці сніг блищав. Вітер підхоплював блискітки і розносив повсюди... Та ненароком він повіяв знизу і підняв накидку, якою Зима була вкрита. І тоді я

побачила ті чарівні крила! Кожне крило було іншого кольору: одне — біле-біле, друге — голубе, третє — прозоре, а четверте — іскристе! О! Це було справжнє диво!

*Це до казки передмова,
Щоб було все ясно!*

*А от зараз просить слова
Казочка прекрасна.*

Одного холодного листопадового дня Земля дуже змерзла і засумувала. Вона тремтіла від холоду і не могла заснути, хоч вже давно мала б відпочивати. Холод їй не давав розслабитися, а дощ все лив і лив, заливаючи Землю потоками холодної води, з якою треба було щось робити. Як тут заснеш?

Зима вже готова була прийти на Землю, але до її царювання залишалося ще кілька днів. Тож вона не наважувалась прийти завчасно. Але вирішила подивитись на Землю хоч здалеку. Як глянула, то аж замерла від побаченого. Земля не спала, а дрижала від холоду та сирості і з останніх сил направляла потоки дощової води до річок, бо сама пити її вже не могла.

Засмутилася Зима побаченням і прийшла трохи раніше, щоб Землі допомогти. Махнула вона білим-білим крилом — і на Землю посипались лапаті сніжинки. А лапаті вони були тому, що чіплялися одна за одну, аби скоріше накрити все довкола пухнастою білою ковдрою та зігріти Землю. Так вони сипалися всю ніч і цілий день, ще й всю наступну ніч. А на ранок доквілля не можна було впізнати! Земля зігрілась під пухкою периною, позіхнула і, солодко заснувши, почала дивитись кольорові чудесні сніжинки. А сніжинки і далі кружляли в небі, наче у вальсі, тільки тепер кожна сама по собі.

Зима задоволено глянула на свою роботу. Щоб відпустити Осінь до наступного року, вона махнула прозорим крилом — і на Землю прийшов Мороз. Він поклав льодом усі річки, ставки та озера. І тепер можна було йти навіть по топкому болоту! А Землі стало дуже тепло, бо ж закутана вона була у пухову білу перину!



Малюнок, згенерований ШІ.

...Пройшло трохи часу. Зима милувалася чарівними пейзажами, поправляла білосніжну ковдру, посилала Мороз, щоб поправляв лід на річках, і була задоволена. Але ж по снігу бігали звірі, стрибали пташки, ходили люди та їздили авто. І проробляли стежки та дороги, при цьому забруднювали сніжну ковдру. Одного ранку Зима побачила, що її білесенька сніжна перина вже зовсім почорніла від бруду... А наближався ж Новий рік! І його неодмінно треба зустріти чистою та красивою!

Тому вирішила Зима попрацювати ковдру, щоб всюди було чисто та гарно. І одразу взялася до роботи. Махнула голубим крилом — небо стало голубим-голубим, засміялось щедre сонечко. Тоді Зима сховала Мороз під прозоре крило і розтопила трохи снігу, аби була вода для прання. Випрала у ній перину чисто-чисто, тоді покликала хмарку й закинула на неї своє прання, ближенько до сонечка, щоб сохло. А сама ще й Землю скупала, щоб чистою була до свята. Як все зробила, то аж втомилась.

Та коли глянула навколо, то засмутилась... Краси справжньої не було! А Новий рік от-от прийде! Тоді вона махнула іскристим крилом і Землею застелив туман — білий, як молоко. Таким він був усю ніч, а коли зійшло сонце, то всі побачили, що кожна гілочка на дереві, кожна билиночка і найменша травинка вкрилися пухнастим, іскристим інеем! Це була дивовижна чарівна казка, що прийшла на Землю, щоб радувати і дивувати світ! Біле диво іскрилось під ясними променями сонця, переливалося тисячами кольорових іскорок і радувало зір! Тепер Зима була задоволена, бо зустрічала Новий рік дивовижним мереживом.

Час летів, Зима охоче змінювала картини довкілля. Вона махала своїми чарівними крилами і на Землю приходив то Сніг, то Мороз. Також час від часу з'являлися Завія, Хурделиця, Завірюха, Хуга, Заметіль, які танцювали й кружляли у своїх танцях.

А Земля все спала та спала. Їй було затишно і добре під сніговою ковдрою. А коли Зима махне ще раз голубим крилом, тоді Земля почне пробуджуватись, бо той помах означатиме, що настав час для приходу Весни. І люди про це знатимуть, бо почнеться весняна відлига.

А поки що царює Зима-чарівниця. І, як усе поробить, то зупиняється під красивою ялиною та розсипає блискітки зі сріб-

ного мішечка, а вітер їх розносить і кладе на сніг, щоб блищав і щоб усі знали, що Зима — чарівниця!



Малюнок Ольги Мудрак.

Дитяча щедрівка

Людмила Горова, поетка
і письменниця, Київ

Щедрик-щедрик!
Татові — сведрик!
Мамі — піжаму,
Бабусі — панаму,
Дідусеві — чашку,
Брату — черепашку,
Песика — сестричці,
А для мене — кицю:
Будемо на свята
З нею щедрувати!

