Єднаймося в Просвіті!

ГАЛИЦЬКА ПРОСВІТА

Не ридать, а здобувати
Хоч синам, як не собі,
Кращу долю
в боротьбі...
Іван ФРАНКО

11 (585)
17 березня
2016 р.

Тижневик "Галицька Просвіта" * Засновник – Івано-Франківське ОО ВУТ "Просвіта" ім. Т. Шевченка * Свідоцтво – ІФ № 521 від 15.06.2004 р. * Шеф-редактор – Степан Волковецький * Головний редактор – Богдан Вівчар * Літературний редактор – Ірина Шумада * Верстка – Марія Дзебчук * Набір – Наталія Дяченко * Друк – КП фірма "ЛІК" * Тираж – 2000 примірників * Замовлення – № 1049 * Наша адреса: 76018, м. Івано-Франківськ, вул. М. Грушевського,18 * тел. (0342) 75-05-86, * тел./факс (03422) 2-38-67 * e-mail: oblasna-prosvita@ukr.net * http://uaprosvita.if.ua/ * Наші реквізити: Р/р 26003300012896 в ПАТ "Ідея Банк" МФО 336310, код 04929075. * За зміст і достовірність інформації у рекламі відповідає рекламодавець * Редакція не завжди поділяє позицію авторів публікацій і подає матеріали для дискусії * За точність викладених фактів відповідає автор * Редакція застерігає за собою право редаґувати і скорочувати матеріали * Листування з читачами – тільки на сторінках газети

ДІЯ

НЕЗАЛЕЖНІСТЬ ПОТРІБНО УТВЕРДЖУВАТИ

Відбулося засідання Правління ІФ ОО ВУТ «Просвіта» ім. Т. Шевченка. Його учасники обговорили політичну ситуацію в Україні та ухвалили звернення до Президента, підтримали кандидатури на нагородження премією ім. В. Стефаника та просвітянською медаллю «Будівничий України», дискутували з різних питань просвітянського буття і громадського життя.

Розпочинаючи дискусію, голова ОО ВУТ «Просвіта» імені Тараса Шевченка Степан Волковецький наголосив, що всі роки Незалежності ситуація в Україні простою не була. Але в останній час вона особливо ускладнилась. Імперська Росія окупувала Крим і веде війну на сході, аби загарбати наші землі. Вимоги Майдану влада так і не виконала, й надії людей на зміни розвіялись. Реформ у жодній сфері буття немає. Боротьба з корупцією ведеться тільки на словах. Особливу небезпеку становить величезна недовіра до влади, чим можуть скористатися деструктивні сили. І будь-які «тектонічні» поштовхи можуть зруйнувати державу, застеріг доповідач.

Аналізуючи ситуацію, що склалась у зв'язку з аґресією Росії, С. Волковецький сказав, що Мінські угоди дали час реформувати армію, але вони не вирішують кардинального завдання – повернення Донбасу.

Він провів паралель із подіями в Грузії, коли Росія спровокувала війну і від'єднання Абхазії.

– Я як тодішній посол України був учасником переговорної групи, – пригадав Степан Васильович. – І можу твердо сказати, що нинішні дії Росії в Україні, її тактика і стратегія такі ж, як і в Грузії. Але грузини вчинили розумніше: відділили бунтівну Абхазію повноцінним кордоном і змінімізували фактор впливу сепаратистів на державну політику. У нас же зародилась ілюзія, що Мінські угоди можуть принести мир і повернути окуповані території. Щоб це сталося, потрібно повернутись до Будапештського меморандуму, розширити формат переговорів, включивши ґарантів нашої безпеки – США й Англію, а також зацікавлених сусідів – Туреччину і Польщу. Цього і має домагатися Президент, – наголосив доповідач. – А тим часом маємо всіма силами, всім суспільством вимагати повернення незаконно ув'язнених у Росії українців-політв'язнів, які показують зразки мужності, стійкості, людської гідності і є прикладом служіння Україні, як Надія Савченко.

Письменник Станіслав Гринда зачитав проект Звернення до Президента П. Порошенка щодо дій зі звільнення політв'язнів, зокрема Надії Савченко (друкується у нинішньому числі «Галицької Просвіти»).

Звернення підтримали члени Правління Богдан Борович, Дмитро Захарук, Євген Романишин, Оксана Тебешевська, Василь Жураківський, Михайло Січка. Останній також оприлюднив Звернення руху за консолідацію українського народу в умовах російської аґресії і закликав, аби «Просвіта» долучилась до нього.

Підтримавши цю пропозицію, Мар'ян Янішевський застеріг, аби нова структура не стала займатися «переливанням із пустого в порожнє», бо ж у часи Незалежності було чимало подібних структур, які так нічого і не зробили для української справи.

У ході дискусії учасники засідання застерігали, що відголоски «русского міра» докочуються і до Прикарпаття у вигляді засилля російської попси на FM-каналах, у громадському транспорті, використання латинки у вивісках і рекламі. Тому потрібно діяти конкретно й результативно. Вирішено за сприяння влади провести зустріч із перевізниками й запропонувати план спільних дій для належного використання української музики і пісні у громадському транспорті.

Підтримано звернення Мистецької громади обласного центру щодо повернення кінотеатру «Люм'єр» попередньої назви – «Івана Франка», а книгарні по вул. Незалежності – «Каменяр».

Члени Правління підтримали пропозицію щодо висунення Д. Захарука за книжку «75. Вибране до ювілею» та голови Рожнятівського РО «Просвіта» Л. Михайліва за книжку «Йшли батальйони на схід» на здобуття премії ім. В. Стефаника. А також пропозиції первинних осередків про нагородження медаллю «Будівничий України» просвітян М. Андрусяка, Б. Вівчара, В. Жураківського.

На засіданні обговорено форми роботи «Просвіти» з метою підвищення її ефективності, запропоновані Є. Романишиним.

З увагою поставились члени Правління до пропозиції заступника керівника Національного академічного Гуцульського ансамблю пісні і танцю «Гуцулія» Ярослави Собко щодо створення «Малої Гуцулії».

– Заснований 1939 року Гуцульський ансамбль став мистецькою перлиною Івано-Франківщини, своєю творчістю колектив виносить культуру гуцульського краю на вершину мистецького олімпу України, – наголосила вона. – Йому у 2009 році присвоєно статус «національний». Ансамбль виокремлений у самостійну юридичну одиницю, а сесія Івано-Франківської обласної ради йому виділила й передала у власність приміщення – 3-ій поверх у новій будівлі обласної філармонії. Щоб і надалі залишатися значущою окрасою нашого краю, примножувати його унікальну культурну спадщину, передавати прийдешнім поколінням багатство духу та виховання патріотизму, любові до своєї Батьківщини у колективі має працювати дитяча студія, в якій відомі майстри сцени могли б передавати дітям високу техніку багатоголосого співу, бездоганну чистоту гуцульського мелосу, запальну візерункову пластику й красу життєрадісного танцю.

Всі умови для цього є в обласній філармонії, де працює балетна школа Вадима Пісарєва. Отож колектив у рамках творчої співпраці пропонує перепрофілювати декілька груп дітей і створити хор, оркестр і танцювальну групу, які складуть дитячий Гуцульський ансамбль, що стане унікальною школою для пізнання культури нашого краю, готуватиме майбутніх майстрів професійної сцени.

Просвітяни підтримали цю пропозицію і готові сприяти її реалізації. Адже при загальному розумінні її слушності до реалізації можна приступати вже зараз. Потрібна лише підтримка влади й партнерів.

На засіданні обговорено ряд інших питань.

Богдан ВІВЧАР

ЗВЕРНЕННЯ

ШАНОВНИЙ ПАНЕ ПРЕЗИДЕНТЕ УКРАЇНИ!

Просвітяни Прикарпаття висловлюють свій рішучий протест у зв'язку з безкінечним знущанням тоталітарної влади Російської Федерації над українськими військовополоненими та політв'язнями.

Мужня, вольова жінка, офіцер Збройних сил України Надія Савченко, ризикуючи власним життям, від початку нападу російської армії на східні кордони України вступила в бій з ворогом. Внаслідок спецоперації російських офіцерів була викрадена з України, яку вона жертовно захищала, й етапована на російську територію. За фальшивими доказами та сфальсифікованими звинуваченнями над нею за особистою вказівкою диктатури Путіна знущається свавільний суд Росії.

Несправедливість, знущання й жорстоке поводження путінських бандитів і терористів не зламали льотчицю Надію Савченко, вона не здалася, і ми горді за неї. Славна героїня, гідний офіцер Української армії кинула виклик диктаторові Путіну. І ми переконані, що вона переможе.

Просимо Вас докласти максимум зусиль, щоб визволити наших полонених, бійців Збройних сил України з кремлівських катівень. Знущання, фізичні тортури, моральне приниження – все це загрожує їхньому життю.

Вважаємо, що Президент великої України має достатньо засобів, щоб добитися від кривавого терориста Путіна визволення наших Героїв. З цією метою використати всі методи політичного, економічного та соціального впливу на Кремль і особисто – Путіна.

Якщо не діють дипломатичні потуги, застосувати економічні санкції, а також ввести візовий режим для громадян Росії. Припинити енерґетичну підтримку анексованого Росією Криму й влади російських терористів на захоплених ними українських землях Донецької та Луганської областей. Заблокувати рух великогабаритного транспорту автомагістралями України. Задіяти спеціальні військові підрозділи у боротьбі з ворогом.

Сподіваємося, пане Президенте, що Україна за підтримки світової громадськості переможе і військовополонені та політичні в'язні повернуться на рідну українську землю.

В катівнях Кремля страждають патріоти України, а разом з ними страждає народ України. Ваш обов'язок – добитися їхнього визволення і припинити ці страждання.

Ухвалили на засіданні Правління ОО ВУТ «Просвіта» ім. Т. Шевченка 10.03.2016 р.

АКТУАЛЬНО

ВИМАГАЄМО СИСТЕМНОЇ УКРАЇНОЦЕНТРИЧНОЇ ГУМАНІТАРНОЇ ПОЛІТИКИ!

Зі звернення до Президента України П. О. Порошенка

У Києві відбулося засідання Всеукраїнського форуму «Українська альтернатива»

Всеукраїнський форум «Українська альтернатива» складається з громадських і політичних організацій, які покликані обстоювати українські національні пріоритети не лише в гуманітарній сфері, а передовсім у сфері державотворення.

Усвідомлюючи всю глибину відповідальності, яка лежить на кожному з нас, напередодні 25-річчя проголошення Незалежності України наголошуємо на глибині загроз, які постали перед нацією і державою: їх несе не лише Росія, яка окупувала українські землі, проводячи на них етнічні чистки, а й олігархічна влада, що принижує безробіттям і безгрошів'ям мільйони українських громадян, зрослася з п'ятою колоною, руйнуючи український освітній і мовно-культурний простір, перетворюючи українські теле- і радіоканали на філіали російських аґітпропів, а церкви Московського патріархату – на підрозділи російських політичних структур.

Пане Президенте! Ми звертаємось до Вас із вимогами:

1. Зміцнювати національну обороноздатність України не лише шляхом реформування Збройних сил України, а й консолідуючи військо на загальнонаціональних цінностях: державній мові, історії, культурі, вірі.

2. Деолігархізувати політичну систему, а відтак і владу шляхом внесення необхідних змін до «Закону про вибори до ВР України» та реальної боротьби з корупцією.

3. Звертаємо Вашу увагу, пане Президенте, на невмотивованість руйнування системи державного телебачення і радіо під облудними гаслами так званого суспільного мовлення та роздержавлення засобів масової інформації, що посилило суспільну напругу в медійному середовищі, призвело до розбалансування інформаційної системи і втрати державного впливу на канали, поширення інформації та контролю за ними. Підвищення цін «Укрпоштою» на доставку періодичної преси фактично нищить український газетно-журнальний ринок.

4. На основі національно-культурних надбань українського народу, його історії, мови, традицій, віри прищеплювати суспільству повагу й любов до своєї держави, виховувати в молоді високе почуття патріотизму, що спричиниться до творення української ідентичної, особистої, національної і державної гідності, духовної і політичної єдності, соборності й Незалежності України, утвердження єдиної Помісної Української Церкви, поваги до національної пам'яті і власної історії, впровадження в усі суспільні сфери єдиної державної української мови.

5. Нагадуємо Вам як ґаранту Конституції України про ще одну актуальну проблему національної безпеки – екологічну. Питання екологічної політики і безпеки є найважливішими у розвинених країнах світу. На жаль, наша держава – найбрудніша країна Європи і займає 9 місце за смертністю в світі... Цьому слід покласти край.

6. Вважаємо за необхідне звернути увагу Президента на потребу проведення просвітницьких заходів, присвячених популяризації серед вірян ідеї конституювання єдиної Української Помісної Православної Церкви... Релігійні громади, які залишаться в Московському патріархаті, мають бути перереєстровані й набути назву «єпархії Московської патріархії в Україні».

Відсутність послідовної і системної україноцентричної гуманітарної політики прирікає Україну на ґарантоване самознищення. Якщо нинішнє керівництво України цього не розуміє чи свідомо відмовляється від здійснення україноцентричної гуманітарної політики, то воно чинить акт національної зради, який наражає українську націю на подальшу деґрадацію, торує шлях до втрати нею національної ідентичності, а отже, створює умови для ліквідації незалежної державності України та її зникнення з політичної карти світу як суб'єкта міжнародного права та геополітичної реальності.

Головна рада Всеукраїнського форуму «Українська альтернатива»

**Подано зі скороченнями.*

ТАК ДУМАЮ

ПРО РІВНІСТЬ СТАТЕЙ*

Система квот для жінок на виборах до державних органів не працює. Бо ця система не може вимагати додержання квот виборцями, серед яких більше половини – жінки.

Але для процвітання України як держави конче потрібно запровадити справжню рівність статей в усіх галузях життя держави, почавши з керівництва держави, бо це керівництво в демократичній країні підляга законам, розроблюваним самим народом через систему виборних органів.

Для досягнення справжньої рівности статей в керівництві держави потрібен новий – революційний – варіянт рівности. Виборців у державі треба розділити на дві групи: виборці-чоловіки та виборці-жінки. Кожна група у найдемократичнішому варіянті виборів обиратиме 50 відсотків майбутніх депутатів. Тоді наслідком буде, що вибраний орган матиме 50 відсотків чоловіків і 50 відсотків жінок.

Візьмім Верховну Раду України. Чоловіків 88 відсотків. І що це за чоловіки? Переважна більшість їх – бізнес-орієнтовані, тобто їх турбує не добробут населення, а успішність свого приватного бізнесу. Їхній ідеал не Справедливість для всіх, а Вигода для свого власного бізнесу. І така Верховна Рада засідає в Україні.

Чи ж збудує така Верховна Рада європейську Україну?