Любі наші читачі і читачки! Чи ви уважно читали казку? Якщо так, то зможете дати правильні відповіді на запитання, що нижче.

- Скільки крил мала Зима-чарівниця і які вони?
- Чому Земля не могла заснути?
- Як Зима допомогла Землі?
- Що робила Зима напередодні Нового року?
- Що розсипала Зима зі свого срібного мішечка?

Рулет зі шпинату

Надія Боришполова Белова, Бойнтон Біч, Флорида

Різдвяно-новорічні свята — це особливий час, коли і дорослі, і діти поринають в атмосферу любови й доброти, чарівності й гармонії. А ще Різдво, як одне з найважливіших християнських свят, об'єднує людей усього світу вірою у перемогу добра та світла.

Україна має свої унікальні традиції, що допомагають створити магічну різдвяно-новорічну атмосферу. Вони стосуються також і переліку відповідних страв на столі. Однак святкові кулінарні звичаї не лише традиційні, але у кожній родині ще й особливі. Українці, окрім звичних і найпоширеніших традиційних наїдків, асоціюють Різдво і Новий рік зі своїми родинними. Це і крученики зі свининою та чорносливом, і пироги з гречкою або картоплею з цибулею, і запечена качка з яблуками або журавлиною, і гуска, начинена млинцями з курагою, і короп, фарширований грибами, і запечена підчеревина з хрумкою шкіркою, і квашені овочі — огірки, помідори, яблука чи пелюстки капусти.

Я давно проживаю в США, тому у мене ці свята також асоціюються з певними кольорами. Пропоную читачам журналу збагатити різдвяно-новорічний стіл рулетом — особливим і за кольором, і на смак.



Для приготування дивовижного рулету, насиченого зеленим і червоним кольорами, потрібно:

125 г шпинату,
3 яйця,
1,75 унції борошна,
8 унцій сиру «Філадельфія»,
7 унцій червоної риби (нарізаної тонкими пластинками),
сіль.

ПРИГОТУВАННЯ

Шпинат залити окропом, потримати 30 секунд і злити воду. Додати 3 жовтки та сіль (на свій смак) і збити занурювальним блендером. У шпинатно-яєчну масу всипати все борошно й перемішати.

Тим часом окремо збити білки (до стійких піків) і поступово додати їх до шпинатної суміші.

Деко (розмірів приблизно 12x12 дюймів) застелити пергаментом, вилити шпинатну суміш і розрівняти лопаткою. Запекати при температурі 356° F упродовж 13 хвилин. Вийняти з печі, накрити іншим листком пергаменту, перевернути і зняти пергамент, на якому пекли.

Після того як шпинатовий корж трохи охолоне (але залишиться теплим), намастити його сиром (кімнатної температури), зверху рівномірно викласти червону рибу і скрутити в рулет. Сформований рулет обгорнути фольгою і поставити в холодильник на декілька годин.

Перед подачею нарізати.

Смакуйте на здоров'я! І не забувайте ділитися своїми переписами страв, що асоціюються з вашим родинним Різдвом.

Translations of recipes in *Our Life* are available on the UNWLA website at unwla.org/projects/ukrainian-recipes/.

A Gift to Yourself



Ihor Magun, MD, FACP

Just because it's only December does not mean we have to wait until January to start improving our health, life, and disposition. Starting now will propel you into the new year with a better and stronger mindset.

There is a saying, "you don't get motivated, then do something; you do something, and that gets you motivated."

Several suggestions on what we can do to improve ourselves follow.

It's good to learn new things from scratch (even things we think we already know). A beginner's mindset can be powerful. When we let our overconfidence and complacency step in, we literally stagnate.

Next time you feel stressed, try this breathing exercise, called 4-7-8.

Start with one hand on your belly and the other on your chest. Take a deep, slow breath while counting to four. Feel your belly rise and your lungs fill with air. Count to seven as you hold your breath. Breathe out slowly for a

count of eight, pushing all the air out of your lungs. Repeat three times or until you feel calm.

If you want to improve any aspect of your life, you must practice with purpose and strategy.

It isn't easy to iron out bad habits, especially if you have been reinforcing them for years. Identify and address these habits so you can break them.

When you are faced with major life crises and loss, use the first line of defense — our closest relationship. This provides support and helps us cope and handle difficult situations.

Love yourself as if you are your responsibility. Reframing self-love gives us permission to root it in action rather than just sentiment.

Give yourself permission to rest. All of us max out our dai-

ly schedule only to lie down and find ourselves restless, with our minds racing. Intentional rest restores a sense of stability and security.

When you reflect on any mistakes you may have made in your life, remember this phrase: "when I make a mistake, it's not a mistake so much as a choice that wasn't quite right."

Take big goals and break them up into smaller tasks. Incorporating this approach helps make long-term goals manageable. This translates into having you feel like you are making progress while fueling your drive.

Transformation happens successfully through small, consistent changes. Over time, these steps empower you to be your best.

Here's to a better you!





UNWLA ONLINE STORE IS OPEN
VISIT [UNWLA.STORE](https://unwla.store)

CELEBRATE A CENTURY OF IMPACT
AND EMPOWER THE NEXT.