Раби Вигоди розуміють під європейською Україною, дережаву, пов'язану (асоційовану) з ЕС, яка не буде у складі СНД і не коритиметься реальній владі Москви. Що ж до цінностей ЕС, то раби Вигоди докладають усіх зусиль, щоб під маркою цих цінностей зберегти статус-кво: безсовісне обкрадання українського народу урядово-президентськими кланами.

Для добра України та українців конче потрібно вичистити цих рабів Вигоди з Верховної Ради і на їхнє місце обрати депутатів, відданих Правді й Справедливості.

Жіноцтво, яке на власній шкурі продовж віків відчувало Несправедливість і Неправду, є найкращий матеріял для заповнення Верховної Ради дійсно проєвропейським елементом. Тому запровадження цілковитої рівности статей у виборчому законодавстві України – це, на мою думку, завдання № 1 усіх патріотів України.

Рівність статей у керівництві держави – це розв'язка всіх клопотів, що стоять перед Україною: боротьба з корупцією, національне відродження, війна з окупантом.

Революційне рішення рівности статей поставить Україну в ряд найпрог'ресивніших націй світу і розв'яже цілу купу проблем, включно з аґресією Гітлера-2.

Святослав КАРАВАНСЬКИЙ

**Зберігаємо правопис автора.*

ДУХОВНІ РОЗДУМИ

ЗНОВУ ВЕЛИКИЙ ПІСТ

І знову свята Церква закликає всіх вірних, кому не байдужий стан своєї душі, до нещадної боротьби з гріхом і пристрастями, які, без жодного сумніву, є в кожного з нас. Власне, усвідомлення, виявлення і правдиве визнання своєї гріховності має бути початком цієї важкої боротьби. На підтримку, поміч і перемогу в цьому нелегкому протистоянні сам Господь зі своєї безмежної любові дарує всім нам спасенну Святу Тайну Покаяння. Нам потрібно тільки мудро й правильно приготувати себе, свою душу і серце, щоб гідно прийняти цей безцінний і цілющий небесний дар, який у такому разі обов'язково оздоровить нас, наповнить наші душі й серця невимовною, неземною радістю і щастям єднання у Святій Тайні Євхаристії з самим Господом нашим Ісусом Христом. Та виявляється, що це не так уже й просто. І виною в цьому є неправильне налаштування, а отже, і розуміння цих святих дійств. Ось як це підтверджує надзвичайно цікава, мудра і повчальна історія.

У добре відомого прозорливого духовного отця, за молитвами якого від невиліковних хвороб зцілилося багато людей, після вечірньої відправи посповідалися два студенти. А ночувати пішли вони до різних людей.

Вранці вони зустрілися, йдучи дорогою до храму. Один із них зразу ж похвалився, що його господарі гарно прийняли, погостили, приємно поспілкувалися, і він, згідно Уставу, відмовив усі необхідні до Причастя молитви. Натомість його друг із глибоким смутком, душевним болем і розчаруванням сказав: «Я не піду до Святого Причастя, бо зовсім не приготувався». – «Як не приготувався? Чому?» – «Я ночував у кімнаті з хворим чоловіком, який всю ніч не спав, і я постійно був біля нього. Я змочував хустину водою, прикладав до його чола, витирав його скроні, обличчя і груди. Навіть не мав змоги взяти в руки молитовник, щоби помолитися. Правда, лише подумки промовляв: «Ісусе, помилуй його і мене!»... Ні, не піду до Причастя – не гідний» – каявся він.

...Коли священик з чашею в руках вийшов до вірних, глянувши на молодих людей, запросив спочатку страждальця до Святого Причастя. Але той категорично відмовився, кажучи: «Отче, я не можу, бо зовсім не приготувався, не прочитав ні однієї молитви».

– Не приготувався? Не прочитав ні однієї молитви? Та ж ти цілу ніч припадав біля Ісуса. В тебе серце розривалося від співстраждання і болю за Його муки. А що, прочитати молитви устами й розумом – це хіба моління? Та Христос ввесь час був і бачив, що є в твоєму серці...

– А ти, юначе, – промовив прозорливець до іншого, на жаль, сьогодні не готовий до Святого Причастя... Молитви не прочитуються, бо це тоді порожній монолог, а переживаються всім серцем... Та для цього потрібно, щоб серце було чисте...

Дивно, бо минулого вечора була сповідь, тобто було очищення серця від гріховного бруду. І було розрішення від гріхів і допуст до Причастя від цього ж отця. Що ж сталося? Очевидно, в серці одного з юнаків все ж таки залишилися пристрасті й гріхи. Бо коли він вранці зустрів свого друга і запитав, як і в яких людей він ночував, то насправді не чекав відповіді, а сам узявся радісно й піднесено розповідати, як він гарно відпочив і вичитав всі молитви. Але це ж явне самовдоволення і вихваляння, які походять від самолюбства, тобто від гордині (так, буває фальшива і згубна праведність, коли в будь-чому шукають тільки для себе вигоди, показують і наголошують на своїй кращості, особливості й вищості). Тому не спромігся цей студент пожаліти й висловити співчуття своєму другові за недоспану ніч. А мав би ще з глибини серця поспівчувати і співстраждати тому хворому чоловікові й навіть (!) помолитися за нього. Це було б справді найкращим засвідченням чистоти серця, яке тільки в такому стані наповнюється спасенною любов'ю, до якої закликає всіх нас Господь. Тож розважмо над цим у час посту і змагаймо до цього прекрасного почуття, в якому обов'язково ввійде до нашого серця Спаситель світу Ісус Христос.

Михайло МЕЛЬНИК, *протоієрей, с. Старі Кривотули Тисменицького району*

ПРЕМІЇ

ВИЗНАЧЕНО ЛАУРЕАТІВ

Напередодні березня назвали лауреатів Шевченківської премії-2016

Лауреатами Національної премії України імені Тараса Шевченка в 2016 році стали режисер **Олег Сенцов,** дисидент і публіцист **Левко Лук'яненко,** балетмейстер **Раду Поклітару,** співачка **Анжеліна Швачка** і художник **Михайло Гуйда.**

Левко Лук'яненко став лауреатом премії в номінації «Публіцистика і журналістика» за зібрання творів у 13 томах «Шлях до відродження». Лауреатом премії в музичній номінації став Раду Поклітару за балет-триптих «Перехрестя» (2012) і балети «Лебедине озеро» (2013), «Жінки в ре-мінорі» (2014) та «Довгий різдвяний обід» (2014). Анжеліна Швачка стала лауреатом в номінації «Концертно-виконавське мистецтво» за «виконання провідних партій в оперних виставах і популяризацію української музичної спадщини». Михайло Гуйда здобув перемогу в номінації «Образотворче мистецтво» з циклом живописних творів «В єдиному просторі».

Н. К.

ВИПЛАТИ І ПЕНСІЇ

У ФОКУСІ УВАГИ – ЛЕГАЛІЗАЦІЯ ЗАРПЛАТИ

У складній економічній ситуації, коли спостерігається тенденція до скорочення працюючих застрахованих осіб, органи Пенсійного фонду особливу увагу приділяють леґалізації заробітної плати. У співпраці з фіскальними органами торік в області виявлено понад дві тисячі нелеґальних працівників. Їхня леґалізація дозволила залучити до бюджету Фонду єдиного внеску на суму більш як мільйон гривень на місяць.

Про це йшлося на розширеній нараді за участю заступника голови Правління Пенсійного фонду України Владислава Машкіна, на якій розглянуто підсумки роботи головного управління Пенсійного фонду України в області в 2015 році та визначено завдання на 2016 рік.

Органи Пенсійного фонду України в області забезпечили своєчасне та в повному обсязі фінансування на виплату пенсій майже 367 тис. громадян. Середній розмір пенсії становить 1537 грн., що на 8,5 відсотка більше порівняно з 2014 роком.

Загалом до бюджету Пенсійного фонду України надійшло майже 3,4 млрд. грн., що на 336 млн. грн. більше, ніж у 2014 році. Також досягнуто скорочення заборгованості за страховими внесками на 16 відсотків.

У роботі органів Пенсійного фонду України в області й надалі залишається значний борг підприємств-банкрутів, в основному з відшкодування витрат на виплату пільгових пенсій.

Володимир КРИВОРУЧКО

ПРЕЗЕНТАЦІЇ

ХТО ЗА УКРАЇНУ СТАВ

«ПОДЄБРАДСЬКИЙ ПОЛК» АРМІЇ УНР

У Болехові, в Народному домі, відбулася презентація книжки Історичного клубу «Холодний Яр» «Подєбрадський полк» Армії УНР».

Видання презентував Роман Коваль, дослідник історії Визвольної боротьби українського народу 1-ої половини XX ст., і кобзар Тарас Силенко.

У т. 1 енциклопедії вміщено 400 біографій вояків реґулярних та ірреґулярних українських збройних формацій 1-ої половини XX ст. – студентів і випускників Української господарської академії в Подєбрадах (ЧСР, 1922–1932). Серед них було чимало творців української культури – письменників, зокрема Євген Маланюк і Леонід Мосендз, художників, композиторів, музикантів, акторів, журналістів, редакторів, кооператорів, спортсменів, державних, громадських і театральних діячів. Випускники академії стали не лише спеціалістами, а й «інженерами-суспільниками», фахівцями-патріотами, які несли українське світло на Пряшівщину, Лемківщину, Карпатську Україну, Волинь, Галичину...»

Подібні презентації вже відбулися в Мюнхені, Празі, Будапешті, у школі ім. Михайла Гаврилка в с. Козьовій на Львівщині, в Інституті українознавства в Києві, Луцькому технічному університеті, на історичному факультеті Волинського східноукраїнського національного університету, в Ковельській районній бібліотеці, в бібліотеці ім. Миколи Реріха в Києві, Національній бібліотеці ім. Володимира Вернадського та Освітній асамблеї. Після Болехова цікаву книжку презентували у Моршині, Дрогобичі, Стрию, Львові.

Пам'ятаймо тих, хто за Україну повстав.

Теодор ДРОВНИЧ

СЛОВО – КРИЦЯ

НАРОД, ЯКИЙ БОРЕТЬСЯ ЗА СВОБОДУ – НЕПЕРЕМОЖНИЙ

Саме такий лейтмотив нової книжки українського поета, нашого земляка, члена Національних спілок письменників, журналістів, краєзнавців України голови Рожнятівського районного об'єднання «Просвіта» Любомира Михайліва «Йшли батальйони на схід».

Добірки творів поетів про війну на сході України часто друкувались і друкуються у періодичних виданнях, колективних збірниках. Наш земляк вийшов за рамки колективних збірників і видав книжку поезій про війну.

Це перша книжка поезій не лише в області, а й в Україні на цю тематику. Може, тому так і хвилює, бо ті битви з ворогом не з далекої минувшини в далеких заморських краях, а тут, на нашій землі. І та гібридна війна зачепила кожного. Поет зумів це глибоко осмислити й передати біль порушеного мирного життя поетичним словом. А слово Любомира Михайліва у цій книжці – як постріл. Воно і ранить, викликаючи тривоги за наших бійців, які там, у степах, непохитно стоять в обороні української землі, нерідко жертвуючи життям, і пече болем за передчасно сивіючих матерів, і вселяє надію, що перемога буде за нами.

Для поета воїни – це «Ті, що говорять з вітром, // Ті, що ідуть до мене, // Ті, що ідуть до тебе, // Ті, які стали світлом // І на землі, й на небі. // Ті, які волі голос // В душах, як скарби, носять, // Ті, що в багряних росах // Молодість загубили, // Ті, що ідуть крізь пекло, // Але пощади не просять... // Ті, що глибоко вкопані, // Кулями поскороджені, // Сонця ковтком напоєні...».

Трагізм тієї неоголошеної війни поет описує без прикрас, читач ще більше відчуває біль за втратами. Поет добирає такі епітети і порівняння, ніби сам побував на полі бою, подекуди застосовуючи гіперболу: «болю – людські океани, біль, як ріка під нами», «зліва – в пожежі села, справа – міста в пожежі, наче на каруселі, світ в огняній одежі», «наче шатківницею, світ вогненно крають», «націю розсварено і таке наварено в Іловайському диявольському котлі, знаками ординськими наш народ покарано», або ще так: «ой, бридка ця війна гібридна, // Як за зграєю зграя суне, // Коли неба в диму не видно, // А ракети поля «прасують». Війна без втрат не обходиться, і поет так завершує поему: «Ті, що говорять з вітром, // Хлопці з АТО у Києві, // Ті, що закрили собою світ – // Хлопці з АТО в Чернігові, // В Харкові, в Миколаєві, ув Одесі – // По Україні розсипано // Український цвіт. // Начебто цвіт липовий // Сиплеться тихо з віт».

Не можна без сліз читати й поему «Аеропорт», у якій автор описує перебіг воєнних подій: «...супроти стала сотня залізних кіборгів крилатих, // Немов прийшли з чужого світу, // Щоб український світ тримати, // Руками, головами впершись // У небеса пекельно-чорні», «немов коробки сірникові, в диму спалахують міста, село горить, степи широкі, немов огненні хтось потоки між териконів розгатив – і степ, неначе цех ливарний, – клекоче лава». Розповідь кіборга, що повернувся з фронту без ноги, Любомир Львович так майстерно передав поетичними рядками, що читач подумки опиняється серед захисників і переживає разом з ними радість перемог і гіркоту втрат.

У розділі «Рядки, обпалені війною» поет ніби щодня пише книгу війни, як «пишуть» її багнетами й кров'ю бійці. Вони «під посвист куль на свій безмовний Еверест несуть свій біль, несуть свій хрест». З гіркотою він говорить, що «народжені в час вільної України, за її волю нині помирають». Назви віршів «Фронтовика зі сходу привезли», «АТО», «Воїн прибув у відпустку», «На нас напали», «Нас убивала Росія», «Україна кров'ю стікає», Плачуть очі», «Герої не вмирають!», «Вони були воїнами світла», «Стріляють у людей» та інші – це правда неоголошеної війни. І ту правду поет доносить до читачів засобами художнього слова: «село ридає, і ридає мати», «кожна крапля крові материнською сльозою зігріта», «АТО! А те! А це! А інше – // Іде на другий план, як сон. // Історію тут кров'ю пише // В котлі пекельнім батальйон», «війна голови не тримається. // У серце впирається і душу крає. // Він кулі не помічав, // Він осколки не збирав, // Він рахував товаришів полеглих», «Україна горить в огні // Російського напалму, // Скажи, брате-друже, мені: // «Це, значить, на нас напали?», «Герої не вмирають! Хто сказав? // Герої помирають за Вітчизну, // Не помирає матері сльоза, // Коли з очей на землю болем бризне», «Вони були воїнами світла, а стали скелею – ніяка куля не проб'є». Кожне його слово і справді б'є в ціль, відкриваючи завуальовану правду про справжню війну.

І сонети з циклу «Ураган» теж відлунюють у серці болем, нагадуючи, що «де глузд відсутній – там ростуть хрести», і «мабуть, тому в журбі сивіє мати, бо день і ніч в степу гудуть гармати», «а ворогам, звичайно, не збагнути жагу до волі, вияви звитяг, нас народили і Майдан, і Крути, у бій нас кличе синьо-жовтий стяг».

Який би твір не читав, поет говорить про війну без прикрас, гнівно викриває загарбницьку політику Путіна, сепаратистів, закликає не надіятись на допомогу Європи, а на себе і Всевишнього. Поет у своїх катренах влучно «стріляє» словом у ворогів та людців, які «собі будують хату скраю, живуть, неначе у труні мерці».

Кожен вірш, кожен рядок нової книжки Л. Михайліва (а це вже 22-га його книжка) – гімн воїну, нашому волелюбному народові, який ціною великих жертв торує шлях до волі. «Щоб жити – необхідно боротися, – впевнений поет, – а щоби боротися – мусимо жити». А як подолаємо зло: хто стійкістю на східних рубежах, хто задушевною піснею чи добрим поетичним словом, то прийде у нашу хату мир і спокій за наших синів.

Мирослава КУЗЮК, *журналіст, с-ще Рожнятів*

У НД «ПРОСВІТА»

ТАРАСОВИМ СЛОВОМ ОЧИЩАЄМО ДУШІ

Нас до глибини душі вражає любов Шевченка до України. Він перший полюбив її, як син любить неньку, хай стару, слабу, змарнілу, бідну. І ми любимо його за це. Нас просто не існує без Шевченка. У ньому – вся історія наша, все буття і всі наші мрії. Тому коли настали березневі Шевченківські дні й старші, й менші потяглись у НД «Просвіта» на відзначення його роковин. А вони проходили по-особливому. Цього разу поезію Т. Шевченка в солоспівах українських композиторів творили знані й поважні виконавці – заслужена артистка України Світлана Суховій (сопрано) та викладач Івано-Франківського музичного училища імені Дениса Січинського Мар'яна Стахмич-Грицей (фортепіано).

Прозвучали твори «Думи мої», «Чого мені тяжко», «Три шляхи», «Ой маю, маю я оченята», «Утоптала стежечку», «Єсть на світі доля», «Якби мені черевички», «Плавай, плавай, лебедонько», «Не тополю високую», «Нащо мені чорні брови», «У гаю, гаю», «Садок вишневий коло хати», «Реве та стогне Дніпр широкий», арія Катерини з опери «Катерина». Музику до них написали М. Лисенко, К. Борисюк, Я. Степовий, А. Штогаренко, В. Заремба, М. Маркевич, Д. Січинський, М. Аркас, В. Косенко.

А між цими творами читали поезії, які заздалегідь старанно готували до свята студенти Національного медуніверситету Ольга Стельмах, Христина Ярема, викладачі Марія Гуцол, Микола Кардащук, вихованки Клубу обдарованих дітей Мар'яна Королюк та Юлія Баднарук, учні ЗОШ № 16 Назар Мандич та ЗОШ № 21 Софійка Бойко, Надія Гриців – керівник літературного гуртка Центру патріотичного виховання учнівської молоді ім. С. Бандери, поважний просвітянин Іван Івасишин, завідувач Музею народної шани Т. Шевченка П. Арсенич і найменші виконавці, яких батьки змалку привчають до мудрого Шевченкового слова, – п'ятирічна Діаночка Боднар. Всіх їх дуже тепло сприймали присутні, бо справді говорили вони від душі й зростила їх, як і Шевченка, пісня і дума народу: йдуть вони до нього, йдуть, хоч стежка стелиться терново, йдуть і йдуть – без ліку і числа, щоб вогнем Тарасового слова очищати душі і тіла.

Гарним доповненням до заходу була «Вишивана Шевченкіана» відповідального секретаря міської «Просвіти» Наталії Синиці.

Михайлина БОДНАР,
завідувачка культурно-масової роботи обласної «Просвіти»

ШЕВЧЕНКІАНА

КОБЗАРЕВІ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ

З нагоди 202-ої річниці геніального українського поета, прозаїка, художника, філософа, громадського й політичного діяча Тараса Шевченка в Музеї писанкового розпису відкрито виставку Шевченкіани з колекції Національного музею народного мистецтва Гуцульщини та Покуття імені Й. Кобринського.

Основу експозиції складають твори відомої майстрині художнього ткацтва, лауреата Національної премії ім. Т. Г. Шевченка (1968), члена Національної спілки художників України, учасниці численних виставок в Україні та за кордоном Ганни Василащук (1924–2004), яку мистецтвознавці називають поетом у ткацтві.

Мисткиня знала майже всі Шевченкові поезії, із задоволенням цитувала їх. Її захоплення було настільки велике, що віршовані рядки Великого Пророка Ганна Василащук вкладала в орнаментальні смуги тканих нею рушників і верет. Традиційні гуцульські мотиви вона передавала через власне асоціативне сприйняття, створюючи унікальні ткані поеми.

Споглядаючи твори Ганни Василащук, мимохіть згадуються й рядки Шевченкових поезій, зокрема «Думи мої», «Кавказ», «Гамалія», відтворені в однойменних тканих композиціях. Роботами відомої ткалі проілюстровано одне з ювілейних видань «Кобзаря» (1971), сторінки якого можна погортати під час експонування виставки.

На виставці представлено і низку тематичних творів відомих гуцульських різьбярів Володимира Гуза, Івана Савченка, Івана Балагурака, Миколи Грепиняка та Михайла Тулайдана, а також сувенірні дерев'яні броші Василя Шевчука. Центральне місце в експозиції посідає портрет знаного українського графіка, живописця і мистецтвознавця, Шевченківського лауреата Івана Кейвана. Експозицію виставки доповнюють репродукції живописних і графічних творів Тараса Шевченка, тематичні писанки волинського майстра Анатолія Бойка та учнів Коломийської художньої школи ім. Я. Пстрака – активних учасників музейної школи писанкарства.

Оксана ЯСІНСЬКА,
голова первинного осередку Коломийського МРТ «Просвіта»

ЖИТТЯ ОСЕРЕДКІВ

НАДИХАЛИ І КЛИКАЛИ...

Нескорений дух поета-борця особливо нині потрібен для відстоювання нашого волелюбства в боротьбі з кремлівськими найманцями на сході України. Тож високе просвітницьке Слово і протестна дума Кобзаря впродовж лютнево-березневих днів супроводжували цілу низку культурно-мистецьких заходів на теренах Снятинщини.

А започаткувалися вони цьогоріч із прикінцевого лютого, де просвітяни й пошановувачі рідного слова Стефаниківського краю відзначили Міжнародний день рідної мови та 145-ліття великої Лесі Українки. Тоді в Снятинському музеї культури і книжки та в читальному залі центральної районної бібліотеки за участі педагогів-просвітян, школярів і студентів Снятинського коледжу Подільського аґрарно-технічного університету пройшли цікаві бесіди на теми: «Рідна мова – душа народу» та «Зарубіжна література і Леся Українка».

А безпосередньо Шевченків березень розпочався першого весняного дня творчим вечором письменника, редактора газети «Снятинська вежа» Володимира Чипиги, який також відбувся в згаданій бібліотечній залі за участі представників «Просвіти», культури, громади краю. З нагоди 60-ліття автора велася зворушлива розмова про рідне слово з його книжки «Календар марноти». Тут же згодом, у Міжнародний день письменника, схвилював присутніх літературно-мистецький журнал «Споконвіку було Слово...», сторінки якого виповнились і творами прибулих літераторів краю, і пісенно-музичними наспівами юних вихованців з місцевої музшколи.

Водночас у всіх шкільних осередках «Просвіти» району пройшли традиційні Шевченківські тижні з люб'язно укладеними святковими програмами, бібліотечними виставками, літературними ранками та зустрічами.

Розмаїтим був сценічний репертуар і районного Будинку культури в ці дні. Найперше, захоплено пройшли Шевченківські читання з районним оглядом-конкурсом читців на тему «Шевченкове слово – вічне». У них взяли участь представники шкільної «Молодої Просвіти» та всіх культурно-освітніх закладів Снятинщини.

Нікого з переповненої глядацької зали не залишив байдужим концерт «Горнусь до тебе, Україно!» заслуженого артиста України Павла Дворського та його синів. Майстерне патріотично-пісенне слово полонило глядачів.

І насамкінець, чудове театралізоване дійство «Сторінками Шевченкового «Кобзаря» подарував нашому Пророку відомий в Україні та за її межами фольклорно-етнографічний просвітянський колектив «Родина», що з села Підвисоке.

Ми чуємо тебе, Кобзарю,
крізь століття.
Тебе своїм сучасником звемо.

Мирослав ПОПАДЮК,
голова Снятинського районного об'єднання «Просвіти», член НСПУ

«ПРОСВІТА» ЄДНАЄ СЕРЦЯ

На відзначення Шевченківських днів просвітянський осередок Національного медуніверситету провів у бібліотеці вишу творчу зустріч різних поколінь «Просвіта» єднає серця» і запросив членів Правління міського товариства Наталію Синицю – відповідального секретаря Івано-Франківського міського об'єднання, майстриню народної творчості Прикарпаття; Миколу Кардащука – кандидата медичних наук; Тетяну Фіґоль – лікаря, лауреата премії імені Марійки Підгірянки та Івана Гавриловича – поета, журналіста.

Після перегляду відеофільму «Слово про Кобзаря – пророка нації» і виступів запрошених просвітян студенти взяли активну участь у творчій і літературно-культурницькій частині зустрічі. Пісні Тараса Шевченка, твори про нього співали й читали його поезії Христина Ярема, Софія Червінська, Ольга Стельмах, Євген Красовський, іноземні студенти, що навчаються у виші. Слово про Шевченка виголосив і читав свої вірші про Кобзаря Іван Гаврилович.

Ведучими свята були студенти Богдан Гуцол і Юлія Рубас. Присутні з цікавістю оглядали в залі бібліотеки книжки у вишиваних обгортках «Вишивана Шевченкіана» Наталії Синиці та Діани Говери.

Подякувала за допомогу в проведенні сьогоднішнього дійства проректор Івано-Франківського національного медичного університету Ганна Ерстенюк, а студентам – учасникам дійства і гостям вручила подяки й сувеніри.

Марія ГУЦОЛ,
голова просвітянського осередку ІФНМУ

ДОЛЯ

СПОМИН ПРО ТРИЗУБОГО СТАСА

(Початок у № 10)

Новий молодіжний проект «На ватру до Тризубого Стаса» починався у Дем'яновому лазі молебнем у каплиці Меморіалу, який провів старший ієромонах монастиря Святої Трійці отець Антоній. Потім у приміщенні музею пройшла літературно-музична композиція «Я пам'ять в пам'ять заплету», підготовлена учнями школи с. Загвіздя Тисменицького району під керівництвом вчителя української мови і літератури С. Гордюк та вчителя фізики Г. Михайлів. Вели програму учениці Анастасія Гавриляк, Юлія Пилипчук та Юлія Коропецька.

Розповідь про життєвий шлях Станіслава перепліталася піснями «Вишнева заметіль», «Квітка-душа», «Україні» у виконанні дуету «Доля» в складі подружжя Володимира та Ірини Войтовичів, за яких особливо хвилювались дворічний синочок Богданчик із дідусем Дмитром, що колись знався з Тризубим Стасом. Лірично звучали пісні «Мамина молитва» та «Мальви» у виконанні Тетяни Кобелєвої, методиста ДНЗ «Сонечко». Відомий тенор С. Слижук виконав твори «Аве Марія» та «Під Твою милість».

Виступили також друзі Щербика Леся Федунків та Петро Федорів. До присутніх звернувся начальник обласного управління культури В. Федорак, який подякував організаторам і учасникам за добру справу й повідомив про плани вшанування пам'яті С. Щербатих у наступному році. Пані Марія Щербатих теж подякувала всім і подарувала активним учасникам збірки своїх і Стасових віршів з автографом.

Особливістю акції було те, що вона проходила не в традиційних залах, а в «Дем'яновому Лазі» – місці, де Стас отримував наглядні уроки кривавої комуністичної історії про «визволення братів-українців». Місці, де неподалік є збудована його руками дача й вирощений яблуневий сад (його плодами пані Марія пригощала гостей і учасників). Місці, де він знайшов свій вічний спочинок, а поряд з ним лежать: давній побратим – відомий політв'язень, художник Опанас Заливаха і двоє українських вояків – Тарас Шевченко і Олег Басараб, що загинули 2015 року на Донбасі.

Юні учасники акції з екологічно-натуралістичного центру на чолі з керівником гуртка І. Кухар поклали на могилу

Організатор зустрічі Михайло Фреїк з Марією Щербатих

пісняра власноруч виготовлений вінок. Запаливши свічки й помолившись, всі попрямували до спорудженої волонтерами з «Азову» ватри. Зі словами спомину про Тризубого Стаса до молоді звернувся В. Ковальчук – заслужений юрист України, представник Урядового уповноваженого у справах Європейського суду з прав людини по Івано-Франківській області, один із засновників у 1988 році культурно-наукового товариства «Рух», Товариства української мови імені Т. Шевченка та Народного руху України. Завітав на акцію і колишній народний депутат України Зіновій Шкутяк.

Коли ватра як символ світлої душі поета запалала, волонтерки з ЦК «Азов» частували всіх запашним карпатським чаєм і печивом. Акція, ідея проведення якої належить подрузі Марії Щербатих Тетяні Гаврилишин, вдалася на славу Україні і її героям!

Михайло ФРЕЇК,
завідувач МК «Дем'янів Лаз», голова оргкомітету

З РОСИ І ВОДИ!..

ВІТАЄМО!

16 березня – 75 років першому голові «Просвіти» Калущини, письменникові (гумор, сатира, пародії), членові НСПУ, славному пародистові, захисникові природи, правдолюбові, авторові багатьох книжок, які дарує школам і бібліотекам, спортсменові

Ігореві ГАВРИЛЮКУ,

який здійснив українізацію в Калуші, а нині засуджує аґресію Путіна.

З ювілеєм вітаєм!
Щоб стільки ж раз весна цвіла,
Сьогодні щиро Вам бажаєм
Здоров'я, щастя і добра.
Щоб шлях Вам був такий широкий,
Щоб мало було перешкод,
Щоб ювілей справляли сотий,
Не знали б Ви тяжких турбот!
Ми щиро Вас поздоровляєм,
Добра Вам зичимо сповна,
Багато світлих літ бажаєм
І многії, многії літа.

Плідної, патріотичної, творчої діяльності Вам! Дякуємо, бо Ви з повним правом можете стверднти: ми чесно йшли, у нас нема зерна неправди за собою.

Керівництво «Просвіти» Калущини

КНИЖНИК

ЗА ЗАБОРОЛОМ ПСЕВДО І КРИПТО...

В історії творення української літератури, публіцистики, журналістики і взагалі творчості й досі залишається чимало білих плям з виявлення справжніх авторів оприлюднених творів. Адже з різних причин чи-то політичних, чи-то етичних, чи-то інших автори ховали свої імена під псевдонімами й криптонімами. До слова, псевдонім (від грец.) – прибране ім'я, що його вживає письменник, актор чи інший митець, криптонім (теж від грец.) – автор, що приховує своє прізвище, під його першими буквами й ці чи інші букви. Відкрити їхні таємниці ще належить дослідникам. А такі відкриття – це повернення нашій історії багатьох відомих, маловідомих, а то й невідомих імен, розсипаних і часом загублених на шпальтах часописів, а то й сторінках книжок минулих десятиліть і століть.

Саме такою цікавою, але виснажливою, скрупульозною роботою зайнявся відомий краєзнавець, літератор і наш постійний автор Володимир Морозюк. Не один місяць, а то й рік провів він в архівах, вишукуючи правду про ті втаємничені особистості, що, публікуючи свої твори, заховались під псевдонімами й криптонімами.

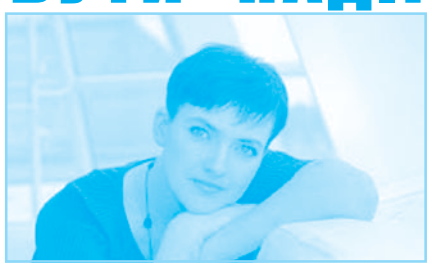
І ось у видавництві «Тіповіт» щойно вийшов перший зшиток цих пошуків «За забралом літературного псевдоніма і криптоніма. Письменники, публіцисти, літературознавці на сторінках галицьких видань XIX ст. – 40-их років XX ст.». Відкрито прізвища й імена від букви А – Абгарович Кастан – псевдо Алгар Солтан до букви К – Костів Василь – псевдо Верховинець Василь.

Сама структура книжки побудована дуже зручно для читання і сприйняття: справжнє прізвище, ім'я і коротка біографія; псевдонім, криптонім і фото (за змогою) людини, що втаємничила себе. Скажу щиро, читається з цікавістю, бо відкриваються перед тобою імена людей, які так чи інакше творили нашу історію або причетні до неї і яких раніше не знав. Є сподівання, що автор невдовзі подарує читачам і другий зшиток. Хоч у передньому слові до виданого Володимир Морозюк запрошує до розшифрування втаємничених особистостей і своїх колеґ – істориків, літературознавців, краєзнавців, аби надати їхній творчій спадщині нового прочитання. Варто долучитися до такої важливої справи.

Богдан ВІВЧАР

З КОГОРТИ БОРЦІВ

БУТИ НАДІЇ



«Люблю Україну сильно-сильно!»
Надія САВЧЕНКО

Схопив себе на думці, що завтра не можу йти до Шевченка. 9 березня – День Надії Савченко. І всі думки – тільки про цю жінку. Ось дівчина з леґенди, ось вона – Жанна Д'Арк... Але тепер леґенда твориться у нашому українському часі. Нехай пробачить Тарас Григорович, що привітаю його з народженням сьогодні, ще не нарожденного, але вічно зримого в українському бутті. І прийду 10 березня. А 9 березня – день Надії Савченко. Інакше не можу, так просить зараз душа.

Чи не вчинив би він так само? Чи зміг би прийти на покладання квітів до пам'ятника, коли «кати знущаються над нами», коли реінкарнація Шевченкового духу прикута до в'язниці. Весь світ переживає трагедію і спостерігає за величчю. Тільки одна людина, мізерна, психічно деформована, морально спотворена, не може пережити шевченківської сили Надії Савченко. У цій силі – Україна. І сьогодні потрібно зробити все, щоби Надія Савченко жила.

Слово Шевченка ніколи не було й не стане симулякром, як і вчинок Надії Савченко. Шевченко рівний собі у слові й думці. І сьогодні вже не час для неадекватних емоцій та схематичних рухів. Шевченко – він у серці. Надія Савченко – ще з нами. І я вірю, що кривавого тирана можна скинути. Силою думки й силою зброї. Навіть янголи тримають меча, аби боронитися від зла. Тиран – він лише симулякр, прихований за образом ядерної зброї. Надія сильніша від атома, бо атом призводить до смерті, знищення, а Надія об'єднує, консолідує і чинить. Чинить супроти Мордора.

У ці дні вирішується доля України й наша доля. А ми мусимо триматися – ланцюгом сердець. І в нашій реальності з'явився Геній, пасіонарій, жінка з особливим набором ДНК. Жінка, яка протистоїть Мордору. Жінка, від життя якої залежать життя мільйонів. Це нове шекспірівське питання: бути чи не бути? Бути Надії Савченко у цьому часі й бути нам? Чи не-бути (хоч бути все одно, тільки метафізично), проте й не-бути нам у цьому підземеллі Мордора? Хочу вірити, що Шекспір знав відповідь... І Тарас Шевченко знав. І ми знаємо.

Таки не випадково приходять Генії у свій час. У свою країну. Нам здається, що Геній – поза часом, поза нацією. Геній – не ми, і нам сукупно ніколи не дорівнятися Генієві. Геній твориться поодинокими вчинками, у собі, але заради інших. Але ось у такі хвилини розумієш, що це не зовсім так. На все свій час. І хоч нічого нового під цим сонцем і небом уже не буде, проте інколи чудо стається.

І Надія Савченко – це чудо, яке в момент нашого розпачу від несправджених очікувань, у момент переформатування кожного з нас, дає можливість ЖИТИ.

Надія Савченко – це віра у нескореність людського духу, про який ми наче й забули, вважаючи це поняття наличкою часів романтизму. А Україна, яка мусить бути в XXI столітті, давно переживши романтизм, знову стрілася з Генієм, готовим віддати своє життя заради неї.

Тільки, може, життя це треба зберегти, віддавши шану всім, хто поліг за Шевченкову Україну. Бо Надія – це не минуле, це майбутнє, яке мусить творитися тут і тепер.

Творитися за життя і в житті.

Дмитро ДРОЗДОВСЬКИЙ

НЕЗАБУТНІ

ПОДВИЖНИКОВІ ОСВІТИ І КУЛЬТУРИ

На фасаді Коломийського політехнічного коледжу відкрито пам'ятну дошку Василеві Гринюку.

Це ім'я добре відоме в місті над Прутом. Василь Дмитрович народився у Воскресінцях біля Коломиї 1 січня 1931 року, вчителював у Білоберізці коло Верховини, в Княждворі Коломийського району, закінчивши історичний факультет Івано-Франківського педінституту, керував свого часу відділами культури в Печеніжині, Коломиї, Богородчанах, Обертині, очолював на громадських засадах Коломийське товариство памяток історії та культури, працював шістнадцять років директором технікуму механічної обробки деревини (пізніше коледжу), деканом Українського вільного інституту менеджменту та бізнесу, заснував у Коломиї коледж права та бізнесу і коледж комп'ютерних наук.

А ще заслужений працівник культури України був активним членом «Просвіти», він подбав як небіж про увіковічнення пам'яті свого родича – письменника, журналіста, перекладача, редактора, автора книжки новел «Весняні вечори» Леся Гринюка (25.03.1883–07.08.1911). У рідному селі Воскресінцях завдяки турботам пана Василя зведено пам'ятник Лесеві, перевидано книжку, створено музей цьому талановитому краянину.

Про подвижництво Василя Гринюка на відкритті дошки розповіли студентам директор Василь Білейчук, голова Коломийського міськрайонного товариства «Просвіта» імені Тараса Шевченка Василь Глаголюк, колишній очільник культури району, заслужений працівник культури України Богдан Клапчук, племінниця Олександра Гринюк.

Його покликала вічність 6 березня 2006 року. Пригадується вислів молодого душею Василя Гринюка, автора книжки спогадів «Лечу на крилах, щоб обняти вас»: «Доки про мене говорять люди, доти я живий».

***Василь ГЛІД** з Коломиї*

ТАЄМНИЦІ БУТТЯ

СПИ, ТА ЖИТТЯ НЕ ПРОСПИ

Більшість людей вважають, що сон – це марна трата часу й не бачать нічого поганого в тому, аби спати менше шести годин на добу.

Так, через короткотривале безсоння не варто хвилюватись, однак хронічне порушення сну викликає більшу тривогу, оскільки може призвести до різноманітних проблем зі здоров'ям. Недосипання шкодить імунній системі, «породжує» проблеми з пам'яттю, концентрацією, настроєм, а також із обміном речовин.

Скільки спати

Необхідна кількість годин нічного сну для кожної людини різниться в залежності від віку:

новонароджені (0–2 місяці) – 12–18 годин,
діти (3 місяці – 1 рік) – 14–15 годин,
малюки (1–3 роки) – 12–14 годин,
дошкільнята (3–5 років) – 11–13 годин,
діти шкільного віку (5–12 років) – 10–11 годин,
підлітки (12–18 років) – 8,5–10 годин,
дорослі (18+) – 7,5–9 годин.

Ризики через відсутність/порушення сну:

виникнення раку: ризик захворіти на рак молочної залози вдвічі вищий для тих, хто лягає спати надто пізно;

серцевий напад: ризик серцевого нападу збільшується на 100 відсотків у тих, хто спить менше 7 годин на добу;

ожиріння: замість того, щоб дивитися телевізор, спробуйте спати на годину більше, і побачите, як втрачаєте 6,3 кг на рік;

ризик смерті: відсутність або порушення сну означає, що ви на 20 відсотків маєте більше шансів померти в 20 років.

Пози для сну:

оптимально: спати на спині

Ця поза не викликає болю в спині й шиї, є прийнятною для розслаблення шиї, голови та хребта. Особливо рекомендується спати в такій позі людям, які страждають від захворювань судин головного мозку, шийного остеохондрозу й мають проблеми з хребтом.

Завдяки правильній позиції голови – вище шлунка, ви не відчуватимете наслідків підвищеної кислотності.

А завдяки тому, що в цій позі не придавлюється обличчя, ви можете не переживати за утворення зморшок.

Однак люди, які сплять на спині, часто хроплять. Підберіть невелику й помірно м'яку подушку. Покладіть її під голову і шию так, щоб голова не була занадто високо відносно рівня шиї і плавно продовжувала лінію хребта.

добре: спати на боці

Завдяки положенню хребта людина, яка спить у цій позі, не хропе. Завдяки правильній позиції голови – вище шлунка, ви також не відчуватимете наслідків підвищеної кислотності. Ця поза вважається однією з найбезпечніших під час вагітності, адже сон на лівому боці є найкращим для кровообігу.

Сон на боці не надто добре впливає на стан шкіри і грудей – через нерівномірний тиск і провисання можуть з'явитися зморшки. Ідеальна подушка – велика й помірно м'яка. Розмістіть її так, щоб заповнити простір над плечима – для підтримки м'язів шиї й голови у розслабленому стані.

погано: поза ембріона

Якщо ви спите в цій позі, намагайтеся не вигинати спину надто сильно. Люди, які віддають перевагу позі ембріона, часто скаржаться на біль у суглобах, попереку, спині й шиї. Це не дивно, адже коліна зігнуті протягом тривалого часу, а хребет і шия – в поганому положенні. Також стискається грудна клітка й обмежується глибина діафрагмального дихання. Через великий тиск на обличчя і груди можливі передчасні зморшки. Проте поза ембріона є зручною під час вагітності.

дуже погано: спати на животі

У цій позі не підтримується нейтральне положення хребта, є сильний тиск на суглоби й м'язи, можуть здавлюватися нервові закінчення – це викликає біль, оніміння, поколювання кінцівок. Тривала неправильна позиція голови може викликати сильний біль.

10 цікавих фактів про сон:

людина витрачає близько 1/3 свого життя на сон;

зупинка дихання уві сні (апное) спостерігається в 1 із 20 людей;

15 відсотків людей ходять уві сні;

можна померти, якщо не спати більше 10-ти днів;

людина, яка хропе, не здатна бачити сни;

люди можуть спати з розплющеними очима;

протягом однієї ночі ми бачимо від чотирьох до семи сновидінь;

ми забуваємо 90 відсотків своїх снів;

шум протягом перших або останніх двох годин може підірвати ваш сон;

новонароджений – причина браку сну в батьків. У перший рік його життя вони втрачають 400–750 годин сну.

Підготували
Мирослав ЛІСКОВИЧ, Ігор ЛЮБШИН

ВТРАТИ

ПАМ'ЯТІ ТРЕМБІТАРЯ З ДЕМ'ЯНОВОГО ЛАЗУ

Минає сорок днів з часу, коли 19 січня 2016 року, на саме Хрещення Господнє, перестало битися серце простого, але разом з тим і незвичайного українця – гуцула з Яремчі **Степана ШПОРТЮКА:** інженера-технолога з меблевого виробництва за фахом; жартівника й музиканта за станом душі; справжнього патріота за справами, а не позою; чудового батька і дідуся, який виплекав трьох синів-красенів і чотирьох онуків.

Він народився 22 листопада 1954 року в одному з наймальовничіших міст нашого краю. Середню освіту здобув у місцевій школі. Опісля вступив до Львівського інституту лісового господарства. Отримав скерування на роботу до Івано-Франківська – на меблевий комбінат, де пропрацював більше трьох десятиліть. Там він і зустрів свою кохану дружину Ірину. Разом вони прожили близько сорока років. У кінці 80-их років минулого століття брав активну участь у мітинґах і маніфестаціях за Незалежність України. Був учасником Помаранчевої революції. Жартував, що це він привіз «наколені апельсини» з Греції, куди їздив на заробітки.

Важкі випробування випадають на долю Степана: спочатку він втратив роботу через закриття комбінату, а потім – дружину, яку забрала невиліковна хвороба. Та це не зламало мужнього чоловіка. Останні п'ять років Степан Іванович працював доглядачем у Меморіальному комплексі «Дем'янів Лаз». Для нього це була не просто робота: це було служіння святій справі – збереженню пам'яті про мільйони українців, що загинули від рук московських окупантів у борні за власну державу й виховання молоді на прикладах старших поколінь українських патріотів. Він був одним із «ветеранів-засновників» Івано-Франківської міської організації громадського об'єднання «Поклик нації», в яку влились вихідці з Тисменицької районної організації ВО «Свобода» і яремчанські свободівці.

Степан Шпортюк завжди був серед молоді: він брав активну участь в організації і проведенні багатьох акцій – смолоскипної ходи юних «Патріотів України», театралізованої акції спомину про жертви НКВД з Косівщини «Кривава Меланка 1941 року», велопробігу «Дорогами пам'яті». Нерозлучною подругою у цих та інших акціях була трембіта, якою Степан Іванович закликав усіх нас не бути байдужими до історичної долі нашого народу і його боротьби за соборну Українську державу.

Він не цурався жодної роботи. Працівники музею любили й поважали його за добре слово, за дотепні жарти і готовність допомогти кожному, хто цього потребує. А ще – дуже любив народну музику й колекціонував музичні інструменти. Крім трембіти, у нього були цимбали, дримба, флоєра, волинка, скрипка, труба, акордеон та інші, на яких він грав.

Світла пам'ять про Степана Шпортюка завжди буде жити в наших серцях.

Від працівників музею «Дем'янів Лаз»
Михайло ФРЕЇК, завідувач